

## Peningkatan Motivasi Belajar Melalui Pendekatan Bermain pada Pembelajaran PJOK Kelas VI SDN Airlangga 1 Surabaya

Muhammad Faisol<sup>1\*</sup>, Dony Andrijanto<sup>2</sup>, Luthfi Aidin<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

<sup>3</sup>SDN Airlangga I Surabaya, Indonesia

Alamat: Universitas Negeri Surabaya, Jl.Lidah Wetan, Kec.Lakarsantri, Kota Surabaya, Jawa Timur,

Korespondensi penulis: [ppg.muhammadfaisol98630@program.belajar.id](mailto:ppg.muhammadfaisol98630@program.belajar.id) \*

**Abstract.** *This study proves that the play approach is effective in increasing students' learning motivation in the subjects of Physical Education, Sports, and Health. The results of the study show that through play activities, students are more motivated to actively move and maintain body health. Through classroom action research conducted in two cycles, it was found that the play approach can be an effective solution to increase students' active participation in Physical Education, Sports, and Health learning. Data obtained from observation, documentation, and questionnaires showed a significant increase in learning motivation after the implementation of this approach. The results of this study conclude that the play approach has great potential to increase the interest and motivation of students in grade VI of Airlangga 1 State Elementary School Surabaya in the subjects of Physical Education, Sports, and Health. Therefore, this approach in learning activities is to create a fun and effective learning environment.*

**Keywords:** *Sports Education, Play and Motivation*

**Abstrak.** Penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan bermain efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui kegiatan bermain, peserta didik lebih termotivasi untuk aktif bergerak dan menjaga kesehatan tubuh. Melalui penelitian tindakan kelas yang dilakukan dalam dua siklus, ditemukan bahwa pendekatan bermain dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Data yang diperoleh dari observasi, dokumentasi, dan angket menunjukkan peningkatan motivasi belajar yang signifikan setelah penerapan pendekatan ini. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pendekatan bermain memiliki potensi besar untuk meningkatkan minat dan motivasi belajar peserta didik kelas VI Sekolah Dasar Negeri Airlangga 1 Surabaya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Oleh karena itu, pendekatan ini dalam kegiatan pembelajaran untuk menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan efektif.

**Kata kunci:** Pendidikan Olahraga, Bermain dan Motivasi

### 1. LATAR BELAKANG

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan seluruh aspek individu secara holistik, mulai dari fisik hingga sosial-emosional. Melalui aktivitas fisik yang terstruktur, peserta didik dapat meningkatkan kebugaran, keterampilan motorik, kemampuan kognitif, serta membangun karakter yang baik (Oktaviani & Wibowo, 2021). Pendidikan Jasmani berperan penting dalam mengembangkan berbagai keterampilan esensial bagi kehidupan, seperti keterampilan motorik, keterampilan berpikir kritis, dan keterampilan sosial. Aktivitas jasmani yang sistematis dapat membekali individu dengan kemampuan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan di masa depan (Yulia Sari et al., 2024).

Aktivitas fisik dan olahraga adalah instrumen yang sangat baik untuk mempromosikan penyampaian nilai-nilai yang menghasilkan pengembangan pribadi dan sosial. Untuk memperoleh keterampilan gerak yang baik membutuhkan proses sehingga pembinaan keterampilan gerak harus dimulai sedini mungkin (Al Ardzi, 2024). Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas fisik yang dirancang sedemikian sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani. (Purwanto & Baan, 2022).

PJOK didefinisikan sebagai proses pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk membantu individu memperoleh keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap yang berkontribusi pada pengembangan dan kesejahteraan secara optimal bagi siswa (Syaharani et al., 2024). Dalam PJOK fokus utama bukanlah olahraga atau materi yang diajarkan, melainkan kesenangan siswa dapat aktif dan menikmati pembelajaran dengan sukarela tanpa menjadikan beban, oleh karena itu guru PJOK perlu membuat konten pembelajaran yang bermakna, relasional, dan progresif melibatkan siswa (Setya et al., 2020). Pendidikan jasmani yang teratur membuat organ tubuh bekerja sebagaimana mestinya sesuai dengan fungsinya, hal ini akan berpengaruh terhadap kesehatan baik jasmani maupun rohani (Meo et al., 2019)

Anak-anak suka bermain karena anak-anak terlibat dalam kegiatan yang menyenangkan. Peserta didik akan termotivasi untuk melakukan aktivitas fisik sehingga tubuh menjadi bugar dan sehat. Penelitian terdahulu tentang motivasi peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dengan menggunakan pendekatan bermain menjelaskan bahwa 88% peserta didik termotivasi mengikuti pembelajaran PJOK (Hardiansyah Putera et al., 2023). Memberikan model pembelajaran dengan metode bermain dapat memunculkan rasa senang dari para peserta didik sehingga tujuan dalam pembelajaran bisa tercapai. Ketercapaian tujuan pembelajaran yang berasal dari guru adalah dipengaruhi oleh kemampuan penguasaan materi dan juga penguasaan kelas yang dimiliki oleh guru. Sedangkan pengaruh yang berasal dari siswa adalah dari keinginan atau minat siswa dalam mempelajari suatu materi yang diberikan (Imawati & Maulana, n.d.).

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan minat belajar siswa SDN Airlangga 1 Surabaya pada mata pelajaran PJOK melalui inovasi pembelajaran dengan pendekatan bermain. Hal ini didasari oleh temuan awal bahwa siswa kurang tertarik pada pelajaran PJOK akibat faktor lingkungan yang kurang mendukung seperti cuaca yang sangat panas dan lapangan yang sempit dikarenakan letak sekolah yang berada di tengah kompleks pemukiman kota dan juga metode pembelajaran yang monoton.

## 2. METODE PENELITIAN

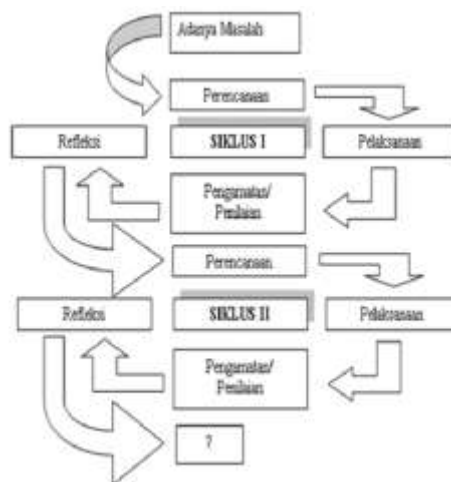
Pengertian penelitian tindakan kelas adalah untuk mengidentifikasi permasalahan di kelas sekaligus memberi pemecahan masalahnya. Menurut Hopkins Penelitian Tindakan Kelas adalah penelitian yang mengkombinasikan prosedur penelitian dengan tindakan substantif, suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin inkuiri atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang terjadi, sambil terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan (Azizah & Fatamorgana, 2023). Model Penelitian Tindakan Kelas yang diterapkan ialah model Kemmis & Taggart. Model yang dikemukakan Kemmis & Taggart merupakan pengembangan dari model Kurt Lewin. Secara mendasar tidak ada perbedaan signifikan. Model ini banyak dipakai karena sederhana dan mudah dipahami. Tahapan PTK model Kemmis McTaggart meliputi: perencanaan (plan), pelaksanaan dan pengamatan (act & observe), dan refleksi (reflect). Tahapan-tahapan ini berlangsung secara berulang-ulang, sampai tujuan penelitian tercapai (Machali, 2022). Pada tahap perencanaan, peneliti bekerjasama dengan guru kelas untuk mengetahui permasalahan yang ada di dalam kelas maupun materi pembelajaran yang kurang dikuasai oleh siswa. Tahap kedua yaitu pelaksanaan tindakan yang dilakukan sesuai dengan RPP yang sudah dirancang dan dalam pelaksanaan pembelajaran di kelas bersifat fleksibel apabila terdapat perubahan ketika pembelajaran berlangsung di kelas ketika mengikuti kegiatan pembelajaran. Tahap ketiga yaitu pengamatan/observasi yang dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan tindakan/kegiatan pembelajaran. Pengamatan dalam penelitian ini dilakukan untuk mengamati guru ketika melakukan penelitian tindakan kelas serta untuk mengamati bagaimana kegiatan peserta didik ketika proses pembelajaran berlangsung. Tahap keempat yaitu refleksi. Tahapan ini merupakan tahapan yang dilakukan sebagai akhir dari siklus I. Dalam tahapan ini, peneliti melakukan analisis dan evaluasi dari data yang diperoleh selama proses penelitian berlangsung. Dari refleksi yang dilakukan, ketika ditemukan kendala selama proses pembelajaran pada siklus pertama akan dilakukan perbaikan pada Siklus kedua (Dwi Wisnawati et al., 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran kebugaran jasmani pada peserta didik kelas VI Sekolah Dasar Negeri Airlangga 1 Surabaya. Sebagai subjek penelitian, terlibat 30 siswa yang mengikuti desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam 2 siklus, masing-masing terdiri dari 2 JP. Seluruh kegiatan pembelajaran mengacu pada prinsip-prinsip kurikulum merdeka.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan instrumen pengumpulan data berupa observasi, dokumentasi, dan angket. Angket disusun untuk memperoleh data mengenai pandangan peserta didik terhadap pelaksanaan pembelajaran yang telah dilakukan. Adapun angket yang di berikan sebagai berikut :

1. Saya senang dengan pembelajaran hari ini
2. Dari pembelajaran hari ini saya termotivasi untuk berolahraga
3. Pembelajaran hari ini lebih menarik dibandingkan minggu kemarin
4. Saya merasa kecewa apabila pembelajaran hari ini kosong
5. Saya ingin pembelajaran hari ini dilakukan lagi di minggu depan
6. Permainan yang diberikan sangat menarik
7. Saya paham tentang materi hari ini setelah melakukan aktivitas hari ini
8. Saya tidak sabar menunggu pembelajaran minggu depan
9. Saya akan menjaga tubuh menjadi bugar melalui aktivitas olahraga
10. Saya merasa lebih bugar setelah melakukan pembelajaran hari ini

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus. Siklus pertama mencakup perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan refleksi. Siklus kedua melanjutkan langkah-langkah serupa dengan siklus pertama, namun dengan penekanan pada perbaikan atas kekurangan yang teridentifikasi pada siklus sebelumnya.



**Gambar 1 .** Model Penelitian Tindakan Kelas Kemmis & Taggart

Analisis data kuantitatif dilakukan dengan menggunakan instrumen angket. Data hasil angket kemudian diolah dalam bentuk persentase untuk mengetahui tingkat kesukaan peserta didik terhadap proses pembelajaran. Hasil analisis ini disajikan dalam pembahasan sebagai acuan untuk mengevaluasi efektivitas metode pembelajaran yang diterapkan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana peserta didik menyukai proses pembelajaran yang telah dilaksanakan di SDN Airlangga 1 Surabaya.

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase Peserta Didik Yang Minat Terhadap Pembelajaran

F = Jumlah Peserta Didik Yang Menjawab

N = Jumlah Keseluruhan Peserta Didik

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pengambilan data melalui angket yang di isi oleh pesert didik SDN Airlangga 1 Surabaya pada siklus pertama menunjukkan minat peserta didik terhadap pembelajaran PJOK terbilang cukup baik , berikut ini hasil dari tabel angket peserta didik pada siklus pertama

**Tabel 1 . Hasil angket siklus pertama**

pertanyaan	hasil angket peserta didik siklus 1			
	jawaban			
	iya		tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
1	19	63,33	11	36,67
2	16	53,33	14	46,67
3	13	43,33	17	56,67
4	19	63,33	11	36,67
5	14	46,67	16	53,33
6	17	56,67	13	43,33
7	16	53,33	14	46,67
8	15	50,00	15	50,00
9	13	43,33	17	56,67
10	13	43,33	17	56,67
rata-rata	51,67		48,33	

Berdasarkan hasil tabel di atas , angket yang diisi oleh 30 peserta didik setelah pelaksanaan pembelajaran PJOK selesai di SDN Airlangga 1 Surabaya pada siklus I, diperoleh data bahwa cukup banyak peserta didik memberikan jawaban positif 51,67%. Sebaliknya, hanya 48,33% responden yang memberikan jawaban negatif. Meskipun demikian, selisih persentase antara kedua jawaban tersebut tergolong sangat kecil, yakni hanya 3,34%. Hasil ini mengindikasikan bahwa minat peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan masih tergolong rendah. Ada tiga pertanyaan yang memiliki jumlah jawaban negtif yang cukup banyak dibandingkan dengan pertanyaan lainnya, yaitu pertanyaan “pembelajaran hari ini lebih menarik dibandingkan hari kemarin” dengan skor 17 , pertanyaan “Saya akan menjaga tubuh menjadi bugar melalui aktivitas olahraga” dengan skor 17 dan pertanyaan “Saya merasa lebih bugar setelah melakukan pembelajaran hari ini” dengan skor yang cukup banyak sebanyak 17 respoden. Temuan ini mengisyaratkan adanya tantangan

dalam upaya meningkatkan minat peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SDN Airlangga 1 Surabaya.

Berdasarkan temuan pada siklus 1, terlihat adanya kebutuhan untuk meningkatkan ketertarikan peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SDN Airlangga 1 Surabaya. Pada siklus 2 ini, peneliti berupaya mencapai tujuan tersebut dengan menerapkan permainan "Bola Beracun" yang dirancang khusus untuk lebih menarik minat peserta didik. Hasil angket pada siklus 2 dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 2 . Hasil angket siklus ke-2**

pertanyaan	hasil angket peserta didik siklus 2			
	jawaban			
	iya		tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
1	29	96,67	1	3,33
2	24	80,00	6	20,00
3	26	86,67	4	13,33
4	27	90,00	3	10,00
5	29	96,67	1	3,33
6	28	93,33	2	6,67
7	25	83,33	5	16,67
8	30	100,00	0	-
9	24	80,00	6	20,00
10	23	76,67	7	23,33
rata-rata	88,33		11,67	

Berdasarkan hasil tabel di atas , angket yang diisi oleh 30 peserta didik setelah pelaksanaan pembelajaran PJOK selesai di SDN Airlangga 1 Surabaya pada siklus ke-2, diperoleh data bahwa cukup banyak peserta didik memberikan jawaban positif 88,33%. Sebaliknya, hanya 11,67% peserta didik yang memberikan jawaban negatif. Dengan demikian, selisih persentase antara kedua jawaban tersebut sudah menjadi lebih baik dibandingkan dengan siklus 1, yakni 76,66%. Hasil ini mengindikasikan bahwa minat peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SDN Airlangga 1 Surabaya telah meningkat dengan drastis setelah diberikan pembelajaran dengan pendekatan bermain yang membuat pembelajaran lebih menarik. Ada satu pertanyaan dengan jawaban positif yang memperoleh nilai sempurna 100% dari peserta didik, yaitu pertanyaan "Saya tidak sabar menunggu pembelajaran minggu depan". Hal ini menunjukkan tingginya antusias peserta didik dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SDN Airlangga 1 Surabaya. Pertanyaan yang pada siklus 1 mendapatkan respon negatif paling banyak, yaitu "Pembelajaran hari ini lebih menarik dibandingkan minggu kemarin", "Saya akan menjaga tubuh menjadi bugar melalui aktivitas olahraga", dan "Saya merasa lebih bugar setelah melakukan pembelajaran hari ini", mengalami peningkatan respon positif pada siklus ke-2. Tercatat sebanyak 26, 24, dan 23 siswa memberikan jawaban positif terhadap masing-masing

pertanyaan tersebut. Temuan ini mengindikasikan adanya peningkatan minat peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.



**Grafik 1 .** *Tingkat Minat Peserta Didik Terhadap PJOK*

Grafik di atas secara jelas menunjukkan efektivitas pendekatan bermain dalam meningkatkan minat belajar peserta didik terhadap Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Terdapat peningkatan yang sangat signifikan dari 51,67% pada siklus 1 menjadi 88,33% pada siklus 2. Penurunan persentase peserta didik yang kurang tertarik dari 48,33% menjadi 11,67% semakin menguatkan temuan ini. Hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa pendekatan bermain merupakan strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan partisipasi aktif dan motivasi belajar peserta didik.

### **Pembahasan**

Analisis data angket menunjukkan peningkatan yang signifikan pada minat peserta didik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dari siklus pertama ke siklus ke-2. Pada siklus pertama, persentase peserta didik yang memberikan respons positif mencapai 51,67%, sedangkan pada siklus ke-2 angka ini meningkat drastis menjadi 88,32%. Sebaliknya, persentase respons negatif menurun dari 48,33% menjadi 11,67%. Hasil ini mengindikasikan adanya peningkatan minat yang signifikan pada peserta didik setelah diterapkannya pembelajaran dengan pendekatan bermain.

Hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penerapan pendekatan bermain pada pembelajaran PJOK berhasil meningkatkan secara signifikan minat peserta didik untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Kebutuhan akan aktivitas fisik dan permainan pada anak sangat tinggi. Penelitian menunjukkan bahwa anak laki-laki cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi dibandingkan anak perempuan. Meskipun demikian, baik anak laki-laki maupun perempuan sama-sama menunjukkan kecenderungan untuk bermain dalam kelompok (Sabani, 2019). Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa pendekatan bermain, yang melibatkan aktivitas permainan dalam proses pembelajaran,

merupakan salah satu cara efektif untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik (Alaska & Hakim, 2021). Penelitian ini memberikan dukungan empiris terhadap manfaat pendekatan bermain dalam pembelajaran PJOK. Dengan bermain, peserta didik memiliki kesempatan untuk berteriak, mengeluarkan emosi, dan merasa senang, yang pada gilirannya dapat meningkatkan motivasi belajar. Selain itu, melalui permainan, peserta didik secara tidak sadar dapat mengembangkan berbagai aspek penting, termasuk keterampilan sosial-emosional seperti bekerja sama dan berkomunikasi, kognitif seperti pemecahan masalah, dan gerak seperti koordinasi dan keseimbangan.

Pendekatan bermain merupakan suatu metode pembelajaran yang mengintegrasikan unsur kesenangan dan tujuan pendidikan. Aktivitas bermain tidak hanya memberikan pengalaman menyenangkan bagi peserta didik, namun juga berperan penting dalam mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan (Nurishlah et al., 2023). Berbagai penelitian telah konsisten menunjukkan bahwa pendekatan bermain merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Oleh karena itu, penting untuk menerapkan pendekatan pembelajaran yang inovatif, seperti pendekatan bermain, guna membangkitkan minat belajar yang tinggi pada peserta didik dan mencapai tujuan pembelajaran yang optimal

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian tindakan kelas (PTK) ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain merupakan strategi yang sangat efektif dalam meningkatkan minat belajar peserta didik kelas VI di Sekolah Dasar Negeri Airlangga 1 Surabaya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Hal ini menandakan bahwa inovasi pembelajaran yang menarik, seperti pendekatan bermain, sangat diperlukan untuk membangkitkan minat peserta didik terhadap PJOK.

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas, pendekatan bermain terbukti sangat efektif dalam meningkatkan minat belajar peserta didik pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Peningkatan yang sangat signifikan dari 51,67% menjadi 88,33% pada partisipasi aktif peserta didik, serta penurunan persentase yang kurang tertarik dari 48,33% menjadi 11,67%, memberikan bukti empiris yang kuat mengenai keberhasilan strategi pembelajaran ini.

Penelitian tentang efektivitas pendekatan bermain dalam meningkatkan minat belajar siswa merupakan bidang yang menarik untuk terus ditelusuri. Dengan melakukan penelitian yang lebih mendalam dapat mengungkap mekanisme yang mendasari hubungan antara



pendekatan bermain dengan motivasi belajar siswa, serta merumuskan strategi yang lebih tepat dalam mengimplementasikan pendekatan ini di berbagai konteks pembelajaran.

## DAFTAR REFERENSI

- Al Ardzi, M. Z. (2024). Pengembangan model aktivitas jasmani melalui permainan sirkuit untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar manipulatif dan sikap sosial peserta didik kelas bawah di sekolah dasar.
- Alaska, A., & Hakim, A. A. (2021). Analisis olahraga tradisional lompat tali dan engklek sebagai peningkat kebugaran tubuh di era new normal (Studi literatur).
- Azizah, A., & Fatamorgana, F. R. (2023). Pentingnya penelitian tindakan kelas bagi guru dalam pembelajaran.
- Dwi Wisnawati, R., Sayekti, I. C., & Rahayu, S. (2022). Peningkatan hasil belajar menggunakan model problem-based learning berbantu roda berputar pada materi kalimat tanya kelas V sekolah dasar. *Educatif: Journal of Education Research*, 4(3). <http://pub.mykreatif.com/index.php/educatif>
- Hardiansyah Putera, P., Ridwan, M., Studi Pendidikan Jasmani, P., & Kesehatan, O. (2023). Peningkatan motivasi belajar siswa kelas VII dengan pendekatan bermain pada mata pelajaran PJOK. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4. <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>
- Imawati, V., & Maulana, A. (n.d.). Minat belajar siswa dalam mengikuti proses pembelajaran PJOK.
- Machali, I. (2022). Bagaimana melakukan penelitian tindakan kelas bagi guru? *Indonesian Journal of Action Research*, 1(2), 315-327. <https://doi.org/10.14421/ijar.2022.12-21>
- Meo, M., Turekisa, S., & Artikel Abstrak, H. (2019). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam membentuk nilai-nilai karakter. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3551964>
- Nurishlah, L., Nurlaila, A., Rusnaya, M., & Sabili Bandung, S. (2023). Strategi pengembangan motivasi intrinsik di dalam pembelajaran siswa sekolah dasar. *Murabbi: Jurnal Kependidikan Islam*, 2. <https://murabbi.stai-sabili.ac.id/index.php/JM/article/view/4>
- Oktaviani, N. A., & Wibowo, S. (2021). Survei tingkat kebugaran jasmani siswa SMP negeri di Madiun.
- Purwanto, D., & Baan, A. B. (2022). Pengaruh aktivitas pendidikan jasmani terhadap keterampilan motorik kasar anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5669-5678. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3158>
- Sabani, F. (2019). Perkembangan anak-anak selama masa sekolah dasar (6-7 tahun). *Jurnal Kependidikan*, 8(2). <https://jurnaldidaktika.org>

- Setya, P., Olahraga, M. P., & Keolahragaan, I. (2020). Kontribusi kurikulum pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Indonesia dalam membentuk keterampilan era abad 21. *Riset Konseptual*, 4(3). [https://doi.org/10.28926/riset\\_konseptual.v4i3.2](https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v4i3.2)
- Syahrani, A. R., Nurhalizah, A., Hanan, A. L., Nababan, I. I., Masitoh, S., & Mulyana, A. (2024). Membangun generasi sehat dan aktif melalui olahraga di sekolah dasar. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2876-2886. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1191>
- Yulia Sari, Y., Putri Ulfani, D., & Ramos, M. (2024). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga terhadap anak usia sekolah dasar. 6(2). <https://ejournal.ummuba.ac.id/index.php/pgsd/login>