

**MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR MANIPULATIF
MELEMPAR BERBASIS MODIFIKASI ALAT PADA SISWA
SEKOLAH DASAR**



ABDURRAHMAN SUDAYS

1601619053

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

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

LEMBAR PENGESAHAN SKIRPSI

Nama
Pembimbing I

Eko Prabowo, M.Pd.
NIP. 19860417202012012

Tanda Tangan



Tanggal

07/08 2026

Pembimbing II

Dwi Indra Kurniawan, M.Pd.
NIP. 198606032025211068



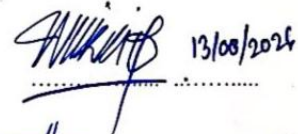
07/08 2026

Nama

Jabatan Tanda Tangan Tanggal

1. Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes, AIFO
NIP.197205222006042001

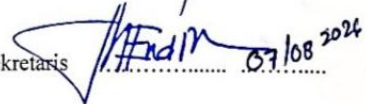
Ketua



13/08/2024

2. Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd.
NIP.197510092005011002

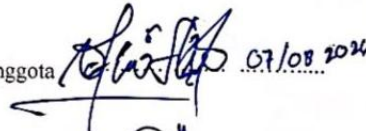
Sekretaris



07/08 2024

3. Eko Prabowo, M.Pd
NIP.19860417202012012

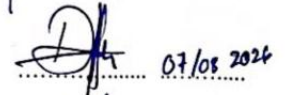
Anggota



07/08 2024

4. Dwi Indra Kurniawan, M.Pd
NIP.198606032025211068

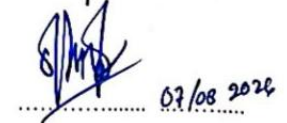
Anggota



07/08 2024

5. Dr. Muhammad Gilang Ramadhan, M.Pd.
NIP.199402162024061003

Anggota



07/08 2024

Tanggal Lulus: 22 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 di 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 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, 17 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



Abdurrahman Sudays

No. Reg. 1601619053



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 : Abdurrahman Sudays
NIM : 1601619053
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Kesehatan & Kesehatan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : abdsudays@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 Manipulatif Melempar
Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Sekolah Dasar

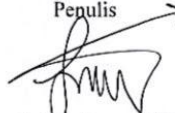
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan 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

Penulis


(Abdurrahman Sudays)
nama dan tanda tangan

MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR MANIPULATIF MELEMPAR BERBASIS MODIFIKASI ALAT PADA SISWA SEKOLAH DASAR

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar manipulatif melempar berbasis modifikasi alat yang layak dan efektif digunakan dalam pembelajaran PJOK pada siswa sekolah dasar. Penelitian menggunakan metode *Research and Development (R&D)* dengan model pengembangan ADDIE yang meliputi tahap *Analysis, Design, Development, Implementation, dan Evaluation*. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa kelas II Fase A SD Prestasi Global. Produk yang dikembangkan berupa 10 model pembelajaran gerak dasar manipulatif melempar menggunakan tiga jenis alat modifikasi, yaitu bola kertas berbuntut, bola persegi berbuntut, dan bola karet berbuntut. Instrumen penelitian meliputi lembar validasi ahli gerak dasar, ahli media pembelajaran, ahli pembelajaran PJOK, serta rubrik penilaian keterampilan melempar melalui *pretest dan posttest*. Hasil validasi menunjukkan bahwa model yang dikembangkan memenuhi aspek kelayakan dari segi materi, media, keamanan, dan kemudahan penggunaan sehingga layak diterapkan dalam pembelajaran. Hasil implementasi menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa, ditandai dengan persentase ketuntasan belajar yang meningkat dari 35% pada *pretest* menjadi 70% pada *posttest*. Selain meningkatkan keterampilan gerak dasar manipulatif melempar, penggunaan alat yang dimodifikasi juga mampu menciptakan pembelajaran yang lebih menarik, menyenangkan, aman, dan mendorong partisipasi aktif siswa. Dengan demikian, model pembelajaran yang dikembangkan dinyatakan layak dan efektif digunakan dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Kata Kunci: model pembelajaran, gerak dasar manipulatif, melempar, modifikasi alat, sekolah dasar

DEVELOPMENT OF A MANIPULATIVE BASIC THROWING SKILLS LEARNING MODEL BASED ON MODIFIED EQUIPMENT FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

This study aimed to develop a feasible and effective learning model for manipulative fundamental throwing skills based on modified equipment for elementary school physical education. The research employed the Research and Development (R&D) method using the ADDIE development model, consisting of Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation. The participants were 20 second-grade students (Phase A) of SD Prestasi Global. The developed product consisted of ten learning models using three types of modified equipment: a tailed paper ball, a tailed square ball, and a tailed rubber ball. Research instruments included validation sheets from a fundamental movement expert, a learning media expert, a physical education expert, and a throwing skill assessment rubric administered through pretests and posttests. The validation results indicated that the developed model met the criteria for content, media, safety, and practicality, making it suitable for classroom implementation. The implementation results showed an improvement in students' learning outcomes, with the percentage of students achieving the minimum mastery criterion increasing from 35% in the pretest to 70% in the posttest. Furthermore, the use of modified equipment created a more engaging, enjoyable, and safe learning environment while encouraging active student participation. Therefore, the developed learning model is considered feasible and effective for improving manipulative throwing skills in elementary school physical education.

Keywords: *learning model, manipulative fundamental movement skills, throwing, equipment modification, elementary school.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT dan berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Disertasi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari semua pihak, akan sulit bagi saya untuk menyelesaikan penyusunan skripsi. Pada akhirnya, saya menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Model Pembelajaran Gerak Dasar Manipulatif Melempar Berbasis Modifikasi Alat Pada Siswa Sekolah Dasar"**. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak **Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Pd** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani.
3. Bapak **Eko Prabowo, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing 1 saya yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya menyelesaikan skripsi.
4. Bapak **Dwi Indra Kurniawan, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing 2 saya yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing saya menyelesaikan skripsi.

5. Bapak **Muchtar Hendra Hasibuan, M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing Akademik saya yang telah membimbing saya selama perkuliahan sampai saya menyelesaikan skripsi.
6. **Ibu Tati, Bapak Tata, serta Audina, Prima dan Baim** yang sudah selalu mendukung dan beri semangat kepada saya supaya bisa menjalankan dan menyelesaikan perkuliahan saya dengan semangat.
7. Istri Saya tercinta **Alifia Nabilah** yang selalu menemani saya membuat penulisan dan memberikan semangat serta masukan yang baik dan membantu saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi saya ini sampai dengan selesai.
8. Guru dan Teman Mengajar Prestasi Global tahun ajaran 2025-2026 yang menjadi *partner* kerja terbaik selama saya mengajar.

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala membalas kebaikannya baik di dunia maupun diakhirat. Saya menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Namun saya berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembang ilmu pengetahuan keolahragaan dan pendidikan di Indonesia.

Jakarta, 21 Juni 2026

Abdurrahman Sudays

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	5
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
BAB II	6
KAJIAN TEORITIK	6
A. Konsep Pengembangan Model	6
B. Konsep Model yang Dikembangkan	12
C. Kerangka Teoritik.....	14
1. Hakikat Model Pembelajaran	14
2. Hakikat Gerak Dasar	17
3. Hakikat Modifikasi Alat.....	37
4. Hakikat Sekolah Dasar	40
5. Karakteristik Sekolah Dasar	42
6. Kurikulum Merdeka.....	44
D. Rancangan Model	47
1. <i>Analysis</i>	48
2. <i>Design</i>	48
3. <i>Development</i>	48
4. <i>Implementation</i>	49
5. <i>Evaluation</i>	49

BAB III	51
METODOLOGI PENELITIAN	51
A. Tujuan Penelitian.....	51
B. Tempat dan Waktu Penelitian	51
1. Tempat Penelitian.....	51
2. Waktu Penelitian	52
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	52
D. Langkah - Langkah Pengembangan Model	52
1. Penelitian Pendahuluan	52
2. Perencanaan Pengembangan Model	56
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	67
BAB IV	69
HASIL DAN PEMBAHASAN	69
A. Hasil Pengembangan Model	69
1. Hasil Analisis Kebutuhan	69
2. Model Final.....	70
3. Hasil Analisis Kebutuhan	81
4. Model Final.....	81
B. Kelayakan Model	82
1. Data Hasil Validasi Dosen Ahli Gerak Dasar	82
2. Data Hasil Validasi Dosen Media Pembelajaran.....	83
3. Data Hasil Validasi Ahli Pembelajaran Pendidikan Jasmani	84
C. Pembahasan.....	89
BAB V.....	92
KESIMPULAN DAN SARAN	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN-LAMPIRAN	102
RIWAYAT HIDUP	112

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Model ADDIE	10
Gambar 2. 2 Overhead Throw and Underhand Throw.....	32
Gambar 2. 3 Overhand Throw	34
Gambar 2. 4 Underhead Throw.....	36
Gambar 2. 5 Model Pengembangan ADDIE.....	48
Gambar 2. 6 Peta Konsep Model	50
Gambar 3. 1 Instrumen Tes Melempar	55
Gambar 4. 1 Diagram Hasil Test Dan Postest.....	90



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Tes dan Pengukuran	102
Lampiran 2 Surat Keterangan Validasi Dosen Ahli Media Pembelajaran	103
Lampiran 3 Surat Keterangan Validasi Ahli Gerak Dasar.....	104
Lampiran 4 Surat Keterangan Validasi Ahli Pembelajaran Pendidikan Jasmani	105
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian	106
Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian.....	107
Lampiran 7 Nilai Pre Test	108
Lampiran 8 Nilai Post Test.....	109
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	110
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup.....	112

