

**Model Pembelajaran Gerak Dasar Berbasis Lingkungan Sekitar
“Gumay Ulu Adventure (GUA)” di Sekolah Dasar**



TESIS

Oleh :

**Rendy
242330009**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI S-2
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS BINA DARMA
TAHUN 2026**

**Model Pembelajaran Gerak Dasar Berbasis Lingkungan Sekitar
“Gumay Ulu Adventure (GUA)” di Sekolah Dasar**



TESIS

Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar

MAGISTER PENDIDIKAN JASMANI

Rendy

242330009

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI S2

PROGRAM PASCASARJANA

UNIVERSITAS BINA DARMA

TAHUN 2026

Halaman Pengesahan Pembimbing Tesis

Judul Tesis : MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR BERBASIS
LINGKUNGAN SEKITAR "GUMAY ULU ADVENTURE
(GUA)" DI SEKOLAH DASAR

Oleh Rendy , NIM 242330009, Tesis ini telah disetujui dan disahkan oleh Pembimbing
Program Studi Pendidikan Jasmani-S2, Konsentrasi Olahraga Pendidikan, Program
Pascasarjana Universitas Bina Darma pada 12 Februari 2026 dan telah dinyatakan
LULUS.

Palembang, 8 April 2026

Mengetahui,
Program Studi Pendidikan Jasmani- S2
Universitas Bina Darma
Ketua,

Universitas Bina Darma
Magister Pendidikan Jasmani

Dr. Aprizal Fikri, M.Pd

Pembimbing,



Dr. Selvi Atesya K., M.Pd.

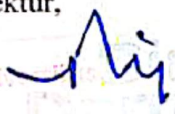
Halaman Pengesahan Penguji Tesis

Judul Tesis : **MODEL PEMBELAJARAN GERAK DASAR BERBASIS LINGKUNGAN SEKITAR "GUMAY ULU ADVENTURE (GUA)" DI SEKOLAH DASAR**

Oleh Rendy, NIM 242330009, Tesis ini telah disetujui dan disahkan oleh Tim Penguji Program Studi Pendidikan Jasmani-S2 konsentrasi Olahraga Pendidikan, Program Pascasarjana Universitas Bina Darma pada 12 Februari 2026 dan telah dinyatakan LULUS.

Palembang, 8 April 2026

Mengetahui,
Program Pascasarjana
Universitas Bina Darma
Direktur,


Prof. Dr. Ir. Achmad Syarifudin, M.Sc.

Tim Penguji:

Penguji I,



Dr. Selvi Atesya K., M.Pd.

Penguji II,



Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd.

Penguji III,



Dr. Aprizal Fikri, M.Pd.

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Rendy

NIM : 242330009

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis Saya (Tesis) ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik (Magister, Sarjana, dan Ahli Madya) di Universitas Bina Darma;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri dengan arahan tim pembimbing;
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dikutip dengan mencantumkan nama pengarang dan memasukkan ke dalam daftar pustaka;
4. Karena yakin dengan keaslian karya tulis ini, Saya menyatakan bersedia Tesis yang Saya hasilkan di unggah ke internet;
5. Surat Pernyataan ini Saya tulis dengan sungguh-sungguh dan apabila terdapat penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi dengan aturan yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikian Surat Pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palembang, 30 Januari 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Rendy
NIM 242330009

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berbasis lingkungan sekitar melalui permainan **Gumay Ulu Adventure (GUA)** yang sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar (SD), sehingga dapat meningkatkan keaktifan, minat belajar, dan pemahaman peserta didik dalam pembelajaran PJOK. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (R&D) dengan model ADDIE yang meliputi tahap analisis, perancangan, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Uji validitas oleh para ahli dilakukan dengan menggunakan Content Validity Index (CVI) dan Content Validity Ratio (CVR). **Result: Proses** validasi melibatkan ahli materi pembelajaran, ahli pembelajaran gerak, dan praktisi PJOK senior. **Simpulan,** berdasarkan hasil CVR yang menunjukkan nilai rata-rata sebesar 0,568 dan berada dalam rentang -1 hingga 1 model permainan GUA dinyatakan valid dan layak digunakan dalam pembelajaran serta dapat dijadikan sebagai alternatif pembelajaran PJOK yang sesuai dengan karakteristik peserta didik SD serta berpotensi meningkatkan keaktifan, minat belajar, dan pemahaman peserta didik dalam materi keterampilan gerak dasar.

Keywords: Lingkungan, *adventure* dan permainan.

ABSTRACT

*This study aimed to develop an environment-based Physical Education, Sport, and Health (PJOK) instructional model through the Gumay Ulu Adventure (GUA) game, designed to align with the characteristics of elementary school students, in order to enhance students' learning engagement, interest, and understanding in PJOK instruction. **Methods:** This study employed a research and development (R&D) approach using the ADDIE model, which consists of the analysis, design, development, implementation, and evaluation phases. The primary instrument used in this study was a questionnaire. Expert validity testing was conducted using the Content Validity Index (CVI) and the Content Validity Ratio (CVR). **Results:** The validation process involved learning content experts, motor learning experts, and senior PJOK practitioners. **Conclusion:** Based on the CVR results, which indicated an average value of 0.568 within the acceptable range of -1 to 1 , the GUA game-based instructional model was deemed valid and feasible for implementation in physical education learning. Furthermore, the model may serve as an alternative instructional approach that aligns with the characteristics of elementary school students and has the potential to enhance learning engagement, interest, and understanding of fundamental motor skills.*

Keywords: Environmental, Adventure, and Game.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Tesis ini bukan tentang siapa yang paling cepat sampai, tetapi tentang siapa yang memilih bertahan saat hampir menyerah.”

“Ketika hampir berhenti, saya belajar bahwa bertahan adalah bentuk keberanian yang paling sunyi.”

Persembahan :

- Karya akhir ini saya persembahkan untuk orang-orang yang tidak pernah lelah menguatkan saya, bahkan ketika saya sendiri hampir menyerah pada perjalanan ini; teruntuk kedua orang tua; ayahanda dan ibunda tercinta.
- Tesis ini lahir dari proses panjang, penuh tantangan dan air mata, serta doa-doa yang tidak pernah putus dari orang-orang terkasih istri dan ananda tersayang.
- Dipersembahkan untuk mereka yang selalu percaya, bahkan saat keyakinan saya sendiri mulai goyah.
- Karya ini menjadi saksi bahwa di balik kelelahan dan keterbatasan, selalu ada kekuatan yang tumbuh dari dukungan dan doa.
- Almamaterku Pascasarjana Universitas Bina Dharma.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadiran Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat-Nya. Berkat karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “*Model Pembelajaran Gumay Ulu Adventure (GUA)* bagi Peserta Didik Fase B sekolah Dasar”. Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan meraih gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Bina Darma.

Penelitian ini dapat diselesaikan berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih peneliti sampaikan pertama kali kepada pembimbing tesis, Dr. Selvi Atesya Kesumawati, M.Pd. yang telah membimbing dan memberikan semangat kepada peneliti untuk selalu *berprogress* dan menjalani studi tepat waktu.

Ucapan terima kasih peneliti sampaikan pula kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penyelesaian studi, di antaranya:

1. Rektor Universitas Bina Darma atas kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk menempuh studi di Universitas Bina Darma.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Bina Darma atas dukungan kelancaran yang diberikan penulis dalam menempuh studi.
3. Ketua Program Studi Magister Pendidikan Jasmani dan dosen Pengampu Mata Kuliah yang telah memberikan pencerahan pemikiran, sekaligus sebagai motivator bagi peneliti untuk terus berkarya.
4. Anggota tim penguji Dr. Bayu Hardiyono, M.Pd dan Dr. Aprizal Fikri, M.Pd. yang telah membantu peneliti dalam menyempurnakan naskah tesis peneliti.
5. Validator Ahli, Dr. I Bagus Endrawan, M.Pd, Dr. Martinus, M.M., dan Ibu Masleha, S.Pd. yang membantu peneliti pada pengembangan produk penelitian.

6. Kepala Sekolah, guru dan peserta didik di SD Negeri 2, SD Negeri 4, SD Negeri 3 dan SD Negeri 6 Gumay Ulu, Kabupaten Lahat, Sumatera Selatan.
7. Seluruh teman-teman seperjuangan Magister Pendidikan Jasmani Angkatan 3 Tahun 2024 yang selalu saling memberikan semangat agar menyelesaikan penelitian tepat waktu.

Peneliti sadar bahwa dalam tesis ini mungkin masih terdapat kekurangan, baik isi maupun tulisan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak sangat peneliti harapkan. Semoga hasil penelitian ini bermanfaat dan merupakan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan,

Palembang, 30 Januari 2026

Rendy

DAFTAR ISI

COVER	ii
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI TESIS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I.....	1
LATAR BELAKANG	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	10
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis	10
1.5 Spesifikasi Produk yang Dikembangkan	11
1.6 Keterbatasan dan Asumsi Pengembangan	12
BAB II	13
KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA TEORITIS DAN.....	13
KERANGKA BERFIKIR	13
2.1 Kajian Pustaka	13
2.2 Kerangka Teoritis.....	14
2.2.1 Pembelajaran Gerak Dasar dalam PJOK	14

2.2.2 Pembelajaran Berbasis Lingkungan.....	15
2.2.3 Penelitian Pengembangan	17
2.2.4 Pembelajaran Gerak Dasar.....	19
2.2.5 Pyramid of Learning	20
2.2.6 Draft Awal Gumay Ulu Adventure (GUA).....	23
2.3 Kerangka Berfikir	28
BAB III.....	29
METODE PENELITIAN.....	29
3.1 Metode Penelitian	29
3.2 Validasi ahli	31
3.2.1 Validasi empirik (uji coba lapangan).....	31
3.2.2 Revisi produk.....	34
3.3 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	34
3.3.1 Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.3.2 Instrumen Penelitian	35
3.4 Uji Keabsahan Data, Uji Validitas, Reliabilitas.....	37
3.5 Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV	39
HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Hasil Penelitian	39
4.2 Produk Akhir Pengembangan	58
4.3 Pembahasan Penelitian dan Pengembangan	58
BAB V.....	64
PENUTUP.....	64
5.1 Simpulan	64
5.2 Saran	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66

DAFTAR TABEL

DAFTAR TABEL	x
Tabel 1.1 Media yang Sudah Ada dan Media yang Dikembangkan.....	8
Tabel 2.1 Draft Model GUA yang dikembangkan.....	23
Tabel 3.1 Responden Peserta Didik dan Guru	33
Tabel 3.2 Teknik Pengumpulan Data Penelitian.....	34
Tabel 3.3 Kisi-kisi Penilaian Pelaksanaan GUA	36
Tabel 3.4 Skala Penilaian Media GUA.....	36
Tabel 4.1 Respon Pendapat Ahli	42
Tabel 4.2 Hasil Uji CVI dan CVR Validator Ahli.....	43
Tabel 4.3 Validitas Instrumen GUA 1	45
Tabel 4.4 Validitas Instrumen GUA 2	45
Tabel 4.5 Validitas Instrumen GUA 3	46
Tabel 4.6 Reliabilitas Media GUA 1	47
Tabel 4.7 Reliabilitas Media GUA 2	47
Tabel 4.8 Reliabilitas Media GUA 3	47
Tabel 4.9 Hasil Implementasi Model GUA 1 Post 1 Skala Kecil.....	49
Tabel 4.10 Hasil Implementasi Model GUA 1 Post 2 Skala Kecil.....	50
Tabel 4.11 Hasil Implementasi Model GUA 1 Post 3 Skala Kecil.....	51
Tabel 4.12 Hasil Implementasi Model GUA 2 Post 1 Skala Kecil.....	52
Tabel 4.13 Hasil Implementasi Model GUA 2 Post 2 Skala Kecil.....	53
Tabel 4.14 Hasil Implementasi Model GUA 2 Post 3 Skala Kecil.....	54
Tabel 4.14 Hasil Implementasi Model GUA 3 Post 1 Skala Kecil.....	55
Tabel 4.16 Hasil Implementasi Model GUA 3 Post 2 Skala Kecil.....	56
Tabel 4.17 Hasil Implementasi Model GUA 3 Post 3 Skala Kecil.....	57

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR GAMBAR.....	x
Gambar 2.1 Pyramid of Learning	21
Gambar 3.1 Langkah-langkah Validasi Ahli	31
Gambar 4.1 Rancangan Prototipe Model	41