

**MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOKOMOTOR
BERLARI BERBASIS PERMAINAN *KIDS* ATLETIK PADA
SISWA KELAS IV SDIT GEMA INSAN MANDIRI**



PUTRA CHAIRUL WARKONO

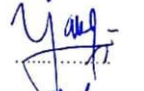
1601622037

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

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

2026

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
(Drs. Mustara, M.Pd) NIP. 196607072001121001		20-07-2026
Pembimbing II		
(Yafi Velyan Mahyudi, M.Pd) NIP. 199011272023211025		16-07-2026
Nama	Jabatan	Tanda Tangan Tanggal
1. (Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd) NIP. 196212101990031007	Ketua	 16-07-2026
2. (Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes) NIP. 197205222006042001	Sekretaris	 20-07-2026
3. (Drs. Mustara, M.Pd) NIP. 196607072001121001	Anggota	 20-07-2026
4. (Yafi Velyan Mahyudi, M.Pd) NIP. 199011272023211025	Anggota	 16-07-2026
5. (Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, M.Pd) NIP. 199402162024061003	Anggota	 16-07-2026
Tanggal Lulus : 9 Juli 2026		

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 9 Juli 2026
Yang membuat pernyataan,



Putra Chairul Warkono
NIM. 1601622037



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 : Putra Chairul Warkono
NIM : 1601622037
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Alamat email : putrachairul28@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 :

Model Pembelajaran Gerak Dasar Lokomotor Berlari Berbasis
Permainan kids Atletik Pada Siswa kelas IV SDIT Gema
Insan Mandiri

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, 20 Juli 2026

Penulis

(Putra Chairul Warkono)
nama dan tanda tangan

MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR LOKOMOTOR BERLARI BERBASIS PERMAINAN *KIDS* ATLETIK PADA SISWA KELAS IV SDIT GEMA INSAN MANDIRI

ABSTRAK

Pendidikan jasmani olahraga pada anak usia sekolah dasar memegang peranan yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan motorik, serta pembentukan sikap positif peserta didik. Pembelajaran PJOK yang berkualitas di sekolah dasar tidak hanya berorientasi pada pencapaian kompetensi fisik semata, melainkan juga mendorong pembentukan karakter, kedisiplinan, dan kemampuan bekerjasama antar sesama peserta didik. Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan produk model pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari berbasis permainan *kids* atletik yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Model pembelajaran ini diharapkan dapat membantu guru pada saat proses pembelajaran Pendidikan jasmani, khususnya pada materi gerak dasar lokomotor. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode research & development (R & D) dan menggunakan metode ADDIE. Peneliti menerapkan produk model pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari berbasis permainan yang tertuju langsung kepada siswa sekolah dasar kelas IV yang berada di SDIT Gema Insan Mandiri dengan uji coba skala kecil, pada uji coba skala kecil peneliti menerapkan model permainan yang telah divalidasi oleh para ahli dengan 10 siswa kelas IV SDIT Gema Insan Mandiri dan untuk uji coba skala besar peneliti menerapkannya dengan 2 kelas yang berbeda di kelas IV SDIT Gema Insan Mandiri, Hasil penelitian ini terdapat 17 model pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari berbasis permainan *kids* atletik pada siswa sekolah dasar dan dinyatakan layak pada tahap validasi para ahli. Disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari berbasis permainan *kids* untuk siswa kelas IV di sekolah dasar efektif dan dapat dijadikan acuan atau pedoman bagi guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran gerak dasar lokomotor berlari.

Kata Kunci: Model Pembelajaran, Gerak Dasar Locomotor, Model ADDIE, *Kids* Atletik

**LEARNING MODEL FOR BASIC LOCOMOTOR RUNNING
MOVEMENTS BASED ON KIDS ATHLETICS GAMES FOR
FOURTH GRADE STUDENTS AT SDIT GEMA INSAN
MANDIRI**

ABSTRACT

Physical education and sports for elementary school children play a very important role in supporting physical growth, motor development, and the formation of positive attitudes in students. Quality PE lessons in elementary school are not only aimed at achieving physical competence but also encourage character building, discipline, and the ability to work together with other students. The purpose of this study is to develop a basic locomotor movement learning model for running, based on kids' athletics games, which can be applied in the physical education learning process at elementary schools. This learning model is expected to help teachers during PE lessons, especially in teaching basic locomotor movements. This research was conducted using the research & development (R & D) method and the ADDIE method. The researcher applied a basic locomotor movement learning model for running based on games, directly targeting fourth-grade elementary school students at SDIT Gema Insan Mandiri, with a small-scale trial. In the small-scale trial, the researcher implemented a game model that had been validated by experts with 10 fourth-grade students at SDIT Gema Insan Mandiri. For the large-scale trial, it was applied to two different classes in fourth grade at SDIT Gema Insan Mandiri. The results of this study found 17 game-based basic locomotor movement learning models for running in elementary school students, and they were declared feasible at the expert validation stage. In conclusion, the game-based basic locomotor movement learning model for running for fourth-grade students in elementary school is effective and can serve as a reference or guideline for physical education teachers in the process of teaching basic locomotor running movements.

Keywords: Learning Model, Basic Locomotor Movements, ADDIE Model, Kids Athletics

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Saya 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, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu **Prof. Dr Nofi Marlina Siregar, M.Pd**, Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta, yang telah menciptakan lingkungan akademik yang kondusif, inovatif, dan mendukung perkembangan ilmu pengetahuan di bidang keolahragaan.
2. Ibu **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes, AIFO**, Selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Pembimbing Akademik terima kasih atas perhatian, dedikasi, dan kerja keras Ibu dalam mengelola program studi sehingga menghasilkan lulusan yang berkualitas dan kompeten di bidang pendidikan jasmani.
3. Bapak **Drs. Mustara, M.Pd**, Selaku Dosen Pembimbing Skripsi I Terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesabaran, ketulusan, ketekunan, dan dedikasi Bapak dalam membimbing penulis dari awal hingga akhir proses penyusunan skripsi ini.

4. Bapak **Yafi Velyan Mahyudi, M.Pd**, Selaku Dosen Pembimbing Skripsi II.

Terimakasih atas bimbingan nya selama ini kepada penulis. Setiap masukan, koreksi, arahan, dan motivasi yang Bapak berikan menjadi cahaya yang menerangi jalan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini. Ilmu, pengalaman, dan keteladanan Bapak sungguh menjadi bekal berharga yang akan penulis jaga dan terapkan sepanjang hidup.

5. Teruntuk orang tua saya yang sangat saya cintai **Bapak (Alm) Warkono**

dan Ibu Puji Wahyuningsih Tiada kata yang mampu mengungkapkan betapa besar rasa syukur dan terima kasih penulis kepada kedua orang tua yang telah melahirkan, merawat, mendidik, mendoakan, dan mendukung penulis tanpa henti hingga hari ini. Setiap tetes keringat, setiap helaan napas perjuangan, dan setiap doa yang kalian panjatkan di sepertiga malam menjadi energi tak terbatas yang menggerakkan langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, dan umur panjang kepada Ibunda tercinta. Dan untuk almarhum ayahanda tercinta semoga amal dan ibadahmu diterima di sisi Allah. Skripsi ini penulis persembahkan untuk kalian.

6. Teruntuk Seorang partner hidup penulis **Putri Liaz Natasya**. Terima kasih

atas cinta, kesabaran tanpa batas, dukungan yang tidak pernah goyah, dan kesetiaan yang menemani setiap langkah penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Di setiap momen ketika penulis merasa lelah, kehilangan arah, dan hampir menyerah, kehadiranmu menjadi alasan kuat untuk bangkit

kembali dan terus berjuang. Terima kasih telah menjadi rumah yang selalu hangat, tempat penulis kembali setelah hari-hari yang panjang dan melelahkan. Semoga Allah SWT memudahkan setiap langkah kita menuju masa depan yang lebih baik bersama.

7. Kepada kedua saudari Perempuan ku **Putri Aulia Sari dan Ananda Aurel**, Terima kasih atas dukungan, semangat, canda tawa, dan kehangatan keluarga yang selalu menjadi pelabuhan ternyaman bagi penulis di tengah kepenatan dan tekanan dalam proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran kalian dalam setiap momen kehidupan penulis, baik suka maupun duka, menjadi pengingat bahwa penulis tidak pernah berjalan sendiri dalam menghadapi setiap tantangan. Terima kasih telah menjadi bagian paling berharga dalam perjalanan hidup penulis.
8. Kepada sahabat-sahabat yang luar biasa terimakasih telah menemani perjalanan penulis selama menempuh studi, berbagi tawa dan air mata, saling menguatkan di saat-saat tersulit, dan menjadi keluarga kedua yang tidak tergantikan. Kebersamaan, kekonyolan, diskusi panjang tengah malam, dan semangat yang kalian berikan menjadi kenangan indah yang akan penulis bawa seumur hidup

Jakarta, 4 Juli 2026

Putra Chairul Warkono

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian.....	10
C. Perumusan Masalah	11
D. Kegunaan Hasil Penelitian	11
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	13
A. Konsep Pengembangan Model.....	13
B. Konsep Model yang Dikembangkan	20
C. Kerangka Teoretik.....	22
D. Rancangan Model.....	52
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	55
A. Tujuan Penelitian	55
B. Tempat dan Waktu Penelitian	55
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	56
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	56
E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	57
F. Teknik Pengumpulan Data.....	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Hasil Pengembangan Model.....	68
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	68
2. Model Final.....	78

B. Kelayakan Model.....	80
C. Implementasi Model	82
D. Pembahasan	83
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	86
A. Kesimpulan.....	86
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA.....	88
LAMPIRAN.....	91
RIWAYAT HIDUP	168



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Nama para ahli uji validasi	61
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrument Kuisioner Kemudahan Model Pembelajaran	63
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Instrument Kuisioner Kemenarikan Model Pembelajaran	64
Tabel 4. 1 Hasil Wawancara	70
Tabel 4. 2 Model Awal Sebelum Validasi	73
Tabel 4. 3 Saran dan Masukan Dosen Ahli Atletik	75
Tabel 4. 4 Saran dan Masukan Dosen Ahli Pembelajaran	76
Tabel 4. 5 Saran dan Masukan Dosen Ahli Gerak Dasar	77
Tabel 4. 6 Model Final Sesudah Validasi	78
Tabel 4. 7 Nama Para Telaah Pakar (Expert Judgment) Atau Para Dosen Ahli Dalam Uji Validasi	80
Tabel 4. 8 Kelayakan Model	81
Tabel 4. 9 Total Hasil Kuesioner Uji Coba Skala Kecil	82
Tabel 4. 10 Total Hasil Kuesioner Uji Coba Skala Besar	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Pengembangan ADDIE.....	15
Gambar 2. 2 Model Pengembangan Dick & Carey.....	18
Gambar 2. 3 Model Pengembangan ASSURE.....	19
Gambar 2. 4 Model Pengembangan Borg & Gall	19
Gambar 2. 5 Gerak Dasar Lokomotor Berlari.....	50
Gambar 2. 6 Rancangan 20 Model	54
Gambar 3. 1 Model ADDIE.....	57



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Model Final.....	91
Lampiran 2 Kuisisioner Kemudahan Model Pembelajaran.....	128
Lampiran 3 Kuisisioner Kemenarikan Model Pembelajaran	132
Lampiran 4 Rekapitulasi Uji Coba Skala Kecil Angket Kemudahan SDIT Gema Insan Mandiri.....	136
Lampiran 5 Rekapitulasi Uji Coba Skala Kecil Angket Kemenarikan SDIT Gema Insan Mandiri.....	137
Lampiran 6 Rekapitulasi Uji Coba Skala Besar Angket Kemudahan SDIT Gema Insan Mandiri Kelas IV 1	138
Lampiran 7 Rekapitulasi Uji Coba Skala Besar Angket Kemenarikan SDIT Gema Insan Mandiri Kelas IV 1	139
Lampiran 8 Rekapitulasi Uji Coba Skala Besar Angket Kemudahan SDIT Gema Insan Mandiri Kelas IV 2	140
Lampiran 9 Rekapitulasi Uji Coba Skala Besar Angket Kemenarikan SDIT Gema Insan Mandiri Kelas IV 2	141
Lampiran 10 Surat Izin Permohonan Penelitian Penulisan Skripsi	142
Lampiran 11 Surat Balasan Sekolah	143
Lampiran 12 Surat Keterangan Permohonan Dosen Validasi.....	144
Lampiran 13 Surat Izin Expert Judgment Dosen Ahli Atletik	145
Lampiran 14 Surat Izin Expert Judgment Dosen Ahli Pembelajaran	146
Lampiran 15 Surat Izin Expert Judgment Dosen Ahli Gerak Dasar	147
Lampiran 16 Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Atletik	148
Lampiran 17 Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Pembelajaran	149
Lampiran 18 Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Gerak Dasar	150
Lampiran 19 Dokumentasi.....	151