

Hubungan Antara Aktivitas Fisik di Luar Kelas Dengan Kompetensi Motorik Siswa Sekolah Dasar

Alvan Qurnianzah^{1*}, Aldiansa Naufalin²

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia.

* Corresponding Author. E-mail: alvanqurnianzah7@gmail.com

Info Artikel

Diterima: 04 Juli 2026

Disetujui: 06 Agustus 2026

Kata kunci:

Aktivitas Fisik, Kompetensi
Motorik, Siswa Sekolah
Dasar

Abstrak

Penelitian yang dilakukan ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik di luar kelas dengan kompetensi motorik siswa Sekolah Dasar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan pelaksanaan penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Kebonagung 02 Kabupaten Jember dan untuk sampel pada penelitian ini sebanyak 26 siswa kelas V yang pengambilan sampelnya menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner skala *likeart* yang telah valid dan reliabel serta teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah analisis korelasi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara aktivitas fisik di luar kelas dengan kompetensi motorik peserta didik di Sekolah Dasar. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat aktivitas fisik yang dilakukan siswa di luar kelas, maka semakin baik pula kompetensi motorik yang dimilikinya. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa aktivitas fisik di luar kelas merupakan faktor yang perlu mendapat perhatian dalam upaya meningkatkan kompetensi motorik siswa Sekolah Dasar.

Abstrac

This study aims to determine the relationship between physical activity outside the classroom and the motor competence of elementary school students. This research is a quantitative study and the implementation of this research was carried out at Kebonagung 02 State Elementary School, Jember Regency. The sample in this study was 26 fifth-grade students whose sampling used a simple random sampling technique. Data collection for this study used a valid and reliable Likert scale questionnaire and the data analysis technique used in this study was a simple correlation analysis. The results of the study showed that there was a positive and significant correlation between physical activity outside the classroom and the motor competence of students in elementary school. This finding indicates that the higher the level of physical activity carried out by students outside the classroom, the better their motor competence. The results of this study indicate that physical activity outside the classroom is a factor that needs attention in efforts to improve the motor competence of elementary school students.

PENDAHULUAN

Pendidikan dasar merupakan fondasi utama dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia (Hikmat & Jusrianto, 2026). Pada jenjang Sekolah Dasar peserta didik berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, baik dari aspek kognitif, afektif, sosial maupun psikomotorik dimana aspek yang memiliki peranan penting dalam perkembangan anak adalah kompetensi motorik (Pandiangan et al., 2024). Kompetensi motorik merupakan kemampuan individu dalam melakukan berbagai gerakan dasar secara efektif, terkoordinasi dan efisien, seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, menjaga keseimbangan dan keterampilan gerak lainnya (Fauziah et al., 2025). Kemampuan ini menjadi dasar bagi perkembangan aktivitas fisik, kesehatan, serta kesiapan anak dalam mengikuti proses pembelajaran secara optimal.

Pada usia sekolah dasar, perkembangan motorik menjadi indikator penting dalam mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologis peserta didik (Mahyudi et al., 2025). Anak yang memiliki kompetensi motorik yang baik cenderung lebih aktif, percaya diri, mudah berinteraksi sosial serta memiliki kesiapan belajar yang lebih baik dibandingkan anak yang mengalami hambatan dalam kemampuan geraknya. Selain itu, kompetensi motorik juga berhubungan erat dengan peningkatan kebugaran jasmani, pola hidup sehat dan pencegahan berbagai masalah kesehatan seperti obesitas pada anak.

Kompetensi motorik merupakan kemampuan individu dalam melakukan berbagai keterampilan gerak secara efektif, efisien dan terkoordinasi (Sunanto et al., 2024). Kompetensi motorik mencakup kemampuan melakukan gerakan dasar seperti berjalan, berlari, melompat, melempar, menangkap, menjaga keseimbangan dan berbagai keterampilan gerak lainnya (Yasriuddin et al., 2025). Pada peserta didik sekolah dasar, kompetensi motorik menjadi fondasi penting dalam perkembangan aktivitas fisik dan kemampuan olahraga di masa mendatang.

Namun demikian, kondisi saat ini menunjukkan bahwa kompetensi motorik peserta didik sekolah dasar masih menjadi perhatian serius. Perkembangan teknologi digital, penggunaan gawai yang berlebihan serta rendahnya aktivitas fisik anak menyebabkan menurunnya kesempatan peserta didik untuk melakukan aktivitas gerak secara aktif (Pradana & Winarno, 2025; Suryanti & Ikawati, 2025). Banyak peserta didik lebih banyak menghabiskan waktu dengan aktivitas sedentari seperti bermain atau menonton video dibandingkan melakukan permainan fisik di lingkungan sekolah maupun rumah. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya kemampuan koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, kelincahan dan keterampilan motorik dasar peserta didik.

Selain faktor perkembangan teknologi, proses pembelajaran di sekolah juga sering kali lebih berfokus pada pencapaian akademik dibandingkan pengembangan aspek motorik peserta didik. Pembelajaran pendidikan jasmani belum sepenuhnya dilaksanakan secara optimal karena keterbatasan sarana prasarana, metode pembelajaran yang kurang variatif serta minimnya pemahaman mengenai pentingnya pengembangan kompetensi motorik sejak usia dini (Tamir & Supriadi, 2024). Padahal kompetensi motorik merupakan dasar penting dalam mendukung perkembangan keterampilan hidup peserta didik secara menyeluruh.

kondisi saat ini menunjukkan bahwa perkembangan kompetensi motorik peserta didik sekolah dasar masih menghadapi berbagai permasalahan. Banyak peserta didik yang mengalami rendahnya kemampuan gerak dasar seperti koordinasi tubuh yang kurang baik, keseimbangan yang rendah, kesulitan dalam melakukan aktivitas olahraga,

serta kurang aktif dalam kegiatan fisik (Kusumastuti et al., 2023; Rina et al., 2025). Permasalahan tersebut menjadi perhatian penting karena kompetensi motorik merupakan fondasi utama bagi perkembangan aktivitas fisik anak pada tahap berikutnya.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa kompetensi motorik memiliki hubungan positif dengan kemampuan konsentrasi belajar, perkembangan sosial emosional dan partisipasi anak dalam aktivitas fisik jangka panjang (Husein et al., 2025; Sofyan et al., 2022). Peserta didik yang memiliki kompetensi motorik rendah cenderung kurang aktif dalam kegiatan olahraga, memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dan berisiko mengalami kesulitan dalam perkembangan sosial. Oleh karena itu, pengembangan kompetensi motorik perlu menjadi perhatian penting dalam proses pendidikan di Sekolah Dasar.

Namun, perkembangan teknologi dan perubahan pola hidup masyarakat saat ini menyebabkan aktivitas fisik anak mengalami penurunan. Banyak peserta didik lebih banyak menghabiskan waktu dengan penggunaan gawai, bermain atau menonton media digital dibandingkan melakukan aktivitas fisik di luar ruangan. Kondisi ini mengakibatkan berkurangnya kesempatan anak untuk bergerak aktif dan mengeksplorasi kemampuan motoriknya. Selain itu, lingkungan bermain yang semakin terbatas serta kurangnya dukungan orang tua terhadap aktivitas fisik anak juga menjadi faktor yang memengaruhi rendahnya keterlibatan peserta didik dalam aktivitas fisik di luar kelas.

Berdasarkan permasalahan diatas, dilakukanlah penelitian lebih lanjut yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik di luar kelas dengan kompetensi motorik siswa Sekolah Dasar. Hasil penelitian diharapkan mampu menjadi dasar dalam merancang program pembiasaan aktivitas fisik bagi anak, baik di lingkungan sekolah maupun keluarga guna mendukung perkembangan motorik dan kesehatan peserta didik secara optimal.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan yang bersifat kausal sesuai tujuan penelitian yang untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik diluar kelas dengan kompetensi motorik siswa Sekolah Dasar. Berikut ini adalah desain dalam penelitian yang dilaksanakan ini.



Gambar 1. Desain Penelitian

Populasi dalam penelitian ini ialah siswa tingkat Sekolah dasar yang terdapat di SDN Kebonagung 02 Kabupaten Jember dan untuk sampel pada penelitian ini sebanyak 26 siswa kelas V yang pengambilan sampelnya mengguakan teknik *simple random sampling*. Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah kuesioner dengan menggunakan skala *likeart* yang menerapkan pengujian validitas dan reliabilitas. Selanjutnya untuk teknik analisis data yang digunakan ialah analisis korelasi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Hasil validitas instrumen aktivitas fisik diluar kelas

Kriteria yang digunakan dalam menganalisis validitas instrumen ini ialah jika nilai *person correlation* < r tabel maka butir pernyataan dikatakan valid. Analisis dilakukan menggunakan *microsof excel*. Berikut ini akan tersaji hasil analisis validitas instrumen aktivitas fisik diluar kelas

Tabel 1. Hasil validitas instrumen aktivitas fisik diluar kelas

Butir	r Tabel	r Hitung	Keterangan
X1	0,18	0,42	Valid
X2	0,18	0,35	Valid
X3	0,18	0,31	Valid
X4	0,18	0,34	Valid
X5	0,18	0,44	Valid
X6	0,18	0,43	Valid
X7	0,18	0,35	Valid
X8	0,18	0,29	Valid
X9	0,18	0,31	Valid
X10	0,18	0,32	Valid

Merujuk pada tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa setiap butir instrumen aktivitas fisik diluar kelas telah memenuhi syarat validitas.

2. Hasil validitas instrumen kompetensi motorik

Kriteria yang digunakan dalam menganalisis validitas instrumen ini ialah jika nilai *person correlation* < r tabel maka butir pernyataan dikatakan valid. Analisis dilakukan menggunakan *microsof excel*. Berikut ini akan tersaji hasil analisis validitas instrumen kompetensi motorik

Tabel 2. Rangkuman validitas instrumen kompetensi motorik

Butir	r Tabel	r Hitung	Keterangan
Y1	0,18	0,37	Valid
Y2	0,18	0,42	Valid
Y3	0,18	0,41	Valid
Y4	0,18	0,36	Valid
Y5	0,18	0,38	Valid
Y6	0,18	0,33	Valid
Y7	0,18	0,37	Valid
Y8	0,18	0,41	Valid
Y9	0,18	0,36	Valid
Y10	0,18	0,37	Valid

Merujuk pada tabel 2 diatas dapat disimpulkan bahwa setiap butir instrumen kompetensi motorik telah memenuhi syarat validitas

3. Hasil analisis reliabilitas

Analisis reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan batuan program SPSS, Adapun kriteria yang gunakan ialah jika nilai *alpha cronbach* yang diperoleh > 0,60 maka instrumen dikatan reliabel. Berikut disajikan rangkuman hasil analisis reliabilitas pada setiap instrumen dalam penelitian ini.

Tabel 3. Rangkuman uji reliabilitas

Instrumen	Cronbach Alpha	Keterangan
Aktivitas Fisik	0,72	Reliabel
Kompetensi Motorik	0,76	Reliabel

Merujuk pada tabel 3 diatas maka dapat disimpulkan bahwa setiap instrumen dalam penelitian ini telah memenuhi syarat reliabilitas.

4. Hasil analisis korelasi

Dalam penelitian ini, analisis korelasi sederhana yang digunakan menggunakan bantuan program SPSS. Berikut disajikan hasil analisis korelasi dalam penelitian ini

Tabel 4. Rangkuman analisis korelasi

	Aktivitas Fisik	Kompetensi Motorik
Pearson korelation		0,67
Pearson korelation	0,67	

Merujuk pada tabel 4 diatas diketahui bahwa nilai korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini ialah sebesar 0,67. Olehnya itu dapat diungkapkan bahwa nilai korelasi antara aktivitas fisik diluar kelas dengan kompetensi motorik siswa sebesar 0,67.

Selanjutnya dalam analisis berikutnya dalam membuktikan hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji t. berikut disajikan hasil anlalsisnya.

Tabel 5. Rangkuman uji hipotesis

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	24,15	5,56		4,38	0,00
Aktivitas Fisik	0,27	0,025	0,314	4,23	0,01

Merujuk pada tabel 5 diatas diketahui bahwa nilai signifikan $0,01 < 0,05$ sehingga dapat dikemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik diluar kelas dengan kompetensi motorik siswa Sekolah Dasar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh temuan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik di luar kelas dengan kompetensi motorik peserta didik di Sekolah Dasar. Hasil analisis menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki tingkat aktivitas fisik di luar kelas yang tinggi cenderung memiliki kompetensi motorik yang lebih baik dibandingkan peserta didik yang kurang aktif melakukan aktivitas fisik. Temuan ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik di luar kelas memberikan kontribusi terhadap perkembangan kemampuan gerak peserta didik.

Aktivitas fisik di luar kelas memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan berbagai pengalaman gerak secara langsung melalui aktivitas bermain, olahraga, permainan tradisional, bersepeda, berlari maupun kegiatan fisik lainnya. Aktivitas tersebut membantu peserta didik melatih koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, kekuatan otot serta keterampilan gerak dasar seperti melompat, melempar dan menangkap. Semakin sering peserta didik melakukan aktivitas fisik, maka semakin baik pula perkembangan kompetensi motoriknya karena tubuh anak terbiasa melakukan gerakan yang terkoordinasi dan terlatih secara berulang.

Aktivitas fisik di luar kelas adalah berbagai bentuk kegiatan gerak yang dilakukan peserta didik di luar proses pembelajaran formal di kelas maupun di luar jam sekolah. Aktivitas tersebut dapat berlangsung di lingkungan rumah, sekolah maupun masyarakat (Darmawan et al., 2024). Aktivitas fisik di luar kelas memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi kemampuan geraknya secara bebas dan alami melalui pengalaman langsung (Husnan et al., 2023). Semakin sering peserta didik melakukan aktivitas fisik, maka semakin besar pula peluang berkembangnya keterampilan gerak dan kebugaran jasmani mereka.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori perkembangan motorik yang menyatakan bahwa kemampuan motorik anak berkembang melalui proses latihan dan pengalaman gerak yang dilakukan secara terus-menerus (Brayadi et al., 2022; Fikriyah, 2021). Aktivitas fisik menjadi stimulus penting dalam perkembangan motorik karena melalui aktivitas tersebut anak belajar mengontrol gerakan tubuh, meningkatkan koordinasi otot, dan mengembangkan keterampilan gerak dasar. Dengan demikian, aktivitas fisik di luar kelas menjadi salah satu faktor yang berperan dalam mendukung perkembangan kompetensi motorik peserta didik Sekolah Dasar.

Selain itu, hasil penelitian ini juga memperlihatkan bahwa perkembangan teknologi dan penggunaan gawai menjadi salah satu faktor yang memengaruhi rendahnya aktivitas fisik peserta didik (Soraya & Sutapa, 2025). Sebagian peserta didik lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain atau menggunakan media digital dibandingkan melakukan aktivitas fisik di luar rumah. Kondisi tersebut menyebabkan anak memiliki waktu gerak yang lebih sedikit sehingga perkembangan kompetensi motoriknya kurang optimal. Fenomena ini menunjukkan bahwa perubahan gaya hidup modern turut memberikan dampak terhadap pola aktivitas fisik anak usia sekolah dasar.

Penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan kompetensi motorik anak usia sekolah dasar. Peserta didik yang rutin melakukan aktivitas fisik umumnya memiliki kemampuan motorik yang lebih baik karena tubuh mereka terbiasa melakukan berbagai variasi gerakan (Firmansyah, 2025). Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani, kesehatan dan kualitas hidup peserta didik secara keseluruhan (Ikhsanto et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dipahami bahwa aktivitas fisik di luar kelas merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan kompetensi motorik peserta didik Sekolah Dasar. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam aktivitas fisik melalui pembiasaan hidup aktif, penyediaan lingkungan bermain yang aman serta pengurangan penggunaan gawai secara berlebihan. Dengan meningkatnya aktivitas fisik peserta didik, maka perkembangan kompetensi motorik dan kesehatan anak dapat berkembang secara lebih optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan antara aktivitas fisik di luar kelas dengan kompetensi motorik peserta didik di Sekolah Dasar. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat aktivitas fisik yang dilakukan peserta didik di luar kelas, maka semakin baik pula kompetensi motorik yang dimilikinya. Sebaliknya, rendahnya keterlibatan peserta didik dalam aktivitas fisik cenderung berhubungan dengan rendahnya kemampuan motorik yang ditunjukkan melalui keterampilan gerak dasar, koordinasi, keseimbangan dan kelincahan.

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa aktivitas fisik di luar kelas merupakan faktor yang perlu mendapat perhatian dalam upaya meningkatkan kompetensi motorik peserta didik. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari sekolah, keluarga dan lingkungan masyarakat untuk menciptakan kondisi yang mendorong peserta didik lebih aktif bergerak dan terlibat dalam berbagai aktivitas fisik. Dengan demikian, pengembangan kompetensi motorik peserta didik dapat berlangsung secara optimal dan berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan serta perkembangan peserta didik secara menyeluruh.

DAFTAR RUJUKAN

- Brayadi, B., Supriadi, S., & Manora, H. (2022). Information Processing And Cognitive Theories Of Learning. *Edification Journal*, 4(2), 32–43. <https://doi.org/10.37092/ej.v4i2.363>
- Darmawan, A., Novita, S., Adi, S., Priyohutomo, A., & Putri, H. (2024). Pengaruh Media Pembelajaran Gamification Fun Thinkers Movement Terhadap Physical Fitness dan Critical Thinking Siswa Sekolah Dasar. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 8(3), 25–34. <https://doi.org/10.37058/sport.v8i3.12979>
- Fauziah, I., Permana, R., & Nurfitriani, M. (2025). Pengaruh Metode Pembelajaran Berbasis Bola terhadap Hasil Belajar Materi Koordinasi Mata dan Tangan Siswa Kelas IV SDN 1 Ciawi. *SIBERNETIK: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(1). <https://doi.org/10.59632/sjpp.v3i1.395>
- Fikriyah, S. (2021). Analisis Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Kelas 3 di Sekolah Dasar Negeri Tajem. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 48–57. <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.121>
- Firmansyah, M. (2025). Studi Aktivitas Olahraga Mandiri diluar Jam Pembelajaran PJOK pada Siswa Kelas IV-B SDN Kedung Cowek 1/253 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 9(1), 39–49. <https://doi.org/10.24114/ko.v9i1.66641>
- Hikmat, M., & Jusrianto, J. (2026). Pengaruh Kompetensi Pedagogik Guru Terhadap Mutu Pembelajaran Di Sekolah Dasar Kata kunci. *Progresivisme: Jurnal Pengembangan Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(2), 9–18. <https://jurnal.usy.ac.id/index.php/progresivisme>
- Husein, A., Akbar, M., & Sugito, S. (2025). Gambaran Keterampilan Motorik Dasar Siswa Sekolah Dasar: Analisis Empiris Dari Hasil Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 6(1), 66–71. <https://doi.org/10.55081/jurdip.v6i1.3985>

- Husnan, K., Lani, A., & Sunuyeko, N. (2023). Penguasaan literasi fisik, aktivitas fisik dan kebugaran fisik: Studi komparatif peserta didik Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah. *Sriwijaya Journal of Sport*, 3(1), 17–26. <https://doi.org/10.55379/sjs.v3i1.976>
- Ikhsanto, K., Agung, Y., & Harun, A. (2023). Kontribusi Literasi Fisik, Kesenangan Berolahraga, Aktivitas Fisik Terhadap Kebugaran Fisik Siswa Sekolah Dasar Di Jawa Timur. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(3), 41–51. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.418>
- Kusumastuti, N., Wiguno, L., Yudasromo, D., & Fitiady, G. (2023). Survei Guru PJOK Terhadap Pilihan Materi Berdasarkan Kompetensi Dasar Motorik di Sekolah Dasar Kelas Bawah Se-Kecamatan Bululawang. *Sport Science and Health*, 5(3), 42–51. <https://doi.org/10.17977/um062v5i32023p330-344>
- Mahyudi, Y., Widyawan, D., & Ningrum, D. (2025). Pengaruh program pembelajaran renang terstruktur terhadap perkembangan motorik dan kepercayaan diri siswa sekolah dasar. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 24(2), 43–59. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v24i2.21865>
- Pandiangan, C., Barus, D., Sihombing, D., Purba, S., Tuka, T., & Siregar, F. (2024). Analisis Pentingnya Pendidikan Jasmani bagi Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. *JETBUS: Journal of Education Transportation and Business*, 1(1), 32–42. <https://doi.org/10.57235/jetbus.v1i1.2716>
- Pradana, A., & Winarno, M. (2025). Studi Deskriptif Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah di Era Teknologi Digital. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(6), 66–75. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i6.3759>
- Rina, S., Pratiwi, N., Daulay, A., & Amir, S. (2025). Pengembangan Program Latihan Motorik Dasar dalam Pendidikan Jasmani: Studi Literatur. *JURNAL PRESTASI*, 9(2), 87–97. <https://doi.org/10.24114/jp.v9i2.71304>
- Sofyan, D., Fauzi, R., Sahudi, U., Rustandi, E., Priyono, A., & Indrayogi, I. (2022). Alternatif Meningkatkan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar: Pendekatan Bermain. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 8(2), 33–45. <https://doi.org/10.31949/jcp.v8i2.2260>
- Soraya, S., & Sutapa, P. (2025). Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Slow learner di Sekolah Dasar. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 9(3), 64–65. <https://doi.org/10.37058/sport.v9i3.16693>
- Sunanto, Tuasikal, A., Indahwati, N., Suryanti, S., Himawan, A., & Purwoto, S. (2024). Models of traditional games in physical education and sports: its effect on increasing the motor development of elementary school students. *Retos Journal*, 61(1), 68–79. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.107121>
- Suryanti, E., & Ikawati, A. (2025). Fostering Religious Character Education Through the Implementation of Digital Literacy Culture. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 32–47. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.6377>
- Tamir, A., & Supriadi, S. (2024). Pengaruh Sarana Prasarana Dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Pada Siswa SMP. *Progresivisme: Jurnal Pengembangan Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(2), 33–41. <https://jurnal.usy.ac.id/index.php/progresivisme>

Yasriuddin, Y., Husriani, H., Purwanto, D., Sardiman, S., Sianto, M., & Perdana, R. (2025). Enhancing Long Jump Performance through Traditional Games: A Study on Motor Skill Development in Elementary Schools Students. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 13(3), 45–58. <https://doi.org/10.13189/saj.2025.130308>