



## Pengembangan Model Permainan *King Queen* Pembelajaran Senam Lantai Peserta Didik Sekolah Dasar

Naila Elmuna<sup>1✉</sup>, Agus Darmawan<sup>2</sup>, Ranu Baskora Aji Putra<sup>3</sup>, Dwi Tiga Putri<sup>4</sup>

<sup>14</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

<sup>23</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Article History

Received : 3 Agustus  
2024

Accepted : Agustus 2024

Published : Desember  
2024

### Keywords

Game; king queen ;  
gymnastics.

### Abstrak

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *research and development* (R & D), subjek pada penelitian ini yaitu siswa kelas IV Sekolah Dasar. Pengambilan data dilakukan dengan lembar evaluasi ahli, lembar kuesioner siswa, dan lembar pengamatan. Penelitian ini memperoleh hasil analisis data dan evaluasi dari ahli permainan, ahli PJOK 1 dan ahli PJOK 2 dengan rata-rata 90% termasuk kategori "sangat baik". Hasil dari uji coba skala kecil mencapai 89% termasuk kategori "sangat baik", hasil uji skala besar mencapai hasil 91% telah memenuhi kategori "sangat baik". Simpulan dari penelitian ini bahwa model permainan pengembangan *king queen* dapat digunakan pada pembelajaran senam lantai untuk peserta didik kelas IV sekolah dasar, dengan hasil mencapai kategori sangat baik 90%. Saran yang diberikan peneliti yaitu: 1) Produk pengembangan permainan *king queen* dapat dijadikan sebagai alternatif model pembelajaran dan inovasi baru yang efektif menyenangkan dan dapat digunakan di Sekolah Dasar. 2) Bagi guru PJOK harapannya agar lebih kreatif dalam memilih model permainan dan perlu melakukan inovasi dalam pembelajaran.

### Abstract

*This present research used research and development (R & D) research methods, the subjects in this research are fourth grade in Elementary School. Data collection was carried out using expert evaluation sheets, student questionnaire sheets, and observation sheets. This finding showed that data analysis and evaluation results from experts with an average of 90% including the "very good" category. The results of small-scale trials reached 89%, including the "very good" category, while the results of large-scale trials achieved results of 91% which met the category. "Very good". The conclusion of this research is that the king queen development game model can be used in gymnastics learning for fourth grade elementary school students, with results reaching the very good category of 90%. The suggestions given by researchers are: 1) King queen game development products can be used as alternative learning models and new innovations that are effective and fun and can be used in elementary schools. 2) For physical education teachers, the hope is to be more creative in choosing game models and to innovate in learning.*

### How To Cite:

Elmuna, N., Darmawan, A., Putra, R, B, A., & Putri, D, T., (2024). Pengembangan Model Permainan *King Queen* Pembelajaran Senam Lantai Peserta Didik Sekolah Dasar. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5 (2), 620-627

## PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan menurut Mathematics (2016) merupakan proses pendidikan dengan memanfaatkan aktivitas fisik yang bertujuan menghasilkan suatu perubahan holistik dalam kualitas peserta didik, baik secara fisik, mental dan emosional. Sesuai dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional pasal 37 ayat (1) disebutkan bahwa bahan kajian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dimaksudkan untuk membentuk karakter peserta didik menjadi sehat jasmani dan rohani dengan menumbuhkan rasa sportivitas.

Menurut Yusmar (2017) pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan merupakan aktivitas fisik yang didalamnya terdapat unsur bermain dan berolahraga, dengan tujuan membangun siswa yang sehat dan kuat guna menunjang peningkatan prestasi akademik. Pendidikan jasmani, olahraga dan pesehatan juga merupakan suatu proses pembelajaran melalui kegiatan gerak untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik dan mengembangkan karakter peserta didik (Hananingsih & Imran 2020). Sudah menjadi kesadaran bersama bahwa pendidikan adalah cara yang tepat dilakukan manusia sepanjang hidupannya untuk mentransmisikan dan mentransformasikan nilai dan pengetahuan. Karena pentingnya pendidikan sebagai sarana untuk mentransmisikan dan mentransformasi nilai pengetahuan, maka dalam upaya menanamkan dan mengembangkan karakter bangsa menjadikan peran dunia pendidikan karakter sangatlah penting.

Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib yang harus diikuti oleh siswa pada semua jenjang mulai dari SD hingga SMA (Adi S, Soenyoto, & Sulaiman 2018). Peran dan fungsi pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan diantaranya merangsang pertumbuhan serta perkembangan fisik siswa (Reza, Syafei, & Achmad 2021). Dengan begitu pendidikan jasmani, olahraga dan Kesehatan diharapkan dapat mengurangi kasus obesitas, selain anak-anak sehat dengan rajin olahraga sekaligus dapat menjaga berat badan yang ideal (Mapossa 2018).

Struktur dan kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada sekolah dasar terdiri atas keterampilan teknik dasar dari beberapa cabang olahraga (Hanief et al. 2017). Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan bagi peserta didik adalah memberikan dan menyediakan berbagai pengalaman gerak untuk membentuk landasan gerak yang kuat, sehingga diharapkan dapat mempengaruhi gaya hidup aktif dan sehat (Rosmi 2016). pada siswa sekolah dasar harus lebih banyak melakukan kegiatan bermain melalui berbagai gerakan dari pada siswa harus berdiam diri di tempat (Yuliandra et al 2020). Bermain juga dapat menanamkan nilai-nilai karakter terhadap peserta didik, sehingga dapat menjadi pondasi utama dalam membangun karakter peserta didik (Hariandi et al. 2023). Teaching Games for Understanding (TGfU) merupakan suatu pendekatan pembelajaran pendidikan jasmani untuk memperkenalkan bagaimana anak mengerti olahraga melalui bentuk konsep dasar bermain (Agus Pujianto 2014).

Menurut Hapidin & Yenina (2016) penelitian dan pengembangan (*research and development*) merupakan suatu metode pengembangan untuk menemukan dan mengembangkan model permainan tradisional menjadi permainan edukatif yang dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran yang efektif.

Alur tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berupa keterampilan teknik dasar dari beberapa cabang olahraga, salah satunya adalah cabang olahraga senam. Pada materi aktivitas senam meliputi senam lantai, senam lantai diartikan sebagai bentuk aktivitas fisik yang sistematis serta dapat dilakukan di lantai maupun matras (Hadjarati & Haryanto 2020). Senam lantai juga termasuk salah satu cabang olahraga prestasi di Indonesia. Senam lantai sendiri ada tiga nomor yaitu *artistic, rhythmic* dan *erobic*. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan komposisi postur tubuh yang tepat untuk menunjang performa terbaiknya (Putra et al. 2019). Selain itu pentingnya kelenturan dalam segala aktivitas fisik khususnya senam menuntut seseorang untuk mempersiapkan salah satu komponen kondisi fisik kelenturan dalam setiap pemanasan (Aji-Putra et al. 2021). Senam sangat bagus dalam pembentukan kelenturan tubuh, yang menjadi bagian penting bagi keberlangsungan hidup manusia (Akmal, Sugihartono, and Ilahi 2018).

Pada proses pembelajaran tentu tidak lepas kaitannya dari capaian pembelajaran (CP). Capaian pembelajaran merupakan kompetensi pembelajaran yang harus dicapai peserta didik pada setiap fase. Untuk mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

peserta didik kelas IV termasuk dalam fase B. Alur tujuan pembelajaran peserta didik kelas IV pada materi aktivitas senam dijelaskan lebih terinci sebagai berikut :

**Tabel 1 Alur Tujuan Pembelajaran**

Elemen Capaian Pembelajaran	Tujuan Pembelajaran
Pada akhir fase B peserta didik menerapkan prosedur variasi dan kombinasi gerak dasar dan pola gerak dasar dan keterampilan gerak berupa permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, dan aktivitas permainan dan olahraga air (kondisional).	Mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar dominan(bertumpu, keseimbangan, berpindah tempat/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) serta keterampilan gerak secara mandiri (tanpa meniru contoh), dalam aktivitas senam.

Dalam pembelajaran khususnya senam lantai banyak siswa yang beranggapan bahwa senam lantai merupakan materi yang tidak mudah dan membosankan. Terutama bagi siswa perempuan, selain itu siswa laki-laki yang memiliki berat badan lebih juga banyak yang mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan senam lantai.

Gerakan dalam senam lantai membutuhkan keberanian, kelentukan, tubuh serta teknik yang benar. Disamping itu olahraga ini juga sangat membosankan bagi anak khususnya sekolah dasar, karena anak usia sekolah dasar lebih menyukai olahraga yang mangandung permainan dibandingkan dengan olahraga individu. Agar peserta didik tetap menyukai olahraga senam lantai, sebaiknya guru mengembangkan olahraga senam lantai dalam suatu permainan. Penggunaan permainan dalam pembelajaran dapat memberikan pengalaman baru bagi peserta didik, selain itu permainan juga

dapat membuat peserta didik lebih aktif dan gembira. Pengembangan suatu permainan dapat membentuk dan merubah permainan seperti merubah peraturan permainan,bentuk permainan,teknik,serta sarana dan prasarana. Walaupun senam lantai hanya menggunakan sarana matras yang membosankan,guru juga dapat menggunakan media tambahan untuk pembelajaran agar lebih menarik peserta didik. Nantinya dengan pembelajaran yang menyenangkan maka materi akan lebih mudah diterima oleh peserta didik.

Berdasarkan hasil observasi di 4 SD Negeri Kota Semarang yaitu SD Negeri Patemon 02, SD Negeri Jatibarang 03, SD Negeri Jatibarang 01 dan SD Negeri Jatibarang 02 antara lain sebagai berikut:

- 1) Model pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran yaitu sesuai dengan hasil wawancara dan observasi. Guru PJOK SD Negeri Jatibarang 03 dan SD Negeri Jatibarang 01 menggunakan metode pembelajaran ceramah dan demonstrasi. Minat siswa terhadap pembelajaran senam lantai cenderung kurang aktif serta matras yang digunakan dalam pembelajaran masih kurang memadai. Hal tersebut menyebabkan siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran.
- 2) Pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dibutuhkan sarana dan prasarana sebagai pendukung proses pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa menjadi lebih maksimal.

Berdasarkan uraian diatas diperlukan tindakan alternatif dalam model pembelajaran yaitu modifikasi permainan senam lantai yang sesuai dengan kondisi di sekolah. Hal tersebut

dapat meningkatkan antusias dan kemampuan peserta didik terhadap senam lantai sesuai dengan kondisi yang ada di sekolah. Masalah yang ditemukan dalam observasi dan wawancara yaitu sebagi berikut :

1. Kurangnya semangat dan ketertarikan siswa dalam pembelajaran
2. Guru kurang kreatif dan inovatif
3. Keterbatasan sarana dan prasarana

Melalui model pembelajaran diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan yang ada selama proses pembelajaran, serta dapat meningkatkan motivasi dan keaktifan peserta didik dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan. Pada penelitian ini penulis mencoba mengembangkan permainan *king queen* yang dikombinasikan dengan pembelajaran senam lantai. Penyesuaian tersebut antara lain dengan mengganti dari segi teknik dalam permainan. Tujuan dari pengembangan permainan ini adalah melakukan pengemegan gerakan cium lutut dan berjalan jinjit dalam senam lantai melalui permainan *king queen*. Dengan adanya penelitian pengembangan ini diharapkan dapat meningkatkan antusias siswa dalam pembelajaran senam lantai.

Berdasarkan uraian diatas penulis memiliki tujuan untuk mengembangkan model permainan *king queen* yang disesuaikan dengan prasarana sekolah serta kemampuan siswa sekolah dasar. Pengembangan permainan ini sebagai salah satu alternatif model pembelajaran pendidikan jasmani,olahraga dan kesehatan yang efektif dan efisien, oleh sebab itu penulis melakukan penelitian yang berjudul “Pengembangan Model Permainan *King Queen* dalam Pembelajaran Senam Lantai Peserta Didik Kelas IV Sekolah Dasar”.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan pendekatan penelitian yang berusaha menggabungkan kedua penelitian yaitu metode penelitian dan pengembangan (*R&D*). Penelitian dan pengembangan atau Research and Development (*R&D*) atau sering disebut pengembangan adalah strategi atau metode penelitian yang cukup ampuh untuk memperbaiki praktik pembelajaran lebih nyata, dengan demikian penelitian pengembangan penting untuk dilakukan dalam upaya memecahkan masalah pembelajaran dengan produk tertentu (Tegeh and Kirna 2013).

Menurut Ali et al (2022) Penelitian pengembangan merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengembangkan serta meriset konfirmasi produk, penelitian ini bukan hanya mengembangkan produk yang sudah ada, akan tetapi membuat produk untuk menambahkan pemahaman pengetahuan lagi. Strategi dalam *R&D* dimaksudkan mengembangkan suatu produk baru dengan tujuan menyempurnakan produk yang telah ada, yang dapat dipertanggung jawabkan. Produk tersebut dapat berupa model pembelajaran, media pembelajaran, pelatihan, program komputer, bimbingan dan alat evaluasi (Kantun 2013).

Menurut Sugiyono (2009:407) penelitian pengembangan merupakan jenis penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, serta menguji seberapa efektif produk tersebut.

Penelitian *research and development* merupakan jenis penelitian yang digunakan untuk mengembangkan dan menguji sebuah produk. Dengan melakukan penelitian ini, diharapkan dapat meningkatkan kualitas produk atau objek yang diteliti sehingga dapat

memberikan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 7 langkah-langkah penelitian pengembangan model menurut Borg and Gall (1983:775) :



Gambar 1 langkah-langkah penelitian

Langkah awal dalam penelitian ini adalah mengumpulkan data-data dari berbagai sumber terkait dan memunculkan masalah. Lalu merencanakan pembuatan produk yang akan dilakukan melalui beberapa ujicoba- ujicoba yang dilakukan oleh para ahli dan beberapa pihak terkait hingga akhirnya menciptakan sebuah produk hasil akhir yang dapat menjadi alternatif dalam proses pembelajaran PJOK Sekolah Dasar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada produk awal pengembangan model permainan ini sebelum diuji cobakan dalam skala kecil sangat perlu dilakukan validasi ahli dan guru pada produk pengembangan yang akan dikembangkan. Untuk validasi produk ini melibatkan satu ahli permainan yaitu Ranu Baskora Aji Putra, S.Pd, M.Pd dan dua ahli PJOK yaitu Pras Setya Budi, S.Pd dan Ringki Nur Fajar, S.Pd validasi dilakukan dengan memberikan draf awal model permainan pengembangan berupa rencana pelaksanaan dan lembar evaluasi untuk dosen ahli dan guru PJOK.

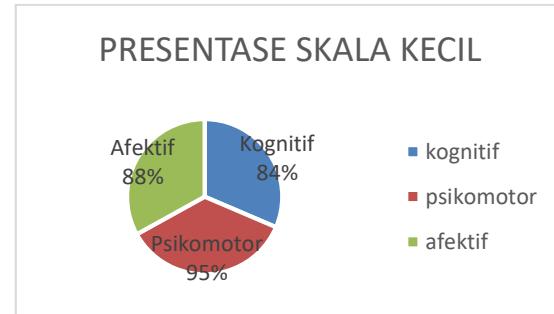
Tabel 2 Hasil Validasi Ahli

No.	Ahli	Presentase
-----	------	------------

1.	Ahli Permainan	91.66%
2.	Ahli PJOK 1	96.66%
3.	Ahli PJOK 2	83.33%
	Rata-rata	90.55%

Berdasarkan hasil penelitian kuesioner yang dilakukan oleh para ahli permainan dan ahli PJOK tersebut diperoleh rata-rata 90.55% atau termasuk kategori “**sangat Baik**”, oleh karena itu sesuai kriteria yang ditetapkan disimpulkan bahwa pengembangan permainan *king queen* sebagai pembelajaran senam lantai pada pembelajaran PJOK tersebut dapat digunakan uji skala kecil. Berdasarkan saran ahli permainan dan ahli pendidikan PJOK pada produk model pengembangan *king queen* seperti yang terurai dibawah, maka dapat segera dilaksanakan revisi produk berdasarkan saran dari ahli permainan dan ahli pendidikan PJOK sebagai berikut: 1) petunjuk dan peraturan permainan *king queen* secara lengkap dan jelas. 2) penjelasan permainan kepada siswa diharapkan untuk dilakukan secara detail agar siswa lebih paham dalam bermain dan siswa memahami gerakannya dalam permainan pengembangan *king queen*.

Setelah produk pengembangan model permainan *king queen* divalidasi oleh ahli dan sudah direvisi, maka draf produk uji coba pada peserta didik kelas IV Sekolah Dasar Negeri Patemon 02 yang berjumlah 10 siswa. Hasil analisis uji coba skala kecil yang diperoleh melalui lembar kuesioner yang diisi oleh siswa, lembar pendukung pengamatan penelitian yaitu lembar pengamatan berupa aspek kognitif, aspek psikomotor, dan aspek afektif. Dari hasil pengisian tersebut diperoleh hasil yang dijabarkan sebagai berikut :



Gambar 1 Diagram Presentase Aspek Hasil Uji Coba Skala Kecil

Sumber: hasil uji coba skala kecil

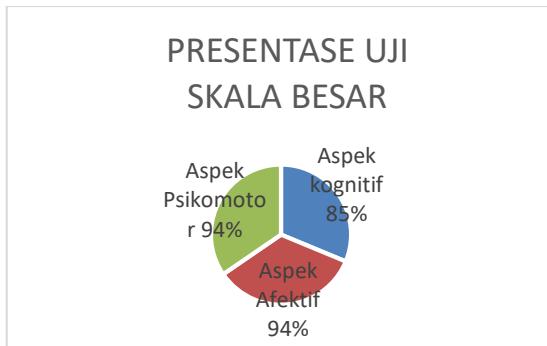
Secara keseluruhan atau rata-rata kemampuan siswa terhadap permainan pengembangan *king queen* dalam kategori sangat baik yaitu sebesar 89%, sehingga permainan pengembangan *king queen* layak digunakan untuk siswa kelas IV Sekolah Dasar.

Revisi produk berdasarkan saran dari ahli permainan dan ahli PJOK sekolah dasar terhadap produk yang telah dilakukan uji coba skala kecil adalah permulaan permainan kurang efektif, awal memulai permainan jarak siswa ketika berbaris terlalu berdekatan, sehingga menimbulkan saling bertabrakan dan sulit mencari lawan untuk suit.

Uji coba skala besar dilaksanakan setelah di evaluasi oleh ahli permainan dan ahli pendidikan. Uji skala besar ini dilakukan untuk mengetahui keefektifan suatu produk yang telah dibuat dan untuk mengetahui apakah produk pengembangan permainan *king queen* dapat digunakan untuk media pembelajaran serta mengatasi kurangnya model pembelajaran di sekolah. Uji coba skala besar ini dilakukan di 3 sekolah dasar yaitu SD Negeri Jatibarang 02, SD Negeri Jatibarang 01 dan SD Negeri Jatibarang 03. Sampel yang diambil di tiap sekolah yaitu kelas IV, dengan variasi jumlah siswa di tiap-tiap sekolahnya. SD Negeri Jatibarang 02 terdapat 23 peserta didik, SD Negeri Jatibarang

01 terdapat 20 peserta didik dan SD Negeri Jatibarang 03 terdapat 24 peserta didik. Dengan jumlah kumulatif peserta didik ke 3 sekolah dasar adalah 67 peserta didik.

Berdasarkan hasil dari perolehan uji coba pemakaian skala besar dalam pengembangan permainan *king queen* sebagai pembelajaran senam lantai untuk siswa sekolah dasar yang dilakukan di 3 Sekolah Dasar tersebut terdapat 3 aspek yang dinilai yakni aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor yang ditampilkan kedalam gambar diagram sebagai berikut:



Gambar 2 Diagram Presentase Aspek Hasil Uji Skala Besar

Sumber: hasil uji skala besar

Pada gambar 3 menunjukkan hasil dari uji skala besar yang dijabarkan sebagai berikut: pada aspek kognitif mendapatkan presentase sebesar 85% yang termasuk kedalam kategori “sangat baik” yang berarti pengembangan model permainan tersebut siap untuk digunakan. Aspek afektif sebesar 94% dimana presentase tersebut masuk kedalam kategori “sangat baik” yang berarti produk pengembangan permainan *king queen* pembelajaran senam lantai aspek afektif sangat layak dan siap untuk digunakan. Aspek psikomotorik sebesar 94% yang dimana angka tersebut masuk kedalam kategori “sangat baik” yang berarti produk pengembangan permainan *king queen* dalam aspek psikomotorik siap untuk digunakan. Dari ketiga aspek tersebut didapatkan presentase sebesar 91%, dimana

angka tersebut masuk kedalam kategori “sangat baik” sehingga pengembangan permainan *king queen* pembelajaran senam lantai untuk siswa sekolah dasar ini sangat layak untuk digunakan sebagai media pembelajaran.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelitian, dapat disimpulkan bahwa sebuah produk permainan pengembangan *king queen* pada aktivitas senam untuk siswa kelas IV sekolah dasar sangat layak dan dapat digunakan sebagai alternatif model pembelajaran melalui permainan. Peneliti berharap agar produk pengembangan permainan *king queen* pembelajaran senam lantai dapat disebarluaskan dengan cara memberikan gambaran kepada Masyarakat ataupun kepada sekolah lain sehingga produk dapat digunakan alternatif khalayak luas dengan harapan dapat membantu guru dan peserta didik dalam mengatasi kurangnya pengembangan model permainan dalam pembelajaran senam lantai yang ada di sekolah. Penulis juga berharap dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh penulis dapat memberikan masukan dan motivasi kepada Guru PJOK sekolah dasar untuk selalu kreatif dan berinovasi menciptakan model pembelajaran yang menyenangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi S, Tommy Soenyoto, and Sulaiman. 2018. “The Implementation of Media in Teaching and Learning of Physical, Sport, and Health Education Subject.” *Journal of Physical Education and Sports (JPES)* 7(1):13–21.
- Agus Pujiyanto. 2014. “Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Terhadap Model Teaching Games For Understanding.” *Journal of Physical Education, Health and Sport* 1(1):23–27.
- Aji-Putra, Ranu Baskora, Tommy Soenyoto, Agus Darmawan, and Roas Irsyada. 2021. “Contribution of Leg Flexibility, Limb Length, Leg Power for the Split Leap Skills of Rhythmic Gymnastics Athletes.” *International*

- Journal of Human Movement and Sports Sciences* 9(4):648–53. doi: 10.13189/saj.2021.090407.
- Akmal, Agustanul, Tono Sugihartono, and Bogy Restu Ilahi. 2018. “Analisis Muatan Materi Senam Pada Bahan Ajar Pjok Sekolah Dasar Negeri Di Kota Bengkulu.” *Kinestetik* 2(1):11–15. doi: 10.33369/jk.v2i1.9181.
- Ali, Adry Toropannahar, Nofi Marlina Siregar, and Dan Marlinda Budiningsih. 2022. “Model Permainan Olahraga Golf Untuk Anak Usia 6–8 Tahun.” *Journal Olahraga ReKat (Rekreasi Masyarakat)* 1(1):12–21.
- Hadjarati, Hartono, and Arief Ibnu Haryanto. 2020. “Motivasi Untuk Hasil Pembelajaran Senam Lantai.” *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 19(2):137. doi: 10.20527/multilateral.v19i2.8646.
- Hananingsih, Wahyu, and Ali Imran. 2020. “Modul Berbasis Pendekatan Saintifik Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan.” *JUPE: Jurnal Pendidikan Mandala* 5(6). doi: 10.58258/jupe.v5i6.1593.
- Hanief, Nanda, Yulingga, and Sugito. 2017. “Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional.” *Jurnal Sportif* 1(1):60–73.
- Hapidin, and Yenina. 2016. “Pengembangan Model Permainan Tradisional.” *Jurnal Pendidikan Usia Dini* 10(2):201–12.
- Hariandi, Ahmad, Dwi Suryadi, Ema Methalia, Intan Dwi Hayu Agustin, and Resti Muliani. 2023. “Pola Pelaksanaan Pendidikan Karakter Terhadap Siswa Sekolah Dasar.” *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 6(12):9704–11. doi: 10.54371/jiip.v6i12.3299.
- Kantun, Sri. 2013. “Hakikat Dan Prosedur Penelitian Pengembangan.” [Http://Repository.Unej.Ac.Id](http://Repository.Unej.Ac.Id)
- 76.
- Mapossa, Jocob Benjamim. 2018. *New England Journal of Medicine* 372(2):2499–2508.
- Mathematics, Applied. 2016. “Buku Guru Pendidikan Jasmani,Olahraga Dan Kesehatan.” 1–23.
- Putra, Ranu Baskoro Aji, Harry Pramono, Tri Nurharsono, and Cahyo Yuwono. 2019. “Image Analysis of Ideal Antropometric Percentage Proportion of Men Artistic Gymnastic Apparatus.” 362(Acpes):107–11. doi: 10.2991/acpes-19.2019.24.
- Reza, Egi Aldi, Muhammad Mury Syafei, and Irfan Zinat Achmad. 2021. “Tingkat Rasa Percaya Diri Siswa Pada Pembelajaran Senam Lantai.” *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)* 4(2):142–49. doi: 10.31539/jpjo.v4i2.1832.
- Rosmi, Yandika Fefrian. 2016. “Pendidikan Jasmani Dan Pengembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar.” *Wahana* 66(1):55–61. doi: 10.36456/wahana.v66i1.482.
- Tegeh, I. Made, and I. Made Kirna. 2013. “Pengembangan Bahan Ajar Metode Penelitian Pendidikan Dengan ADDIE Model.” *Jurnal IKA* 11(1):16.
- Yuliandra, Rizki, Eko Bagus Fahrizqi, and Imam Mahfud. 2020. “Peningkatan Gerak Dasar Guling Belakang Bagi Siswa Sekolah Dasar.” *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* 16(2):204–13. doi: 10.21831/jpji.v16i2.34110.
- Yusmar, Ali. 2017. “Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Kampar.” *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)* 1(1):143. doi: 10.33578/pjr.v1i1.4381.