

Analisis Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Siswa Kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri

Analysis of Locomotor Fundamental Movement Skills of Grade 3 Students at SDN Jagalan 1 Kediri

Andi Prisma Mukti¹, Irwan Setiawan², Andri Prasetyo Sagitarius³

¹prismamuktisaja@gmail.com, PPG PJOK, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²irwansetiawan@unpkediri.ac.id, Penjaskesrek, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

³havidprasetyo@gmail.com, Sekolah Dasar Negeri Jagalan 1 Kediri Kota Kediri, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menilai keterampilan gerak dasar berlari, melompat, dan meloncat di antara siswa kelas tiga di SDN Jagalan 1 Kediri pada tahun ajaran 2024/2025. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model Kemmis dan McTaggart, yang terdiri dari dua siklus: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini mengukur keterampilan siswa tanpa intervensi pengajaran khusus. Subjek penelitian adalah 28 siswa kelas tiga. Data dikumpulkan melalui observasi, tes keterampilan, dan wawancara dengan guru olahraga. Tes tersebut mengukur kecepatan dan koordinasi saat berlari, jarak dan keseimbangan saat melompat, serta tinggi dan kekuatan saat melompat. Data dianalisis dengan membandingkan hasil tes dari kedua siklus. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan. Pada siklus pertama, keterampilan berlari berada pada angka 47%, melompat pada angka 43,3%, dan melompat pada angka 47%. Pada siklus kedua, keterampilan tersebut meningkat menjadi 95%, 87%, dan 95%. Faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan tersebut antara lain koordinasi tubuh, pengalaman beraktivitas fisik, dan dukungan lingkungan. Studi ini memberikan wawasan tentang keterampilan gerak siswa, membantu guru merancang strategi pembelajaran yang lebih baik dan sekolah mengembangkan program olahraga yang lebih efektif.

Kata kunci: Keterampilan gerak dasar, gerak lokomotor, PJOK, siswa kelas 3

Abstract

This study aims to assess fundamental movement skills running, jumping, and leaping among third-grade students at SDN Jagalan 1 Kediri in the 2024/2025 academic year. It uses Classroom Action Research (CAR) with the Kemmis and McTaggart model, consisting of two cycles: planning, implementation, observation, and reflection. The study measures students' skills without special teaching interventions. The subjects were 28 third-grade students. Data were collected through observation, skill tests, and interviews with the PE teacher. The tests measured speed and coordination in running, distance and balance in jumping, and height and strength in leaping. Data were analyzed by comparing test results from both cycles. The results showed improvement. In the first cycle, running skills were at 47%, jumping at 43.3%, and leaping at 47%. In the second cycle, they increased to 95%, 87%, and 95%. Factors affecting skills included body coordination, physical activity experience, and environmental support. This study provides insights into students' movement skills, helping teachers design better learning strategies and schools develop more effective sports programs.

Keywords: Basic movement skills, locomotor movement, PJOK, grade 3 students

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berperan penting dalam perkembangan fisik dan motorik siswa sekolah dasar, terutama dalam keterampilan gerak dasar seperti berlari, melompat, dan meloncat yang menjadi fondasi aktivitas fisik lebih kompleks (Gallahue & Ozmun, 2012). Hal tersebut berbanding terbalik dari hasil observasi di SDN Jagalan 1 Kediri menunjukkan bahwa banyak siswa kelas 3 mengalami kesulitan dalam melakukan keterampilan ini secara optimal, seperti kurangnya koordinasi saat berlari, lemahnya tolakan dalam melompat, dan rendahnya kekuatan saat meloncat. Faktor utama yang menyebabkan permasalahan ini adalah kurangnya latihan sistematis, minimnya fasilitas olahraga di sekolah (Nauraida et al., 2024), serta faktor internal seperti kondisi fisik dan kesehatan siswa yang berpengaruh pada perkembangan motoriknya (Haywood & Getchell, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat keterampilan gerak dasar siswa, menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi, serta memberikan rekomendasi strategi pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan keterampilan tersebut. Beberapa permasalahan yang diidentifikasi dalam penelitian ini antara lain kesulitan siswa dalam mengontrol gerakan saat berlari, kurangnya kekuatan otot kaki untuk lompatan yang optimal, serta kurangnya variasi metode pembelajaran yang mengurangi motivasi siswa dalam mengikuti PJOK. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini merumuskan pertanyaan utama terkait tingkat keterampilan siswa dalam gerak dasar, faktor yang mempengaruhinya, serta strategi pembelajaran yang dapat diterapkan untuk meningkatkan keterampilan tersebut.

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang efektivitas model pembelajaran PJOK dalam mengembangkan keterampilan lokomotor siswa, sementara secara praktis, hasilnya dapat menjadi referensi bagi guru dalam menyusun metode pengajaran yang lebih interaktif serta memberikan manfaat bagi siswa agar lebih memahami dan menguasai keterampilan geraknya. Hipotesis tindakan yang diajukan dalam penelitian ini mencakup analisis hasil tes keterampilan untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa, identifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan gerak dasar mereka, serta evaluasi strategi pembelajaran yang diterapkan guna menemukan metode yang lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan berlari, melompat, dan meloncat pada siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri Kediri.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan model yang dikembangkan oleh Kemmis dan McTaggart, yang terdiri dari empat tahapan utama dalam setiap siklus, yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), observasi (*observing*), dan refleksi (*reflecting*). Subjek penelitian adalah 28 siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri, yang terdiri dari 8 siswa laki-laki dan 20 siswa perempuan. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dimana setiap siklus mencakup pelaksanaan strategi pembelajaran berbasis aktivitas fisik untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa dalam berlari, melompat, dan meloncat.

Instrumen pengumpulan data terdiri dari tes keterampilan gerak dasar, observasi, dan dokumentasi. Tes dilakukan untuk mengukur kecepatan berlari (dalam detik), jarak melompat (dalam cm), dan tinggi lompatan saat meloncat (dalam cm), dengan kriteria penilaian berdasarkan standar keterampilan motorik anak (Gallahue & Ozmun, 2012). Teknik analisis data menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat efektivitas strategi pembelajaran yang diterapkan. Pada siklus pertama, strategi pembelajaran berbasis aktivitas fisik mulai diterapkan, namun masih ditemukan kendala dalam koordinasi gerakan siswa, pemahaman teknik, serta kurangnya instruksi yang sistematis. Oleh karena itu, pada siklus kedua, dilakukan perbaikan dengan memberikan lebih banyak sesi latihan, penggunaan alat bantu (seperti cone dan matras), serta pemberian umpan balik langsung oleh guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa, di mana terjadi peningkatan persentase siswa dalam kategori keterampilan “baik” dan “sangat baik” setelah siklus kedua.

Dengan demikian, metode PTK ini berhasil memberikan gambaran yang lebih jelas tentang efektivitas strategi pembelajaran berbasis aktivitas fisik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri. Dalam penelitian tindakan kelas ini, peningkatan keterampilan siswa dalam berlari, melompat, dan meloncat diukur menggunakan persentase pencapaian, yang didasarkan pada kategori “baik” dan “sangat baik”. Perhitungan dilakukan menggunakan rumus persentase sebagai berikut:

$$\text{Presentase} = \left(\frac{\text{Jumlah Siswa dalam Kategori}}{\text{Total Siswa}} \right) \times 100\%$$

Keterangan :

Jumlah Siswa dalam Kategori = Jumlah siswa yang memenuhi kriteria keterampilan dalam kategori “baik” dan “sangat baik”.

Total Siswa = Jumlah seluruh peserta dalam penelitian ini, yaitu 28 siswa.

Rumus ini digunakan untuk mengetahui proporsi siswa yang mencapai tingkat keterampilan tertentu setelah tindakan diberikan, sehingga dapat menggambarkan efektivitas strategi pembelajaran yang diterapkan dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat keterampilan gerak dasar siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri dalam aspek berlari, melompat, dan meloncat. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang terdiri dari dua siklus. Pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan, observasi, serta wawancara dengan guru PJOK.

Pada siklus pertama, ditemukan bahwa mayoritas siswa mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar dengan optimal. Hasil tes keterampilan menunjukkan bahwa 60% siswa memiliki kemampuan berlari dalam kategori “baik” dan “sangat baik”, sementara 40% siswa masih mengalami kendala dalam kecepatan dan koordinasi gerakan. Untuk keterampilan melompat, hanya 40% siswa yang mencapai kategori “baik”, sedangkan 60% lainnya masih kurang optimal dalam jarak lompatan dan keseimbangan saat mendarat. Keterampilan meloncat juga menunjukkan hasil yang kurang memuaskan, dengan hanya 40% siswa masuk dalam kategori “baik”, sementara 60% siswa mengalami kendala dalam ketinggian lompatan dan kekuatan tolakan.

Berdasarkan hasil refleksi terhadap siklus pertama, ditemukan beberapa kendala utama yang menyebabkan rendahnya keterampilan gerak dasar siswa. Kendala tersebut meliputi kurangnya pemahaman teknik gerakan, keterbatasan latihan yang diberikan, serta minimnya umpan balik yang sistematis dari guru. Oleh karena itu, pada siklus kedua, strategi pembelajaran diperbaiki dengan menerapkan latihan berulang, penggunaan alat bantu (cone, matras), serta pemberian instruksi dan umpan balik yang lebih terarah.

Setelah perbaikan strategi, terjadi peningkatan yang signifikan dalam keterampilan gerak dasar siswa. Kemampuan berlari meningkat menjadi 80% dalam kategori “baik” dan “sangat baik”, meningkat 20% dibandingkan siklus pertama. Kemampuan melompat meningkat menjadi 70% dalam kategori “baik”, meningkat 30% dibandingkan siklus

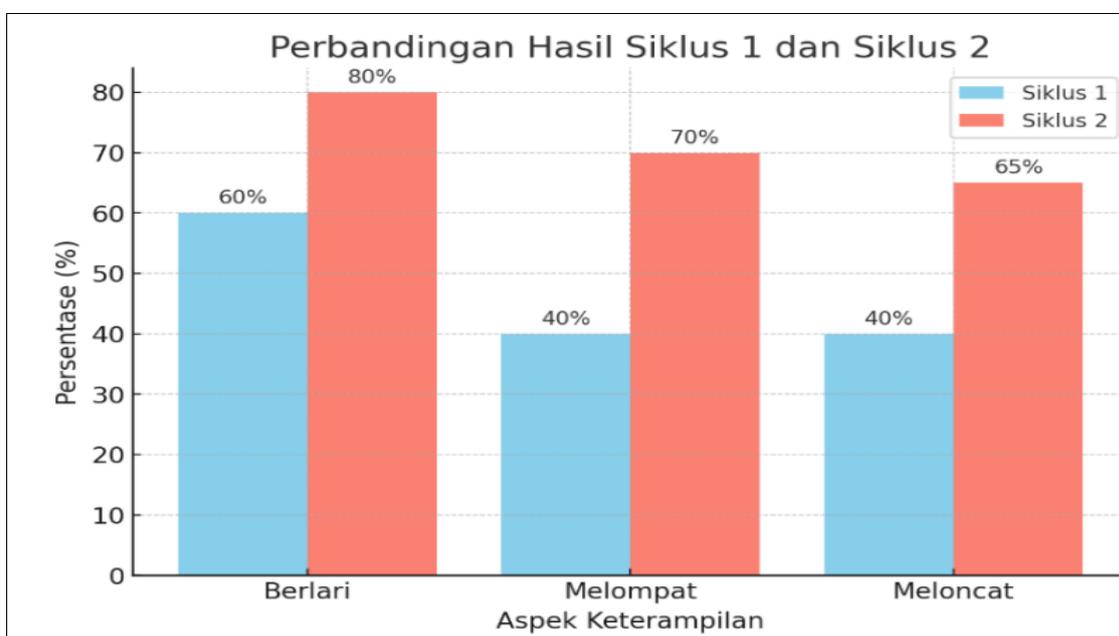
pertama. Sementara itu, keterampilan meloncat meningkat menjadi 65% dalam kategori “baik”, meningkat 25% dari hasil siklus pertama.

Tabel berikut menyajikan perbandingan hasil keterampilan gerak dasar siswa pada Siklus 1 dan Siklus 2:

Tabel 1. Perbandingan Hasil Siklus 1 dan Siklus 2

Aspek Keterampilan	Siklus 1 (Baik & Sangat Baik)	Siklus 2 (Baik & Sangat Baik)	Peningkatan
Kemampuan Berlari	60%	80%	+20%
Kemampuan Melompat	40%	70%	+30%
Kemampuan Meloncat	40%	65%	+25%

Gambar 1. Perbandingan Hasil Siklus 1 dan 2



Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas fisik dan eksplorasi gerak efektif dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Selain itu, pendekatan ini juga berdampak positif terhadap motivasi, konsentrasi, serta interaksi sosial siswa dalam pembelajaran PJOK.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar guru menerapkan metode pembelajaran yang lebih aktif dan variatif, sekolah menyediakan fasilitas olahraga yang memadai, serta orang tua mendukung anak untuk lebih aktif secara fisik di luar jam sekolah. Dengan penerapan strategi pembelajaran yang lebih interaktif, diharapkan keterampilan gerak dasar siswa dapat terus meningkat dan berkontribusi pada perkembangan motorik mereka secara optimal.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa,

khususnya dalam aspek berlari, melompat, dan meloncat, dapat dianalisis melalui tes yang dilakukan untuk mengetahui kemampuan awal mereka. Hasil tes awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan dasar dengan baik, terutama dalam hal koordinasi gerakan dan keseimbangan tubuh. Beberapa siswa menunjukkan kemampuan yang lebih baik, tetapi secara umum masih terdapat variasi tingkat keterampilan yang cukup signifikan.

Analisis data dari tes ini menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti kekuatan otot, keseimbangan, kelincahan, serta pengalaman siswa dalam aktivitas fisik berkontribusi terhadap perbedaan tingkat keterampilan mereka. Siswa yang memiliki kebiasaan melakukan aktivitas fisik secara rutin cenderung memiliki koordinasi yang lebih baik dibandingkan mereka yang jarang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga (Satriawan et al., 2023). Selain itu, faktor usia dan perkembangan fisik juga turut mempengaruhi kemampuan siswa dalam melakukan keterampilan gerak dasar (Gallahue & Ozmun, 2021). Dengan demikian, siswa yang lebih sering mendapatkan pengalaman dalam aktivitas fisik cenderung memiliki tingkat keterampilan gerak dasar yang lebih baik (Goodway et al., 2021).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan dukungan dalam aktivitas fisik sangat berpengaruh terhadap keterampilan gerak dasar siswa. (Ma'rufi et al., 2021) mengungkapkan bahwa anak-anak yang memiliki akses terhadap fasilitas olahraga yang memadai dan mendapatkan dukungan dari guru maupun orang tua cenderung menunjukkan perkembangan yang lebih baik dalam keterampilan motoriknya. Dalam konteks penelitian ini, siswa yang memiliki kesempatan lebih banyak untuk berlatih di sekolah maupun di luar jam pelajaran menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dalam aspek berlari, melompat, dan meloncat dibandingkan dengan mereka yang kurang mendapatkan kesempatan tersebut (Puspitasari et al., 2020).

Selain itu, motivasi dan kepercayaan diri siswa juga menjadi faktor yang tidak kalah penting dalam perkembangan keterampilan gerak dasar (Yuliawan et al., 2024). Siswa yang merasa percaya diri dalam melakukan gerakan cenderung lebih berani untuk mencoba dan mengembangkan kemampuannya dibandingkan mereka yang ragu-ragu atau takut gagal Mylsidayu, A. (2020). Oleh karena itu, dukungan dari lingkungan belajar yang positif, baik dari guru, teman sebaya, maupun keluarga, sangat diperlukan untuk membantu meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa (Dewi & Yuniarsih, 2021).

Dengan demikian, hasil analisis ini memberikan gambaran mengenai tingkat

keterampilan siswa serta faktor-faktor yang berkontribusi terhadap variasi kemampuan mereka dalam melakukan gerakan dasar. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini dapat menjadi dasar bagi pendidik dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih efektif guna membantu siswa meningkatkan keterampilan gerak dasarnya (Indrawathi et al., 2023).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berperan penting dalam mengembangkan keterampilan gerak dasar siswa sekolah dasar. Keterampilan seperti berlari, melompat, dan meloncat menjadi fondasi utama dalam aktivitas fisik yang lebih kompleks. Kemampuan dalam keterampilan lokomotor ini berpengaruh terhadap perkembangan motorik anak, kesiapan mereka dalam berbagai aktivitas olahraga, serta kesehatan fisik secara keseluruhan. Oleh karena itu, pemetaan tingkat keterampilan gerak dasar siswa menjadi langkah penting dalam memahami sejauh mana mereka telah menguasai keterampilan tersebut serta faktor-faktor yang memengaruhinya.

Dalam penelitian ini, dilakukan serangkaian tes untuk menganalisis kemampuan gerak dasar siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa terdapat variasi dalam tingkat penguasaan keterampilan gerak dasar. Beberapa siswa mampu melakukan gerakan dengan baik, sementara yang lain masih mengalami kendala dalam aspek kecepatan, koordinasi, keseimbangan, serta kekuatan tolakan. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak semua siswa berada pada tingkat keterampilan yang optimal, sehingga perlu pemetaan lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perbedaan kemampuan ini.

Analisis lebih lanjut terhadap hasil tes menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti koordinasi tubuh, daya tahan fisik, serta pengalaman dalam aktivitas fisik sehari-hari berkontribusi terhadap tingkat penguasaan keterampilan gerak dasar siswa. Siswa yang memiliki kebiasaan melakukan aktivitas fisik secara rutin cenderung menunjukkan hasil yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang aktif. Selain itu, kondisi lingkungan sekolah, termasuk fasilitas olahraga yang tersedia, juga turut berpengaruh dalam mendukung atau menghambat perkembangan keterampilan motorik anak.

Hasil tes juga mengindikasikan bahwa beberapa siswa mengalami kesulitan dalam teknik dasar gerakan, seperti melakukan tolakan yang cukup saat meloncat atau menjaga keseimbangan saat melompat. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun keterampilan gerak dasar berkembang secara alami, pembiasaan dalam berlatih serta stimulasi yang memadai tetap menjadi faktor penting dalam mendukung perkembangan motorik siswa. Menurut

penelitian Gallahue & Ozmun (2012), keterampilan motorik berkembang melalui pengalaman langsung serta interaksi dengan lingkungan yang mendukung. Dengan kata lain, semakin sering anak melakukan aktivitas fisik yang beragam, semakin baik pula perkembangan keterampilan gerakanya.

Selain aspek fisik, motivasi dan kepercayaan diri siswa dalam melakukan aktivitas fisik juga menjadi faktor yang memengaruhi hasil tes. Beberapa siswa tampak ragu-ragu atau kurang percaya diri saat melakukan tes, yang berdampak pada hasil yang kurang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik, tetapi juga aspek psikologis dan sosial. Dukungan dari lingkungan, baik dari guru, teman sebaya, maupun orang tua, berperan penting dalam membangun kepercayaan diri anak dalam melakukan gerakan-gerakan lokomotor dengan lebih baik.

Dengan adanya hasil tes ini, diharapkan sekolah dan guru PJOK dapat memiliki gambaran lebih jelas mengenai tingkat keterampilan gerak dasar siswa serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Pemahaman ini dapat menjadi dasar dalam memberikan rekomendasi bagi siswa yang memerlukan perhatian lebih dalam pengembangan keterampilan motoriknya. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi sekolah dalam mengevaluasi fasilitas olahraga serta pendekatan yang digunakan dalam mendorong siswa untuk lebih aktif secara fisik.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa keterampilan gerak dasar siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri masih bervariasi, dengan beberapa siswa menunjukkan penguasaan yang baik, sementara yang lain masih mengalami kendala dalam beberapa aspek keterampilan motorik. Faktor lingkungan, kebiasaan aktivitas fisik, serta motivasi individu menjadi aspek penting yang berkontribusi terhadap perbedaan hasil yang diperoleh. Oleh karena itu, pemantauan keterampilan gerak dasar melalui tes semacam ini menjadi langkah penting dalam memahami perkembangan motorik siswa serta merancang strategi yang tepat dalam mendukung pertumbuhan fisik mereka secara optimal.

KESIMPULAN

Keterampilan gerak dasar siswa kelas 3 SDN Jagalan 1 Kediri, khususnya dalam aspek berlari, melompat, dan meloncat, masih tergolong rendah pada awal penelitian akibat kurangnya latihan sistematis, minimnya fasilitas olahraga, dan rendahnya motivasi siswa. Melalui pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam dua siklus, dengan penerapan strategi pembelajaran berbasis aktivitas fisik dan penggunaan alat bantu,

terjadi peningkatan signifikan dalam kemampuan gerak dasar siswa. Faktor-faktor seperti dukungan lingkungan, pengalaman fisik, serta motivasi dan kepercayaan diri terbukti memengaruhi keberhasilan peningkatan keterampilan tersebut. Berdasar dari hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa guru harus memiliki jiwa inovatif dan kreatif untuk mendukung keberhasilan Pendidikan terutama Pendidikan jasmani di Sekolah Dasar.

REFERENSI

- Dewi, F. C., & Yuniarsih, T. (2021). Pengaruh lingkungan sekolah dan peran guru terhadap motivasi belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 5(1), 1–13. Diperoleh pada tanggal 6 April 2025, dari <https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmanper/article/download/25846/12236>
- Gallahue, D. L. (2012). David L. Gallahue - Developmental Physical Education for Today's School Children-Brown & Benchmark Pub (1995).pdf (p. 48).
- Gallahue, D.L., & Ozmun, J.C. (2021). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (8th ed.). Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.
- Goodway, J.D., Robinson, L.E., & Crowe, H. (2021). Gender differences in fundamental motor skill development in disadvantaged preschoolers from two geographical regions. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 81(1), 17–24. Diperoleh pada tanggal 9 April 2025, dari <https://doi.org/10.1080/02701367.2010.10599624>
- Haywood, K.M., & Getchell, N. (2019). *Life span motor development* (7th ed.). Human Kinetics.
- Indrawathi, N. L. P., Dewi, P. C. P., Widianari, N. L. G., & Vanagosi, K. D. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas VII SMP Negeri 5 Kuta Selatan. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(4), 115-120. Diperoleh pada tanggal 8 April 2025 dari <https://doi.org/10.5281/zenodo.4460837>
- Ma'rufi, A., Suryana, Y., & Muslihin, H.Y. (2021). Hubungan sikap berani dengan kepercayaan diri pada kegiatan senam irama. *Active: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 10(1), 1-7. Diperoleh tanggal 10 April 2025, dari <https://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/35075>
- Mylsidayu, A. (2020). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Nauraida, I. D., Sobri, A. Y., & Sultoni, S. (2024). Pengaruh sarana prasarana dan mutu layanan pendidikan terhadap kepuasan siswa madrasah tsanawiyah se-Kota Blitar. *Jurnal Administrasi dan Manajemen Pendidikan*, 7(3), 293–301. Diperoleh pada tanggal 5 April 2025, dari <https://journal2.um.ac.id/index.php/jamp/article/view/52408/13516>
- Puspitasari, D., Hartati, S. C. Y., & Nasikin. (2020, April 04). Eskalasikan aktivitas fisik dan keterampilan motorik anak melalui program pembelajaran olahraga usia dini.
-

Jurnal Pendidikan Jasmani, 7(1), 45-53. Diperoleh tanggal 7 April 2025, dari <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJEC/article/view/2006>

Satriawan, F. R., Pratama, B. A., Yuliawan, D., & Kurniawan, W. P. (2023). Hubungan aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani dan keterampilan motorik peserta didik sekolah dasar. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 11(1), 1–8. Diperoleh tanggal 7 April 2025, dari <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jjsc/article/view/23745>

Yuliawan, D., Suherman, W. S., & Nopembri, S. (2024). Structural analysis of physical activity, self-efficacy on academic achievement, and critical thinking abilities of elementary school children Análisis estructural de la actividad física, la autoeficacia en el rendimiento académico y las habilidades de pe. *Retos*, 60(2024), 1076–1083. <https://doi.org/https://doi.org/10.47197/retos.v60.106989>