

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA SD BERMAIN LOMPAT  
TALI *BASIC DOUBLE DUTCH***

(Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Sekolah Dasar Kelas V SDN 032 Tili)

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



**Oleh**

Alif Fauji Dermawan

1500227

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2020**

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA SD BERMAIN LOMPAT  
TALI *BASIC DOUBLE DUTCH***

Oleh

Alif Fauji Dermawan

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Alif Fauji Dermawan 2019  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Desember 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**


**Alif Fauji Dermawan**

**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA SD BERMAIN LOMPAT  
TALI *BASIC DOUBLE DUTCH***

Studi Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas V SDN 032 Tilil Bandung

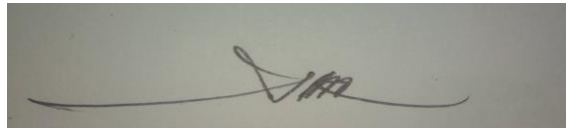
Disetujui dan Disahkan oleh :

**Pembimbing I,**



**Suherman Slamet M.Pd**  
**NIP. 197603082005011001**

**Dosen Pembimbing II,**



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

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani**



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

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Penerapan Model Pendidikan Gerak Untuk Meningkatkan Keterampilan Siswa Sd Bermain Lompat Tali *Basic Double Dutch*” (Penelitian Tindakan Kelas di kelas V SDN 032 Tilil tahun pelajaran 2019/2020) ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar 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 sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya ini.

Bandung, 30 November 2019  
Yang membuat pernyataan,

Alif Fauji Dermawan  
NIM. 1500227

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan karunia-Nya kepada kami dan bersyukur masih diberikan kesehatan. Shalawat serta salam semoga dilimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA SD BERMAIN LOMAPAT TALI *BASIC DOUBLE DUTCH*” (studi Penelitian Tindakan Kelas pada siswa SDN 032 Tilil).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merasa masih banyak kekurangan-kekurangan baik pada teknik penulisan maupun materi, mengingatkan akan kemampuan yang dimiliki peneliti. Untuk itu kritik dan saran dari semua pihak sangat kami harapkan demi penyempurnaan penyusunan skripsi ini.

Akhir kata semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya. Penyusun berharap semoga Allah memberi berkah pada pembaca dan khususnya pada penulis.

Bandung, 10 Desember 2019

Penyusun

## UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillahirabbilalamin, Puji dan syukur khadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada yang terhormat.

Pada kesempatan ini penulis sampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. R. Asep Kadorohman, M.Si. selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia beserta jajarannya.
2. Prof. Dr. H Adang Suherman, MA selaku Dekan FPOK UPI Bandung yang telah mengesahkan judul penelitian sebagai bahan penulisan skripsi berjalan dengan lancar.
3. Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO. selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga FPOK Universitas Pendidikan Indonesia yang telah mengesahkan surat keputusan Dekan sebagai bahan penulisan skripsi berjalan dengan lancar.
4. Dr. Agus Mahendra, M.A selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Dosen Pembimbing Akademik, dan Pembimbing Skripsi saya yang selalu bijak memberikan bimbingan, nasehat serta waktunya dalam penulisan skripsi, sehingga penulisan skripsi ini berjalan lancar.
5. Suherman Slamet, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Skripsi saya yang selalu bijak memberikan bimbingan, nasehat serta waktunya dalam penulisan skripsi, sehingga penulisan skripsi ini berjalan lancar
6. Staf Dosen PGSD PENJAS FPOK Universitas Pendidikan Indonesia yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu selama mengikuti perkuliahan sampai akhir penulisan skripsi.
7. Staf Tata Usaha Universitas Pendidikan Indonesia yang telah banyak membantu penulis selama mengikuti perkuliahan dan penulisan skripsi ini.

8. Orang tua saya Bapak Tahrudin dan Ibu Kasiri atas semua jasanya, kesabarannya Do'a yang tak pernah terputus untuk penulis dan tidak pernah lelah dalam mendidik dan memberikan cintanya yang tulus dan ikhlas kepada penulis sejak kecil.
9. Adik-adik saya Nida Tresna R dan Nabila Putri yang telah memberi semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Melly R yang telah memberikan hiburan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini
11. Seluruh Keluarga besar yang ada di Indramayu atas semua motivasi dan dorongan semangat yang diberikan kepada penulis sehingga dalam penyusunan ini berjalan dengan lancar
12. Drs. Osa, M. M.Pd selaku Kepala Sekolah SDN 032 Tilil Kota Bandung.
13. Suhartini, S.Pd., selaku Guru Pamong PPL SDN 032 Tilil Kota Bandung yang telah memberi bimbingan, arahan, dan dukungan selama penulis melakukan penelitian
14. Teman-teman PPL SDN 032 Tilil Kota Bandung
15. Staf Guru-guru, Tata Usaha, dan Siswa SDN 032 Tilil kota Bandung
16. Teman-teman PGSD PENJAS 2015 semua atas kebersamaan dan bantuan yang berarti bagi penulis.
17. Teman-teman IDA Kom. UPI 2015 semua atas kebersamaan dan bantuan yang berarti bagi penulis.
18. Tria S. S.Pd, Risma J. S.Pd, Nur Annisa S.Pd, atas bimbingan dan saranya
19. Teman-teman SULBOYNYUKMASKITTSEL yang telah banyak membantu dan solidaritasnya
20. Teman-teman seperjuangan Arif Hakim, Moh Ghoilan, Herman, Dedi Nur Y, Wahyu Bani A, Asep Riski G
21. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah membantu kelancaran menyusun skripsi ini.

Semoga Allah memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya demi perbaikan selanjutnya , saran dan kritik yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan

segalanya mudah–mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi penulis umumnya  
bagi kita semua

Bandung, 30 November 2019

Alif Fauji Dermawan

NIM. 1500227



**PENERAPAN MODEL PENDIDIKAN GERAK UNTUK  
MENINGKATKAN KETERAMPILAN SISWA SD BERMAIN LOMPAT  
TALI *BASIC DOUBLE DUTCH***

(Penelitian Tindakan Kelas pada siswa kelas V SDN 032 Tilil)

Alif Fauji Dermawan

Pembimbing 1 Suherman Slamet, M.Pd.

Pembimbing 2 Dr. Agus Mahendra, MA

**Abstrak**

Penelitian ini dimotivasi oleh rendahnya keterampilan bermain lompat tali siswa SDN 032 Tilil. Penelitian ini dimaksudkan atau ditunjukkan untuk menerapkan model pendidikan gerak untuk meningkatkan bermain aktivitas lompat tali *basic double dutch*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dengan instrumen *Australian Rope Skipping Association*, dan catatan lapangan. Partisipan penelitian ini adalah 32 siswa kelas V C SDN 032 Tilil. Pada tahun akademik 2019/2020, terdiri dari ( 19 laki-laki dan 13 perempuan). Hasil pre-test menunjukkan keterampilan bermain lompat tali *basic double dutch* siswa rata-rata yaitu 54,69%; Pada siklus 1 tindakan 2 yaitu, 56,41%; Pada siklus 2 tindakan 1 yaitu 70,00%; Dan pada siklus 2 tindakan 2 yaitu, 77,50%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Penerapan model Pendidikan gerak dapat meningkatkan keterampilan bermain lompat tali *basic double dutch* pada siswa kelas V C SDN 032 Tilil.

**Kata kunci:** Pendidikan Jasmani, Model Pendidikan Gerak, *Basic Double Dutch*

***THE IMPELEMNTATION OF MOVEMENT EDUCATION MODEL TO  
INCREASE THE SKILLS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS PLAY  
BASIC DOUBLE DUTCH JUMPING ROPE***

*(Class action research on V-grade SDN 032 Tilil)*

Alif Fauji Dermawan

*Supervisor 1* Suherman Slamet, M.Pd.

*Supervisor 2* Dr. Agus Mahendra, MA

***Abstract***

*The research was motivated by the lack of skills to play jumping rope students SDN 032 Tilil. The research was intended or demonstrated to implement a motion education model to increase the playing activity of basic double Dutch rope jumping. The methods used in this research were class action research with Instruments, Australian Rope Skipping Association, and Field records. The participants of this research were 32 students of V C SDN 032 Tilil. In the academic year 2019/2020, consisted of (19 men and 13 women). Results of pre-test showed from play basic double dutch is reached 51.72%; In 1 Cycle action 1 reaches 54.69%; At Cycle 1 The action 2 reaches, 56.41%; In Cycle 2 Action 1 reaches 70.00%; And in Cycles 2 action 2 reaches, 77.50%. Thus it can be concluded that the implementation of the model of motion education can increase the playing activity of basic double Dutch rope jumping on students V C class of SDN 032 Tilil.*

***keywords:*** *Physical education, Models, Motion education, basic double dutch.*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
LEMBAR HAK CIPTA .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
UCAPAN TERIMAKASIH.....	v
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR DIAGRAM.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.. .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.5 Struktur Organisasi Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	7
2.1 Landasan Teoritis .....	7
2.1.1 Pengertian Pendidikan Dan Pendidikan Jasmani .....	7
2.1.2 Model Pembelajaran.....	8
2.1.3 Model Pendidikan Gerak.....	10
2.1.3.1 Hakikat Model Pendidikan Gerak.....	10
2.1.3.2 Konsep Gerak .....	11
2.1.4 Anak Dan Aktivitas Bermain .....	12
2.1.5 Aktivitas Lompat Tali <i>Basic Double Dutch</i> .....	12
2.1.5.1 Pengertian Lompat Tali.....	12
2.2.5.2 <i>Double Dutch</i> .....	13
2.2 Penelitian Terdahulu .....	14
2.3 Kerangka Berpikir.....	15

2.4 Pengajuan Hipotesis .....	15
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>16</b>
3.1 Desain Penelitian .....	16
3.2 Partisipan .....	17
3.2.1 Lokasi Penelitian .....	17
3.2.2 Dasar Pertimbangan .....	17
3.3 Instrumen Penelitian.....	18
3.3.1 Lembar Observasi .....	18
3.3.1.1 Penilaian <i>Basic Double Dutch</i> .....	19
3.3.2 Catatan Lapangan.....	22
3.3.3 Rekaman Foto .....	22
3.4 Prosedur Penelitian.....	22
3.4.1 Observasi Awal .....	22
3.4.2 Perencanaan ( <i>planning</i> ).....	23
3.4.3 Pelaksanaan Tindakan ( <i>action</i> ) .....	23
3.4.4 Pengamatan ( <i>observing</i> ).....	23
3.4.5 Refleksi ( <i>reflecting</i> ).....	24
3.5 Analisis Data .....	24
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>26</b>
4.1 Temuan Penelitian.....	26
4.1.1 Hasil Analisis Data.....	27
4.1.1.1 Pre Test .....	27
4.2 Hasil Penelitian .....	35
4.2.1 Deskripsi Siklus 1 Tindakan 1 .....	35
4.2.2 Deskripsi Siklus 1 Tindakan 2 .....	39
4.2.3 Catatan Lapangan Siklus 1 .....	44
4.2.4 Deskripsi Siklus 2 Tindakan 1 .....	45
4.2.5 Deskripsi Siklus 2 Tindakan 2 .....	49
4.2.6 Catatan Lapangan Siklus 2.....	54
4.3 Hasil Keseluruhan Siklus 1 dan 2 .....	55
4.4 Perbandingan Setiap Hasil Penelitian .....	55
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian Dalam Setiap Tindakan.....	59

4.6 Temuan Akhir Dari Hasil Penelitian Tindakan Kelas .....	61
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....	62
5.1 Kesimpulan .....	62
5.2 Implikasi .....	62
5.3 Rekomendasi.....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	65
Lampiran Rpp .....	67
Lampiran Izin Penelitian.....	102
Lampiran Balasan Penelitian.....	103
Lampiran Buku Bimbingan.....	104
Lampiran SK .....	106
Lampiran Foto.....	109
Lampiran Riwayat Hidup.....	111

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1 Format Penilaian <i>Basic Double Dutch</i> .....	19
Tabel 3.2 Interval Ketuntasan Belajar Klasikal .....	25
Tabel 4.1 Instrumen Penilaian ( <i>Basic Double Dutch</i> ) .....	29
Tabel 4.2 Hasil Pre Test <i>Basic Double Dutch</i> .....	32
Tabel 4.3 Kriteria Nilai .....	33
Tabel 4.4 Hasil Penelitian Siklus 1 Tindakan 1 <i>Basic Double Dutch</i> .....	37
Tabel 4.5 Kriteria Nilai .....	38
Tabel 4.6 Hasil Penelitian Siklus 1 tindakan 2 <i>Basic Double Dutch</i> .....	42
Tabel 4.7 Kriteria Nilai .....	43
Tabel 4.8 Hasil Penelitian Siklus 2 Tindakan 1 <i>Basic Double Dutch</i> .....	47
Tabel 4.9 Kriteria Nilai .....	48
Table 4.10 Hasil Penelitian Siklus 2 Tindakan 2 <i>Basic Double Dutch</i> .....	52
Tabel 4.11 Kriteria Nilai .....	53

## DAFTAR DIAGRAM

	<b>Halaman</b>
Diagram 4.1 Hasil Pre Test <i>Basic Double Dutch</i> .....	34
Diagram 4.2 Hasil Penelitian Siklus 1 Tindakan 1 <i>Basic Double Dutch</i> .....	39
Diagram 4.3 Hasil Penelitian Siklus 1 Tindakan 2 <i>Basic Double Dutch</i> .....	43
Diagram 4.4 Hasil Penerapan Siklus 2 Tindakan 1 <i>Basic Double Dutch</i> .....	49
Diagram 4.5 Hasil Penelitian Siklus 2 Tindakan 2 <i>Basic Double Dutch</i> .....	53
Diagram 4.6 Hasil Pre Test .....	55
Diagram 4.7 Pre Test, dan siklus 1 tindakan 1.....	56
Diagram 4.8 Pre Test, Siklus 1 tindakan 1, dan siklus 1 tindakan 2.....	57
Diagram 4.9 Pre Test, Siklus 1 tindakan 1, Siklus 1 tindakan 2, dan Siklus 2 tindakan 1 .....	58
Diagram 4.10 Pre Test, Sklus 1 tindakan 1, Siklus 1 tindakan 2, Siklus 2 tindakan 1, dan Siklus 2 tindakan 2.....	59

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 <i>Double Dutch</i> .....	14
Gambar 3.1 Siklus Penelitian Tindakan Kelas.....	17
Gambar 3.2 Format Catatan Lapangan .....	22



## DAFTAR PUSTAKA

### Buku:

- Arikunto, S, dkk (2010). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Drajat, J & Abduljabar, B (2014). *Aplikasi Statistika Dalam Penjas Lengkap Dengan Perhitungan SPSS*. Bandung : CV Bintang Warliartika
- Juliantine, T. dkk. (2015). *Model Model Pendidikan Jasmani*. Bandung.
- Mahendra, A. (2017). *Model Pendidikan Gerak Implementasi Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*. Bandung.
- Sugiyono, (2013). *Metode Penlitian Pendidikan. Bandung*. Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung.

### Jurnal:

- Altinkök, M. (2016). The Effects of Coordination and Movement Education on Pre School Children's Basic Motor Skills Improvement. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 1050–1058.  
<https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040515>
- Anwar, M. H. (2005). Pendidikan jasmani sekolah dasar sebagai wahana kompensasi gerak anak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(1), 45–53.
- Baker, C., & Warner K. (t.t). Double Dutch Skills. *Australian Rope Skipping Association*
- Bandi, A. M (2011). Abdullah: Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani – *Google Scholar*, 8(April), 1-9. Retrived from  
[http://scholar?cites=1695785154429841909&as\\_sdt=2015&scioldt=0,5&hl=en](http://scholar?cites=1695785154429841909&as_sdt=2015&scioldt=0,5&hl=en).
- Hernandez, B. L M., dkk. (2013). Jump Rope Skills For Fun And Fitness In Grade K-12. *Jurnal Of Physical Education, Recreation & Dance*, 80(7), 15-41.  
<http://doi.org/10.1080/07303084.2009.10598352>.

- Hidayat, A. (2017). Peningkatan aktivitas gerak lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif menggunakan model permainan pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 9(September), 21–29.
- Nugraha, L., Mahendra, A., & Herdiyana, I. (2018). *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School Penerapan Model Pendidikan Gerak Dalam Pengembangan Pola Gerak Dasar Manipu- latif Melalui Kerangka Analisis gerak ( Movement Analysis Framework )*, 1(2), 24–32.
- Pathurohman, M., & Wibowo, R. (2018). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Melalui Aktivitas Lompat Tali Dengan Penerapan Gaya *Practice*. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 2(2), 114.  
<http://doi.org/10.17509/jtikor.v2i2.7985>.
- Sumarsono, A. (2017). IMPLEMENTATION THE MODEL OF ATHLETIC LEARNING THROUGH THE, 4, 70–83.
- Widayati A. (2008). Staf Pengajar Jurusan Pendidikan Akuntansi – Universitas Negeri Yogyakarta 87. *JURNAL PENDIDIKAN AKUNTANSI INDONESIA Vol. VI No. 1 – Tahun 2008 Hal. 87 - 93 PENELITIAN*, VI(1), 87–93.

**Sumber lain:**

- Padmaswari G, dkk. (2017). Kemampuan Berbicara Anak Kelompok A Gugus Iv Kecamatan Buleleng. Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha. *e-Journal Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Pendidikan Ganesha*. 5(2).