



Profil Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor dan Objek Kontrol Siswa SDN 02 Ampalu Kabupaten Pesisir Selatan

Ahmad Fajri, Syahrial Bakhtiar, Jonni, Mario Febrian

Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

ahmadfajri6420@gmail.com syahrial@fik.unp.ac.id drs.jonni@yahoo.com,
mariofebrian@fik.unp.ac.id

Kata Kunci: *keterampilan objek kontrol, keterampilan lokomotor*

Abstrak : Tujuan dari penelitian ini untuk profil kemampuan gerak dasar siswa SDN 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan melibatkan sampel sebanyak 50 orang siswa laki-laki dan perempuan dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dalam penelitian ini diolah dengan menggunakan rumus persentase. Hasil penelitian adalah: (1) Kemampuan objek kontrol siswa SDN 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan rata-rata berda pada klasifikasi "Sedang" dengan rata-rata perolehan poin sebesar 25.56 poin dari 48 poin maksimal yang seharusnya dicapai. (2) Kemampuan lokomotor siswa SDN 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan rata-rata berda pada klasifikasi "Baik" dengan rata-rata perolehan poin sebesar 31.44 dari 48 poin maksimal yang seharusnya dicapai. (3) Keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa Langgai Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan rata-rata berda pada klasifikasi "Sedang" dengan jumlah rata-rata perolehan kemampuan objek kontrol dan lokomotor sebesar 57 dari 96 poin maksimal yang seharusnya dicapai.

Keywords: *object control, lokomotor*

Abstract: *The purpose of this study was to profile the basic movement abilities of students at SDN 02 Ampalu, Sutera District, Pesisir Selatan District. This type of research is descriptive involving a sample of 50 male and female students using a total sampling technique. The data in this study are processed using the percentage formula. The results of the study were: (1) The ability of the object control students at SDN 02 Ampalu, Sutera District, Pesisir Selatan Regency on average was in the "Moderate" classification with an average point acquisition of 25.56 points out of the maximum 48 points that should have been achieved. (2) The locomotor ability of the students at SDN 02 Ampalu, Sutera District, Pesisir Selatan Regency, on average, is in the "Good" classification with an average point acquisition of 31.44 of the maximum 48 points that should be achieved. (3) The basic movement skills possessed by Langgai students, Sutera District, Pesisir Selatan Regency, on average, are in the "Moderate" classification with an average acquisition of object control and locomotor abilities of 57 of the maximum 96 points that should be achieved.*

PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai salah satu kebutuhan dasar bagi setiap warga negara khususnya di Indonesia. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan merupakan kepentingan nasional dan menjadi hak bagi setiap warga untuk memperoleh pendidikan dan pengajaran yang baik, seperti yang tertuang dalam UUD 1945,

Bab XIII Pasal 31 ayat (1). Dengan adanya pendidikan, maka akan terjadi interaksi antara peserta didik yang bertujuan untuk mewujudkan perubahan positif yang diharapkan ada pada diri peserta didik setelah menjalani proses pendidikan dalam pembelajaran. Untuk mencapai proses tersebut diperlukan sebuah proses pembelajaran yang berupa perubahan secara sistematis dan terarah.

Disebutkan oleh Damrah dkk (2021) bahwa: "Education is a planned,conscious effort to create an atmosphere of learning and the learning process so that students actively develop their potential to have religious,spiritual strength, self-control, personality, intelligence, noble morals and skills that are needed by themselves, society, the nation,and the State".

Pembelajaran merupakan proses interaksi antara siswa dengan guru guna membantu siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Komalasari dalam Faizah (2017), pembelajaran adalah proses membelajarkan siswa yang sebelumnya sudah direncanakan, kemudian dilaksanakan, dan dievaluasi secara sistematis agar siswa mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Sanjaya dalam Priyambodo (2016) mengemukakan bahwa pembelajaran adalah proses kerja sama dan komunikasi antara siswa dengan guru atau dengan lingkungannya agar mencapai suatu tujuan tertentu. Dalam proses pembelajaran dibutuhkan komunikasi dan kerja sama antara siswa dengan guru dan juga lingkungannya yang sebelumnya telah direncanakan kemudian dilaksanakan serta dievaluasi agar mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata Pelajaran yang diajarkan di sekolah dasar. Irwandi dalam Ganarsih dkk (2021) menyebutkan bahwa "Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neumuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional". Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam

hal fisik, mental, serta emosional (Kurniawan dalam Fikri dkk, 2022).

Salah satu materi yang terdapat dalam PJOK adalah keetrampilan gerak dasar yang terdiri dari lokomotor dan objek kontrol. Gerak dasar atau *fundamental motor skill* merupakan keterampilan yang harus dipelajari dan dikuasai oleh semua manusia. Menurut Bakhtiar (2018) gerak dasar merupakan keterampilan yang melibatkan otot besar, kekuatan otot, yang melibatkan lengan dan kaki yang digunakan untuk mencapai sebuah latihan atau tujuan gerakan, seperti melempar bola, melompat, atau meloncat melewati gerakan air atau menjaga keseimbangan. Dengan memiliki keterampilan gerak dasar yang baik dapat menunjang segala aktivitas di usia selanjutnya.

Menurut Pangrazi dalam Bakhtiar (2015) sangat penting mempelajari keterampilan gerak dasar pada usia anak-anak karena apabila kurang cukup diajarkan tentang keterampilan gerak dasar, anak akan mengalami berbagai hambatan dalam mempelajari dan melakukan berbagai keterampilan gerak yang lebih sulit di kemudian hari, seperti mempelajari keterampilan teknik olahraga (*sport skill*) nantinya. Maka dari itu sangat penting untuk mempelajari keterampilan gerak dasar dan juga ini merupakan salah satu indikator tercapai atau tidaknya tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah dasar tersebut.

Banyak studi mengungkapkan bahwa, gerak dasar akan berkembang secara optimal jika diajarkan dan diberikan intervensi terhadap anak. Selanjutnya gerak dasar tidak akan dapat lagi ditingkatkan secara signifikan jika anak sudah berusia lebih dari 10 tahun. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Li dkk dalam Syahputra dkk (2021) yang menerangkan bahwa Fundamental Motor Skill efektif berkembang antara usia 3 sampai 10 tahun. Dengan demikian perlu kiranya untuk memberikan pembelajaran

gerak dasar kepada anak pada saat mereka berusia di bawah 10 tahun tepatnya saat usia Sekolah Dasar. Dapat dipahami bahwa, keterampilan gerak dasar termasuk dalam kurikulum Sekolah Dasar (SD), dalam pembelajaran pendidikan jasmani gerak dasar ini merupakan fondasi diperlukan bagi setiap siswa contohnya dalam aplikasi pembelajaran *atletik* seperti jalan, lari, lompat, tolak dan lempar.

Berdasarkan observasi awal yang penulis lakukan pada tanggal 28 Desember 2022 di SDN 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan, ditemui bahwa belum pernah dilakukannya pengukuran atau tes keterampilan gerak dasar pada siswa sekolah tersebut. Hal ini disampaikan langsung oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah tersebut. Pembelajaran yang diberikan oleh guru sendiri pada saat penulis observasi yaitu dalam bentuk kompetitif pada permainan sepak bola, siswa dibagi menjadi 2 tim untuk kemudian bertanding dalam permainan tersebut. Menurut pandangan guru, hal ini dilakukan sebagai penunjang keterampilan gerak dasar yaitu gerak *lokomotor* dan *objek kontrol* siswanya, yang mana dalam permainan tersebut anak berlari, melompat, dan juga menendang bola. Namun, terdapat beberapa siswa yang tidak bisa melakukan gerakan dalam permainan tersebut, sehingga siswa menjadi malas melakukan gerakan dan lebih memilih untuk duduk dipinggir lapangan sampai jam pelajaran berakhir. Penulis berasumsi mereka belum memiliki keterampilan gerak dasar yang optimal. Jika kondisi ini di biarkan terus-menerus, perkembangan gerak dasar akan terganggu dan menyebabkan anak nantinya sulit menguasai keterampilan teknik pada cabang olahraga.

Banyak penyebab belum baiknya keterampilan gerak dasar siswa di SD N 02 Ampalu diantaranya, lingkungan berolahraga

dan kurangnya sarana prasarana yang menyebabkan minimnya motivasi anak dalam bergerak. Motivasi yang kurang dalam beraktivitas fisik juga menjadi penyebab kurang terampilnya siswa dalam merealisasikan gerak dasar, karena untuk mendapat gerak otomatisasi perlu pengulangan gerak berulang-ulang.

Model pembelajaran yang kurang efektif juga dapat menyebabkan kurangnya penguasaan gerak dasar bagi siswa. Diyakini, jika model pembelajaran tidak efektif maka penguasaan keterampilan siswa juga tidak akan baik. Faktor penyebab yang lain adalah kurangnya perhatian guru terhadap aktivitas gerak siswa (Kusfandari, 2022). Jika guru tidak memperhatikan aktivitas gerak siswa sudah tentu penguasaan keterampilan gerak dasar siswa tidak akan baik, sebab untuk mencapai gerak yang baik perlu dilakukan evaluasi serta memberikan program pembelajaran yang menunjang dalam peningkatannya.

Kompetensi guru juga penentu dalam penguasaan keterampilan gerak dasar siswa. Guru yang memiliki kompetensi yang baik akan mampu menjadikan siswa terampil dalam merealisasikan tugas gerak, karena secara kuantitas dan kualitas guru akan mengimplementasikan ilmu dan keterampilannya dalam merancang suatu pembelajaran guna meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa. Banyak hal penyebab menurunnya kualitas dan kuantitas aktifitas fisik anak. Hal tersebut berkaitan dengan banyak faktor diantaranya kemampuan guru dalam mengaplikasikan pembelajaran di sekolah, (Bakhtiar dkk, 2019).

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, gerak dasar sangat penting bagi setiap siswa agar dapat melakukan aktivitas fisik dengan baik serta dapat melakukan gerak olahraga yang lebih kompleks. Penulis sendiri memiliki pandangan bahwa banyak penyebab

rendahnya keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol. Diantaranya, (1) kematangan keterampilan gerak lokomotor dan objek kontrol antar siswa sekolah tersebut berbeda-beda, (2) tidak diajarkannya oleh guru PJOK materi lokomotor dan objek kontrol secara kontiniu, (3) belum adanya wawasan guru dalam merancang pembelajaran gerak dasar lokomotor dan objek kontrol, (4) tidak didukungnya materi lokomotor dan objek kontrol dalam sarana dan prasarana belajar, (5) penguasaan keterampilan lokomotor dan objek kontrol yang kurang baik. Dengan kondisi ini, penulis berasumsi perlu kiranya dilakukan suatu studi dengan mengambil data dilapangan guna melihat sejauh mana keterampilan gerak dasar lokomotor dan objek kontrol siswa di SDN 02 Ampalu kecamatan Sutera kabupaten Pesisir Selatan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif, pengertian deskriptif menurut Suwirman (2015:46) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya”. Penelitian ini telah dilakukan pada Juli tahun 2023 Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 orang siswa yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Test of Gross Motor Development* (TGMD-2) yang terdiri dari 6 item tes objek kontrol (roll, catch, dribble, strike, kick, throw) dan 6 item tes lokomotor (*run, gallop, hop, horizontal jump, slide, leap*) (Bakhtiar, 2018). Data dianalisis dengan teknik statistik deskriptif menggunakan rumus persentase (Arikunto dalam Mahendra dkk, 2022).

HASIL

Keterampilan gerak dasar

Penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas 4 hingga 6 di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan didapatkan nilai keterampilan lokomotor tertinggi adalah 70 point sedangkan nilai terendah adalah 38 poin. Perolehan nilai rata-rata 57. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dengan menggunakan perhitungan skala 5, maka keterampilan lokomotor yang dimiliki oleh siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi “Sedang”. Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data keterampilan objek kontrol.

Tabel 1. Distribusi frekuensi keterampilan gerak dasar siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 47	2	4%	Sangat Kurang
2	48 - 53	13	26%	Kurang
3	54 - 59	15	30%	Sedang
4	60 - 65	15	30%	Baik
5	> 66	5	10%	Sangat Baik
Jumlah		50	100%	



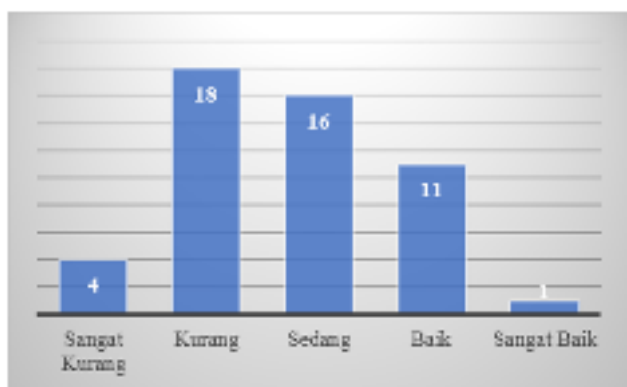
Histogram 1. Keterampilan gerak dasar siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

Keterampilan objek kontrol

Penelitian yang telah dilakukan pada siswa kelas 4 hingga 6 di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan didapatkan nilai keterampilan lokomotor tertinggi adalah 33 point sedangkan nilai terendah adalah 17 poin. Perolehan nilai rata-rata 25.56. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dengan menggunakan perhitungan skala 5, maka keterampilan lokomotor yang dimiliki oleh siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi "Sedang". Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data keterampilan objek kontrol.

Tabel 1. Distribusi frekuensi keterampilan objek kontrol siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 20	4	8%	Sangat Kurang
2	21 - 24	18	36%	Kurang
3	25 - 28	16	32%	Sedang
4	29 - 32	11	22%	Baik
5	> 32	1	2%	Sangat Baik
Jumlah		50	100%	



Histogram 2. Keterampilan objek kontrol siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

Keterampilan lokomotor

Penelitian yang telah dilakukan pada

siswa kelas 4 hingga 6 di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan didapatkan nilai keterampilan lokomotor tertinggi adalah 42 point sedangkan nilai terendah adalah 18 poin. Perolehan nilai rata-rata 31.44. Berdasarkan nilai rata-rata yang diperoleh dengan menggunakan perhitungan skala 5, maka keterampilan lokomotor yang dimiliki oleh siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan berada pada klasifikasi "Sedang". Berikut peneliti buat tabel distribusi frekuensi data keterampilan objek kontrol.

Tabel 2. Distribusi frekuensi keterampilan lokomotor siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif	Keterangan
1	< 24	4	8%	Sangat Kurang
2	25 - 29	14	28%	Kurang
3	30 - 34	19	38%	Sedang
4	35 - 39	12	24%	Baik
5	> 40	1	2%	Sangat Baik
Jumlah		50	100%	



Histogram 3. Keterampilan lokomotor siswa di Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan

PEMBAHASAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari suatu proses Pendidikan secara

keseluruhan, adalah proses Pendidikan melalui kegiatan fisik yang dipilih untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interpelatif, social, dan emosional (Bucher dalam Iswanto dan Widayati, 2021). Pendidikan jasmani memusatkan diri pada semua bentuk kegiatan aktivitas jasmani yang mengaktifkan otot-otot besar (gross motorik), memusatkan diri pada gerak fisik dalam permainan, olahraga, dan fungsi dasar tubuh manusia. Gerak adalah perubahan posisi bagian tubuh dalam ruang dari suatu dari tempat ke tempat yang lain, sehingga menghasilkan peralihan. Konsep gerak adalah tahapan atau pemahaman gerak untuk mengembangkan dan kematangan suatu keterampilan gerak anak yang melibatkan dasar gerak anak. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan control tubuh dalam melakukan gerakan.

Keterampilan gerak dasar adalah gerakan-gerakan dasar yang berkembangnya terjadi sejalan dengan pertumbuhan tubuh dan tingkat kematangan pada anak-anak (Putri dkk, 2020). Gerakan dasar fundamental mulai bisa dilakukan oleh seseorang sebagian pada masa bayi dan sebagian pada masa anak-anak. Keterampilan gerak dasar merupakan pertunjukan awal bagi anak untuk dapat melakukan keterampilan gerakan yang lebih kompleks dan beragam di masa depan (Syahputra dkk, 2021). Para ahli juga menyebutkan bahwa keterampilan gerak dasar merupakan ABC dari gerak (Altunsöz & Goodway, 2016). Menurut Gallahue dan Donnelly dalam Dilandes dkk (2022) bahwa keterampilan gerak dasar atau *Fundamental Motor Skill* (FMS) adalah keterampilan gerak yang dibutuhkan oleh seseorang untuk melakukan berbagai aktivitas gerak sepanjang hidup dan dianggap sebagai dasar untuk melakukan kemampuan gerak yang lebih rumit di masa depan, seperti aktivitas olahraga.

Dapat dipahami bahwa gerak dasar merupakan fondasi awal bagi setiap anak untuk mempelajari gerakan-gerakan yang lebih rumit termasuk dalam olahraga dan seni. Gallahue, Ozmun dan Goodway mengatakan bahwa keterampilan gerak dasar terbagi dalam dua kelompok kontrol, yaitu kemampuan objek dan lokomotor (Oktarifaldi dkk, 2019). Ahli sebelumnya membagi jenis gerak dasar menjadi dua kelompok objek control dan lokomotor. Berdasarkan penjelasan ini dapat dipahami bahwa gerak dasar merupakan suatu fondasi awal bagi anak untuk mempelajari gerakan-gerakan olahraga dan pengembangannya. Dengan menguasai keterampilan gerak dasar ini diasumsikan akan mudah melakukan aktivitas fisik sehari-hari termasuk berolahraga.

Gerakan dasar di sempurnakan pada masa-masa awal pertumbuhan dan perkembangan fisisk-motorik anak melalui proses latihan atau melakukan berulang-ulang. Gerak dasar yang baik akan meningkatkan fungsi organ tubuh dalam melakukan tugas gerak. Kalau fungsi organ tubuh menjadi baik, berarti anak mengalami perkembangan. Pola dasar gerakan penting sebagai dasar untuk melakukan gerakan olahraga. Inilah sebabnya penting bagi usia anak untuk mempelajari sebanyak mungkin gerak dasar dalam kehidupan sebelum dewasa (Famelia dkk, 2018). Lari, lompat, loncat tali, loncat-loncat, dan jalan adalah pola gerak dasar. Individu yang telah memiliki keterampilan gerak yang banyak dalam usia muda dapat melakukan pola-pola gerakan yang rumit dalam tahun-tahun berikutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti lakukan, adapun kesimpulan yang dapat diambil adalah:

1. Kemampuan objek kontrol siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera

Kabupaten Pesisir Selatan rata-rata berada pada klasifikasi "Sedang" dengan rata-rata perolehan poin sebesar 25.56 dari 48 poin maksimal yang seharusnya dicapai.

2. Kemampuan lokomotor siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Ampalu Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan rata-rata berada pada klasifikasi "Sedang" dengan rata-rata perolehan poin sebesar 31.44 dari 48 poin maksimal yang seharusnya dicapai.
3. Keterampilan gerak dasar yang dimiliki oleh siswa SD N 20 Kumango Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar rata-rata berada pada klasifikasi "Sedang" dengan jumlah rata-rata perolehan kemampuan objek kontrol dan lokomotor sebesar 57 dari 96 poin maksimal yang seharusnya dicapai.

DAFTAR PUSTAKA

- Altunsöz, I. H., & Goodway, J. D. (2016). Skipping to motor competence: the influence of project successful kinesthetic instruction for preschoolers on motor competence of disadvantaged preschoolers. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 21(4), 366-385.
- Bakhtiar, S., Famelia, R., Goodway, J. D., & Kiram, Y. (2015). A needs assessment of the fundamental motor skills of urban and rural children in Indonesia. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 37(3), S72-S72.
- Bakhtiar, S. (2018). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak
- Bakhtiar, S., Putra, E. R., Oktarifaldi, O., & Putri, L. P. (2019). Pengaruh Koordinasi Mata-Tangan, Body Mass Index dan Gender Terhadap Kemampuan Object Kontrol pada Anak PAUD Kota Pariaman. *Jurnal MensSana*, 4(2), 165-174.
- Damrah, D., Novita, S., Astuti, Y., Pitnawati, P., Erianti, E., & Zulbahri, Z. (2021). Performance Of Physical Education Teachers In The New Normal Of Covid-19. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(4), 701-713.
- Dilandes, A. A., Syahputra, R., Oktarifaldi, O., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2022). Perbedaan Level Kemampuan Objek Kontrol Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia PAUD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 27-35.
- Faizah, S. N. (2017). Hakikat belajar dan pembelajaran. *At-Thullab: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 1(2), 175-185.
- Famelia, R., Tsuda, E., Bakhtiar, S., & Goodway, J. D. (2018). Relationships among perceived and actual motor skill competence and physical activity in Indonesian preschoolers. *Journal of Motor Learning and Development*, 6(s2), S403-S423.
- Fikri, M., Khairudin, K., Rasyid, W., & Astuti, Y. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan. *Jurnal JPDO*, 5(6), 74-82.
- Garnasih, I. S., Rahayu, E. T., & Aminudin, R. (2021). Pengaruh Model Personalized System For Intruction Dalam Pembelajaran Pencak Silat Terhadap Minat Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(5), 87-90.
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13-17.
- Kusfandari, R., Erianti, E., Firdaus, K., & Sepriani, R. (2022). Hubungan Motivasi Belajar dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SDN 30 Air Dingin. *Jurnal JPDO*, 5(7), 123-129.
- Mahendra, S. I., Erianti, E., Damrah, D., & Zulbahri, Z. (2022). Study Hasil Belajar PJOK pada saat dan sesudah Pandemi Covid-19 Kelas VIII SMP Negeri 3 Lubuk

- Sikaping. *Jurnal JPDO*, 5(8), 144-149.
- Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2019). The Effect Of Agility, Coordination And Balance On The Locomotor Ability Of Students Aged 7 To 10 YearS. *Jurnal Menssana*, 4(2), 190-200.
- Priyambodo, S. (2016). Peningkatan kemampuan pemahaman konsep matematis siswa dengan metode pembelajaran Personalized System of Instruction. *Mosharafa: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(1), 10-17.
- Putri, L. P., Septri, S., Zumroni, Z., Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Marta, I. A., ... & Nata, A. D. (2020). Effect Of Nutritional Status On Object Ability Of Children's Object Controls Aged 5 To 6 Years. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 25-32.
- Syahputra, R., Bakhtiar, S., Marta, I. A., & Putri, L. P. (2021). The Profile of Students' Locomotor Skills Level in Elementary School. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 138.