Vol 7 No 3 Tahun 2026

SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga

http:// jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index

Efektivitas Pembelajaran PJOK Berbasis Permainan Estafet Ceria terhadap Minat Belajar, Kemampuan Motorik, dan Kebugaran Jasmani Siswa

Faisol Hamid[1]✉, Aditya Harja Nenggar[1], Safiil Maarif[2], Fakih Kholidin[1]

[1]Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia
[2]Pendidikan Matematika, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*
Email: faisoljombang786@gmail.com

Info Artikel

Diajukan: 2026-06-23
Direvisi: 2026-10-24
Diterima: 2026-11-18
Diterbitkan: 2026-11-19

Keywords:
Learning; cheerful relay games; learning interest; motor skills; physical fitness

Abstract

The purpose of this study is to determine the effect of cheerful relay games on learning interest, motor skills, physical fitness, this research method uses a quantitative approach with (quasi-experimental design) with pretest-posttest control group design, the population in this study was class IV min 3 Jombang with a total of 50 students, cluster random sampling technique where the selected is not an individual but a group that will later be used as a cluster for the experimental and control groups. The research instrument for learning interest using a questionnaire, motor skills with a motor ability test, physical fitness with TKJI aged 10-12 years. Descriptive analysis test and also a different test with (paired sample t-test) with a significance level (α = 0.05). The results of the study showed an influence on the experimental group by looking at the results of the significance value <0.005, and in the control group the results of the sig value> 0.005 this explains there is no influence, the conclusion in this study explains that cheerful relay games have an effect on the experimental group and there is no influence on the control group.

Kata Kunci:
Pembelajaran; permainan estafet ceria; minat belajar; kemampuan motorik; kebugaran jasmani

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh permainan estafet ceria terhadap minat belajar, kemampuan motorik, kebugaran jasmani, metode metode penelitian ini menggunakan sebuah pendekatan kuantitatif dengan (*quasi experimental design*) dengan desain *pretest-posttest control group design*,populasi dalam penelitian ini kelas iv min 3 jombang dengan jumlah 50 siswa, teknik *cluster random sampling* dimana yang dipilih bukan individu melainkan kelompok yang nantinya akan di jadikan cluster untuk kelompok eksperimen dan kontrol. Instrumen penelitian untuk minat belajar dengan memakai angket, kemampuan motorik dengan tes *motor ability*, kebugaran jasmani dengan tkji usia 10 – 12 tahun. Uji analisis deskriptif dan juga uji beda dengan (*paired sample t-test*) dengan taraf signifikansi (α = 0,05). Hasil penelitian menunjukan adanya pengaruh pada kelompok eksperimen dengan melihat hasil nilai signifikansi < 0,005, dan pada kelompok kontrol hasil nilai sig > 0,005 hal ini menjelaskan tidak ada pengaruh, kesimpulan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa permainan estafet ceria berpengaruh terhadap kelompok eksperimen dan tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol.

Copyright (c) 2026 Faisol Hamid, Aditya Harja Nenggar, Safiil Maarif, Fakih Kholidin
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

✉ **Alamat korespondensi:**
Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia

How to cite:
Hamid, F., Nenggar, A. H., Maarif, S., & Kholidin, F. (2026). Efektivitas Pembelajaran PJOK Berbasis Permainan Estafet Ceria terhadap Minat Belajar, Kemampuan Motorik, dan Kebugaran Jasmani Siswa. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, *7*(3), 1190-1196. https://doi.org/10.46838/spr.v7i3.1311

PENDAHULUAN

Mata pelajaran PJOK memiliki peran strategis untuk dapat membentuk motorik dan kebugaran siswa secara menyeluruh melalui aktivitas jasmani yang merubah pada suatu kualitas gerak, emosional, dan mental siswa. Kontribusi dari suatu strategi pembelajaran dapat mencapai tujuan pembelajaran, (Omare, 2021). Untuk itu pembelajaran PJOK memiliki tujuan membentuk kepribadian siswa secara menyeluruh, (Asriansyah 2020). Menurut Butarbutar et al., (2024) menjelaskan tidak hanya fokus pada peningkatan kebugaran tapi juga tujua mengasah tentang motorik, membentuk karakter, dalam kegiatan pembelajaran siswa perlu faham tentang gerak dalam pengembangan motorik untuk gerak dasar pada setiap aktivitas, (Hakim et al., 2025).

Peran PJOK sangat signifikan untuk menunjang perkembangan fisik siswa pada pelaksanaan di lapangan menghadapi berbagai hambatan seperti kurangnya minat dan minimnya terlibat dalam aktivitas gerak, untuk itu minat belajar punya peran penting untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam menciptakan pengalaman belajar bagi siswa. Oleh karena itu minat belajar dari siswa akan berakibat timbulnya ingin tahu dan kesenangan pada siswa utnuk terus belajar, (Babang et al., 2023). Secara menyeluruh perkembangan minat belajar sangat dipengaruhi interaksi yang diciptakan oleh pendidik yang memiliki kontribusi terhadap keterlibatan dalam proses pembelajaran, (Chasanah et al., 2023). Minat dapat bisa diketahui dari pengakuan seseorang dalam melakukan sesuatu dengan tertarik terhadap objek yang diminati, sehingga dapat dipahami bahwa ketika minat belajar tinggi akan berdampak pada perkembangan motorik siswa.

Pada jenjang pendidikan sekolah madrasah memerlukan adanya sebuah pembelajaran yang menunjang motorik siswa karena karakteristik siswa yang suka bergerak sehingga motorik sangat baik diperlukan untuk perkembangan anak, (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Menurut Fikriyah (2021) menjelaskan bahwa kemampuan pada motorik sangat penting bagi anak untuk setiap kegiatan yang dapat membuat anak melakukan kegiatan dengan baik, oleh karena itu ketika anak mempunyai motorik baik berdampak pada situasi yang nyaman dalam gerak dan punya kepercayaan diri pada saat beraktivitas di sekolah dalam menunjang prestasi, (Nenggar et al., 2024).

Kemampuan motorik baik akan memberi dampak yang positif terhadap kebugaran yang merupakan kemampuan dalam beraktivitas tanpa kelelahan oleh tubuh dan merasa nyaman melakukan aktivitas berikutnya, menurut (Setyawan & Hendrawan, 2023) menjelaskan kebugaran menggambarkan kemampuan seseorang dalam beraktivitas sehari-hari tanpa kelelahan dan masih ada energi untuk melakukan kegiatan lainnya, ketika siswa hanya diam saja tidak ada aktivitas gerak akan berdampak pada kebugaran, untuk itu melalui aktivitas pada pembelajaran berbasis permainan sangatlah tepat strategi oleh pendidik pada pembelajaran untuk bisa mencapai suatu tujuan yang dirancang secara sistematis yang sesuai pada karakteristik siswa.

Permainan menjadi suatu media gerak pada pembelajaran PJOK dimana permainan akan memberi dampak pada siswa suka bergerak dan semangat dalam beraktivitas, (Hadjarati & Haryanto, 2021). Sehingga kegiatan pembelajaran PJOK dengan menerapkan suatu bentuk pembelajaran berbasis permainan estafet ceria menggambarkan sebuah aktivitas gerak yang bervariasi yang meliputi lari, lompat, dan *zig – zag* (Subekhi et al., 2025). Aktivitas permainan tersebut itu pada proses pembelajaran PJOK dengan mempertimbangkan suatu tujuan yang ingin dicapai, suatu materi dan bahan pembelajaran, siswa pertimbangan yang bersifat nonteknis, (Mawati et al., 2023).

METODE

Pada penelitian ini dengan (quasi – experimental design) dengan desain *pretest-posttest control group design*, berikut tabel yang menjelaskan desain yang akan di pakai dalam penelitian ini :

Tabel 1. Desain Penelitian

Kelompok	Tes	treatment	Tes
Eks	Pre	X	Post
Kontrol	Pre	-	Post

Partisipan

Populasi penelitian kelas IV MIN 3 Jombang dengan 50 siswa, dengan cara untuk pengambilan sampel mengunakan sebuah teknik *cluster random sampling* yang dipilih bukan individu tapi kelompok yang nantinya akan di jadikan cluster, oleh karena itu penentuan kelompok eksperimen dan kontrol dengan cara pengundian secara acak untuk menentukan pada kelompok eksperimen (permainan estafet ceria) dan kelompok kontrol dengan melakukan (aktivitas konvensional).

Instrumen

Instrumen penelitian untuk minat belajar dengan memakai angket yang berisi 35 pernyataan dengan 22 pernyataan positif dan 13 pernyataan negatif berskala likert, kemampuan motorik dengan tes *motor ability*, dan kebugaran jasmani.

Prosedur

Berdasarkan desain yang dalam penelitian ini dengan tahapan *pre test* (tes awal) tes mengukur minat belajar, kemampuan motorik, dan kebugaran jasmani, tahap selanjutnya perlakuan pada kelompok eks dan kelompok kontrol pembelajaran konvensional), berikutnya di lakukan tes akhir (*post test*).

Analisis Data

Berdasarkan data *pre test* dan *post test* pada uji deskriptif dan uji (*paired sample t-test*) dengan taraf sig ($\alpha = 0{,}05$).

HASIL

Berdasarkan hasil perhitungan pada data penelitian dengan melihat perhitungan pada kemampuan motorik, kebugaran jasmani, dan minat belajar dengan memperoleh data sebagai berikut :

1. Kemampuan Motorik

Hasil uji Deskripsi data hasil *pre test* dan *post test* ditunjukan pada data berikut:

Tabel 2. Deskriptif Statistik

	Kelompok			
	Eks		Kontrol	
	Pre	Post	Pre	Post
N	25	25	25	25
Min	143.06	157.16	169.69	159.25
Max	221.00	250.88	223.95	224.36
Mean	199.7920	210.0096	197.2252	196.4856
SD	18.49941	19.29135	14.27711	16.26854

Berdasarkan uji pada tabel 2 menjelaskan bahwa pada data deskriptif tersebut diperoleh pada data kelompok eksperimen untuk *pre test* skor min 143.06, max 221.00, mean 199.7920, SD 18.49941, dan data *post test* min 157.16, max 250.88, mean 210.0096, SD 19.29135, pada data kelompok kontrol untuk *pre test* skor min 169.69, max 223.95, mean 197.2252, SD 14.27711, dan data *post test* min 159.25, max 224.36, mean 196.4856, SD 16.26854.

2. Kebugaran Jasmani

Pada hasil tentang tingkat kebugaran jasmani menunjukan data sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Deskriptif Kebugaran

	Kelompok			
	Eksperimen		Kontrol	
	Pre	Post	Pre	Post
N	25	25	25	25
Min	9.00	13.00	8.00	11.00
Max	19.00	19.00	18.00	15.00
Mean	12.5200	16.2400	13.4000	12.7200
SD	3.29292	1.94251	3.52373	1.36991

Pada uji deskriptif data kebugaran jasmani pada data kelompok eksperimen untuk pre test skor min 9, max 19, mean 12.52, SD 3.29292, dan data post test min 13, max 10,

mean 18, SD 1.94251, sedangkan pada data kelompok kontrol untuk pre test skor min 8, max 18, mean 13.40, SD 3.52373, dan data post test min 11, max 15, mean 12.72, SD 1.36991.

3. Minat belajar

Berdasarkan perhitungan untuk hasil minat belajar siswa dengan data sebagai berikut :

Tabel 4. Deskriptif Minat Belajar

	Kelompok			
	Eksperimen		**Kontrol**	
	Pre	**Post**	**Pre**	**Post**
N	25	25	25	25
Min	64.00	64.00	62.00	64.00
Max	84.00	89.00	87.00	88.00
Mean	74.7600	82.8800	74.2400	77.8800
SD	5.53986	5.74688	7.04320	6.67907

Berdasarkan pada data tabel 4 menunjukan pada kelompok eks data *pre test* dengan skor min 64, max 84, mean 74.76, SD 5.53986, dan data *post test* min 64, max 89, mean 82.88, SD 5.53986, sedangkan pada data kelompok kontrol untuk pre test skor min 62, max 87, mean 74.24, SD 7.04320, dan data post test min 64, max 88, mean 77.88, SD 6.67907.

Tabel 5. Uji T Kemampuan Motorik

Kemampuan Motorik		**Mean**	**Std. Deviation**	**T**	**df**	**Sig.(2-Tailed**
Pair 1	Post	10.21760	29.50464	1.732	24	.001
Eks	Pre					
Pair 2	Post	73960	21.23452	.174	24	.863
Kontrol	Pre					

Berdasarkan data tabel 5 untuk menjelaskan uji beda pada data kelompok eksperimen untuk kemampuan motorik menunjukkan nilai *sig* 0,001 < 0,005, hal itu menunjukkan ada pengaruh dari perlakuan dan untuk kelompok kontrol untuk nilai *sig* 0,863 > 0,005, hal itu menunjukkan tidak ada pengaruh terhadap kelompok kontrol.

Tabel 6. Uji Beda Kebugaran Jasmani

Kebugaran jasmani		**Mean**	**Std. Deviation**	**t**	**df**	**Sig.(2-Tailed**
Pair 1	Post test	3.72000	3.86782	4.809	24	.000
Eksperimen	Pre test					
Pair 2	Post test	-.68000	3.61386	-.941	24	.356
Kontrol	Pre test					

Dari perhitungan uji beda untuk kebugaran jasmani pada kelompok eksperimen menunjukan nilai sig 0,000 < 0,005, hal itu menunjukkan adanya pengaruh dan kelompok kontrol nilai sig 0,356 > 0,005, hal itu menunjukkan tidak ada pengaruh.

Tabel 7. Uji Beda Minat Belajar

Minat Belajar		**Mean**	**Std. Deviation**	**t**	**df**	**Sig.(2-Tailed**
Pair 1	Post	8.12000	8.11028	5.006	24	.000
Eksperimen	Pre					
Pair 2	Post	3.64000	9.05943	2.009	24	.065
Kontrol	Pre					

Pada tabel 7

menjelaskan bahwa hasil perhitungan uji beda pada kelompok eksperimen nilai sig 0,000 < 0,005, menjelaskan adanya pengaruh dari sebuah perlakuan dan sebaliknya pada kelompok kontrol tidak ada pengaruh dilihat dari nilai sig 0,065 > 0,005.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisa data penelitian bahwa menunjukkan adanya pengaruh pada

kelompok eksperimen pada motorik, kebugaran jasmani, dan minat pada nilai sig yang diperoleh < 0,005, dan sebaliknya untuk kelompok kontrol menunjukkan tidak ada pengaruh dilihat dari nilai signifikan. Dapat dipahami bahwa beraktivitas dengan permainan anak menerima berbagai rangsangan yang berdampak pada rasa senang dan memperoleh pengetahuan, (Ramadhan & Resita, 2020). Penelitian Syafriadi et al., (2021) menjelaskan adanya integrasi permainan memberi kontribusi terhadap minat belajar siswa, memakai suatu unsur permainan pada pembelajaran PJOK dapat meningtkan minat belajar. (Samosir et al., 2024). Oleh karena itu dengan menerapkan elemen permainan menciptakan suatu atmosfer yang menyenangkan sehingga minat belajar siswa ada peningkatan, (Arifin & Dinata, 2026).

Hasil analisis data pada tingkat kebugaran menjelaskan adanya pengaruh permainan tersebut terhadap kebugaran jasmani siswa, untuk itu kebugaran jasmani sebagai kemampuan sistem tubuh dalam beraktivitas sehari–hari dan meningkatkan kualitas hidup dan mempunyai fisik yang baik, (Ma'arif, Setyawan, et al., 2023). Kebugaran akan dapat bantu siswa dalam melaksanakan tugas ketika di sekolah, ketika aktivitas dengan bentuk suatu permainan mampu meningkatkan derajat kebugaran jasmani pada siswa dan juga berperan terhadap kekayaan gerak siswa, (Gulo et al., 2023).

Sebuah permainan dapat memberi efektivitas yang sangat signifikan untuk perkembangan kebugaran siswa, (Mulya, 2020). Dengan beraktivitas secara rutin berdampak pada tingkat kebugaran, (Ma'arif, et al., 2023). Sedangkan menurut Ma'arif & Hasmara, (2023) menjelaskan bahwa ketika mempunyai kebugaran yang optimal akan punya performa yang baik dibandingkan dengan kebugaran yang rendah, selain itu tingkat kebugaran siswa sangat dipengaruhi oleh rutinitas aktivitas setiap hari, (Ma'arif & Hasmara, 2023a). Kebugaran menjadi salah satu komponen penting dalam mengikuti pembelajaran PJOK dengan memberi dampak positif terhadap siswa dalam proses kegiatan pembelajaran di sekolah, (Ma'arif & Setyawan, 2025).

Pada kemampuan motorik pada kelompok eksperimen dapat dijelaskan bahwa aktivitas permainan memberi dampak positif terhadap kemampuan motorik siswa, Pada setiap pembelajaran pada dasarnya harus memastikan pada proses perkembangan anak dengan cara yang menarik, baik, dan sistematis dalam menginginkan tujuan yang dicapai, (Dai et al., 2022). Sehingga ketika pembelajaran dapat dikemas dengan sebuah aktivitas permainan supaya siswa melakukan aktivitas gerakan yang dapat meningkatkan pada kemampuan motorik siswa, diperkuat oleh penelitian Safitri et al., (2023) menjelaskan bahwa aktivitas permainan berdampak pada hasil belajar yang signifikan, oleh karena itu dengan cara mengembangkan kemampuan yang dimiliki anak dengan mencoba melalui kegiatan permainan, (Noviarti & Ismet, 2020). Untuk itu ketika anak mampu mengeksplor pada dunia melalui sarana permainan mampu mendapatkan sebuah pengalaman dalam bentu penguasaan, kemampuan motorik yang baik perlu adanya kepastian untuk dapat menjadi fasilitator pembelajaran yang efektif untuk masa depan. Menurut Sutapa et al., (2021) menjelaskan pentingnya perkembangan motorik pada anak perlu adanya suatu stimulasi, dalam mencapai tujuan pembelajaran dimana siswa tidak hanya belajar gerakan tapi bagaimana adanya dukungan untuk setiap proses pertumbuhan dan perkembangan anak, (Parwata, 2021).

Berdasarkan hasil perhitungan untuk kelompok kontrol pada uji beda dengan *paired sample test* menjelaskan bahwa nilai sig > 0,005. Hal ini dapat di ketahui bahwa dengan hasil tersebut tidak berpengaruh yang sangat signifikan terhadap minat belajar siswa, motorik, dan kebugaran jasmani. Sehingga dapat dipahami bahwa dalam pembelajaran siswa mendapatkan materi permainan yang tidak berkaitan dengan unsur motorik dan kebugaran, sehingga minat belajar juga dipengaruhi hal tersebut dan juga setiap siswa memiliki karakteristik dan aktivitas gerak yang berbeda-beda setiap individu pada kegiatan sehari-hari yang tidak bisa dipantau secara khusus.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data untuk tingkat kebugaran jasmani, kemampuan motorik, minat belajar pada kelompok eksperimen ada pengaruh dengan nilai sig < 0,005, sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan tidak ada pengaruh pada hasi nilai sig > 0,005.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada lembaga Universitas PGRI Jombang melalui LPPM atas dukungan dana yang diberikan sehingga penelitian ini dapat dilakukan dan terselesaikan dengan baik.

REFERENSI

Arifin, P. A., & Dinata, V. C. (2026). *Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Permainan (Game Based Learning) terhadap Minat Belajar PJOK Siswa Kelas V*. *9*, 5329–5334.

Asriansyah, & Mahendra, A. (2020). Model Permainan Perseptual Motorik Melalui

Ban Motor Bekas Dalam Pendidikan Jasmani Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jendela Olahraga*, *05*(02), 122–130.

Babang, V. M. M. F., Fernandez, M. D., & Arto, O. (2023). *Hubungan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas IV Pada Mata Pelajaran PJOK Di Sekolah Dasar Negeri Naikoten 2 Kupang Tahun Pelajaran 2022*. *2*(1), 13–27.

Butarbutar, N. C., Hasibuan, A. M., Utami, N. D., Annisa, S., & Siddik, F. (2024). *Efektivitas Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. *3*.

Chasanah, N. N., Sukmaningrum, R., & Wahyuni, E. (2023). The influence of learning interest on students learning outcomes in subject. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, *2*, 338–343.

Dai, A., Mile, S., Irfan, M., & Hadjarati, H. (2022). Tata Laksana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jambura Health and Sport Journal*, *4*(1), 53–59. https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i1.13601

Fikriyah, S. N. (2021). Analisis Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Kelas 3 di Sekolah Dasar Negeri Tajem. *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, *2*(1), 200–207. https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.121

Gulo, R. K., Putri, R. J. A., Sitepu, P. P., Tarigan, P. U., Praninci, Gea, P. F., Siregar, P. P., Silaban, P. A., Girsang, P. P., & Pardede, P. B. (2023). Studi Analisis Permainan Tradisional Egrang Terhadap Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Sd Negeri Desa Doulu Kecamatan Berastagi. *JURNAL ILMIAH STOK BINA GUNA MEDAN*, *11*(2), 208–216.

Hadjarati, H., & Haryanto, A. I. (2021). Traditional Games and Traditional Sports Boalemo. *Jp.Jok (Jurnal (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, *5*(1), 61–75.

Hakim, H., Sahabuddin, & Ishak, M. (2025). The impact of modified physical education learning with volleyball games on students' learning motivation and basic movement skills. *Indonesian Journal of Physical Activity*, *5*(1), 121–131.

Ma'arif, I., & Hasmara, P. S. (2023a). Pengaruh Pola Aktivitas Fisik Mingguan Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri Pandan Kabupaten Mojokerto. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, *4*(2), 120–124. https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.309

Ma'arif, I., & Hasmara, P. S. (2023b). The Relationship Between Physical Activity and Physical Fitness of Elementary School Students Aged 10-12 Years. *Journal RESPECS (Research Physical Education and Sport) Volume*, *5*(1), 81–88.

Ma'arif, I., Nurhasan, Suroto, Risfandi, S., Basuki, Zen, M. Z., Prasetiyo, R., Saputra, yudi dwi, & Synthiawati, novita nur. (2023). Correlation of Body Mass Index, Physical Activity, and Physical Fitness in Elementary School Students. *Physical Education Theory and Methodology*, *23*(1), 58–64. https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.1.08

Ma'arif, I., & Setyawan, R. (2025). The effect of implementing physical activity patterns on physical fitness and motor skills in students aged 10–12 years. *Bima Loka: Journal of Physical Education*, *6*, 1–10.

Ma'arif, I., Setyawan, R., Zen, M. Z., Hendrawan, kahan tony, & Andrianto, J. R. (2023). Regular Physical Activity Helps Improve The Physical Fitness Level Of Elementary School Students During The Covid-19 Pandemic. *Physical Education Theory and Methodology*, *7989*, 505–511. https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.4.03

Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Sport Science And Education Journal Indonesia Pengembangan Model Latihan Keterampilan. *Jurnal Teknokrat*, *1*(1), 31–37.

Mawati, A. T., Arifudin, O., & Kartika, I. (2023). *Dampak pergantian kurikulum pendidikan terhadap peserta didik sekolah dasar*. *1*(1), 69–82.

Mulya, G. (2020). *Efektivitas Penggunaan Metode Permainan Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Effectiveness of the Use of Game Methods Against Physical Fitness of Elementary School Students*. *2*(1), 1–8.

Nenggar, A. H., Hidayat, Z. W., & Hamid, F. (2024). *SPRINTER : Jurnal Ilmu Olahraga Pengaruh Permainan Hulahoop pada Motorik Kasar Anak di SDN Kayangan 2 Jombang*. *5*(2), 348–353.

Noviarti, A., & Ismet, S. (2020). Analisis Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Dalam Permainan Tradisional Engklek. *Jurnal Tunas Cendekia*, *0849*, 222–230.

Omare, E. (2021). *Teacher qualification, experience, capability beliefs and professional development: Do they predict teacher adoption of 21*. *13*(2), 1161–1192.

Parwata, I. M. Y. (2021). Pembelajaran Gerak Dalam Pendidikan Jasmani Dari Perspektif Merdeka Belajar. *Indonesian*

Journal of Educational Development, *2*(2), 219–228. https://doi.org/10.5281/zenodo.5233331

Ramadhan, M. G., & Resita, C. (2020). Pengaruh Permainan Kecil Terhadap Minat Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas VIII di MT's AL-Ahliyah. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, *12*(2), 104. https://doi.org/10.26858/cjpko.v12i2.13591

Safitri, R. E., Safari, I., Supriyadi, T., & Barat, J. (2023). *Improving Gross Motor Ability Run Through Traditional Cat*. *5*(1), 74–84.

Samosir, M. A., Sinaga, G. M., & Zai, Y. (2024). Meningkatkan Minat Belajar Siswa SD-UMMI AIDA Islam Terpadu Dalam Pembelajaran PJOK Melalui Permainan Tradisional: Kajian Literatur. *PIOR: Jurnal Pendidikan Olahraga*, *03*(02), 1–8.

Sapta, L., Kusuma, W., Yusuf, R., Nusa, P., & Barat, T. (2021). *Integrasi Permainan Tradisional Dalam Metode Pembelajaran Praktik untuk Meningkatkan Minat Belajar PJOK Integration of Traditional Games in Practical Learning Methods to Increase Interest in Learning PJOK*. *1*(1), 14–21.

Setyawan, R., & Hendrawan, kahan tony. (2023). Pengaruh Gross Motor Skill terhadap Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Centong. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, *4*(2), 107–112. https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.311

Subekhi, H., Gani, R. A., & Gustiawati, R. (2025). *Pengembangan Model Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Pembelajaran PJOK Sekolah Dasar Usia 7-10 Tahun Pendahuluan*. *8*(3), 431–442. https://doi.org/10.29408/porkes.v8i3.30913

Sutapa, P., Pratama, K. W., Rosly, M. M., Ali, S. K. S., & Karakauki, M. (2021). Improving motor skills in early childhood through goal-oriented play activity. *Children*, *8*(11), 1–11. https://doi.org/10.3390/children8110994