

**UPAYA MENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR
MANIPULATIF MENGGIRING BOLA MENGGUNAKAN
PERMAINAN MODIFIKASI DI SEKOLAH DASAR**



Aditya Yulian Fajar

1601622072

**Skripsi ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan.**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN,
DAN REKREASI**

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026.

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF
MENGGINGRING BOLA MENGGUNAKAN PERMAINAN MODIFIKASI DI
SEKOLAH DASAR**

ABSTRAK

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak dasar manipulatif menggiring bola menggunakan permainan modifikasi pada siswa/siswi kelas III SDS Kartika X-7. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini menerapkan model Kemmis & McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus, dimana setiap siklusnya terdiri dari dua pertemuan dengan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Menggunakan teknik *total sampling*, penelitian ini melibatkan 26 siswa kelas III SDS Kartika X-7 (13 laki-laki dan 13 perempuan). Data dikumpulkan melalui instrumen tes, observasi, serta dokumentasi, lalu dianalisis menggunakan statistik deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi permainan modifikasi berhasil meningkatkan hasil belajar siswa secara bertahap. Pada Siklus I, capaian siswa berada pada kategori sangat baik sebesar 15% (4 siswa), baik 27% (7 siswa), cukup 23% (6 siswa), dan kurang 35% (9 siswa). Perbaikan signifikan terlihat pada Siklus II, di mana kategori sangat baik meningkat menjadi 38% (10 siswa), kategori baik mencapai 54% (14 siswa), kategori cukup menyusut hingga 8% (2 siswa), dan tidak ada lagi siswa di kategori kurang (0%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan modifikasi efektif dalam meningkatkan hasil belajar gerak dasar manipulatif menggiring bola siswa.

Kata Kunci : Hasil belajar, gerak dasar, gerak dasar manipulatif, menggiring, permainan modifikasi.

**PENINGKATAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR MANIPULATIF
MENGGIKIRING BOLA MENGGUNAKAN PERMAINAN MODIFIKASI DI
SEKOLAH DASAR**

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the improvement of learning outcomes of basic manipulative ball dribbling movements using modified games for third-grade students of SDS Kartika X-7. This Classroom Action Research (CAR) applied the Kemmis & McTaggart model which was implemented in two cycles, where each cycle consisted of two meetings with stages of planning, action, observation, and reflection. Using a total sampling technique, this study involved 26 third-grade students of SDS Kartika X-7 (13 boys and 13 girls). Data were collected through instrument tests, observations, and documentation, then analyzed using descriptive percentage statistics. The results showed that the implementation of modified games succeeded in gradually improving student learning outcomes. In Cycle I, student achievement was in the very good category of 15% (4 students), good 27% (7 students), sufficient 23% (6 students), and less than 35% (9 students). Significant improvement was seen in Cycle II, in the very good category it increased to 38% (10 students), the good category reached 54% (14 students), the sufficient category shrank to 8% (2 students), and there were no more students in the poor category (0%). Thus, it can be concluded that the modified game is effective in improving the learning outcomes of students' basic manipulative ball dribbling movements.

Keywords : *Learning outcomes, basic movements, basic manipulative movements, dribbling, modified games.*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I <u>Eko Prabowo, M.Pd.</u> NIP.198604172020121012		
		24/07 2026
Pembimbing II <u>Dr. Ayu Purnama Wenly,</u> <u>S.Pd., M.Pd.</u> NIP.199603262024062002		
		24/07 2026
Nama		
Jabatan		
Tanda Tangan		
Tanggal		
1. <u>Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Kes., AIFO</u> NIP.197205222006042001	Ketua	 27/07 2026
2. <u>Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd.</u> NIP.198601252020121003	Sekretaris	 22/07 2026
3. <u>Eko Prabowo, M.Pd.</u> NIP. 198604172020121012	Anggota	 24/07 2026
4. <u>Dr. Ayu Purnama Wenly,</u> <u>S.Pd., M.Pd.</u> NIP.199603262024062002	Anggota	 24/07 2026
5. <u>Muchtar Hendra Hasibuan,</u> <u>M.Pd.</u> NIP.197510092005011002	Anggota	 24/07 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik apa pun, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak ada karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan 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, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 14 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Aditya Yulian Fajar

NIM. 1601622072



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 : Aditya Yulian Fajar
NIM : 1601622072
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan & Kesehatan/Pendidikan Jasmani
Alamat email : adityayulian35@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 :

Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Menggiring Bola Menggunakan

Permainan Modifikasi di Sekolah Dasar

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, 21 Juli 2025

Penulis


(Aditya Yulian Fajar)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT. Atas kasih dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Menggiring Bola Menggunakan Permainan Modifikasi di Sekolah Dasar”. Penulisan skripsi ini dilakukan sebagai 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 sangat sulit bagi saya untuk menyelesaikan. Oleh karena itu saya menyampaikan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd., M.Pd., AIFO., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Eko Prabowo, M.Pd., selaku dosen pembimbing I dan Dr. Ayu Purnama Wenly, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik sekaligus figur yang telah menjadi orang tua bagi penulis selama masa studi.
5. Ibu Eva Lativah, S.Pd. selaku kepala sekolah SDS Kartika X-7 dan Bapak Muhammad Edo Alfian Wirasyahputra, S.Or. selaku Guru dan partner saya yang telah membantu dalam proses pelaksanaan penelitian.
6. Serta seluruh dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, yang telah memberikan ilmu, bimbingan, pengalaman, dan inspirasi kepada penulis selama menjalani masa perkuliahan.
7. Tidak lupa juga saya ucapkan terima kasih kepada orang tua, terutama mamah, kakak dan keluarga saya yang memberikan cinta, kasih, sayang, dan selalu sabar dalam mendidik saya.
8. Hayuning Prameswari Dewi Aqiila, S.H. terima kasih atas dukungan, semangat, dan saran yang diberikan dengan rasa sabar serta telah menjadi tempat bercerita, selalu ada dalam suka maupun duka.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Jakarta, 14 Juli 2026

Aditya Yulian Fajar

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Rumusan Masalah	5
D. Kegunaan Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORETIK	8
A. Konsep Penelitian Tindakan	8
B. Konsep Model Penelitian Tindakan	20
C. Kerangka Teoretik	22
1. Hasil Belajar	23
2. Gerak Dasar	26
3. Gerak Dasar Manipulatif	32
4. Menggiring Bola	36
5. Permainan Modifikasi	41
6. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	46
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	49
A. Tujuan Penelitian	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	49
C. Prosedur Penelitian Tindakan	50

D. Teknik Pengumpulan Data	57
E. Validasi Data	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Deksripsi Hasil Penelitian	66
B. Pembahasan	81
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	83
A. Kesimpulan.....	83
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN.....	103
RIWAYAT HIDUP	164

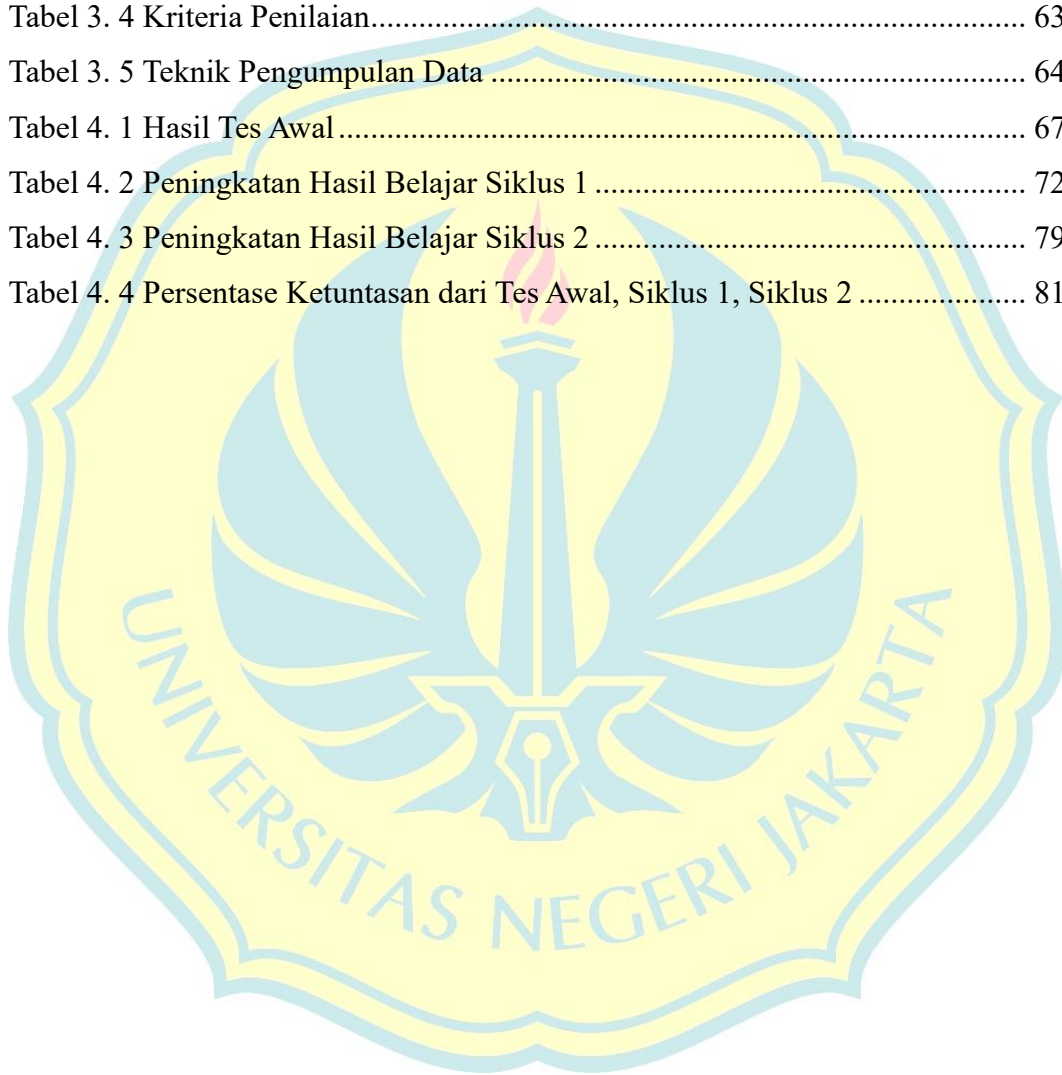


DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model Penelitian Kurt Lewin.....	11
Gambar 2. 2 Model Tindakan Dave Ebbut	12
Gambar 2. 3 Model Penelitian Kemmis & McTaggart	14
Gambar 2. 4 Model Penelitian John Elliot.....	14
Gambar 2. 5 Gerak Dasar Lokomotor Berjalan	27
Gambar 2. 6 Gerak Dasar Lokomotor Berlari.....	27
Gambar 2. 7 Gerak Dasar Lokomotor Melompat	27
Gambar 2. 8 Gerak Dasar Lokomotor Meloncat.....	28
Gambar 2. 9 Gerak Dasar Non-Lokomotor Memutar Lengan	29
Gambar 2. 10 Gerak Dasar Non-Lokomotor Mencium Lutut.....	29
Gambar 2. 11 Gerak Dasar Non-Lokomotor Menekuk Tubuh	30
Gambar 2. 12 Gerak Dasar Manipulatif Melempar Bola.....	34
Gambar 2. 13 Gerak Dasar Manipulatif Menangkap Bola	34
Gambar 2. 14 Gerak Dasar Manipulatif Memukul Bola.....	34
Gambar 2. 15 Gerak Dasar Manipulatif Menggiring Bola	35
Gambar 2. 16 Gerak Dasar Manipulatif Memantulkan Bola	35
Gambar 2. 17 Menggiring Bola dengan Kura-kura Bagian Dalam	39
Gambar 2. 18 Menggiring Bola dengan Kura-kura Bagian Luar.....	40
Gambar 3. 1 Gambar Model Tindakan Kemmis & McTaggart	50
Gambar 4. 1 Grafik Peningkatan Hasil Belajar Siklus 1.....	72
Gambar 4. 2 Grafik Peningkatan Hasil Belajar Siklus 1 ke Siklus 2.....	80
Gambar 4. 3 Grafik Peningkatan Hasil Belajar Kondisi Awal, Siklus 1, Siklus 2.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi instrumen penilaian psikomotor (keterampilan).....	57
Tabel 3. 2 Kisi-kisi instrumen penilaian afektif (sikap).....	60
Tabel 3. 3 Kisi-kisi instrumen penilaian kognitif (pengetahuan).....	61
Tabel 3. 4 Kriteria Penilaian.....	63
Tabel 3. 5 Teknik Pengumpulan Data	64
Tabel 4. 1 Hasil Tes Awal	67
Tabel 4. 2 Peningkatan Hasil Belajar Siklus 1	72
Tabel 4. 3 Peningkatan Hasil Belajar Siklus 2	79
Tabel 4. 4 Persentase Ketuntasan dari Tes Awal, Siklus 1, Siklus 2	81



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Modul Ajar Siklus 1.....	103
Lampiran 1. 2 Modul Ajar Siklus 2.....	114
Lampiran 1. 3 Instrumen Pengumpulan Data	125
Lampiran 1. 4 Hasil Kondisi Awal	131
Lampiran 1. 5 Wawancara Observasi Awal.....	132
Lampiran 1. 6 Catatan Lapangan	136
Lampiran 1. 7 Catatan Hasil Pre-test	139
Lampiran 1. 8 Catatan Hasil Belajar Siklus 1	144
Lampiran 1. 9 Catatan Hasil Belajar Pre-Test dan Siklus 1	145
Lampiran 1. 10 Catatan Hasil belajar Siklus 2.....	150
Lampiran 1. 11 Catatan Hasil Belajar Pre-test, Siklus 1 & Siklus 2.....	151
Lampiran 1. 12 Surat Keterangan Mengajar.....	152
Lampiran 1. 13 Surat Penelitian.....	153
Lampiran 1. 14 Surat Validasi Dosen Ahli.....	155
Lampiran 1. 15 Dokumentasi.....	161