

The Role Of Physical Education In Developing Gross Motor Skills

Peran Pendidikan Jasmani Dalam Mengembangkan Keterampilan Motorik Kasar

Justicia Cita Sofiana¹, Moch. Fahmi Abdulaziz²

Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang^{1,2}

Email: justiciacitas@students.unnes.ac.id¹, moch.fahmi.abdulaziz@mail.unnes.ac.id²

*Corresponding Author

Received : 2 March 2026, Revised : 3 March 2026, Accepted : 12 March 2026.

ABSTRACT

This study aims to examine the role of physical education in developing gross motor skills at SD Negeri Gunungwungkal 01, Pati Regency. The research employed a descriptive qualitative approach, with data collected through survey methods and testing techniques. The subjects of the study were all fourth, fifth, and sixth grade students of SD Negeri Gunungwungkal 01 in Pati Regency, totaling 42 students. The instruments used to measure gross motor skills included several tests: a 4 x 10 meter shuttle run, a ball throw-and-catch test from a distance of 1 meter for 30 seconds, the stork stand balance test, and a 30-meter sprint test. The data obtained from each test were initially in the form of raw scores, which were then converted into t-scores using the t-score formula. Subsequently, the data were interpreted by classifying them into specific categories. The results of the study indicate that the role of physical education in developing gross motor skills at SD Negeri Gunungwungkal 01, Pati Regency, shows varied levels of achievement: 4 students (9.52%) were in the very high category, 7 students (16.67%) in the high category, 18 students (42.86%) in the moderate category, 11 students (26.19%) in the low category, and 2 students (4.76%) in the very low category.

Keywords: Physical Education, Gross Motor Skills, Students' Motor Development, Physical Activity in Elementary School, Physical Education Learning (PJOK)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran pendidikan jasmani dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar siswa di SD Negeri Gunungwungkal 01. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa survei dan tes. Subjek penelitian meliputi seluruh siswa kelas IV, V, dan VI SD Negeri Gunungwungkal 01 Kabupaten Pati yang berjumlah 42 siswa. Instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan motorik kasar terdiri atas beberapa tes, yaitu shuttle run 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola dari jarak 1 meter selama 30 detik, tes keseimbangan stork stand, dan tes lari sprint 30 meter. Data hasil setiap tes awalnya berupa skor mentah yang kemudian dikonversi menjadi nilai t-skor menggunakan rumus t-skor, selanjutnya data dianalisis dengan mengelompokkan ke dalam kategori tertentu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran pendidikan jasmani dalam pengembangan keterampilan motorik kasar di SD Negeri Gunungwungkal 01 Kabupaten Pati berada pada kategori yang bervariasi, yaitu 4 siswa (9,52%) termasuk kategori sangat tinggi, 7 siswa (16,67%) kategori tinggi, 18 siswa (42,86%) kategori sedang, 11 siswa (26,19%) kategori rendah, dan 2 siswa (4,76%) kategori sangat rendah.

Kata Kunci: Pendidikan Jasmani, Keterampilan Motorik Kasar, Perkembangan Motorik Siswa, Aktivitas Fisik di Sekolah Dasar, Pembelajaran PJOK

1. Pendahuluan

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang menempatkan aktivitas fisik sebagai landasan utama dalam proses pembelajaran, dengan capaian yang meliputi aspek kognitif, motorik, afektif, dan sosial (Gustian dkk., 2024). Melalui kegiatan jasmani yang dirancang secara sistematis, pendidikan jasmani berperan dalam mengembangkan kebugaran, keterampilan gerak, kemampuan berpikir kritis, keseimbangan

emosi, interaksi sosial, serta pembentukan nilai dan moral peserta didik. Sejak masa awal kemerdekaan, perhatian terhadap olahraga di sekolah telah menjadi bagian dari kebijakan pendidikan nasional. Pada awalnya istilah yang digunakan adalah gerak badan, kemudian berubah menjadi pendidikan olahraga sebagaimana tercantum dalam GBHN 1978 yang menekankan olahraga sebagai sarana pembinaan jasmani dan rohani dalam pembangunan bangsa. Selanjutnya, sejak tahun 1987 istilah tersebut kembali disesuaikan menjadi pendidikan jasmani dalam konteks pendidikan formal.

Dalam perspektif pendidikan sepanjang hayat, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memperoleh pengalaman belajar yang mendorong penerapan gaya hidup sehat dan aktif. Gerak dipandang sebagai dasar manusia dalam mengenali diri dan lingkungannya, sehingga pendidikan jasmani memiliki posisi yang tidak terpisahkan dari keseluruhan proses pendidikan. Selain itu, pendekatan ini turut membentuk kebiasaan hidup sehat yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang (Sari dkk., 2024).

Motorik kasar merupakan kemampuan fisik yang berperan penting dalam aktivitas sehari-hari dan berpengaruh terhadap perkembangan fisik, kognitif, serta sosial anak (Candra dkk., 2023). Kemampuan ini melibatkan penggunaan otot-otot besar dalam berbagai aktivitas seperti berlari, melompat, dan melempar, serta berkembang seiring dengan kematangan individu (Gultom dkk., 2024). Pada masa sekolah dasar, perkembangan motorik kasar berlangsung secara signifikan karena anak mengalami pertumbuhan fisik yang pesat. Aktivitas motorik kasar juga berkontribusi terhadap perbaikan postur tubuh, pencegahan obesitas, serta pengurangan stres dan kecemasan pada anak usia dini.

Pelaksanaan pendidikan jasmani yang terencana dan berkelanjutan terbukti memberikan stimulus yang efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak. Berbagai bentuk kegiatan seperti brain gym, permainan edukatif, dan aktivitas berpasangan seperti bermain bola mampu memberikan rangsangan positif terhadap perkembangan motorik (Sumaryanti dkk., 2024). Oleh karena itu, pemilihan metode dan pendekatan pembelajaran oleh guru menjadi aspek krusial dalam merancang program latihan yang efektif. Kajian teori pendidikan jasmani mencakup berbagai konsep, model pembelajaran, serta pendekatan pengajaran yang dapat diterapkan untuk mengoptimalkan perkembangan siswa sekolah dasar (Mustafa, 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai peran pendidikan jasmani dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar, sehingga dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai tingkat perkembangan motorik siswa serta efektivitas pembelajaran yang telah dilaksanakan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dan mendeskripsikan peran pendidikan jasmani dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar, serta mengidentifikasi tingkat keterampilan motorik kasar siswa sebagai indikator keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kab. Pati. Yang dilaksanakan pada bulan Januari 2026, penelitian dilakukan pada saat jam pelajaran PJOK di kelas 4, kelas 5, dan kelas 6. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk memaparkan kondisi saat ini. Dengan instrument penelitian untuk mengukur keterampilan normal dan sosial yang sedang diteliti.

Populasi dalam penelitian ini seluruh peserta didik kelas atas yaitu kelas 4, kelas 5, dan kelas 6 SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kab. Pati. Pemilihan populasi kelas IV, V, dan VI Sekolah Dasar didasarkan pada pertimbangan teoritis bahwa usia 9–12 tahun merupakan fase penting dalam perkembangan motorik, ditandai dengan kematangan koordinasi, keseimbangan, dan kontrol gerak. Selain itu, pada tahap ini siswa telah memiliki

kesiapan kognitif untuk menerima pembelajaran terstruktur dan mengikuti instruksi secara sistematis, sehingga relevan untuk mengkaji peran Pendidikan Jasmani dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar (Gallahue, 2010).

Instrumen Penelitian ini menggunakan Tes kemampuan gerak dasar digunakan untuk menggambarkan gerakan terkoordinasi penting dari siswa. tes ini memiliki reliabilitas 0,93 dan validitas 0,87. Tes ini digunakan untuk mengukur dan mengetahui kemampuan motorik dasar siswa sekolah dasar. Instrumen Tes Motorik sebagai berikut :

- Tes shuttle run* dengan jarak 4 x 10 meter, digunakan untuk mengukur kemampuan berpindah arah atau kelincahan dari siswa, pencatatan waktu yang digunakan responden. Semakin sedikit waktu yang dibutuhkan, semakin baik hasilnya (1 kali percobaan).
- Uji lempar dan tangkap bola dari jarak 1 meter. Dilakukan dengan mengatur Jemputan dan tangkapan arah bola ke dinding selama waktu 30 detik. Penilaian dapat dilihat dari semakin banyak hasil lemparan dan tangkapan dari responden yang diteliti, maka hasilnya akan semakin baik (1 tes).
- Tes stork stand positional balance* untuk mengukur keseimbangan tubuh dari responden yang diteliti dengan menjaga keseimbangan tubuh dengan posisi tubuh seperti digambar. Semakin lama waktunya menjaga keseimbangan, semakin baik hasilnya (1 percobaan).
- Tes sprint 30 m*, digunakan untuk mengukur kecepatan lari seseorang. Semakin cepat waktu yang didapat dari tes lari tersebut, maka hasil yang diperoleh akan semakin baik (1 percobaan)

Pengambilan data dari tes kemampuan motorik atau gerak dasar dilakukan di halaman SDN Gunungwungkal 01. Langkah-langkah dalam pengambilan data sebagai berikut:

- Menyiapkan alat dan lokasi yang akan dipakai untuk tes gerak dasar.
- Mengumpulkan, mempersiapkan, dan melakukan pemanasan serta menjelaskan kepada siswa mengenai penerapan tes kemampuan gerak dasar.
- Setelah penjelasan prosedur tes dan pemanasan yang cukup, siswa mengikuti tes keterampilan motorik dasar, yaitu dengan tes pertama tes kelincahan, koordinasi mata-tangan atau lempar tangkap bola, keseimbangan, dan kecepatan.
- Setiap siswa bergiliran mengerjakan tes dengan urutan sebagai berikut: ketangkasan, koordinasi mata-tangan, keseimbangan, dan kecepatan.
- Hasil tes yang diperoleh dari tiap siswa dicatat dalam lembar tes yang telah disediakan oleh peneliti.

Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik deskriptif merupakan statistik untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah dikumpulkan secara riil, tanpa menarik kesimpulan atau generalisasi (Sugiyono, 2015). Data yang telah diperoleh dari hasil pengumpulan data diurutkan untuk mengetahui persamaan dan perbedaan ukuran masing-masing jenis tes motorik. Hasil data inilah dinamakan sebagai hasil perkiraan. Keterampilan gerak motorik dasar peserta didik tidak dapat dinilai secara langsung dari hasil tes. Hal ini disebabkan karena setiap satuan pengukuran berbeda, yaitu: Hasil data kasar atau mentah dari empat jenis tes harus disamakan dalam satuan menggunakan nilai T- Score.

Rumus dari T- Score sebagai berikut:

- Rumus T-Score untuk Shuttle run 4 x 10 meter dan uji lari 30 meter. Rumus T- score adalah sebagai berikut :

$$T - Score = 50 + \left(\frac{x - \bar{x}}{SD} \right) . 10$$

- Rumus T-score untuk uji *stork stand positional* dan melempar bola yang ditangkap. Rumus T-score sebagai berikut :

$$T - Score = 50 + \left(\frac{x - \bar{x}}{SD} \right) . 10$$

Keterangan :

X = Skor yang didapat

$\bar{x}$ = Mean (rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Hasil data mentah diolah menjadi nilai T score dari keempat jenis tes dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah jenis tes yang ada. Hasil pembagian ini digunakan sebagai dasar untuk menentukan kemampuan motorik kasar. Keterampilan motorik dasar siswa kelas atas SD Negeri Gunungwungkal 01 dibagi kedalam lima (5) kategori, dapat dilihat sebagai berikut di bawah ini:

Tabel 1. Skor Baku Kemampuan Motorik Kasar

No.	Rentangan Norma	Kategori
1.	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3.	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Rendah
5.	$X \leq M + 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan :

X : Skor yang didapat responden

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Agar diketahui banyaknya masing-masing kategori keterampilan motorik kasar siswa kelas atas SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati menggunakan rumus persentase (Sugiyono, 2015).

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

F : Skor

N : Jumlah siswa

4. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian keterampilan motorik kasar siswa kelas atas Sekolah Dasar Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati perlu dideskripsikan terlebih dahulu hasil tes beda keterampilan motorik. Berikut ini akan dijabarkan kemampuan motorik dan akan digunakan dengan maksimal untuk mengetahui kemampuan motorik kasar siswa Sekolah Dasar Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati.

Pertama, Tes *shuttle run* jarak 4 x 10 meter digunakan untuk mengukur komponen dari kelincahan dalam hitungan detik. Hasil belajar melalui Pendidikan Jasmani dihasilkan keterampilan motorik kasar siswa di SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati dijabarkan berdasarkan tabel.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tes Shuttle Run Keseluruhan Siswa

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 69.25$	Sangat Tinggi	1	2,38%
$56.38 \leq X < 69.25$	Tinggi	13	30,95%
$43.51 \leq X < 56.38$	Sedang	15	35,71%
$30.64 \leq X < 43.51$	Rendah	13	30,95%
$X < 30.64$	Sangat Rendah	0	0,00%
Total		42	100%

Kedua, Tes Lempar Tangkap Bola Mengukur koordinasi tangan dan mata yaitu menggunakan tes lempar tangkap bola. Dalam tes melempar dan menangkap bola dilakukan selama 30 detik dengan mengarahkan bola ke dinding. Semakin banyak lempar yang berhasil ditangkap, semakin baik hasilnya.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes Lempar Tangkap Bola

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 64.27$	Sangat Tinggi	3	7,14%
$54.76 \leq X < 64.26$	Tinggi	12	28,57%
$45.25 \leq X < 54.75$	Sedang	11	26,19%
$35.74 \leq X < 45.24$	Rendah	12	28,57%
$X < 35.74$	Sangat Rendah	4	9,52%
Total		42	100%

Ketiga, Tes *stork stand positional balance* merupakan tes keseimbangan yang digunakan untuk mengetahui tingkat keseimbangan tubuh. Dalam melakukan tes keseimbangan dilakukan dengan posisikaki bangau dan bertahan pada posisi selama mungkin. Semakin lama waktunya, maka semakin baik hasilnya.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tes Stork Stand Positional Blance

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 65$	Sangat Tinggi	4	9.5%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	7	16.7%
$45 \leq X < 55$	Sedang	16	38.1%
$35 \leq X < 45$	Rendah	14	33.3%
$X < 35$	Sangat Rendah	1	2.4%
Total		42	100%

Keempat, Tes lari sprint jarak 30 meter digunakan untuk mengukur kecepatan siswa, semakin cepat/kecil waktu yang didapat dalam sprint 30 meter, maka semakin baik hasilnya.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tes Lari 30 Meter

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 65$	Sangat Tinggi	0	0%
$55 \leq X < 65$	Tinggi	2	4.76%
$45 \leq X < 55$	Sedang	14	33.33%
$35 \leq X < 45$	Rendah	25	59.53%
$X < 35$	Sangat Rendah	1	2.38%
Total		42	100%

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, data dari setiap tes yang telah diubah menjadi nilai T-score yang kemudian ditambahkan dan dirata rata akan menjadi keterampilan motorik kasar siswa kelas atas SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati. Selanjutnya diklasifikasikan kedalam kategori yang telah ditentukan. Gambaran hasil belajar keterampilan gerak motorik kasar siswa kelas atas SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati diperoleh dari 42 siswa, mean (rata-rata) = 49,67; median = 49,04; modus = 53,00; dan standar deviasi = 10,06. Setelah data diolah menjadi nilai *t-score*, kemudian data dianalisis menjadi kategori yang telah ditentukan. Hasil tes keterampilan motorik kasar siswa SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati dapat dilihat dalam bentuk tabel berikut ini :

Tabel 6. Hasil Tes Keterampilan Motorik Kasar

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$X \geq 65$	Sangat Tinggi	4	9.52%
$55 \leq X < 64$	Tinggi	7	16.67%
$45 \leq X < 54$	Sedang	18	42.86%
$35 \leq X < 44$	Rendah	11	26.19%
$X < 35$	Sangat Rendah	2	4.76%
Total		42	100%

Hasil Penelitian kemampuan motorik kasar siswa Sekolah Dasar Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati yang disajikan dalam bentuk diagram dapat

**Gambar 1. Histogram Kemampuan Motorik Kasar Keseluruhan Siswa**

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, keterampilan motorik kasar siswa kelas atas SD Negeri Gunungwungkal 01 Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati menunjukkan variasi tingkat pencapaian. Sebanyak 4 siswa berada pada kategori sangat tinggi, 7 siswa pada kategori tinggi, 18 siswa pada kategori sedang, 11 siswa pada kategori rendah, dan 2 siswa pada kategori sangat rendah. Secara umum, tingkat keterampilan motorik kasar siswa tergolong dalam kategori sedang. Motorik kasar merupakan kemampuan melakukan gerakan yang melibatkan otot-otot besar atau sebagian besar anggota tubuh, sebagaimana tampak pada anak usia sekolah dasar. Perkembangan kemampuan ini berlangsung secara berkelanjutan dan berkaitan dengan faktor kematangan fisik serta genetik, yang tercermin dalam berbagai keterampilan seperti duduk, menendang, berlari, dan menaiki tangga (Nofianti, 2020). Aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, melompat, menangkap, dan melempar menjadi komponen utama dalam pengembangan motorik kasar dan merupakan fokus dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) (Pratiwi & Rosifa, 2022). Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi peran pendidikan jasmani dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar melalui pengukuran tingkat kemampuan siswa kelas atas dengan menggunakan instrumen tes motorik kasar (Aji, 2016).

Kemampuan motorik kasar juga berkaitan dengan kapasitas individu dalam melakukan suatu keterampilan tertentu (N. Pasaribu dkk., 2019). Kondisi organ tubuh seperti sistem neuromuskular, pernapasan, pencernaan, peredaran darah, tulang, dan persendian berpengaruh terhadap kekuatan, kecepatan, keseimbangan, serta koordinasi yang mendukung perkembangan kemampuan tersebut (A. M. N. Pasaribu & Daulay, 2018). Perkembangan

motorik kasar dipengaruhi oleh koordinasi saraf dan respons terhadap rangsangan yang menghasilkan gerakan yang terarah. Anak dengan keterampilan motorik kasar tinggi cenderung lebih mampu melakukan aktivitas olahraga dibandingkan anak dengan kemampuan rendah. Selain itu, pengalaman gerak juga memengaruhi perbedaan tingkat keterampilan setiap anak (Erliza, 2018). Faktor-faktor lain yang turut memengaruhi keterampilan motorik kasar meliputi jenis kelamin, kondisi lingkungan, keturunan, ukuran saat lahir, tingkat kematangan, budaya, kebiasaan keluarga, preferensi individu, serta faktor sosial budaya. Dengan demikian, keterampilan motorik kasar tidak hanya ditentukan oleh pembelajaran PJOK di sekolah, tetapi juga oleh aktivitas fisik di luar jam pelajaran (Tazkiyah dkk., 2026).

Sebagai bagian dari pendidikan formal, pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam mengembangkan motorik kasar, kebugaran jasmani, dan kemampuan gerak anak. Melalui aktivitas fisik yang sistematis, terstruktur, dan terukur, pendidikan jasmani mampu meningkatkan aspek kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan koordinasi sebagai komponen utama motorik kasar. Pelaksanaan pendidikan jasmani yang efektif dapat meningkatkan kelincahan melalui pengendalian gerak tubuh secara cepat, yang tercermin dalam hasil tes shuttle run. Latihan keseimbangan dan kontrol postural selama pembelajaran juga berkontribusi terhadap peningkatan skor stork stand. Selain itu, permainan bola yang melibatkan aktivitas menangkap dan melempar mendukung pengembangan koordinasi motorik kasar. Adaptasi fisiologis yang terjadi selama pembelajaran pendidikan jasmani turut memperkuat sistem otot dan saraf. Penggunaan kombinasi tes shuttle run, lempar tangkap bola, stork stand positional balance, dan lari sprint 30 meter dinilai tepat karena masing-masing mewakili aspek kemampuan tubuh yang berbeda namun saling melengkapi (Sani, 2015). Dengan demikian, peran pendidikan jasmani dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar dapat diukur melalui perubahan dan peningkatan skor hasil tes yang diperoleh siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat ditegaskan bahwa pendidikan jasmani berperan penting dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar siswa. Pelaksanaan aktivitas fisik yang dirancang secara terstruktur, sistematis, dan disesuaikan dengan tahapan perkembangan anak terbukti mampu meningkatkan kemampuan gerak dasar seperti berlari, melompat, melempar, menjaga keseimbangan, serta mengoordinasikan gerakan tubuh. Pembelajaran yang dilakukan secara rutin dan terencana tidak hanya memberikan dampak pada peningkatan kemampuan fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan aspek kognitif, sosial, dan emosional siswa. Oleh karena itu, pendidikan jasmani menjadi salah satu komponen esensial dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak usia sekolah dasar secara optimal dan menyeluruh.

Daftar Pustaka

- Aji, B. S. (2016). Pengembangan Instrumen Penilaian Pengetahuan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Kelas VIII. *PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN JASMANI PASCASARJANA UM*, 267–283.
- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, R., Cahyono, D., Sukmawati, E., & Cs, A. (2023). Peran pendidikan jasmani dalam pengembangan motorik kasar pada anak usia dini. *Journal Obsesi (Jurnal Pendidikan anak Usia Dini)*, 7(2), 2538–2546.
- Gallahue, D. L. (2010). Understanding motor development in children and youth. *Proceedings of The 6th international scientific and expert symposium "Contemporary views on the Motor Development of a Child"*, 17–23. <https://ovg.si/konferenca2021/wp-content/uploads/2019/02/Zbornik-prispevkov-2010.pdf#page=17>

- Gultom, A. U. A., Surbakti, D. S. K., Nazwa, N., Syarafina, D., & Siddik, F. (2024). Pengaruh Olahraga Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Sekolah Dasar. *ALFIHRIS: Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 2(3), 205–214.
- Gustian, U., Saputra, D. R., Rakhmat, C., Yustiana, Y. R., & Primayanti, I. (2024). Physical education and its scope: A literature review of empirical studies with a holistic perspective teaching practices in indonesia. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 4(2), 171–186.
- Mustafa, P. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80.
- Pasaribu, A. M. N., & Daulay, D. E. (2018). Pengaruh permainan lari estafet terhadap kemampuan gerak dasar motorik kasar siswa kelas 3 SDN Karet II Kabupaten Tangerang. *Jurnal Prestasi*, 2(4), 9–14.
- Pasaribu, N., Muchlisin, A., & Kurniawan, F. (2019). Hubungan Kekuatan Tungkai dan Koordinasi Mata Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola pada Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga FIP Ubhara Jaya. *Competitor*, 11(1), 1–7.
- Pratiwi, S., & Rosifa, I. (2022). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Ayam Dan Musang (Penelitian Di KB Al-Hujarot Sucinaraja Kabupaten Garut). *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini: Anaking*, 1(2), 42–50.
- Sani, F. C. (2015). Perbandingan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar di Dataran Tinggi dan Dataran Rendah di Kabupaten Magetan. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 3(2). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/13632>
- Sari, Y. Y., Ulfani, D. P., & Ramos, M. (2024). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga terhadap anak usia sekolah dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488.
- Sugiyono, P. (2015). Metode penelitian kombinasi (mixed methods). *Bandung: Alfabeta*, 28(1), 12.
- Sumaryanti, S., Suhartini, B., & Budiyan, E. S. (2024). Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar Terhadap Pembelajaran Jasmani Anak. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 437–444.
- Tazkiyah, A., Muhammad, H. N., & Wicahyani, S. (2026). Analisis Deskriptif Gaya Mengajar Guru PJOK serta Tingkat Kebugaran Aerobik (PACER Test) Siswa Kelas IX di SMP Negeri se-Kecamatan Wiyung Surabaya. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 7(1), 25–34. <https://doi.org/10.46838/spr.v7i1.988>