

**PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN
TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN
PUNCAK RAYA**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
dalam Bidang Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Oleh:

PEBILA RISTI

Nim 2101068

**PROGRAM S-1 PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN
JASMANI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

LEMBAR PENGESAHAN
PEBILA RISTI (2101068)
PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN
TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN
PUNCAK RAYA

Disetujui dan disahkan oleh:

Dosen Pembimbing I



Dr. Agus Mahendra, M.A.
NIP. 196308241989031002

Dosen Pembimbing II



Dr. Suherman Slamet, M.Pd.
NIP. 197603062005011010

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Dr. Lukmanul Haqim Lubay, M.Pd.
NIP. 197508122009121004

LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI
PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN
TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN
PUNCAK RAYA

Oleh :
PEBILA RISTI

Sebuah skripsi Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan
dalam Bidang Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani
Fakultas Pendidikan Olahraga Dan kesehatan

PEBILA RISTI
Universitas Pendidikan Indonesia
2025

Hak Cipta dilindungi Undang Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan di cetak
ulang, fotokopi, atau lainnya tanpa ijin penulis

Pebila Risti, 2025
*PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN TERHADAP PENINGKATAN POLA
GERAK DASAR SISWA SDN PUNCAK RAYA*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Model Pendidikan Gerak Berbasis Permainan terhadap Peningkatan Pola Gerak Dasar Siswa SDN Puncak Raya”** dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Didi Sukyadi, M.A selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam menempuh pendidikan.
2. Prof. Dr. Komarudin, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan yang telah memberikan izin dan dukungan terhadap pelaksanaan penelitian ini.
3. Dr. Lukmanul Hakim Lubay M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, yang telah memberikan arahan dan bantuan selama proses perkuliahan.
4. Ibu Mesa Rahmi Stephani M.Pd selaku wali dosen atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang telah diberikan selama proses penelitian dan penulisan skripsi ini
5. Dr. Agus Mahendra, M.A Selaku Dosen Pembimbing I dan Dr. Suherman Slamet, M.Pd selaku dosen Pembimbing II, yang dengan sabar dan penuh perhatian memberikan bimbingan, kritik, serta saran yang membangun hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Kepala Sekolah SDN Puncak Raya, beserta guru-guru dan staf sekolah yang telah memberikan izin serta membantu kelancaran pelaksanaan penelitian.

7. Siswa-siswi kelas IV SDN Puncak Raya yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini.
8. Dengan segala kerendahan hati, saya mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada Ayah dan Ibu tercinta, yang telah menjadi sumber kekuatan, doa, dan kasih sayang yang tak pernah putus. Terima kasih atas segala pengorbanan, kerja keras, dan dukungan yang diberikan sejak awal hingga saat ini. Setiap tetes keringat, setiap nasihat, dan setiap doa yang tulus dari Ayah dan Ibu telah menjadi penerang dalam langkah-langkah saya. Tanpa restu dan bimbingan kalian, pencapaian ini tidak akan pernah terwujud
9. Kepada seseorang yang istimewa dalam hidup saya, terima kasih atas setiap doa, dukungan, dan pengertian yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat pulang ketika lelah, menjadi penyemangat ketika semangat mulai pudar, dan menjadi sumber ketenangan di tengah berbagai kesibukan.
10. Kepada teman-teman magang guru di Sungai Tawang Kalimantan Barat Hamzah, Diska dan Vivi. terima kasih atas kerja sama, tawa, dan dukungan yang tak ternilai selama menjalani masa magang. Kebersamaan kita telah menjadi pengalaman berharga yang memberikan banyak pelajaran, baik dalam hal keterampilan maupun persahabatan.
11. Kepada teman-teman kuliah dan seperjuangan,, terima kasih atas setiap diskusi, kerja kelompok, serta semangat belajar bersama yang telah membantu penulis memahami berbagai materi perkuliahan dan melewati masa studi dengan penuh makna terima kasih karena telah menjadi penyemangat terbesar untuk terus melangkah hingga penelitian ini selesai.
12. Saya juga ingin menyampaikan terima kasih kepada setiap orang yang saya temui di perjalanan hidup dan proses penyusunan skripsi ini. Baik yang hadir hanya sebentar maupun yang menetap lebih lama, setiap pertemuan telah memberikan pelajaran berharga, inspirasi, dan warna tersendiri dalam cerita hidup saya.

13. Kepada mereka yang pernah menjadi teman seperjalanan, pemberi semangat, pendengar yang baik, ataupun sekadar pengisi momen singkat namun berarti, saya haturkan rasa terima kasih yang tulus. Kehadiran kalian, dalam bentuk apapun, telah membantu saya bertumbuh, belajar, dan melihat hidup dari sudut pandang yang berbeda.

14. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan jasmani.

13, Agustus 2025



PEBILA RISTI

Pengaruh Model Pendidikan Gerak Berbasis Permainan terhadap Peningkatan Pola Gerak Dasar Siswa SDN Puncak Raya

PEBILA RISTI

Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pendidikan gerak berbasis permainan terhadap peningkatan pola gerak dasar siswa kelas IV SDN Puncak Raya. Latar belakang penelitian diambil dari pentingnya keterampilan gerak dasar sebagai fondasi utama perkembangan motorik anak sekolah dasar, yang meliputi keterampilan lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain pretest-posttest, melibatkan 20 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan gerak dasar adalah *Test of Gross Motor Development Third Edition (TGMD-3)*. Data dianalisis dengan uji normalitas, *Paired Samples t-Test*, dan perhitungan *N-Gain* untuk melihat peningkatan hasil belajar. Temuan penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pendidikan gerak berbasis permainan memberikan pengaruh positif yang signifikan dalam meningkatkan pola gerak dasar siswa, terutama pada aspek koordinasi, kecepatan, keseimbangan, dan keterampilan manipulatif. Selain itu, model ini terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan, meningkatkan motivasi, serta mendorong partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran PJOK.

Kata Kunci: Model Pendidikan Gerak, Permainan, Pola Gerak Dasar, Siswa Sekolah Dasar, TGMD-3.

**Pengaruh Model Pendidikan Gerak Berbasis Permainan terhadap
Peningkatan Pola Gerak Dasar Siswa SDN Puncak Raya**

PEBILA RISTI

Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of a game-based movement education model on improving the fundamental movement patterns of fourth-grade students at SDN Puncak Raya. The background of this research is based on the importance of fundamental movement skills as the main foundation of motor development in elementary school children, which include locomotor, non-locomotor, and manipulative skills. The research method used was an experiment with a pretest-posttest design, involving 20 students selected through purposive sampling. The instrument used to measure fundamental movement skills was the Test of Gross Motor Development Third Edition (TGMD-3). Data were analyzed using a normality test, Paired Samples t-Test, and N-Gain calculation to identify learning improvement. The findings revealed that the application of the game-based movement education model had a significant positive effect on improving students' fundamental movement patterns, particularly in coordination, speed, balance, and manipulative skills. In addition, this model proved effective in creating a more enjoyable learning atmosphere, enhancing motivation, and encouraging active student participation in physical education learning.

Keywords: *movement education model, games, fundamental movement patterns, elementary school students, TGMD-3.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	4
1.6 Sistematika Penulisan	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Landasan Teori	5
2.1.1 Pola Gerak Dasar	5
2.1.2 Teori Model Pendidikan Gerak	5
2.2 Penerapan Model Pendidikan Gerak Berbasis Permainan	7
2.3 Peneliti Terdahulu	8
2.4 Kerangka Berfikir	9
2.5 Hipotesis	10
BAB III METODE PENELITIAN	11
3.1 Desain Penelitian	11
3.2 Populasi dan Sampel	12
3.2.1 Populasi	12
3.2.2 Sampel	12
3.3 Teknik Pengumpulan Data	13
3.3.1 Observasi	13

Pebila Risti, 2025

PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN PUNCAK RAYA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.3.2 Dokumentasi.....	13
3.3.3 Pretest	14
3.3.4 Intervensi	14
3.4 Instrumen Penelitian.....	15
3.4.1 Struktur TGMD-3	15
3.4.2 Teknik Penilaian.....	17
3.4.3 Prosedur Pelaksanaan	18
3.5 Teknik Analisis Data.....	18
3.5.1 Uji Normalitas	18
3.5.2 Statistik Deskriptif.....	19
3.5.3 Uji Hipotesis.....	19
3.5.4 Uji <i>N-Gain</i>	20
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
4.1 Gambaran Umum Penelitian	21
4.2 Hasil Penelitian	21
4.2.1 Uji normalitas	22
4.2.2 Statistik Deskriptif.....	23
4.2.3 Uji Hipotesis.....	24
4.2.4 Uji <i>N-Gain</i>	26
4.3 Pembahasan.....	28
BAB V PENUTUP.....	31
5.1 Kesimpulan	31
5.2 Implikasi Penelitian.....	31
5.3 Saran Penelitian.....	31
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	10
Gambar 3.1 <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	11

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Teknik Penilaian	18
Tabel 3.2 Kriteria Uji <i>N-Gain</i>	20
Tabel 4.1 Hasil pretes dan posttest.....	22
Tabel 4.2 Normalitas.....	23
Tabel 4.3 Statistik.....	23
Tabel 4.4 Hasil Korelasi Uji <i>Paired Samples t-Test</i>	25
Tabel 4.5 Hasil <i>Paired Samples Test</i> :	25
Tabel 4.6 Kriteria Uji <i>N-Gain</i>	26
Tabel 4.7 Hasil Perhitungan <i>N-Gain</i>	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK Penetapan Judul Skripsi.....	36
Lampiran 2 Instrumen Penelitian TGMD 3	41
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian	52
Lampiran 4 Surat Balasan Sekolah	53
Lampiran 5 Treatment/ Program.....	54
Lampiran 6 Data Mentah Test.....	75
Lampiran 7 Uji Normalitas	78
Lampiran 8 Uji Deskriptif.....	79
Lampiran 9 Uji Hipotesis	80
Lampiran 10 Hasil Uji <i>N Gain</i>	81
Lampiran 11 Dokumentasi	82

DAFTAR PUSTAKA

- AKY Rianto. (2023). *Teori Belajar Motorik*.
- Ali Budiman, & Dewi. (2022). Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Siswa Melalui Permainan Tradisional Galah Asin. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 4(1), 16–23. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v4i1.144>
- Andini, S. J., Farica, M. C., & Asmawulan, T. (2025). Belajar Sambil Bermain: Cara Sekolah Mendukung Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Early Childhood Research Journal (ECRJ)*, 7(2), 178–186. <https://doi.org/10.23917/ecrj.v7i2.8794>
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Astuty, S. 'Indy, Slamet, S., & Wibowo, R. (2020). Model Pendidikan Gerak untuk Meningkatkan Physical-Self-Concept pada Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 20–25. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24028>
- Firman, R., Prijambodo, N., Punggeti, R. N., & Azizah, L. F. (2025). Strategi Pembelajaran Menyenangkan Berbasis Lingkungan Di Sekolah Dasar: Pendekatan Kualitatif Dalam Meningkatkan Motivasi Siswa. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Interdisipliner*, 2(1), 121–126.
- Kasua, S., Reni, A., Hendrayana, Y., & Rahmat, A. (2024). Persepsi Guru Penjas Terhadap Literasi Fisik Pendidikan Jasmani: Systematic Literature Review. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 4(2), 852–860. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JURDIP>
- Magdalena, I., Afianti², N. A., & Yanti, A. A. (2020). Penilaian Hasil Belajar Siswa Dengan Kurikulum 2013 Di Sd Islam Asysyakirin. *Jurnal Pendidikan Dan Dakwah*, 2(3), 466–476. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>

Pebila Risti, 2025

PENGARUH MODEL PENDIDIKAN GERAK BERBASIS PERMAINAN TERHADAP PENINGKATAN POLA GERAK DASAR SISWA SDN PUNCAK RAYA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Mahendra, A. (2017). *MODEL PENDIDIKAN GERAK IMPLEMENTASI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR*.
- Najwa Utami Humaira, Nayla Arifa Rayhan, Putri Ayu Lestari, Fransiska Sitinjak, F. S. S. (2024). Peran Pendidikan Jasmani Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Sekolah Dasar: Tinjauan Literatur. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(10), 808–815.
- Ningsih, E. P. (2024). Analisis Peran Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Meningkatkan Partisipasi Siswa pada Pelajaran PJOK. *Journal of Salutare*, 1(1), 28–34. <https://doi.org/10.62872/cjja3559>
- Nugraha, L., Mahendra, A., & Herdiyana, I. (2018). Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipulatif Melalui Kerangka Analisis gerak (Movement Analysis Framework). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(2), 24. <https://doi.org/10.17509/tegar.v1i2.11935>
- Nugroho, I. H., Sukmana, A. A., Lestarinigrum, A., Septiano, N. I., & Rizqi, A. B. (2021). Efektifitas Pengembangan Model Permainan Bola Keranjang Aspek Motorik Kasar Anak 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 2127–2137. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1974>
- Prof. Dr. Herman Subarjah, M. S. (2021). Asas Pendidikan Jasmani. *Modul Pendidikan Jasmani, September*, 1–48.
- Purnamasari, W., & Slamet, S. (2018). *Effort to Improve Student Fundamental Locomotor and Manipulative Skills through the Application of Movement Education*. 1(229), 401–408. <https://doi.org/10.5220/0007061904010408>
- Sappile, B. I., Mahmudah, L., Gugat, R. M. D., Farlina, B. F., Shofi, A., Mubarak, & Mardikawati, B. (2024). Dampak penggunaan pembelajaran berbasis game terhadap motivasi dan prestasi belajar. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(1), 714–727.
- Sofyan, D., Fauzi, R. S., Sahudi, U., Rustandi, E., Priyono, A., & Indrayogi, I. (2022). Alternatif Meningkatkan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar: Pendekatan Bermain. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 8(2), 438–448. <https://doi.org/10.31949/jcp.v8i2.2260>

- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian*.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>
- Syamsudar, B., Hambali, S., & Alghifari, I. M. (2025). *Peningkatan Motorik Anak Melalui Program Kebugaran Jasmani Berbasis Permainan*. 7, 12–15.
- Ulrich, D. A. (2013). The Test of Gross Motor Development-3 (TGMD-3): Administration, Scoring, & International Norms. *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 24(2), 27–33.
- Wahab, A., Junaedi, J., & Azhar, M. (2021). Efektivitas Pembelajaran Statistika Pendidikan Menggunakan Uji Peningkatan N-Gain di PGMI. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 1039–1045. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.845>
- Zhang, D., Soh, K. G., Chan, Y. M., & Zaremohzzabieh, Z. (2024). Effect of intervention programs to promote fundamental motor skills among typically developing children: A systematic review and meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 156(October 2023), 107320. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107320>