

**PENINGKATAN MOTIVASI SISWA DALAM BELAJAR
KUDA-KUDA DASAR KARATE MELALUI PENERAPAN
METODE PERMAINAN PADA PESERTA EKTRAKURIKULER
KARATE DI SDN PONDOK KELAPA 05 PAGI**



Intelligentia - Dignitas

MUHAMAD YAUFİ SEPTIAWAN

1601621050

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI,
KESEHATAN, DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

Dr. Eka Fitri Novita Sari, S.Pd., M.Pd

NIP. 197908252005012002

20/01/2026

Pembimbing II

Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd

NIP. 196201051988031001

20/01/2026

Nama

Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

1. Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd.,
M.Kes. AIFO.

NIP. 197205222006042001

Ketua

22/01/2026

2. Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd.

NIP. 196311061989031001

Sekretaris

21/01/2026

3. Dr. Eka Fitri Novita Sari, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197908252005012002

Anggota

20/01/2026

4. Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd.

NIP. 196201051988031001

Anggota

20/01/2026

5. Dr. Shela Ginanjar, M.Pd

NIP. 198804142022031003

Anggota

21/01/2026

Tanggal Lulus: 23/01/2026



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: 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 : Muhamad Yaufi Septiawan
NIM : 1601621050
Fakultas/Prodi : FIOK/Pendidikan Jasmani kesehatan Dan Rekreasi
Alamat email : yaufiseptiawan05@gmail.com

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

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

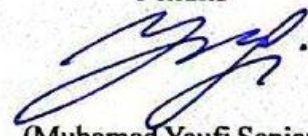
yang berjudul: **PENINGKATAN MOTIVASI SISWA DALAM BELAJAR KUDA-KUDA DASAR KARATE MELALUI PENERAPAN METODE PERMAINAN PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER KARATE DI SDN PONDOK KELAPA 05 PAGI**

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 22 Januari 2026
Penulis


(Muhamad Yaufi Sepiawan)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta ataupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni dari sebuah ide, gagasan, dan penelitian saya sendiri yang dibantu oleh arahan dosen pembimbing.
3. Seluruh tulisan dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis oleh orang lain, kecuali pendapat yang dijadikan sebagai acuan dan telah disebutkan nama pengarang serta dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat ketidakbenaran dan penyimpangan dalam pernyataan ini dikemudian hari, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 22 Januari 2026

Yang membuat pernyataan,



Muhamad Yaufi Septiawan

No. Reg. 1601621050

PENINGKATAN MOTIVASI SISWA DALAM BELAJAR KUDA-KUDA DASAR KARATE MELALUI PENERAPAN METODE PERMAINAN PADA PESERTA EKTRAKURIKULER KARATE DI SDN PONDOK KELAPA 05 PAGI

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan meningkatkan motivasi siswa dalam belajar kuda-kuda dasar karate yaitu *zenkutsu dachi*, *kokutsu dachi*, dan *kiba dachi* menggunakan metode permainan. Penelitian ini dilakukan pada peserta ekstrakurikuler karate di SDN Pondok Kelapa 05 Pagi. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas dengan menggunakan model penelitian Kemmis dan McTaggart. Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa usia 7 – 9 tahun yang berjumlah 15 siswa. Desain permainan yang dibuat oleh peneliti dan angket variabel motivasi terdiri dari dua dimensi yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang di validasi oleh dosen ahli. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan SPSS 30. Kesimpulan akhir penelitian ini adalah desain permainan dan angket motivasi siswa yang digunakan layak diterapkan dalam belajar kuda-kuda dasar karate khususnya siswa usia 7 – 9 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler karate di SDN Pondok Kelapa 05 Pagi, dengan hasil dari pengolahan data tersebut adalah sebelum diberikan tindakan diperoleh rata-rata nilai yaitu 72% dengan kategori motivasi sedang dan setelah diberikan penerapan metode permainan dalam belajar kuda-kuda dasar karate diperoleh rata-rata nilai 83% dengan kategori motivasi tinggi. Hal ini menunjukkan penerapan metode permainan dapat meningkatkan motivasi siswa dalam belajar kuda-kuda dasar karate dan meningkatkan pengetahuan siswa perbedaan kuda-kuda dasar tersebut yaitu *zenkutsu dachi*, *kokutsu dachi*, dan *kiba dachi*.

Kata kunci : Motivasi, Kuda-kuda dasar karate, Metode Permainan

Intelligentia - Dignitas

IMPROVING STUDENT MOTIVATION IN LEARNING BASIC KARATE STANCES THROUGH THE APPLICATION OF GAME-BASED METHODS AMONG AKARATE EXTRACURRICULAR PARTICIPANTS AT SDN PONDOK KELAPA 05 PAGI

ABSTRACT

This study aimed to enhance students' learning motivation in practicing basic karate stances namely zenkutsu dachi, kokutsu dachi, and kiba dachi through the implementation of a game-based learning method. The research was conducted with participants of the karate extracurricular program at SDN Pondok Kelapa 05 Pagi. The study employed a Classroom Action Research (CAR) design based on the Kemmis and McTaggart model, which consists of planning, action, observation, and reflection stages. The research subjects were 15 students aged 7–9 years. The game designs were developed by the researcher, while the motivation questionnaire comprised two dimensions: intrinsic motivation and extrinsic motivation. Both the game designs and the motivation questionnaire were validated by expert lecturers. Validity and reliability testing were performed using SPSS version 30. The results indicated that prior to the implementation of the intervention, students' average motivation score was 72%, categorized as moderate motivation. Following the application of the game-based learning method, the average motivation score increased to 83%, categorized as high motivation. These findings demonstrate that the game-based learning method effectively improves students' motivation in learning basic karate stances and enhances their understanding of the differences among zenkutsu dachi, kokutsu dachi, and kiba dachi. Therefore, the developed game designs and motivation instrument are considered feasible and effective for use in teaching basic karate stances, particularly for students aged 7–9 years participating in extracurricular karate activities.

Keywords: Motivation, Basic Karate Stances, Game Method

Intelligentia - Dignitas

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr. Wb

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan kekuatan yang telah diberikan sehingga penulisan skripsi yang berjudul Peningkatan Motivasi Siswa dalam Belajar Kuda-Kuda Dasar Karate melalui Penerapan Metode Permainan pada Peserta Ekstrakurikuler Karate di SDN Pondok Kelapa 05 Pagi. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga, Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Jakarta, bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.
3. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes., AIFO.
4. Ibu Dr. Eka Fitri Novita Sari, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I saya, yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing saya dalam menyusun penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Mustafa Masyhur, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II saya, yang telah memberikan kesempatan, ilmu dan juga pengalamannya kepada saya.
6. Ibu Lita Mulia, M.Pd. selaku Dosen Ahli Cabang Olahraga Karate, Bapak Dr. Tirta Apriyanto, S.Pd., M.Si. selaku Dosen Ahli Psikologi Olahraga.
7. Bapak Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbingan Akademik yang telah membimbing saya selama perkuliahan.
8. Kepala Sekolah SDN Pondok Kelapa 05 Pagi yang telah memberikan kesempatan saya dalam penelitian disekolah tersebut.
9. Orang tua saya, bapak dan ibu yang saya sayang dan saya cinta. Atas doa restu, dukungan moral, serta motivasi selama penulis menempuh pendidikan hingga penyusunan skripsi ini.
10. Sinta Amelia S.Or. yang telah memberikan *positive vibes* kepada saya dalam menyelesaikan kendala yang ada hingga sampai di titik saat ini.
11. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dan membutuhkan penelitian lebih lanjut. Saya sangat mengharapkan kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi ini. Saya berharap gagasan yang disusun ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Jakarta, 22 Januari 2026

M.Y.S

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Perumusan Masalah.....	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian	8
BAB II.....	9
KAJIAN TEORITIK	9
A. Konsep Penelitian Tindakan	9
B. Konsep Model Tindakan	11
C. Kerangka Teoretik	16
1. Motivasi Belajar	16
2. Kuda-Kuda Karate	26
3. Konsep Anak Usia Sekolah.....	33
4. Hakikat Permainan	35
BAB III.....	38
METODOLOGI PENELITIAN	38
A. Tujuan Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Prosedur Penelitian Tindakan	40

D. Teknik Pengumpulan Data.....	44
E. Validasi Data.....	47
F. Instrumen Penelitian.....	49
BAB IV	67
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	67
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	67
B. Pembahasan Hasil Penelitian	86
BAB V.....	91
KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN.....	97
RIWAYAT HIDUP	157



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Konsep Model Tindakan Kemmis dan McTaggart	13
Gambar 2. 2 Hierarki Kebutuhan Maslow	17
Gambar 2. 3 Kuda-Kuda Beladiri Karate.....	29
Gambar 2. 4 Zenkutsu Dachi	30
Gambar 2. 5 Kokutsu Dachi.....	31
Gambar 2. 6 Kiba Dachi.....	32
Gambar 3. 1 Triangulasi Sumber	47
Gambar 3. 2 Triangulasi Teknik	48
Gambar 3. 3 Triangulasi Waktu	48
Gambar 4. 1 Grafik Persentase Motivasi Siswa Pada Pra Siklus.....	70
Gambar 4. 2 Grafik Persentase Motivasi Siswa Pada Siklus I.....	81
Gambar 4. 3 Grafik Peningkatan Motivasi Siswa.....	85
Gambar 4. 4 Grafik Rata-Rata Persentase Motivasi Siswa.....	88
Gambar 4. 5 Grafik Peningkatan Motivasi Siswa Setiap Siklus.....	88
Gambar 4. 6 Grafik Hasil Observasi Motivasi Siswa	89
Gambar 4. 7 Grafik Hasil Observasi Peningkatan Motivasi Siswa.....	89
Gambar 4. 8 Hasil Angket Motivasi Siswa dan Hasil Observasi Kolabolator.....	90

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Waktu Pelaksanaan Penelitian	39
Tabel 3. 2 Rencana Pelaksanaan Penelitian	42
Tabel 3. 3 Nama Kolabolator	46
Tabel 3. 4 Nama Ahli Uji Validasi Instrumen Penelitian	49
Tabel 3. 5 Nilai R Product Momen	53
Tabel 3. 6 Hasil Validitas Instrumen Motivasi	54
Tabel 3. 7 Hasil Validitas Intrumen 20 Pernyataan	55
Tabel 3. 8 Kisi-Kisi Angket Motivasi Belajar Siswa	57
Tabel 3. 9 Rubrik Penilaian Angket Motivasi Belajar Siswa	58
Tabel 3. 10 Lembar Angket Motivasi Belajar Siswa	58
Tabel 3. 11 Kategori Nilai	60
Tabel 3. 12 Kisi-Kisi Lembar Observasi Motivasi Belajar Siswa	61
Tabel 3. 13 Lembar Observasi Motivasi Belajar Siswa	62
Tabel 3. 14 Rubrik Penilaian Motivasi Belajar Siswa	63
Tabel 3. 15 Lembar Catatan Lapangan	66
Tabel 4. 1 Hasil Angket Motivasi Siswa Pada Pra Siklus	69
Tabel 4. 2 Sebaran Kategori Motivasi Siswa	70
Tabel 4. 3 Hasil Angket Motivasi Siswa Pada Siklus I	80
Tabel 4. 4 Sebaran Kategori Motivasi Siswa Siklus I	81
Tabel 4. 5. Hasil Wawancara Guru Olahraga	82
Tabel 4. 6. Hasil Wawancara Pelatih Karate	83
Tabel 4. 7 Hasil Angket Motivasi Siswa Setiap Siklus	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Angket Motivasi.....	97
Lampiran 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	101
Lampiran 3. Catatan Lapangan Kolabolator	120
Lampiran 4. Hasil Uji Analisis Validitas dan Reliabilitas	125
Lampiran 5. Data Hasil Tindakan Penerapan.....	134
Lampiran 6. Model Permainan.....	136
Lampiran 7. Dokumentasi dan Foto Pelaksanaan Tindakan	148
Lampiran 8. Form Pengajuan Judul dan Dosen Pembimbing.....	151
Lampiran 9. Surat Tugas Dosen Pembimbing	152
Lampiran 10. Validasi Para Ahli.....	153
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian.....	155
Lampiran 12. Surat Keterangan Penelitian SDN Pondok Kelapa 05 Pagi.....	156

Intelligentia - Dignitas