

Kemampuan Koordinasi Gerak Dasar Siswa Kelas III Di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya

Vina Noprita¹, Syahrial Bakhtiar², Sepriadi³, Arie Asnaldi⁴

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Vinaaja11323@gmail.com¹, syahrial@fik.unp.ac.id², sepriadi@fik.unpac.id³, asnadi@fik.unp.ac.id⁴

Doi JPDO: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.11.2024.1011>

Kata kunci : Kemampuan, Koordinasi Gerak

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan koordinasi gerak siswa Kelas III Di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Tes kemampuan koordinasi gerak siswa sekolah dasar negeri 01 Asam Jujuhan Kabupaten Dharmasraya dilakukan dengan beberapa tes (balance beam, jumping sideways, moving sideways, eye-hand coordination). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas III di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya yang berjumlah 25 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik pengumpulan data menggunakan *propotional Total sampling*, maka didapatkan sampel penelitian sebanyak 25 siswa. Hasil penelitian bahwa dari 25 orang sampel, 5 orang (20,00%) memiliki kemampuan gerak berkisar antara >56 dengan kategori baik sekali, 7 orang (28,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 51-55 dengan kategori baik, 8 orang (32,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 45-50 dengan kategori cukup, 4 orang (16,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 39-44 dengan kategori kurang dan 1 orang (4,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara <38 dengan kategori kurang sekali. Penelitian ini menggunakan instrumen KTK (tes koordinasi tubuh untuk anak – anak). Analisis data penelitian menggunakan teknik distribusi frekuensi. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan dapat dikemukakan kesimpulan bahwa kemampuan koordinasi gerak siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, dalam kategori cukup

Keywords : Ability, Motion Coordination

Abstract : This study aims to determine the motor coordination ability of third grade students at State Elementary School 01 Asam Jujuhan, Dharmasraya Regency. This type of research is descriptive research. The motor coordination ability test of students at State Elementary School 01 Asam Jujuhan, Dharmasraya Regency was carried out with several tests (balance beam, jumping sideways, moving sideways, eye-hand coordination). The population in this study were third grade students at State Elementary School 01 Asam Jujuhan, Dharmasraya Regency, totaling 25 people. Sampling was carried out using a data collection technique using *proportional Total sampling*, so that a research sample of 25 students was obtained. From the results of the study, out of 25 samples, 5 people (20.00%) had motor coordination abilities ranging from >56 with a very good category, 7 people (28.00%) had motor coordination abilities ranging from 51-55 with a good category, 8 people (32.00%) had motor coordination abilities ranging from 45-50 with a sufficient category, 4 people (16.00%) had motor coordination abilities ranging from 39-44 with a less category and 1 person (4.00%) had motor coordination abilities ranging from <38 with a very less category. This study used the KTK instrument (body coordination test for children). Analysis of research data using frequency distribution techniques. Based on the results of the study that have been described, it can be concluded that the motor coordination abilities of students of Elementary School 01 Asam Jujuhan, in the sufficient category

PENDAHULUAN

Kemampuan koordinasi gerak dasar merupakan hal yang perlu ditingkatkan pada siswa sekolah dasar. Dimana kemampuan gerak dasar menjadikan suatu pola gerak yang mendasari suatu gerakan mulai dari kemampuan gerak yang sederhana hingga kemampuan gerak yang kompleks.

Kemampuan koordinasi gerak dasar dapat dilihat di sekolah-sekolah di Indonesia, salah satunya di sekolah dasar negeri 01 Asam Jujuhan. Dimana pada saat siswa melakukan aktifitas fisik gerakannya masih tergolong kaku.

pada point (1) tentang pengembangan kemampuan daya gerak anak yang dilakukan dari satu tempat ke tempat lain, seperti: berjalan, berlari, melompat, meloncat, berjingkat, melangkah, meluncur, mengangkat, dan berguling (lokomosi),

Gerak dasar anak dan akan dibutuhkan dimasa depan untuk melakukan aktivitas olahraga dan aktivitas fisik lainnya. Data mengenai keterampilan gerak dasar anak usia dini dan sekolah dasar di Indonesia masih sangat terbatas dan pemahaman mengenai hal ini juga sangat rendah (Bakhtiar, 2014).

Berdasarkan Penelitian yang peneliti temukan dilapangan terhadap kemampuan koordinasi gerak dasar siswa kelas III yaitu di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam jujuhan, Nagari Sungai Limau, Kecamatan Asam Jujuhan, Kabupaten dharmasraya.

Dengan kondisi sekolah yang jauh dari perkotaan, dengan kondisi anak yang berlatar belakang anak petani, dalam arti kata banyak kegiatan aktivitas anak yang dilakukan diluar sekolah seperti membantu orang tua di kebun, berenang disungai dan para siswa menuju sekolah hampir semua menggunakan kendaraan sehingga masih kurang melakukan gerak dasar.

Hal ini akan berdampak pada kemampuan motoric dasar atau kemampuan

koordinasi gerak dasar mereka. Berdasarkan informasi yang penulis peroleh menyatakan seseorang yang mempunyai kemampuan koordinasigerak dasar yang kurang baik maka akan mengalami tingkat kesegaran jasmani yang kurang pula.

Dari informasi itulah yang menjadi keinginan bagi penulis untuk meneliti siswa kelas III sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya, apakah siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya, mempunyai tingkat kemampuan koordinasi gerak dasar yang baik.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti terasa tertarik untuk mengetahui dan mengadakan penelitian mengenai "Kemampuan koordinasi gerak siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan, Nagari Sungai Limau, Kecamatan Asam Jujuhan, Kabupaten Dharmasraya,"

METODE

Jenis penelitian ini digolongkan dalam jenis penelitian deskriptif yang bertujuan memaparkan dan menggambarkan semua hal, misalnya keadaan, situasi dan kegiatan. Metode ini melukiskan data yang ada di lapangan untuk mengetahui kemampuan koordinasi gerak siswa kelas III Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan Kabupaten Dharmasraya.

Penelitian ini diadakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Asam Jujuhan Kabupaten Dharmasraya. Sedangkan waktu penelitian dilaksanakan pada 24 juli 2024. Teknik pengambilan sample dilakukan dengan cara propotional total samling yaitu seluruh siswa kelas III. Apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga dari penelitian tersebut merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjek besar dari 100, maka diambil 10% - 15% atau 20% - 25% lebih". Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 25 siswa.

HASIL

1. Kemampuan Koordinasi Gerak



Gambar 15. Peneliti memberi Arahan Sebelum Melakukan Tes Kemampuan Koordinasi Gerak Kepada Siswa

Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Koordinasi Gerak

Kelas Interval	Fa	Fr	Kategori
>64	2	8,00	Baik Sekali
55-63	7	28,00	Baik
45-54	8	32,00	Cukup
36-44	7	28,00	Kurang
<35	1	4,00	Kurang Sekali
Jumlah	25	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 25 orang sampel, 5 orang (20,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara >56 dengan kategori baik sekali, 7 orang (28,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 51-55 dengan kategori baik, 8 orang (32,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 45-50 dengan kategori cukup, 4 orang (16,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 39-44 dengan kategori kurang dan 1 orang (4,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara <38 dengan kategori kurang sekali.

a. Balance Beam Putra



Gambar 16. Tes *Balance Beam* putra
 Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 5. Distribusi Frekuensi *Balance Beam* Putra

Kelas interval	Fa	Fr	Kategori
> 58	3	23,08	Baik Sekali
51-57	3	23,08	Baik
44-50	5	38,46	Cukup
37-43	2	15,38	Kurang
<36	0	0,00	Kurang Sekali
JUMLAH	13	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 13 orang sampel, 3 orang (23,08%) memiliki *balance beam* berkisar antara >58 dengan kategori baik sekali, 3 orang (23,08%) memiliki *balance beam* berkisar antara 51-57 dengan kategori baik, 5 orang (38,46%) memiliki *balance beam* berkisar antara 44-50 dengan kategori cukup, dan 2 orang (15,38%) memiliki *balance beam* berkisar antara 37-43 dengan kategori kurang

b. Balance Beam Putri



Gambar 17. Tes *Balance Beam* putri
 Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 6. Distribusi Frekuensi *Balance Beam* Putri

kelas interval	fa	fr	kategori
>53	7	58,33	Baik Sekali
46-52	0	0,00	Baik
39-45	4	33,33	Cukup
32-38	1	8,33	Kurang
<31	0	0,00	Kurang Sekali
JUMLAH	12	100,00	

Berdasarkan tabel dia atas dari 12 orang sampel, 7 orang (58,33%) memiliki *balance beam* berkisar antara >53 dengan kategori baik sekali, 4 orang (33,33%) memiliki *balance beam* berkisar antara 39-45 dengan kategori cukup, dan 1 orang (8,33%) memiliki *balance beam* berkisar antara 32-38 dengan kategori kurang.

c. Moving Sideways Putra



Gambar 18. Tes *moving sideways* putra

Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 7. Distribusi Frekuensi *Moving Sideways* Putra

kelas interval	fa	Fr	kategori
>61	1	7,69	Baik Sekali
53-60	2	15,38	Baik
45-52	5	38,46	Cukup
37-44	3	23,08	Kurang
>36	2	15,38	Kurang Sekali
JUMLAH	13	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 13 orang sampel, 1 orang (7,69%) memiliki *moving sideways* berkisar antara >61 dengan kategori baik sekali, 2 orang (15,38%) memiliki *moving sideways* berkisar antara 53-60 dengan kategori baik, 5 orang (38,46%) memiliki *moving sideways* berkisar antara 45-52 dengan kategori cukup, 3 orang (23,08%) memiliki *moving sideways*

berkisar antara 37-44 dan 2 orang (15,08 %) memiliki *moving sideways* berkisar antara >36 dengan kategori kurang sekali.

d. Moving Sideways Putri



Gambar 19. Tes *moving sideways* putri

Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 8. Distribusi Frekuensi *Moving Sideways* Putri

kelas interval	Fa	fr	Kategori
>60	1	8,33	Baik Sekali
51-59	5	41,67	Baik
43-50	3	25,00	Cukup
35-42	3	25,00	Kurang
<34	0	0,00	Kurang Sekali
JUMLAH	12	100,00	

Berdasarkan tabel dia atas dari 12 orang sampel, 1 orang (8,33%) memiliki *moving sideways* berkisar antara >60 dengan kategori baik sekali, 5 orang (41,47%) memiliki *moving sideways* berkisar antara 51-59 dengan kategori baik, 3 orang (25,00%) memiliki *moving sideways* berkisar antara 43-50 dengan kategori cukup, dan 3 orang (25,00%) memiliki *moving sideways* berkisar antara 35-42 dengan kategori kurang.

e. *Jumping Sideways Putra*



Gambar 20. Tes jumping sideway putra
Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 9. Distribusi Frekuensi *Jumping Sideways Putra*

kelas interval	Fa	fr	kategori
>58	3	23,08	Baik Sekali
50-57	4	30,77	Baik
42-49	3	23,08	Cukup
36-41	2	15,38	Kurang
<35	1	7,69	Kurang Sekali
JUMLAH	13	100,00	

Berdasarkan tabel dia atas dari 13 orang sampel, 3 orang (23,08%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara >58 dengan kategori baik sekali, 4 orang (30,77%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 50-57 dengan kategori baik, 3 orang (23,08%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 42-49 dengan kategori cukup, 2 orang (15,38%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 36-41 dengan kategori kurang dan 1 orang (7,69 %) memiliki *jumping sideways* berkisar antara <35 dengan kategori kurang sekali.

f. *Jumping Sideways Putri*



Gambar 21. Tes jumping sideway putri

Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 10. Distribusi Frekuensi *Jumping Sideways Putri*

kelas interval	fa	fr	kategori
>59	3	25,00	Baik Sekali
52-58	2	16,67	Baik
45-51	3	25,00	Cukup
38-44	4	33,33	Kurang
<37	0	0,00	Kurang Sekali
JUMLAH	12	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 12 orang sampel, 3 orang (25,00%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara >59 dengan kategori baik sekali, 2 orang (16,67%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 52-58 dengan kategori baik, 3 orang (25,00%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 45-51 dengan kategori cukup, 4 orang (33,33%) memiliki *jumping sideways* berkisar antara 38-44 dengan kategori kurang. Untuk lebih jelasnya dapat digambarkan melalui histogram di bawah ini:

g. *Eye-Hand Coordination Putra*



Gambar 22. tes eye-hand coordination putra
Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 11. Distribusi Frekuensi *Eye-Hand Coordination Putra*

kelas interval	fa	fr	Kategori
>61	3	23,08	Baik Sekali
53-60	3	23,08	Baik
45-52	4	30,77	Cukup
37-44	2	15,38	Kurang
<36	1	7,69	Kurang Sekali
JUMLAH	13	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 13 orang sampel, 3 orang (23,08%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara >61 dengan kategori baik sekali, 3 orang (23,00%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara 53-60 dengan kategori baik, 4 orang (30,77%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara 45-52 dengan kategori cukup, 2 orang (15,38%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara 37-44 dengan kategori kurang, dan 1 orang (7,69%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara <36 dengan kategori kurang sekali.

h. Eye-Han Coordination Putri



Gambar 23. Tes *eye-hand coordination* putri
Sumber : dokumentasi penelitian

Tabel 12. Distribusi Frekuensi *Eye-Hand Coordination* Putri

kelas interval	fa	Fr	Kategori
>54	5	41,67	Baik Sekali
46-53	3	25,00	Baik
38-45	3	25,00	Cukup
30-37	1	8,33	Kurang
<29	0	0,00	Kurang Sekali
JUMLAH	12	100	

Berdasarkan tabel dia atas dari 12 orang sampel, 5 orang (41,67%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara >54 dengan kategori baik sekali, 3 orang (25,00%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara 46-53 dengan kategori baik, 3 orang (25,00%) memiliki *eye-hand coordination* berkisar antara 38-45 dengan kategori cukup, dan 1 orang (8,33%) memiliki

eye-hand coordination berkisar antara 30-37 dengan kategori kurang.

PEMBAHASAN

Dari deskripsi hasil penelitian yang dilakukan tentang karakteristik kemampuan koordinasi gerak siswa Sekolah Dasar Negeri 01Asam jujuhan Kabupaten Dharmasraya secara rinci yaitu, Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 25 orang sampel didapatkan nilai rata-rata kemampuan koordinasi gerak

dengan T-Score siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Asam jujuhan Kabupaten Dharmasraya Rata –rata 50,00 dengan standar deviasi 8,07, nilai minimum 70 dan maksimum 38.

Dari hasil penelitian bahwa dari 25 orang sampel, 5 orang (20,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara >56 dengan kategori baik sekali, 7 orang (28,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 51-55 dengan kategori baik, 8 orang (32,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak

berkisar antara 45-50 dengan kategori cukup, 4 orang (16,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara 39-44 dengan kategori kurang dan 1 orang (4,00%) memiliki kemampuan koordinasi gerak berkisar antara <38 dengan kategori kurang sekali.

Kemampuan koordinasi gerak yang dimiliki anak terlihat saat menggabungkan beberapa gerak menjadi gerakan, baik dari gerakan sederhana maupun yang sulit dan sesuai dengan tujuan sebagai hasil dari pengalaman gerak, Hal tersebut dipengaruhi oleh kemampuan koordinasi gerak.

Koordinasi gerak merupakan kemampuan dalam merangkai dan menggabungkan unsur gerak sehingga berpengaruh terhadap keberhasilan peserta didik dalam melakukan suatu gerakan Alaswati (2016).

Apabila siswa memiliki koordinasi gerakan tinggi, kemungkinan dapat menguasai gerakan lebih cepat atau bahkan baik, demikian pula sebaliknya. Kategori baik dan tidaknya koordinasi gerak seseorang terlihat dari kemampuan dalam melakukan suatu gerakan

Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa koordinasi gerak adalah unsur penting dalam terciptanya gerak baik itu gerakan yang sederhana hingga gerakan yang lebih kompleks, hal ini dapat memotivasi anak-anak agar gemar berolahraga karena dengan koordinasi yang baik anak-anak dapat lebih cepat menguasai gerakan-gerakan

dalam suatu cabang olahraga yang sesuai dengan minat dan bakatnya hingga terciptanya gerakan yang efektif dan efisien. Namun dari hasil penelitian diatas, secara keseluruhan koordinasi gerak siswa masih belum maksimal dan harus lebih ditingkatkan lagi.

Studi ini menunjukkan bahwa siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Asam jujuhan Kabupaten Dharmasraya berisiko lebih besar menjadi kurang aktif secara fisik, yang pada dikhawatirkan akan mempengaruhi status kesehatan mereka karena memiliki koordinasi gerak yang relatif kurang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan bahwa kemampuan koordinasi gerak siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Asam jujuhan Kabupaten Dharmasraya dalam kategori cukup.

DAFTAR PUSTAKA

Alaswati, S. (2016). *Pengaruh Metode*

Pembelajaran dan Koordinasi Gerak Terhadap Hasil Belajar Bermain Bola Basket. 5(2), 111–119.

Aprilianto, M. ., & Fahrizqi, E. . (2020). Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota UKM Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *Jurnal of Physical Education*, 1(1), 1–9.

Ariadi, R., Malelak, M. ., & Astuti, D. (2015). Analisa Hubungan Financial Literacy dan Demografi dengan Investasi, Saving dan Konsumsi. *FINESTA*, 3(1), 7–12.

Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.

Asnaldi, A., Zulman, F. ., & Madri, M. (2018). Hubungan Motivasi Olahraga dan Kemampuan Motorik dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Menssana*, 3(2), 16–27.

Bakhtiar, S. (2014). Fundamental motor skill among 6-year-old children in padang, west sumatera, indonesia. *Asian Social Science*, 4(2), 165–174.

Budiarjo, Al. (2019). *Karakteristik Kemampuan Koordinasi Gerak Siswa Sekolah Dasar Negeri 20 Padang Laweh Kabupaten Sijunjung*. Universitas Negeri Padang.

Fahrizqi, E. . (2018). Hubungan Panjang Tungkai, Power Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Pasing pada Pemain Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi Teknokrat. *Ofsport*, 2(32–42).

Gumantan, A. (2020). Pengembangan APlikasi Pengukuran Tes Kebugaran Jasmani Berbasis Android. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2), 196–205.

- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2018). Perbandingan Latihan dengan Menggunakan Bola Ukuran 4 dan 5 Terhadap Ketepatan Menendang Bola Kearah Gawang. *Ofsport*, 2(1), 1–7.
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2020). Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Menggunakan Sensor Infrared. *Jendela Olahraga*, 5(2), 52–61.
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Tingkat Kecemasan Seseorang Terhadap Pemberlakuan New Normal dan Pengetahuan Terhadap Imunitas Tubuh. *Sport Science and Education*, 1(2).
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2021). Analysis of the implementation of measuring skills and physical futsal sport based desktok program. *Of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 10(1), 11–15.
- Gumantan, A., Nugroho, R. ., & Yuliandra, R. (2021). Learning During the Covid 19 Pandemic: Analysis of E-Learning on Sport Education Student. *Sport Area*, 6(1), 51–55.
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional dalam Pembelajaran Olahraga di SMAN 1 Bara Datu. *Of Physical Education*, 2(1), 1–7.
- Ichsanudin, I., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan UKM Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Of Physical Education*, 1(2), 10–13.
- Irawadi, H. (2013). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Universitas Negeri Padang.
- Mahfud, I., & Gumantan, A. (2020). Survey of Student Anxiety Levels During the Covid 19 Pandemic. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1).
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). Model Latihan Dribling Sepak Bola untuk Pemula Usia SMA. *Sport Science and Education*, 1(2).
- Margaretha, F., & Pambudhi, R. . (2015). Tingkat Literasi Keuangan pada Mahasiswa S1 Fakultas Ekonomi. *Manajameen Dan Kewirausahaan*, 17(1), 76–85.
- Mario, F., Sari, Y. P., & Olahraga, P. (2022). Melalui Permainan Engklek Pada Anak Usia 6-10 Tahun di Dusun Mesuji. 2(1), 1–8.
- Nababan, D., & Sadalia, I. (2013). Analisis Personal Financial Literacy dan Financial Behavior Mahasiswa Strata 1 Fakultas Ekonomi Universitas Sumatera Utara. *Media Informasi Manajemen*, 1(1), 1–15.
- Nugroho, R. ., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket SMAN 1 Pagelaran. *Sport Science and Education*, 1(1).
- Nugroho, R. ., Yuliandra, R., Gumantan, A., & Mahfud, I. (2021). Pengaruh Latihan Leg Press dan Squat Thrust Terhadap Peningkatan Power Tungkai Atlit Bola Voli. *Jendela Olahraga*, 6(2), 40–49.
- Pangkey, F. ., & Mahfud, I. (2020). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Roll Belakang pada Anak Sekolah Dasar. *Of Physical Education*, 1(1), 33–40.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2020). Hubungan Panjang Tungkai dan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Tendangan Penalty. *Jurnal of Physical Education*, 1(1), 10–17.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2021). Analisis Efektivitas Pembelajaran Daring Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Olahraga pada Masa Pandemi Covid 19 SMK SMTI Bandar Lampung. *Of Physical*

- Education*, 2(1), 26–31.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik Deskripsi dan Tinjauan Kritis*. Penerbit Referens.
- Sandika, A., & Mahfud, I. (2021). Penerapan Model Latihan Daya Tahan Kardiovaskuler With the Ball Permainan Sepak Bola SSB BU Pratama. *Of Physical Education*, 2(1), 32–36.
- Santos, C., Bustamante, A., Hedeker, D., Vasconcelos, O., Garganta, R., Katzmarzyk, P. ., & Maia, J. (2020). A multilevel analysis of gross motor coordination of children and adolescents living at different altitudes: the peruvian health and optimist growth study. *Annals of Human Biology*.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Syafruddin. (2013). *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. UNP.
- Syafruddin, & Hamidah. (2009). *Kebidanan Komunitas*. EGC.
- Tangkudung, J. . (2014). Proses Adaptasi Menurut Jenis Kelamin dalam Menunjang Studi Mahasiswa FISIP Universitas Sam Ratulangi. *Acta Diurna*, 3(4), 1–11.
- Wijaya, C., Kardinal, & Cholid, I. (2018). Analisis Pengaruh Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pendapatan terhadap Literasi Keuangan Warga di Komplek Tanah Mas. *Manajemen*, 1–5.
- Winarno, B. (2014). *Kebijakan Publik (Teori, Proses, dan Studi Kasus)*. CAPS.
- Yudanto. (2005). Pengembangan Gerak dasar Lari dan Lompat Melalui Pendekatan Bermain di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(1), 67–77.
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. . (2020). Development of Endurance with the ball exerchise modal in basket ball games. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 61–72.
- Sari, D. N., Wulandari, I., Hardiansyah, S., & Zulfahri. (2020). *Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes*. 460(Icpe 2019), 120–123. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200805.034>
- S. Sepriadi.(2017). Kontribusi Status Gizi dan Kemampuan Motorik terhadap Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Keolahragaan*, 5 (2), 2017, 194-206