

**IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI  
UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

(Penelitian Tindakan Kelas)

**SKRIPSI**

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



oleh  
Winda Arianti  
NIM 1602189

**PROGRAM STUDI  
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2019**

**IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**

**LEMBAR HAK CIPTA**

Oleh:

Winda Arianti

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Winda Arianti

Universitas Pendidikan Indonesia

Desember 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak atau sebagian.

Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa ijin penulis.

**Winda Arianti, 2019**

*IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI  
SISWA*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

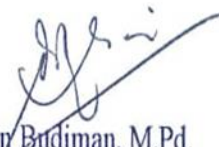
## LEMBAR PENGESAHAN

WINDA ARIANTI

### IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA


disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Didin Budiman, M.Pd.  
NIP 197409072001121001

Pembimbing II




Suherman Slamet, M.Pd.  
NIP 197603062005011010

Mengetahui

Ketua Program Studi

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Dr. Agus Mahendra, M.A.  
NIP 196308241989031002

Winda Arianti, 2019

IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI  
SISWA

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

**IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA**  
**(Penelitian Tindakan Kelas Pada Kelas V SDN 138 Gegerkalong Girang Kota  
Bandung)**

**Winda Arianti**

Email: [ariantiwinda1997@gmail.com](mailto:ariantiwinda1997@gmail.com)

Program Studi PGSD Penjas, Universitas Pendidikan Indonesia

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar sehingga mengharuskan pendidik dapat menerapkan model pembelajaran yang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut. Salah satu model pembelajaran yang tepat untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah dengan model pendidikan gerak. Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh implementasi model pendidikan gerak terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas, jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian dilakukan di SDN 138 Gegerkalong Girang Kota Bandung dengan sampel siswa kelas V A berjumlah 29 siswa. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi kepercayaan diri siswa. Berdasarkan data hasil penelitian yang telah diperoleh menunjukkan adanya peningkatan persentase nilai rata-rata keseluruhan siswa dari hasil observasi awal hingga hasil akhir tindakan yang mengindikasikan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani melalui model pendidikan gerak.

**Kata Kunci:** Model Pendidikan Gerak, Kepercayaan Diri, Pendidikan Jasmani

**Winda Arianti, 2019**

*IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI  
SISWA*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HAK CIPTA.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian .....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus .....	8
1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian .....	8
1.4.1 Dilihat dari segi teori .....	8
1.4.2 Dilihat dari Segi Kebijakan.....	8
1.4.3 Dilihat dari Segi Praktik .....	8
1.4.4 Dilihat dari segi Isu serta Aksi Sosial.....	8
1.5 Struktur Organisasi.....	8
1.5.1 BAB I Pendahuluan .....	9
1.5.2 BAB II Kajian Pustaka .....	9
1.5.3 BAB III Metode Penelitian.....	9
1.5.4 BAB IV Temuan dan Pembahasan .....	9
1.5.5 BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani.....	10
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	10
2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani .....	11
2.2 Kepercayaan Diri.....	12

Winda Arianti, 2019

IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI  
SISWA

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

2.2.1 Definisi Kepercayaan Diri .....	12
2.2.2 Aspek-Aspek Kepercayaan Diri .....	14
2.2.3 Strategi Membangun Kepercayaan Diri .....	14
2.3 Model Pendidikan Gerak.....	15
2.3.1 Definisi Model Pendidikan Gerak .....	15
2.3.2 Konsep Gerak .....	17
2.3.3 Gerak Dasar Fundamental ( <i>Basic Fundamental Movement</i> ).....	17
2.3.4 Pengaturan Pengajaran pada Model Pendidikan Gerak.....	18
2.4 Psikologi Anak Sekolah Dasar dalam Pendidikan Jasmani .....	20
2.5 Kerangka Pemikiran .....	20
2.6 Hipotesis.....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Partisipan .....	23
3.3 Instrumen Penelitian.....	24
3.4 Prosedur Penelitian.....	25
3.5 Analisis Data .....	28
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
4.1 Temuan Penelitian.....	30
4.1.1 Tahap Observasi Awal.....	30
4.1.2 Tahap Siklus 1 Tindakan 1 .....	31
4.1.3 Tahap Siklus 1 Tindakan 2 .....	32
4.1.4 Tahap Siklus 2 Tindakan 1 .....	33
4.1.5 Tahap Siklus 2 Tindakan 2 .....	34
4.2 Pembahasan Penelitian .....	35
4.2.1 Pembahasan Hasil Refleksi Observasi Awal .....	36
4.2.2 Pembahasan Hasil Refleksi Siklus 1 Tindakan 1 .....	36
4.2.3 Pembahasan Hasil Refleksi Siklus 1 Tindakan 2 .....	37
4.2.4 Pembahasan Hasil Refleksi Siklus 2 Tindakan 1 .....	37
4.2.5 Pembahasan Hasil Refleksi Siklus 2 Tindakan 2 .....	38
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	40
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>41</b>
5.1 Simpulan.....	41
5.2 Implikasi.....	41
5.3 Rekomendasi .....	41

Winda Arianti, 2019

IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI  
SISWA

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

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>43</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>47</b>

## DAFTAR PUSTAKA

### Artikel Jurnal dan Buku

- Abels, K. W., & Bridges, J. (2011). Movement Education Framework (MEF) Made EZ!*Strategies*, 25(2), 8–10.  
<https://doi.org/10.1080/08924562.2011.10592134>
- Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2017). *Penelitian Tindakan Kelas* (2 ed.). (Suryani, Ed.) Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Aristiani, R. (2016). Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual. *Jurnal Konseling Gusjigang*, II(2), 182-189.
- Barker, D., Bergentoft, H., & Nyberg, G. (2017). What Would Physical Educators Know About Movement Education? A Review of Literature, 2006–2016. *Quest*, 69(4), 419-435. doi:<https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1268180>
- Budiman, D., & Hidayat, Y. (2015). *Psikologi Anak dalam Pendidikan Jamani*. Bandung.
- Burstiando, R., & Kholis, M. N. (2017). Permainan Invasi dan Permainan Netting untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Fundamental Siswa SD Negeri Se Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*, III(2), 168-177.
- Fernández-Toro, M., & Furnborough, C. (2014). Feedback on feedback: Eliciting learners' responses to written feedback through student-generated screencasts. *Educational Media International*, 51(1), 35–48.  
<https://doi.org/10.1080/09523987.2014.889401>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Gustiawati, R., & Julianti, R. R. (2018). Pengaruh Model Pendidikan Gerak (movement education) terhadap Hasil Penilaian Kognitif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Speed*, II(1), 44-53.
- Hadi, S., & Khory, F. D. (2013). Survei Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan pada Satuan Pendidikan SD, SMP, SMA Negeri Se-Kecamatan Karangan Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, I(01), 64-69.
- Hanief, Y. N., & Sugito. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif*, I(1), 60-73.

Winda Arianti, 2019

IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

- Harjasuganda, D. (2015). Pengembangan Konsep Diri yang Positif pada Siswa SD Sebagai Dampak Penerapan Umpan Balik (Feedback) dalam Proses Pembelajaran Penjas. *Jurnal Pendidikan Dasar*, *I*(9), 1-6.
- Hasbuan, A. T., & Rahmawati. (2019). Sekolah Ramah Anak Era Revolusi Industri 4.0 Di SD Muhammadiyah Pajangan 2 Berbah Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Unsyiah 2*, *II*(1), 49-77.
- Hendriana, H. (2012). Pembelajaran Matematika Humanis dengan Metaphorical Thinking untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung*, *I*(1), 90-105.
- Juliantine, T., Subroto, T., & Yudiana, Y. (2015). *Model-Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani* (1 ed.). Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Kayal, R. (2016). *Movement education : Syllabus on health and physical education and global recommendations on physical activity for health*. *3*(6), 74–76.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, *V*(1), 33-41.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga* (1 ed.). Bandung: Rosda.
- Lindgren, R., & Barker, D. (2019). Implementing the Movement-Oriented Practising Model (MPM) in physical education: empirical findings focusing on student learning. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *24*(5), 534–547. <https://doi.org/10.1080/17408989.2019.1635106>
- Lyons, S. D., & Berge, Z. L. (2012). Social Learning Theory. *Encyclopedia of the Sciences of Learning*, (January). <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1428-6>
- Maharani, A. P., & Widhiasih, L. S. (2016) Respon Siswa Terhadap Umpan Balik Guru Saat Pelajaran Bahasa Inggris di SD Saraswati Denpasar. *Jurnal Bakti Saraswati*, *V*(2), 88-92.
- Mahendra, A. (2015). *Filsafat Pendidikan Jasmani* (1 ed.). Bandung: CV Bintang Warli Artika.
- Mahendra, A. (2017). *Model Pendidikan Gerak Implementasi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*. Bandung.
- Mahendra, A. (2018). Program PDS UPI dalam Pendidikan Jasmani : Membumikan Penjas Bernuansa Mendidik. *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, *II*(1), 1-10.
- Molenda, C. F., & Bhavnagri, N. P. (2009). Cooperation through movement education and children's literature. *Early Childhood Education Journal*, *37*(2), 153–159. <https://doi.org/10.1007/s10643-009-0333-0>

Winda Arianti, 2019

IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

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

- Munandar, U. (2009). *Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat* (3 ed.). Jakarta: PT Rineka Cita.
- Nafiah, Y. N., & Suyanto, W. (2014). Penerapan Model Problem-Based Learning untuk Meningkatkan Keterampilan Berpikir Kritis dan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, IV(1), 125-147.
- Ozbar, N., Mengutay, S., Karacabey, K., & Sevindi, T. (2016). The Effect of Movement Education Program on Motor Skills of Children. *Studies on Ethno-Medicine*, 10(4), 453-460  
doi:<https://doi.org/10.1080/09735070.2016.11905518>
- Rismayanthi, C. (2011). Optimalisasi Pembentukan Karakter dan Kedisiplinan Siswa Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, IX(1), 10-18.
- Sevimli-Celik, S., & Johnson, J. E. (2016). Teacher preparation for movement education: increasing pre-service teachers' competence for working with young children. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 44(3), 274–288. <https://doi.org/10.1080/1359866X.2015.1079303>
- Siska, Sudardjo, & Purnamaningsih, E. H. (2003). Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*(2), 67-71.
- Stephani, R. M. (2016). Peran Guru Dalam Upaya Meningkatkan Higher Order Thinking Melalui Gaya Mengajar Guided-Discovery Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, I(2), 34-42.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (23 ed.). Bandung: Alfabeta Cv.
- Tresnawati, Hidayat, W., & Rohaeti, E. E. (2017). Kemampuan Berfikir Kritis Matematis dan Kepercayaan Diri Siswa. *Pasundan Journal of Research in Mathematics Learning and Education*, II(2), 116-123.
- Virlia, S. (2018). Hubungan kepribadian ekstrovert-introvert dan penerimaan sosial terhadap siswa difabel pada siswa. *Konselor*, 7(1), 31–39.  
<https://doi.org/10.24036/02018718735-0-00>
- Vrij, A., & Bush, N. (2000). Differences in suggestibility between 5– 6 and 10–11 year olds: The relationship with self confidence. *Psychology, Crime and Law*, 6(2), 127-138. doi:<https://doi.org/10.1080/10683160008410837>
- Widayati, A. (2008). Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, VI(1), 87-93.

Yuliawan, D. (2016). Pembentukan Karakter Anak dengan Jiwa Sportif melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Sportif*, II(1), 101-113.

### **Sumber Lain**

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003

**Winda Arianti, 2019**

*IMPLEMENTASI MODEL PENDIDIKAN GERAK SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)