



Agung Alaska<sup>1</sup>  
 Arif Dwi Wahyudi<sup>2</sup>  
 Vega Candra Dinata<sup>3</sup>  
 Sandiko<sup>4</sup>

## MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LOKOMOTOR, NONLOKOMOTOR DAN MANIPULATIF MELALUI PENERAPAN PENDEKATAN BERMAIN

### Abstrak

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak dasar Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif. Metode penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang mana dilakukan pada Dua tahap/siklus dengan sampel peserta didik kelas IX H yang berjumlah 32 peserta didik yang terdiri dari 16 siswa dan 18 siswi. Teknik pengumpulan data yakni tes berupa soal pengetahuan, unjuk kerja berdasarkan proses pembelajaran aktivitas gerak dan juga teknik non tes berupa pengamatan sikap peserta didik pada saat pembelajaran. Analisis data menggunakan analisis deskriptif presentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, melalui pendekatan bermain ada peningkatan hasil belajar gerak dasar Lokomotor, Nonlokomotor dan Manipulatif yang dibuktikan melalui analisis pada pada siklus I diperoleh hasil rerata presentase keberhasilan sebesar 76% dan pada siklus II diperoleh hasil presentase keberhasilan sebesar 86,9%.

**Kata Kunci:** Penelitian Tindakan Kelas, Hasil Belajar, Pendekatan Bermain.

### Abstract

This research is intended to determine the improvement in learning outcomes of basic locomotor, non-locomotor and manipulative movements. This research method uses classroom action research (PTK) which was carried out in two stages/cycles with a sample of class IX H students totaling 32 students consisting of 16 students and 18 female students. Data collection techniques include tests in the form of knowledge questions, performance based on the learning process of movement activities and also non-test techniques in the form of observing students' attitudes during learning. Data analysis uses descriptive percentage analysis. The results of this research show that, through the play approach, there is an increase in the learning outcomes of basic locomotor, non-locomotor and manipulative movements, which is proven through analysis in the first cycle, the average success percentage result was 76% and in the second cycle the success percentage result was 86.9%.

**Keywords:** Classroom Action Research, Learning Outcomes, Play Approaches.

### PENDAHULUAN

Ini sesuai dengan (Indonesia et al., 1991) mengenai Sistem Pendidikan Nasional, yang menyatakan : “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi diri sehingga memiliki akhlak mulia, kontrol diri ,kekuatan spiritual,kepribadian,kecerdasan, dan keterampilan yang diperlukan sebagai warga negara dan bangsa”.

Di Indonesia sendiri, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) menjadi salah satu mata pelajaran yang ada pada setiap jenjang pendidikan (Sesfao, 2018),Dimana setiap peserta didik wajib mengikuti mata pelajaran PJOK untuk mengembangkan potensi dirinya melalui berbagai kegiatan jasmani

Metode latihan terbimbing yang digunakan dalam proses pembelajaran akan menciptakan kondisi peserta didik yang aktif, karena dalam proses pembelajaran siswa dilatih untuk lebih

<sup>1,2,3,4</sup>Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaa, Universitas Negeri Surabaya  
 email: [alaskaagung59@gmail.com](mailto:alaskaagung59@gmail.com)<sup>1</sup>, [dwiwahyudiarif30@gmail.com](mailto:dwiwahyudiarif30@gmail.com)<sup>2</sup>, [vegacandra@unesa.ac.id](mailto:vegacandra@unesa.ac.id)<sup>3</sup>,  
[bisma.sandiko26@gmail.com](mailto:bisma.sandiko26@gmail.com)<sup>4</sup>

teliti dan berhati-hati dalam menghasilkan sebuah karya. (Dian Apriani, 2013) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode latihan terbimbing dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Metode latihan terbimbing mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam menulis. Metode latihan terbimbing dapat membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar (Studi et al., 2023). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa latihan terbimbing dapat meningkatkan kreativitas siswa. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar PJOK siswa kelas XI H SMP Negeri 26 Surabaya melalui penerapan metode latihan terbimbing. (Merta, 2022)

Metode latihan terbimbing yang digunakan dalam proses pembelajaran akan menciptakan kondisi peserta didik yang aktif, karena dalam proses pembelajaran siswa dilatih untuk lebih teliti dan berhati-hati dalam menghasilkan sebuah karya. (Rejeki et al., 2021) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode latihan terbimbing dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Metode latihan terbimbing mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam menulis.

Meningkatkan keterampilan siswa dalam menulis. Metode latihan terbimbing dapat membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar (Subahtiar, 2021). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa latihan terbimbing dapat meningkatkan kreativitas siswa. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar PJOK siswa kelas XI H SMP Negeri 26 Surabaya melalui penerapan metode latihan terbimbing. (Ahmad Akhnaf Amanullah et al., 2022)

Metode latihan terbimbing yang digunakan dalam proses pembelajaran akan menciptakan kondisi peserta didik yang aktif, karena dalam proses pembelajaran siswa dilatih untuk lebih teliti dan berhati-hati dalam menghasilkan sebuah karya. (Puspitasari et al., 2023) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa metode latihan terbimbing dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Metode latihan terbimbing mampu meningkatkan keterampilan siswa dalam menulis. Metode latihan terbimbing dapat membantu siswa yang mengalami kesulitan dalam belajar (Al-Farrasta, 2023) Penelitian lainnya menunjukkan bahwa latihan terbimbing dapat meningkatkan kreativitas siswa. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar PJOK siswa kelas XI H SMP Negeri 26 Surabaya melalui penerapan metode latihan terbimbing. (Merta, 2022)

## **METODE**

Metode penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yaitu penelitian bersiklus dengan tujuan untuk melakukan perbaikan pada kualitas pembelajaran didalam kelas secara berkelanjutan (Mulyani et al., 2019). Penelitian dilakukan dalam tiga siklus dan dilaksanakan di SMP Negeri 26 Surabaya pada bulan Maret 2024. Sampel penelitian ini yaitu rombongan belajar kelas IX H dengan jumlah 20 peserta didik.

Teknik pengambilan data yang digunakan adalah: (1) Angket, yaitu untuk mengetahui respon siswa terhadap penggunaan media modifikasi permainan dalam pembelajaran Pjok pada materi permainan bola kast. Teknik untuk memperoleh data respon tersebut adalah membagikan angket kepada siswa melalui *Google Form*. Angket menggunakan lembar angket yang dikirim melalui *Google Form* yang berisi pertanyaan-pertanyaan tentang penggunaan media permainan modifikasi; (2) Tes, pada penelitian ini peneliti menggunakan bentuk tes subjektif (uraian), karena tes uraian memudahkan guru untuk melihat tingkat Hasil Belajar materi siswa. Dengan melakukan tes subjektif ini, peneliti dapat mengetahui sejauh mana siswa mendalami suatu masalah yang ditekankan.

Instrumen yang digunakan meliputi: (1) Instrumen tes : dalam hal ini peneliti, menggunakan tes subjektif dalam mengukur hasil belajar siswa. Pada proses penilaiannya, peneliti menilai sendiri hasil tes siswa sesuai dengan rubrik penilaian untuk mengukur Hasil Belajar siswa yang telah disiapkan. Penyusunan pedoman penilaian disesuaikan dengan rubrik yang telah disusun; (2) Angket untuk mengetahui respon siswa terhadap penggunaan modifikasi permainan dalam pembelajaran dalam pembelajaran PJOK pada materi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Teknik untuk memperoleh data respon tersebut adalah membagikan angket kepada siswa melalui *Google Form*.

Analisa data yang digunakan adalah teknik analisa data kualitatif yang didalamnya melibatkan kegiatan penelaahan seluruh data yang dikumpulkan, mereduksi data dan menganalisis data serta membuat kesimpulan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama 7 minggu sesuai jadwal di sekolah yaitu setiap hari Senin. Hal ini dilakukan agar pembelajaran berjalan dengan efektif dan peserta didik dapat menerima pelajaran dengan baik serta tidak mengganggu jam pelajaran yang lain. Setiap siklus membahas materi yang berbeda namun masih dalam satu pokok bahasan yakni Materi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulative dalam penerapan modifikasi permainan Estafet bola dan bola beracun pada siklus I pertemuan ke-1 dengan memodifikasi bola karet, pada pertemuan ke-2 dengan mem odifikasi permainan boy-boyan dan beteng-betengan.. Pada rangkaian kegiatan tindakan setiap siklus dalam penelitian tindakan kelas terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi.

Adapun hasil penelitian dan pembahasan dari penelitian tindakan kelas ini yaitu memodifikasi permainan estafet bola dan bola beracun dengan menggunakan bola yang dapat dilaporkan sebagai berikut:

**Hasil Penelitian Siklus I**

Pelaksanaan siklus I dilaksanakan dalam 3 aktivitas yang pertama aktivitas 1 yaitu pemanasan dan aktivitas 2 yaitu inti dan ditutup dengan aktivitas 3 yaitu permainan sesungguhnya, pelaksanaan pembelajaran secara tatap muka sesuai dengan jadwal disekolah seperti yang tercantum pada tabel berikut :

Tabel 1 Jadwal Pelaksanaan PTK Siklus I

Pertemuan	Hari / Tanggal	Alokasi Waktu	Materi
1	Senin, 19 Feb 2024	2 JP	Permainan Estafet Bola
2	Senin, 19 Feb 2024	2 JP	Permainan Bola Beracun
3	Senin, 26 Mar 2024	2 JP	Uji Kompetensi Siklus II

Pertemuan pertama siklus 1 dilaksanakan sesuai dengan langkah-langkah pembelajaran dan mengacu pada modul ajar. Serta bagaimana respon siswa terhadap pembelajaran pada hari itu dengan menggunakan modifikasi permainan dalam materi gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif.

**1. Hasil Belajar Siswa**

Hasil belajar siswa bisa dilihat dari hasil uji kompetensi yang dilaksanakan pada akhir siklus I dengan diberikan melalui *google formulir*. Pada pelaksanaan tes akhir siklus I diberikan secara online melalui grup WA kelas IX H Mata Pelajaran PJOK. Siswa mengerjakan soal dengan sungguh – sungguh, meskipun ada beberapa siswa yang kesulitan dalam mengerjakannya. Setelah waktu yang diberikan habis siswa segera dapat mengetahui hasil jawaban siswa melalui *google formulir*. Dari hasil analisis, tes akhir siswa pada siklus I diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 2 Hasil Belajar Siswa (Uji Kompetensi) Siklus I

Jumlah Siswa 34	Tuntas	Tidak Tuntas
Jumlah Siswa	12	22
Persentase Ketuntasan	35,29 %	64,71 %
Rata – rata hasil belajar	40,3	
Nilai Tertinggi	80	
Nilai Terendah	40	

Berdasarkan hasil uji kompetensi siswa pada siklus I dapat diketahui bahwa siswa yang tuntas pada tes akhir siklus I sebanyak 12 siswa dari 34 siswa atau 35,29 % dan yang tidak tuntas sebanyak 22 siswa atau 64,71%. Sedangkan rata – rata hasil belajar siswa sebesar 30,58 dengan nilai tertinggi 80 dan nilai terendah 40.

**Hasil Penelitian Siklus II**

Pelaksanaan siklus II dilaksanakan dalam 2 kali pertemuan yaitu 2 kali pertemuan pembelajaran dan 1 kali tes akhir siklus II, pelaksanaan pembelajaran seperti yang tercantum pada tabel berikut :

Tabel 3 Jadwal Pelaksanaan PTK Siklus II

Pertemuan	Hari / Tanggal	Alokasi Waktu	Materi
1	Senin, 26 Feb 2024	2 JP	Permainan boy-boy dan beteng-betengan
2	Senin, 26 Maret 2024	2 JP	Tes Akhir Siklus II

1. Hasil Hasil Belajar Siswa

Hasil Belajar siswa bisa dilihat dari hasil uji kompetensi yang dilaksanakan pada akhir siklus II dengan diberikan tes melalui *google form*. Pada pelaksanaan tes akhir siklus II, siswa mengerjakan soal dengan sungguh – sungguh, meskipun ada beberapa siswa yang kesulitan dalam mengerjakannya. Setelah waktu yang diberikan habis siswa segera mengirim hasil jawaban siswa dcara me submit. Dari hasil analisis, tes akhir siswa pada siklus II diperoleh data sebagai berikut

Tabel 4 Hasil Belajar Siswa (Uji Kompetensi) Siklus II

Jumlah Siswa 34	Tuntas	Tidak Tuntas
Jumlah Siswa 34	28	6
Persentase Ketuntasan	82,35 %	17,65 %
Rata – rata hasil belajar	80,0	
Nilai Tertinggi	100	
Nilai Terendah	50	

Berdasarkan hasil uji kompetensi siswa pada siklus II dapat diketahui bahwa siswa yang tuntas pada tes akhir siklus II sebanyak 28 siswa dari 34 siswa atau 82,35 % dan yang tidak tuntas sebanyak 6 siswa atau 17,65 %. Sedangkan rata – rata hasil belajar siswa sebesar 80,0 dengan nilai tertinggi 100 dan nilai terendah 50.

2. Analisis Data Hasil Respon Siswa

Dari hasil angket lembar observasi siswa tentang respon siswa terhadap pembelajaran modifikasi permainan ini diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 5 Hasil Angket Observasi Belajar Siswa

No	Pertanyaan	Frekuensi Jawaban Siswa		Persentase	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Apakah anda senang belajar PJOK jika pembelajaran menggunakan permainan tradisional yang dimodifikasi	33	1	97 %	3%
2	Apakah anda menyukai proses belajar mengajar selama pembelajaran	33	1	97 %	3%
3	Apakah dengan media pembelajaran bola karet dapat membantu dan mempermudah anda memahami materi pelajaran PJOK	27	7	79 %	21 %
4	Apakah dengan media yang berinovasi pada pembelajaran membuat anda menjadi siswa yang aktif	24	10	80 %	20 %

5	Apakah rasa percaya diri anda meningkat dalam mengeluarkan ide/pendapat/ pertanyaan.	28	6	82 %	18 %
6	Apakah anda termotivasi untuk belajar PJOK dengan penerapan permainan tradisional yang dimodifikasi	26	8	76 %	24 %
7	Setelah mengikuti pembelajaran PJOK apakah anda terasa sangat puas	32	2	94 %	6 %
8	Apakah anda merasakan ada kemajuan setelah pembelajaran PJOK dengan menggunakan permainan tradisional yang dimodifikasi	28	6	82 %	18 %
9	Apakah anda ada kesulitan ketika pembelajaran sedang berlangsung	29	5	85 %	15 %
10	Apakah anda senang jika pembelajaran PJOK untuk diminggu depan	33	1	97 %	3 %
	Jumlah	293	57		
	Rata-rata			<b>86,9 %</b>	<b>13,01 %</b>

Untuk memperjelas adanya peningkatan Hasil Belajar materi siswa antara siklus I dan siklus II maka dalam pembahasan ini akan dibahas satu persatu mengenai Hasil Belajar Gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dengan menggunakan media permainan tradisional yang dimodifikasi.

**1. Hasil Belajar Siswa**

Untuk menganalisis tingkat keberhasilan atau persentase hasil belajar siswa setelah proses belajar mengajar secara daring setiap siklusnya dilakukan dengan cara memberikan uji kompetensi yang dilakukan setiap akhir siklus I dan Siklus II yang berupa soal pilihan ganda melalui *google formulir*. Dalam menghitung hasil belajar siswa, guru menggunakan nilai rata – rata yang dicapai siswa pada setiap siklusnya setelah diadakan uji kompetensi. Hasil belajar siswa selama uji kompetensi siklus I dan siklus II tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6 Data Hasil Hasil Belajar Siswa Siklus I dan II

Keterangan	Hasil Siklus I	Hasil Siklus II	Naik/Turun	Keterangan
Siswa Tuntas Belajar	12	28	Naik	16 siswa
Siswa Tidak Tuntas	22	6	Turun	16 siswa
Persentase Ketuntasan	35,29 %	82,35%	Naik	47,06 %
Rata-rata	40,3	80,0	Naik	39,7
Nilai Tertinggi	80	100	Naik	20
Nilai Terendah	40	50	Naik	10

Dari tabel di atas diperoleh siswa yang tuntas belajar pada siklus I sebanyak 12 siswa, pada siklus II mengalami kenaikan menjadi 22 siswa atau naik sebanyak 16 siswa. Hal ini disebabkan siswa sudah familiar dengan media bola spon sehingga mengalami kenaikan sebesar 47,06% atau 16 siswa hal ini terbantu karena siswa sudah memahami cara belajar menggunakan media bola spon. Sebaliknya jumlah siswa yang tidak tuntas belajar mengalami penurunan dari siklus I sejumlah 22 siswa menjadi 6 siswa atau turun sebanyak 16 siswa, hal ini sesuai harapan peneliti bahwa siswa yang tuntas belajar mengalami kenaikan dan siswa yang tidak tuntas belajar mengalami penurunan.

Hasil persentase ketuntasan belajar siswa pada siklus I diperoleh hasil 35,29 % sedang pada siklus II diperoleh hasil 82,35% atau mengalami kenaikan sebesar 47,06 %.

Rata-rata hasil belajar siswa terhadap materi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dengan modifikasi bola karet dengan pengaplikasian modifikasi permainan estafet bola dan bol beracun. pada siklus I diperoleh hasil 40,3 sedang pada siklus II diperoleh hasil atau mengalami kenaikan sebesar 82,35. Hasil ini sesuai dengan harapan penulis bahwa rata-rata hasil belajarnya bisa meningkat di atas KKM yang ditetapkan sekolah yaitu sebesar 80. Hasil ini sudah sesuai dengan harapan peneliti yaitu rata-rata hasil belajar siswa mengalami kenaikan, walau kenaikannya kecil hal ini bisa dimaklumi karena pada menjalankan siklus 1 ke siklus 2 waktunya sedikit dengan terbenturnya puasa di bulan ramadhan menurut peneliti maka hasil tersebut sudah cukup baik dan sesuai harapan yaitu mengalami kenaikan.

Dari hasil Uji Kompetensi Siklus I nilai tertinggi adalah 90 dan nilai terendah 40 pada siklus II nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendahnya adalah 50. Dari hasil tersebut diperoleh bahwa nilai tertinggi mengalami kenaikan sebesar 10 poin.. Sedang nilai terendah mengalami kenaikan yang cukup signifikan sesuai harapan peneliti bahwa siswa yang memahami materi mengalami kenaikan,

Secara umum hasil belajar siswa materi permainan gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dengan penerapan permainan, boy-boyan dan beteng-betengan mengalami kenaikan baik dari segi ketuntasan dan rata-rata hasil belajar siswa.

Lebih jelasnya peningkatan hasil belajar pada materi gerak dasar lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif dengan penerapan permainan, boy-boyan dan beteng-betengan dapat dilihat persentase ketuntasan dan rata-ratanya pada siklus I dan siklus II seperti diagram batang berikut:



Gambar 1 Diagram Batang Hasil Belajar Siswa

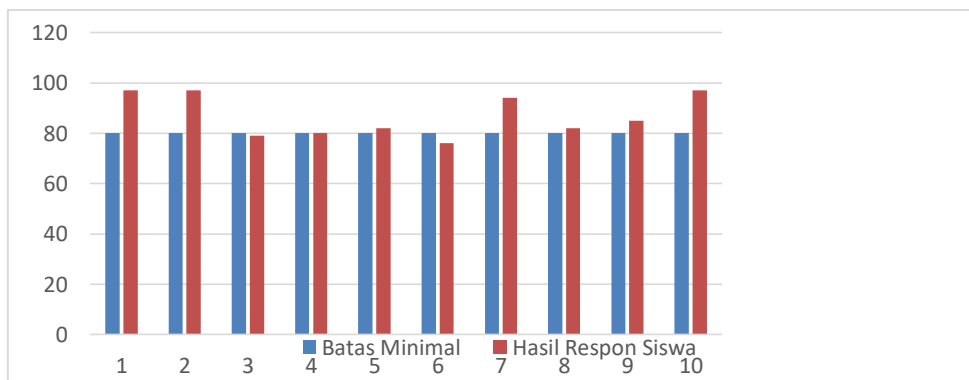
## 2. Respon Siswa

Dari 10 pertanyaan hasil angket respon siswa diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Apakah anda senang belajar PJOK jika pembelajaran menggunakan penerapan permainan modifikasi permainan tradisional yang dimodifikasi si.
2. Apakah anda menyukai proses belajar mengajar selama pembelajaran
3. Apakah dengan penerapan permainan modifikasi dapat membantu dan mempermudah anda memahami materi pelajaran PJOK
4. Apakah dengan media yang berinovasi pada pembelajaran membuat anda menjadi siswa yang aktif
5. Apakah rasa percaya diri anda meningkat dalam mengeluarkan ide/pendapat/pertanyaan
6. Apakah anda termotivasi untuk belajar PJOK dengan penerapan permainan modifikasi Setelah mengikuti pembelajaran PJOK apakah anda terasa sangat puas
7. Apakah anda merasakan ada kemajuan setelah pembelajaran PJOK dengan menggunakan permainan tradisional yang dimodifikasi Apakah anda ada kesulitan ketika pembelajaran sedang berlangsung
8. Apakah anda senang jika pembelajaran PJOK untuk diminggu depan

Secara Umum dapat disimpulkan dari 10 pertanyaan angket tentang respon siswa semua hasilnya di atas 75% yang merupakan syarat minimal respon siswa baik, bahkan dari 10 pertanyaan ada 4 pertanyaan yang direspon “Amat Baik” atau di atas 90%. Sedang hasil rata-rata secara keseluruhan diperoleh hasil 86,9 % atau dengan predikat “Baik” sesuai harapan peneliti.

Lebih jelasnya hasil respon siswa dari 10 pertanyaan bisa dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 2 Diagram Batang Hasil Respon Siswa

### UCAPAN TERIMA KASIH

“Kami ingin berterima kasih pada rekan-rekan kelompok penelitian yang turut serta dalam diskusi dan ulasan kritis terhadap draft jurnal ini. Kritik dan masukan konstruktif dari Anda semua telah membantu meningkatkan kualitas tulisan ini.”

### SIMPULAN

Dari hasil kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media memodifikasi pembelajaran yang telah dilakukan selama 2 siklus, dan berdasarkan analisis data pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Penggunaan media modifikasi penerapan permainan, boy-boy dan beteng-betengan dapat Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Kelas IX H SMP Negeri 26 Surabaya Tahun Pelajaran 2023/2024, hal ini ditandai adanya peningkatan Hasil Belajar siswa baik dari segi rata-rata dan ketuntasan belajarnya.
2. Respon siswa setelah menggunakan modifikasi permainan dalam Pembelajaran penerapan permainan, boy-boy dan beteng-betengan pada Siswa Kelas IX H SMP Negeri 26 Surabaya Tahun Pelajaran 2023/2024 adalah “Baik” dan merespon positif..

Dari penelitian yang diperoleh dan hasil uraian sebelumnya maka peneliti menyarankan sebagai berikut :

1. Untuk melaksanakan pembelajaran guru harus mempunyai beberapa persiapan yang cukup matang dalam membuat materinya sehingga siswa tidak merasa bosan dan tidak kesulitan dalam memahami materi selama pembelajaran berlangsung.
2. Pembelajaran dengan menggunakan modifikasi pembelajaran dapat lebih aktif belajar karena pembelajaran yang menarik, bervariasi dan kreatif.
3. Untuk penelitian yang serupa hendaknya dilakukan perbaikan - perbaikan agar diperoleh hasil yang lebih baik dan siswa tidak menganggap Pjok sebagai pelajaran yang identic dengan outdoor dan membosankan ketika materi sudah habis.

### DAFTAR PUSTAKA

- Kurnia, D & Septiana, R.A. (2020).Implementasi Permainan Kecil Sebagai Bentuk Pemanasan Terhadap Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. PAJU: Physical Activity Journal, 2(1), 90-99.
- Dian Apriani. (2013). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B RA Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. PAUD Teratai, 2(1), 1–13.

- <https://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/38/article/view/35822>
- A. Unesa.Ac.Id/Index.Php/38/Article/Download/35822/31862
- Ahmad Akhnaf Amanullah, Muhamad Syafei, & Indra Jati Kusuma. (2022). Latihan Rope Jump: Pengaruhnya Terhadap Peningkatan Kemampuan Shooting Sepakbola. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 3(2), 133–140. <https://doi.org/10.46838/spr.v3i2.215>
- Al-Farrasta, T. S. (2023). JPO: Jurnal Prestasi Olahraga Survei Penilaian Pembelajaran Keterampilan Pjok Pada Masa Pasca Pandemi Covid-19 Di Smp Laboratorium Universitas Negeri Malang. *Jpo*, 6, 85–90.
- Dian Apriani. (2013). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B RA Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. *PAUD Teratai*, 2(1), 1–13. <https://jurnal.mahasiswa.unesa.ac.id/index.php/38/article/view/35822>
- Indonesia, P. R., Presiden, K. K., Indonesia, R., Presiden, K. K., Indonesia, R., Terpadu, P. E., Daerah, B. K., Presiden, P., Indonesia, R., Presiden, K. K., Indonesia, R., & Daerah, P. O. (1991). *Presiden Republik Indonesia*. 2010(1), 1–5.
- Merta, N. L. S. (2022). Penerapan Latihan Terbimbing Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Siswa. *Journal Of Education Action Research*, 6(3), 333–340. <https://doi.org/10.23887/jear.v6i3.49546>
- Muliyani, S. E., Hulfian, L., Isyani, I., Primayanti, I., & Yundarwati, S. (2019). Pendampingan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dan Open Journal System (OJS) Pada Guru MGMP Olahraga Lombok Timur. *Abdi Masyarakat*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.58258/abdi.v1i1.905>
- Puspitasari, D., Christina Yuli Hartati, S., Profesi Guru Prajabatan PJOK, P., Pendidikan Sertifikasi Profesi, L., Negeri Surabaya, U., Timur, J., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, P., Manukan Wetan, S. I., Surabaya, K., Kunci, K., Belajar, H., Dasar Motorik, G., & Bermain, P. (2023). *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Motorik Melalui Penerapan Pendekatan Bermain Info Artikel (Vol. 4)*. <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>
- Rejeki, H. S., Tadulako, U., Gerak, P., & Lokomotor, D. (2021). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(2), 218–232. <https://ejournal.bbg.ac.id/penjaskesrek/article/view/1655/1296>
- Sesfao, A. (2018). Upaya Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani (Penelitian Tindakan Kelas Di Kelas VII-G SMP Negeri 14 Tasikmalaya). *Jurnal Wahana Pendidikan*, 5(3), 1–6.
- Studi, P., Jasmani, P., Rekreasi, K., & Kristen, U. (2023). Upaya Meningkatkan Kemampuan Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Calon Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Melalui Metode Latihan Terbimbing. 7, 27336–27343.
- Subahtiar. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Dengan Bermain Lompat Tali Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar PJOK Tentang Lompat Jauh Pada Siswa Kelas V SD 3 Gulang Mejobo Kudus Semester 1 Tahun Pelajaran 2019/2020. *Jurnal Bhakti Pendidikan Indonesia*, 3(2), 112–126.