

**PENGEMBANGAN GERAK DASAR *FUNDAMENTAL* MELALUI
PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK PADA SISWA SEKOLAH
DASAR**

(Penelitian Tindakan Kelas di SDN 062 Ciujung Kota Bandung)



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Oleh:
Wijdan Akmal Pradipta
2005474

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN
JASMANI FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2025

LEMBAR HAK CIPTA

**PENGEMBANGAN GERAK DASAR *FUNDAMENTAL* MELALUI
PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK PADA SISWA SEKOLAH
DASAR**

(Penelitian Tindakan Kelas di SDN 062 Ciujung Kota Bandung)

Oleh
Wijdan Akmal Pradipta

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) para Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Pendidikan Jasmani Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

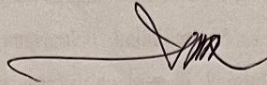
©Wijdan Akmal Pradipta 2025
Universitas Pendidikan Indonesia

Hak Cipta dilindungi oleh Undang-Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian dengan dicetak
ulang, di foto kopi, atau dengan cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN
PENGEMBANGAN GERAK DASAR FUNDAMENTAL MELALUI
MODEL PENDIDIKAN GERAK PADA SISWA SEKOLAH DASAR
(Penelitian Tindakan Kelas Di SDN 062 Ciujung Kota Bandung)

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

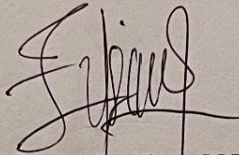
Pembimbing I



Dr. Agus Mahendra, MA

NIP. 196308241989031002

Pembimbing II

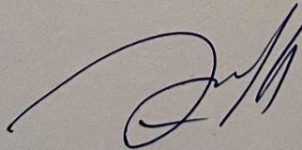


Eva Sri Gumilang, M.Pd

NIP.920230219971005201

Mengetahui:

Ketua Prodi Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Dr. Lukmannul Haqim Lubay, M.Pd

NIP. 197508122009121004

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya dengan judul **“PENGEMBANGAN GERAK DASAR *FUNDAMENTAL* MELALUI MODEL PENDIDIKAN GERAK PADA SISWA SEKOLAH DASAR (Penelitian Tindakan Kelas Di SDN 062 Ciujung Kota Bandung)”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya tulis saya ini.

Bandung, Januari 2025

Yang membuat pernyataan,

Wijdan Akmal Pradipta
2005474

KATA PENGANTAR

Pertama-tama marilah kita panjatkan puji serta syukur kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan kita semua yakni, Nabi Muhammad SAW. Sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini dengan tepat waktu dan sebagaimana mestinya. Proposal Skripsi ini merupakan salah satu syarat yang harus ditempuh untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan. Sebagaimana yang penulis tempuh selama mengikuti studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani (PGSD Penjas). Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Skripsi ini meneliti tentang “Pengaruh Penerapan Model Pendidikan Gerak Terhadap Motorik dan Motivasi Pada Siswa”. Penulis menyadari betul bahwa proposal skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun penulis sangat diharapkan.

Semoga hasil karya ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pendidikan jasmani. Akhir kata penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak terkait atas dorongan dan dukungan yang sangat berharga sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.

Bandung, 14 Januari 2025

Wijdan Akmal Pradipta

2005474

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa Allah SWT karena atas izinnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan berbagai pihak terkait. Oleh karena itu, dalam kesempatan yang baik ini perkenankan penulis untuk mengucapkan rasa terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Solehuddin, M.Pd., M.A. sebagai Rektor Universitas Pendidikan Indonesia, beserta seluruh civitas akademika Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti studi hingga mendapatkan gelar sarjana di Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Dr. Dian Budiana, M.Pd. Sebagai Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Ibu Mustika Fitri, M.Pd., PhD. sebagai Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan yang selalu senantiasa membimbing, mengarahkan dan memberi semangat kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
5. Bapak Dr. Luqmannul Hakim Lubay, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia atas izin dan rekomendasi diadakannya sidang skripsi ini.
6. Bapak Dr. Agus Mahendra, MA selaku Dosen Pembimbing I yang selalu senantiasa meluangkan waktunya dalam segala kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan, memberi masukan, petunjuk, sumbangan pikiran dan dorongan semangat dengan penuh ketulusan, keikhlasan dan kesabaran membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Eva Sri Gumilang, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia untuk selalu memberikan dukungan dan bimbingan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
8. Seluruh Bapak, Ibu Dosen dan Staff Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Pendidikan Indonesia terkhusus untuk Bapak Agus

Sobari yang telah memberikan ilmu, bimbingan, arahan, motivasi, informasi dan pengertian selama penulis menjalankan studi di Program Studi PGSD Penjas ini.

9. Bapak Elvan Prayitno, S.Pd. selaku guru mata pelajaran PJOK di SDN 062 Ciujung yang telah membantu penulis dalam pengambilan dana penelitian.
10. Terima kasih kepada kedua orang tua ibu Noneng Marlinah yang dan Bapak Asep Rindu kepada Raissa Amalia Wijayanti yang selalu senantiasa mendoakan, sabar, terus memberikan dukungan, dorongan, kasih sayang, perhatian dan tidak lupa juga selalu menyebut nama penulis dalam setiap doanya sehingga penulis mendapat kelancaran dan kekuatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kepada teman – teman kostam Abdul, Robbi, Faiq, Wandu, Ibad, Dicky, Dedi, Raihan, Najwan, Fikri, Ravi, Ridwan, Rizky, Salman, Hanip, Bagus, Bahtiar, Nafa, Sri Rizky, Adel, Dwi, Diah yang selalu menemani pahit manisnya perjalanan selama penulis menyelesaikan studi ini, selalu memberikan dukungan dan dorongan untuk terus berjuang bersama.
12. Kepada teman-teman Ahli Surga, Fikri, Faiq, Yuda, Rangga, Alm. Daffa, Yusuf, Rizky, Fadlan, Alya, Rifda, dan Ghania yang selalu menemani pahit manisnya perjalanan selama penulis menyelesaikan studi ini, selalu memberikan dukungan dan dorongan untuk terus berjuang bersama.
13. Rekan-rekan seperjuangan dikala suka dan duka selama perkuliahan. Keluarga PGSD Penjas 2020 tercinta. Terima kasih untuk selalu kebersamaan dari berambut plontos hingga sampai kepada titik ini. Terima kasih selalu saling mengingatkan dan memberi dukungan satu sama lain. Semoga kelak dapat dipertemukan kembali dengan kabar kesuksesan masing-masing.
14. Kepada HMP PGSD PENJAS yang telah menjadi warna dalam perjalanan dan cerita selama penulis berkuliah.
15. Kepada Kharisma, Fadly, Reza Putra, Aisyah yang selalu memberikan dorongan motivasi agar penulis dapat terus bersemangat menyelesaikan studi ini.
16. Kepada Salsa dan Yugi yang telah menjadi partner dalam semua proses yang dilalui dalam studi penulis.
17. Kepada perempuan bernama Andhini Nursifani terimakasih telah menemani proses studi peneliti sehingga peneliti banyak mendapatkan ilmu-ilmu yang sangat berharga dalam setiap perjalanan studi peneliti.

18. Yang paling utama kepada diri sendiri yang sudah kuat, tegar dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi berbagai rintangan dan kesulitan yang menghampiri dari awal sampai akhir sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

**PENGEMBANGAN GERAK DASAR *FUNDAMENTAL* MELALUI
MODEL PENDIDIKAN GERAK PADA SISWA SEKOLAH DASAR
(Penelitian Tindakan Kelas di SDN 062 Ciujung Kota Bandung)**

Wijdan Akmal Pradipta

bangwij08@upi.edu

Pembimbing I: Dr. Agus Mahendra, MA

Pembimbing II: Eva Sri Gumilang, M.Pd.

ABSTRAK

Ketidaksesuaian antara langkah pembelajaran dan tujuan yang ingin dicapai sering menghambat proses pendidikan jasmani, tercermin dari rendahnya keterlibatan siswa dalam aktivitas gerak. Salah satu penyebabnya adalah keterbatasan sarana yang membuat siswa lebih banyak menunggu giliran daripada berpartisipasi aktif dalam pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan dan keterampilan gerak dasar siswa melalui penerapan model pendidikan gerak. Penelitian ini dilaksanakan karena mengingat pentingnya keterampilan gerak dasar untuk perkembangan anak. Model pendidikan gerak diharapkan dapat mengurangi waktu menunggu dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk lebih aktif bergerak dalam pembelajaran, sekaligus meningkatkan rasa percaya diri mereka. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK), yang melibatkan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi dalam dua siklus pembelajaran. Setiap siklus difokuskan pada pengembangan keterampilan gerak dasar dan peningkatan keterlibatan siswa. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan fisik, kepercayaan diri, dan keterlibatan siswa pada siklus kedua dibandingkan siklus pertama. Siswa menjadi lebih aktif dan percaya diri dalam melakukan gerakan serta berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Secara keseluruhan, penerapan model pendidikan gerak terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa, keterampilan gerak dasar, dan kepercayaan diri dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Model ini dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mengatasi keterbatasan sarana dan meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

Kata kunci: Aktivitas Gerak, Keterlibatan Siswa, Peningkatan Keterampilan.

ABSTRACT

The mismatch between the teaching steps and the goals to be achieved often hinders the physical education process, as reflected in the low student involvement in physical activities. One of the causes is the limited facilities, which lead students to spend more time waiting for their turn rather than actively participating in the learning process. This study aims to enhance students' movement skills and engagement through the implementation of a movement education model. This research was conducted due to the importance of fundamental movement skills for child development. The movement education model is expected to reduce waiting time and provide more opportunities for students to be actively engaged in movement during lessons, while also boosting their self-confidence. The method used is Classroom Action Research (CAR), which involves planning, action, observation, and reflection stages across two learning cycles. Each cycle focuses on developing fundamental movement skills and increasing student engagement. The results of the study show significant improvements in physical skills, self-confidence, and student involvement in the second cycle compared to the first cycle. Students became more active and confident in performing movements and participating in group activities. Overall, the application of the movement education model proved effective in enhancing student engagement, fundamental movement skills, and self-confidence in physical education lessons. This model can serve as an effective alternative to overcome facility limitations and improve the quality of physical education teaching in schools.

Keywords: *Physical Activity, Student Involvement, Skill Improvement.*

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	i
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Dari Segi Teori	4
1.4.2 Dari Segi Kebijakan	4
1.4.3 Dari Segi Praktik	5
1.4.4 Dari Segi Isu Serta Aksi Sosial.....	5
1.5 Struktur Organisasi Penulisan Skripsi	5
BAB II LANDASAN TEORI.....	7
BAB III.....	25
METODOLOGI PENELITIAN.....	25
3.1 Metode Penelitian.....	25
3.2 Desain Penelitian	26
3.3 Partisipan	26
3.4 Instrumen Penelitian	27
3.5 Prosedur Penelitian	37
3.6 Teknik Pengolahan, Analisis Data, dan Validasi Data	39
BAB IV.....	43
TEMUAN DAN PEMBAHASAN	43

BAB V	86
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	86
DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN	91

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Gerak Dasar <i>Fundamental</i>	14
Tabel 2. 2 Konsep Gerak	14
Tabel 2. 3 Level-Level GLSP.....	17
Tabel 3. 1 Lembar Obsevasi Guru.....	28
Tabel 3. 2 Instrumen Gerak Dasar <i>Fundamental</i>	30
Tabel 3. 3 Format Wawancara Guru	36
Tabel 3. 4 Format Wawancara Siswa	37
Tabel 4. 1 Hasil Observasi Gerak Dasar <i>Fundamental</i>	44
Tabel 4. 2 Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 1	47
Tabel 4. 3 Nilai Hasil Siklus 1 Tindakan 1.....	49
Tabel 4. 4 Hasil Gerakan Dasar <i>Fundamental</i> Siklus 1 Tindakan 1	50
Tabel 4. 5 Pelaksanaan Siklus 1 Tindakan 2	53
Tabel 4. 6 Nilai Hasil Siklus 1 Tindakan 1.....	55
Tabel 4. 7 Hasil Gerak Dasar <i>Fundamental</i> Siklus 1 Tindakan 2	56
Tabel 4. 8 Pelaksanaan Siklus 2 Tindakan 1	59
Tabel 4. 9 Nilai Hasil Siklus 2 Tindakan 1.....	61
Tabel 4. 10 Hasil Gerak Dasar <i>Fundamental</i> Siklus 2 Tindakan 1	62
Tabel 4. 11 Pelaksanaan Siklus 2 Tindakan 2	65
Tabel 4. 12 Nilai Hasil Siklus 2 Tindakan 2.....	67
Tabel 4. 13 Hasil Gerak Dasar <i>Fundamental</i> Siklus 2 Tindakan 2	68
Tabel 4. 14 Data Responden.....	70
Tabel 4. 15 Nilai Gerak <i>Fundamental</i> Siklus 1 Tindakan 1.....	73
Tabel 4. 16 Nilai Gerak <i>Fundamental</i> Siklus 1 Tindakan 2.....	75
Tabel 4. 17 Nilai Gerak <i>Fundamental</i> Siklus 2 Tindakan 1.....	77
Tabel 4. 18 Nilai Gerak <i>Fundamental</i> Siklus 2 Tindakan 2.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Movement Analysis Framework (Wheel).....	16
Gambar 2. 2 Kerangka Berpikir	21
Gambar 4. 1 Hasil Siklus 1 Tindakan 1.....	50
Gambar 4. 2 Hasil Siklus 1 Tindakan 2.....	56
Gambar 4. 3 Hasil Siklus 2 Tindakan 1.....	62
Gambar 4. 4 Hasil Siklus 2 Tindakan 2.....	68

DAFTAR PUSTAKA

- Bloom, B. S., Engelhart, M. D., Furst, E. J., Hill, W. H., & ... (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. New York: David McKay Company. Inc.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2021). *Physical Activity Facts*.
- Fitzgerald, H. (2004). *Motor Skills Development in Children*. New York: Human Kinetics.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, and Adults*. Boston: McGraw-Hill.
- Graham, G., & Holt/Halpern, A. (2001). *Learning Through Movement: The Role of Physical Activity in Cognitive Development*. International Journal of Physical Education.
- Haywood, K. M., & Getchell, N. (2009). *Life Span Motor Development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Holt, K., & Halpern, A. (2004). *The Role of Movement in Learning: An Exploration of the Benefits of Physical Activity on Learning*. Journal of Physical Education, Recreation & Dance.
- Kurniawan, A. P., & Hartati, S. C. Y. (2016). Penerapan Model Pembelajaran Dengan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 1 Balongpanggang Gresik). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 4(01), 148-156
- Lutfia, R. (2018). "Pendidikan Jasmani untuk Kesehatan dan Kebugaran." *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 4(2), 45-52.
- Lawton, J., & Kinnes, I. (2000). *Physical Education: A Holistic Approach*. London: Routledge.
- Mahendra, A. (2017). *Model Pendidikan Gerak : Implementasi Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*.
- McKenzie, B. H. H. S. W. M. M. H. H. R. P. (2001). *Physical Activity and Motor Development*. Journal of Physical Education, Recreation & Dance
- McKenzie, J. (2001). *Physical Activity in Schools: An Overview*. Journal of School Health, 71(5), 234-238.
- Mardiyana, E. (2017). "Pendidikan Jasmani: Konsep dan Strategi Pembelajaran." Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Prasetyo, A. (2019). "Peran Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Karakter Siswa." *Jurnal Ilmiah Olahraga*, 5(1), 33-39.
- Rink, J. E. (2006). *Teaching Physical Education: A Teaching Model Approach*. Journal of Physical Education, Recreation & Dance.
- Rejeki, H. S., Gunawan, D., Kunci, K., Pengembangan, :, Gerak, P., & Lokomotor, D. (2021). PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOKOMOTOR UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(2).
- Rusmawati, I., & Hartati, S. C. Y. (2016). Penerapan Permainan Tradisional Terhadap Gerak Dasar Motorik Siswa Dalam Pembelajaran

- Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Pada Siswa Kelas V Sdn Margomulyo 1 Bojonegoro. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 4(2), 435-440.
- Safa, H., Suntoda, A., & Mahendra, A. (2019). *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School Penerapan Model Pendidikan Gerak Aktivitas Lokomotor dan Pemberian Spesifik Feedback untuk Meningkatkan Keterampilan Melompat*. 2(229), 73–79. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i2.17636>
- Sharma, B. (2010). *Role of Physical Education in the Development of Personality*. *International Journal of Physical Education, Sports, and Health*, 1(1), 6-8.
- Suharjo, P. (2020). "Pendidikan Jasmani dan Olahraga: Teori dan Praktik." Yogyakarta: Media Pressindo.
- Siedentop, D. (1998). *Developing Teaching Skills in Physical Education*. Belmont, CA: Wadsworth Publishing.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2014). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*. Champaign, IL: Human Kinetic
- Siedentop, D. (2002). *Content Knowledge for Physical Education*. *Journal of Teaching in Physical Education*.
- Van der Merwe. (2005). *Motor Development*. In P. H. A. van der Merwe (Ed.), *Motor Learning and Development*.
- Yulia Sari, Y., Putri Ulfani, D., & Ramos, M. (2024). *PENTINGNYA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA TERHADAP ANAK USIA SEKOLAH DASAR* (Vol. 6, Issue 2). <https://ejournal.ummuba.ac.id/index.php/pgsd/login>
- Zainuddin, M. (2021). "Pendidikan Jasmani dan Kesehatan: Integrasi untuk Kehidupan Sehat." *Jurnal Pendidikan dan Kebugaran*, 6(1), 50-57.