

**MENINGKATKAN BELAJAR GERAK DASAR  
MANIPULATIF MENENDANG MELALUI PERMAINAN  
PADA PESERTA DIDIK FASE A SEKOLAH DASAR**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**SULTHAN HADIST ISMAIEDH CUKARSO  
1606822015**

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mendapatkan  
Gelar Magister

**PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2024**



**MENINGKATKAN BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF  
MENENDANG MELALUI PERMAINAN PADA PESERTA DIDIK FASE  
A SEKOLAH DASAR**

**SULTHAN HADIST ISMAIEDH CUKARSO  
1606822015**

**sulthan\_1606822015@mhs.unj.ac.id**

**ABSTRAK**

Gerak dasar manipulatif menendang adalah fondasi dasar untuk berbagai aktivitas dan menawarkan manfaat diberbagai aspek kehidupan. Namun masih banyak peserta didik yang melakukan gerakan menendang belum terarah dan cenderung sesukanya tanpa memperhatikan teknik dan sikap yang benar. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar manipulatif menendang bagi peserta didik fase A sekolah dasar melalui permainan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kemmis dan mc taggart dengan empat tahap yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini melibatkan guru sebagai kolaborator dan 60 subjek yang berasal dari 2 sekolah yang memiliki permasalahan yang sama. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan secara signifikan bertahap dari tes awal ke siklus I sebesar 47% dan meningkat kembali dari siklus I ke siklus II sebesar 42%. Sehingga peningkatan dari tes awal hingga siklus II meningkat sebesar 89%. Dengan demikian, permainan yang digunakan dalam penelitian ini memiliki pengaruh dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif menendang pada peserta didik fase A.

**Kata Kunci:** Gerak Dasar, Manipulatif, Menendang, Sekolah Dasar



**IMPROVING LEARNING OF BASIC MANIPULATIVE MOVEMENTS  
OF KICKING THROUGH GAMES IN PHASE A ELEMENTARY  
SCHOOL STUDENTS**

**SULTHAN HADIST ISMAIEDH CUKARSO  
1606822015**

**sulthan\_1606822015@mhs.unj.ac.id**

**ABSTRACT**

The basic manipulative movement of kicking is the basic foundation for various activities and offers benefits in various aspects of life. However, there are still many learners who perform kicking movements that are not directed and tend to be arbitrary without paying attention to the correct technique and attitude. This study aims to improve the basic manipulative movements of kicking for phase A primary school students through games. This study uses a kemmis and mc taggart action research design with four stages consisting of planning, implementation, observation, and reflection. This study involved teachers as collaborators and 60 subjects from 2 schools that have the same problems. The results showed a gradual significant increase from the initial test to cycle I by 47% and increased again from cycle I to cycle II by 42%. So that the increase from the initial test to cycle II increased by 89%. Thus, the game used in this study has an influence in improving the ability of kicking manipulative basic movements in phase A students.

**Keywords:** Basic Movement, Manipulative, Kicking, Elementary School



**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING  
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I



Dr. Sjarwo, M.Pd.

Tanggal : 25-07-2024..

Pembimbing II



Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes.

Tanggal : 25-07-2024..

Nama

Dr. Hernawan S.E., M.Pd

(Ketua)<sup>1</sup>



.....

(Tanda tangan)

..26-07-2024

(Tanggal)

Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd.

(Koordinator Prodi)<sup>2</sup>



.....

(Tanda tangan)

..26-07-2024..

(Tanggal)

Nama : Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso

No. Registrasi : 1606822015

Tanggal Lulus :

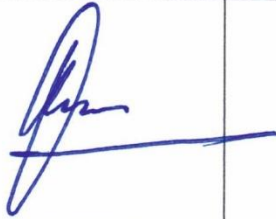

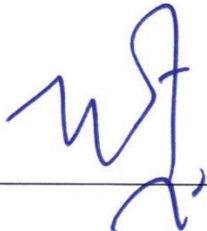


Angkatan : 2022

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani





**PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS**






No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr. Oman U. Subandi, M.Pd (Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani)		26 / 24 / 07
2	Dr. Sujarwo, M.Pd. (Pembimbing I)		25 / 24 / 07
3	Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes. (Pembimbing II)		25 / 24 / 07
4	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd. (Penguji)		25 / 24 / 07
5	Dr. Setyo Purwanto, M.Pd. (Penguji)		26 / 24 / 07

Nama : Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso

No. Registrasi : 1606822015



**PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS  
SETELAH UJIAN TESIS**

No.	Nama	Saran Perbaikan	Letak Tindak Perbaikan	Tanda Tangan
1	Dr. Oman U. Subandi, M.Pd (Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani)	Perbaiki Instrumen yang Meliputi Konsep Gerak (Awalan, Pelaksanaan, Akhiran)	Hal. 75	
2	Dr. Sujarwo, M.Pd. (Pembimbing I)	Perbaiki Instrumen Penelitian Bagian Deskriptornya Sumber Dokumentasi	Hal 6, 69,101 75 Lampiran 10	
3	Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes. (Pembimbing II)	Perbaiki Penulisan dan Instrumen Penelitian	Bab 1-5 Hal. 75	
4	Prof. Dr. Samsudin, M.Pd. (Penguji)	Media Pembelajaran diperbanyak Buat Fokus Utama Belajar (Tujuan, Proses, Penilaian) Prosedur Tindakan ditata	Lampiran 5	
5	Dr. Setyo Purwanto, M.Pd. (Penguji)	Media Pembelajaran diperbesar Spasi dan Teknik Penulisan Diperhatikan	Hal 11, 29, 33, 45, 54, 55, 56, 185, 186 Lampiran 5	

Judul:

MENINGKAT BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF MENENDANG MELALUI PERMAINAN PADA PESERTA DIDIK FASE A SEKOLAH DASAR

Nama : Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso

No. Registrasi : 1606822015

Angkatan : 2022



## LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso  
NIM : 1606822015  
Tempat / Tanggal Lahir : Bekasi, 16 Maret 2000  
Program : Magister  
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Meningkatkan Belajar Gerak Dasar Manipulatif Menendang Melalui Permainan Pada Peserta Didik Fase A Sekolah Dasar” merupakan hasil karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 17 Juli 2024  
Yang Menyatakan,



Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso  
NIM. 1606822015







KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso  
NIM : 1606822015  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan / Magister Pendidikan Jasmani  
Alamat email : [sulthanhadist@gmail.com](mailto:sulthanhadist@gmail.com)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi  Tesis  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

MENINGKATKAN BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF MENENDANG  
MELALUI PERMAINAN PADA PESERTA DIDIK FASE A SEKOLAH DASAR

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 31 Juli 2024  
Penulis

  
(Sulthan Hadist Ismaiedh Cukarso)





## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. yang telah memberikan kenikmatan baik nikmat iman nikmat islam serta sehat jasmani maupun rohani, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini untuk menempuh gelar akademik Magister Pendidikan Jasmani Di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Tesis ini penulis mengambil judul **“MENINGKATKAN BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF MENENDANG MELALUI PERMAINAN PADA PESERTA DIDIK FASE A SEKOLAH DASAR”**.

Dalam menyusun dan menyelesaikan tesis ini, penulis memperoleh banyak bimbingan, petunjuk, dorongan serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin M.Si, selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Dr. Hernawan, SE., M.Pd. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Dr. Oman U. Subandi, M.Pd, selaku Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani.
4. Dr. Sujarwo, M.Pd., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan tesis ini.
5. Dr. Yasep Setiakarnawijaya, M.Kes., selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan tesis ini.
6. Terima kasih pula kepada keluarga, teman-teman seperjuangan, rekan kerja, dll yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah banyak membantu dalam penyelesaian studi di Program Studi Magister Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Penulis sampaikan terima kasih atas segala bantuan dan bimbingannya, semoga kebaikan dan perhatian yang telah mereka berikan mendapat pahala dari Allah SWT., dan senantiasa didalam lindungan-Nya, Amin. Namun demikian, besar harapan penulis agar tesis ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca

pada umumnya. Akhir kata, semoga tesis ini menjadi bagian dari ibadah penulis kepada Allah SWT dan semoga bermanfaat bagi semua pihak. Aamiin

Jakarta, 17 Juli 2024

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TESIS .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xxi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xxiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian .....	6
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Kegunaan Hasil Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK.....</b>	<b>7</b>
A. Konsep Penelitian Tindakan.....	7
B. Konsep Model Tindakan .....	30
C. Penelitian yang Relevan .....	65
D. Kerangka Teoretik.....	67
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>69</b>
A. Tujuan Penelitian.....	69
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	69
C. Metode Penelitian.....	69
D. Prosedur Penelitian Tindakan.....	70
E. Kriteria Keberhasilan Tindakan.....	72
F. Sumber Data.....	72
G. Teknik Pengumpulan Data .....	73
H. Instrumen Penelitian.....	73
I. Validasi Data.....	75
J. Teknik Analisis Data .....	78

K. Tim Kolaborasi.....	78
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>79</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	79
B. Pembahasan .....	98
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>	<b>101</b>
A. Kesimpulan.....	101
B. Implikasi.....	101
C. Saran.....	101
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>103</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>115</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>271</b>



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1	Karakteristik Penelitian Formal dengan Penelitian Tindakan Ritonga et al. (2021) ..... 10
Tabel 2.2	Karakteristik Penelitian Tradisional dengan Penelitian Tindakan Lufungulo et al. (2021) ..... 12
Tabel 2.3	Karakteristik Penelitian Tindakan Kelas dengan Penelitian Tindakan Fang (2007)..... 13
Tabel 2.4	Jenis Penelitian Tindakan ..... 28
Tabel 2.5	Urutan Perkembangan untuk Menendang..... 31
Tabel 2.6	Penilaian Gerak Dasar Menendang (TGMD-2)..... 33
Tabel 2.7	Indikator Gerak Dasar Manipulatif Menendang ..... 34
Tabel 2.8	Capaian Pembelajaran Mata Pelajaran PJOK Fase A..... 53
Tabel 2.9	Indikator Alur Perkembangan yang Menjadi Poin Pembelajaran dan Indikator Asesmen ..... 54
Tabel 2.10	Penelitian yang Relevan..... 65
Tabel 3.1	Kisi-Kisi Instrumen Gerak Dasar Menendang..... 75
Tabel 3.2	Hasil Uji Validasi Ahli ..... 76
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas ..... 77
Tabel 3.4	Kriteria Koefisien Korelasi ..... 77
Tabel 3.5	Hasil Uji Reliabilitas..... 78
Tabel 4.1	Perolehan Nilai Tes Awal Gerak Dasar Menendang ..... 79
Tabel 4.2	Frekuensi Tes Awal Gerak Dasar Menendang ..... 81
Tabel 4.3	Persentase Ketuntasan Hasil Tes Awal Gerak Dasar Menendang (Pre Test) ..... 82
Tabel 4.4	Perolehan Nilai Siklus I Gerak Dasar Menendang ..... 86
Tabel 4.5	Frekuensi Siklus I Gerak Dasar Menendang ..... 87
Tabel 4.6	Persentase Ketuntasan Hasil Siklus I Gerak Dasar Menendang..... 88
Tabel 4.7	Perolehan Nilai Siklus II Gerak Dasar Menendang..... 93
Tabel 4.8	Frekuensi Siklus II Gerak Dasar Menendang ..... 94
Tabel 4.9	Persentase Ketuntasan Hasil Siklus II Gerak Dasar Menendang .... 95
Tabel 4.10	Hasil Perbandingan Penilaian Gerak Dasar Menendang ..... 97



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Data Awal Observasi Belajar Gerak Menendang .....	2
Gambar 1.2 Visualisasai Pemetaan Hasil Wawancara .....	3
Gambar 2.1 Model Siklus Kurt Lewin (1946).....	16
Gambar 2.2 Model Siklus Kemmis et al. (2014).....	17
Gambar 2.3 Model Siklus John Elliot (1991).....	18
Gambar 2.4 Model Siklus Ebbutt dan Elliott (1985).....	20
Gambar 2.5 Model Siklus McKernan (1996).....	21
Gambar 2.6 Model Siklus Richard A Schmuck (1996).....	22
Gambar 2.7 Model Siklus Margaret Riel (2019).....	23
Gambar 2.8 Model Siklus Gerald I Susman (1983).....	24
Gambar 2.9 Model Siklus Jean McNiff dan Whitehead (2002).....	24
Gambar 2.10 Model Siklus Ernest T Stringer (2007).....	25
Gambar 2.11 Model Siklus Piggot-Irvine (2009).....	26
Gambar 2.12 Model Siklus Emily F. Calhoun (1994).....	27
Gambar 2.13 Model Siklus David Hopkins (2014).....	28
Gambar 2.14 Urutan Perkembangan Menendang.....	33
Gambar 2.15 Bagian Kaki Untuk Menendang (Subroto, 2009).....	37
Gambar 3.1 Model Penelitian Tindakan Kemmis et al. (2014).....	70
Gambar 3.2 Pedoman Tes Gerak Dasar Manipulaitf Menendang.....	74
Gambar 4.1 Diagram Hasil Tes Awal Menendang.....	81
Gambar 4.2 Diagram Persentase Ketuntasan Hasil Tes Awal Gerak Dasar Menendang (Pre Test).....	82
Gambar 4.3 Diagram Hasil Siklus I Menendang.....	88
Gambar 4.4 Diagram Persentase Ketuntasan Hasil Siklus I Gerak Dasar Menendang.....	89
Gambar 4.5 Diagram Hasil Siklus II Menendang.....	95
Gambar 4.6 Diagram Persentase Ketuntasan Hasil Siklus II Gerak Dasar Menendang.....	96
Gambar 4.7 Diagram Persentase Peningkatan Peserta Didik.....	97







## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian .....	115
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian .....	117
Lampiran 3. Surat Izin Validasi Ahli .....	119
Lampiran 4. Hasil Uji Validasi Ahli .....	122
Lampiran 5. Modul Ajar Pembelajaran Menendang .....	125
Lampiran 6. Catatan Lapangan .....	160
Lampiran 7. Hasil Olah Data Penelitian .....	184
Lampiran 8. Hasil Wawancara .....	192
Lampiran 9. Surat Izin Orang Tua / Wali Murid .....	194
Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian .....	254



