

**PEMBELAJARAN JALAN DAN LARI DALAM
MENINGKATKAN GERAK DASAR LARI KELAS IV DI SD
NEGERI 96 PALEMBANG TAHUN AJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

oleh

Nurhidayatin Nazila

NIM: 06061181722011

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

TAHUN 2022

**PEMBELAJARAN JALAN DAN LARI DALAM
MENINGKATKAN GERAK DASAR LARI KELAS IV DI SD
NEGERI 96 PALEMBANG TAHUN AJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

oleh

Nurhidayatin Nazila

NIM 06061181722011

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Meirizal Usra', with a long horizontal stroke extending to the right.

Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes

NIP. 196105281987021003

**PEMBELAJARAN JALAN DAN LARI DALAM
MENINGKATKAN GERAK DASAR LARI KELAS IV DI SD
NEGERI 96 PALEMBANG TAHUN AJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

oleh

Nurhidayatin Nazila

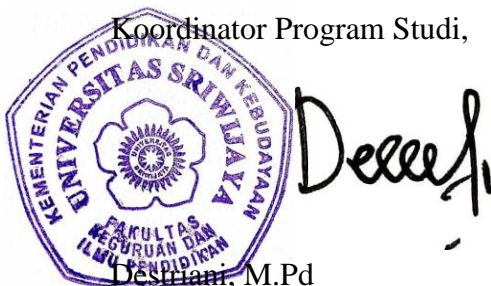
NIM 06061181722011

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan:

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



The image shows the official stamp of Universitas Sriwijaya, Faculty of Education and Health Sciences. The stamp is circular with a five-petaled flower in the center. The text around the flower reads 'KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN' at the top, 'UNIVERSITAS SRIWIJAYA' on the left, and 'FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN' at the bottom. To the right of the stamp is a handwritten signature in black ink.

Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing



A handwritten signature in black ink, likely belonging to Prof. Dr. Meirizal Usra.

Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes

NIP. 198912012019032018

**PEMBELAJARAN JALAN DAN LARI DALAM
MENINGKATKAN GERAK DASAR LARI
KELAS IV DI SD NEGERI 96 PALEMBANG
TAHUN AJARAN 2022/2023**

SKRIPSI

Nurhidayatin Nazila

NIM: 06061181722011

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan
Kesehatan Telah diujikan dan lulus pada:**

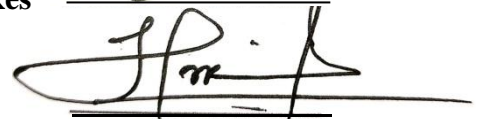
Hari : Senin

Tanggal : 26 Juni 2023

TIM PENGUJI

1. Ketua : Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes

2. Anggota : Dr. Herri Yusfi, M.Pd



Palembang, Juni 2023

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Destriani, M.Pd.

NIP 198912012019032018

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurhidayatin Nazila

NIM : 06061181722011

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pembelajaran Jalan dan Lari dalam Meningkatkan Gerak Dasar Lari Kelas IV SD N 96 Palembang Tahun Ajaran 2022/2023” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang di jatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, 12 Desember 2022

Yang membuat pernyataan,



Nurhidayatin Nazila

NIM 060611811722011

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Pembelajaran Jalan dan Lari dalam Meningkatkan Gerak Dasar Lari Kelas IV SD N 96 Palembang Tahun Ajaran 2022/2023” disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak.

Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Meirizal Usra, M.Kes yang selalu bersedia memberikan bimbingan sarta meluangkan waktunya untuk memberikan nasihat dan masukan selama ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE selaku Rektor Universitas Sriwijaya. Prof. Sofendi, M.A., Ph.D., Dekan FKIP Unsri, Dr. Hartati, M.Kes selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada SD N 96 Palembang yang telah mengizinkan, mendukung, dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan sehingga skripsi ini dapat di selesaikan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran studi Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Palembang, 12 Desember 2022



Nurhidayatin Nazila

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. Karena berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa shalawat dan salam tercurahkan kepada Baginda Rasulullah Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya hingga akhir zaman, yang atas izin Allah telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Pembelajaran Jalan dan Lari Dalam Meningkatkan Gerak Dasar ari Kelas IV di SD Negeri 96 Palembang Tahun Ajaran 2022/2023”. Penulissn skripsi ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Indralaya.

Penulis menyadari bahwa skirpsi ini belum sepenuhnya sempurna. Baik isi maupun penulisannya. Olah karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan peneliti lain di bidang pendidikan pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Keshatan (PJOK)

Wassalam,



Penulis

PERSEMBAHAN

Tiada daya dan upaya kecuali atas izin Allah SWT, ku awali dengan mengucapkan syukur dan juga banyak terima kasih yang tak terhingga kepada semua orang yang telah Allah hadirkan dalam hidup ini. Skripsi ini ku persembahkan kepada:

- ❖ Alm. Ayahku (Abu Bakar) dan ibuku (Misnar) tercinta yang selalu memotivasiku dan mengharapkan mendoakan keberhasilanku, serta sebagai tanda bukti telah kutunaikan amanahnya.
- ❖ Aak dan abangku tercinta (Andri setiawan dan Audi Kausar) serta kakak iparku (Selvi dan Annisa) taklupa juga keponakanku (Afif dan Ara) yang selalu mendukung dan selalu mendoakan keberhasilanku.
- ❖ Keluarga besarku di Palembang dan seluruh wilayah nusantara Republik Indonesia.
- ❖ Bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dan memberikan nasihat serta masukan kepadaku selama ini.
- ❖ Bapak dan ibu dosen pendidikan jasmani dan kesehatan (Ibu Hartati, Bpk Yusfi, Ibu Marsiyem, Bpk Syafarudin, Ibu Fuziah, Ibu Silvi, Bpk Syamsuramel, Bpk Iyakrus, Bpk Sukirno, Bpk Giartama, Ibu Desrtiana, Ibu Destriani, Bpk Richard, Bpk Reza, Bpk Wahyu, Bpk Soleh, Bpk Waluyo) dan admin prodi Penjaskes (Kak Angga Setiawan) terima kasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan kepadaku selama ini.
- ❖ Terima kasih kepada kampusku sekaligus tempatku menuntun ilmu dan tempatku menumukan banyak pengalaman, Universitas Sriwijaya.
- ❖ Kepala sekolah SD N 96 Palembang (Ibu Lusi) serta staf tata usaha dan dewan guru SD N 96 Palembang, siswa dan seluruh keluarga SD N 96 Palembang yang telah mengizinkan dan mambantu melakukan penelitian.
- ❖ Teman teman Sasana Galastick Boxing Camp.
- ❖ Teman teman bangku kuliah Sonia, Ilda, Sulastri, Zubaidah.
- ❖ Teman-teman Penjaskes kelas Indralaya 2017 yang ku banggakan.

MOTTO

“Kullu nafsin za iqatil maut (tiap-tiap yang bernyawa akan merasakan mati)”

QS.Ali Imran:185

“Tak kan kamu temui ketenangan sebelum ada deklarasi ikhlas dalam hati mu”

Penulis

“Libatkan Allah selalu di dalam setiap yang kamu lakukan karena, Allah tak akan meninggalkan mu bahkan di saat bayangan mu meninggalkan mu sendiri dalam kegelapan”

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN.....	iv
PRAKATA	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Permasalahan Penelitian	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN TEORI	
2.1 Pembelajaran.....	4

2.2 Penelitian Tindakan Kelas (PTK).....	4
2.3 Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan	5
2.4 Tujuan Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan	5
2.5 Fungsi Pendidikan Jasmani, olahraga dan Kesehatan	6
2.6 Atletik	7
2.7 Pembelajaran Jalan	7
2.8 Pembelajaran Lari	8
2.9 Kajian Penelitian yang Relevan.....	9
2.10 Kerangka Berfikir	10

BAB III RANCANGAN PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian	12
3.2 Setting Penelitian	12
3.3 Variabel Penelitian.....	12
3.4 Subjek Penelitian	13
3.5 Instrumen Penelitian	13
3.6 Pengukuran Instrumen Penelitian	16
3.7 Teknik Analisis Data	16
3.8 Rancangan Penelitian.....	16

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	20
4.2 Karakteristik Subjek Penelitian	20

4.3 Deskripsi Pratindakan.....	20
4.4 Deskripsi Hasil Tindakan Tiap Siklus	20
4.5 Perbandingan Hasil Tindakan Antar Siklus.....	34
4.6 Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	37
5.2 Implikasi	37
5.3 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	39

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian Keterampilan	13
Tabel 3.2 Kriteria Penilaian	14
Tabel 3.3 Predikat Penilaian	15
Tabel 3.4 Perancangan Pembelajaran Jalan dan Lari Siklus Pertama.....	16
Tabel 3.5 Perancangan Pembelajaran Jalan dan Lari Siklus Kedua	18
Tabel 4.1 Hasil Pembelajaran Lari Siklus I pertemuan I	23
Tabel 4.2 Hasil Pembelajaran Jalan Siklus I pertemuan I.....	24
Tabel 4.3 Hasil Pembelajaran Lari Siklus I pertemuan II.....	25
Tabel 4.4 Hasil Pembelajaran Lari Jalan Siklus I pertemuan II.....	26
Tabel 4.5 Hasil Persentase belajar siklus I.....	27
Tabel 4.6 Hasil Pembelajaran Lari Siklus II pertemuan I.....	29
Tabel 4.7 Hasil Pembelajaran Jalan Siklus II pertemuan I	30
Tabel 4.8 Hasil Pembelajaran Jalan Siklus II pertemuan II.....	31
Tabel 4.9 Hasil Pembelajaran Lari Siklus II pertemuan II.....	32
Tabel 4.10 Hasil Persentase belajar siklus II	33
Tabel 4.11 Perbandingan Hasil Belajar Siklus I dan Siklus II.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Berjalan silang Kesamping	7
Gambar 2.2 Berjalan Jinjit	8
Gambar 2.3 Pembelajaran Gerak Lari.....	9
Gambar 2.4 Kerangka Berfikir	11

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran1. Daftar Riwayat Hidup.....	44
Lampiran2. Daftar Hadir Siswa	45
Lampiran3. Lembar Penilaian Siswa	46
Lampiran4. Usul Judul	52
Lampiran5. Kartu Bimbingan	53
Lampiran6. Persetujuan Seminar Proposal	54
Lampiran7. Bukti Perbaikan Seminar Proposal	55
Lampiran8. SK Pembimbing.....	56
Lampiran9. Izin Penelitian	58
Lampiran10.Surat Balasan	59
Lampiran11.Kartu Bimbingan Hasil Penelitian	60
Lampiran12.Bukti Perbaikan Skripsi	61
Lampiran13.Similarity	62
Lampiran14.Dokumentasi.....	63

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam pembelajaran gerak dasar lari pada anak kelas IV. Jenis penelitian ini yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Tempat penelitian yaitu SD Negeri 96 Palembang. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 96 yang berjumlah 21 siswa dengan 14 siswa laki-laki dan 7 siswa perempuan. Pada penelitian ini instrument yang digunakan untuk penelitian ini adalah tes dan observasi. Pada pembelajaran jalan dan lari yang dilakukan setiap siklus mampu meningkatkan hasil pembelajaran pada siswa kelas IV SD Negeri 96 Palembang. Peningkatan hasil dapat dilihat dari hasil belajar siswa yang mengalami peningkatan dari sebelum tindakan hingga siklus akhir yaitu siklus II. Sebelum pelaksanaan tindakan siswa yang berhasil mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) untuk rangkaian tes gerak jalan dan lari yaitu sekitar 33% atau 7 siswa mengalami penurunan pada siklus I yaitu menjadi 19% atau 4 siswa titik puncak peningkatan hasil belajar gerak jalan dan lari pada penelitian ini yaitu pada siklus II pada siklus ini hasil belajar menunjukkan sebanyak 38% atau 8 siswa.

***Kata-kata kunci :** pembelajaran, hasil belajar, pembelajaran jalan dan lari*

ABSTRACT

This research was conducted with the aim of improving the ability of students in learning basic running movements in class IV children. This type of research used is descriptive qualitative. The place of research was SD Negeri 96 Palembang. The subjects in this study were fourth grade students of SD Negeri 96 which amounted to 21 students with 14 male students and 7 female students. In this study the instruments used for this study were tests and observations. In the learning of walking and running that is done every cycle is able to improve learning outcomes in class IV students of SD Negeri 96 Palembang. The increase in results can be seen from the learning outcomes of students who have increased from before action to the final cycle, namely cycle II. Before the implementation of the action students who managed to reach the minimum completeness criteria (KKM) for a series of walking and running tests were around 33% or 7 students decreased in cycle I, namely to 19% or 4 students the culmination point of improving learning outcomes for walking and running in this study was in cycle II in this cycle the learning outcomes showed as much as 38% or 8 students.

Key words: *learning, learning outcomes, walking and running learning*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Proses belajar mengajar merupakan interaksi berkelanjutan antar guru dan peserta didik. Menurut Dhama (2021:8) belajar merupakan proses orang yang mencoba untuk mendapatkan perubahan perilaku baru secara keseluruhan yang dapat memotivasi dalam hal pengetahuan, keterampilan, kebiasaan dan sikap.

Pembelajaran merupakan suatu proses, mengatur, mengorganisasikan lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses pembelajaran. Penggunaan model pembelajaran yang kurang tepat dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan observasi awal bahwa di SD Negeri 96 Palembang baru saja memulai pembelajaran tatap muka setelah 2 tahun melakukan pembelajaran daring dengan begitu banyak pembelajaran yang harusnya dilakukan dan dipraktikkan di lapangan berakhir hanya dengan daring dan teori saja. Maka dari itu masih banyak siswa yang masih memerlukan beberapa perbaikan pada gerak dasar lari seperti posisi badan, tangan dan kaki serta meningkatkan rasa percaya diri pada siswa ada beberapa juga yang melontarkan banyaknya alasan diantaranya yaitu, mulai dari lelah padahal belum memulai pembelajaran, kurang percaya diri dalam melakukan gerakan yang ditunjukkan guru dan malas bergerak ketika dimulainya kegiatan pembelajaran dan menjadikan cuaca sebagai alasan utama.

Adapun acuan pedoman penerapan kurikulum dalam rangka pemulihan pembelajaran yang ditetapkan melalui keputusan menteri pendidikan, kebudayaan, riset, dan teknologi nomor 56/M/2022 tanggal 10 Februari 2022 menyatakan bahwa ruang lingkup mata pelajaran PJOK di SD/MI kelas IV diantaranya yaitu pembelajaran gerakan jalan dan berlari.

Menurut Pangaribuan & Aufan (2020) pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan serta keseluruhan dalam proses

pembelajarannya yang menggunakan aktifitas jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, seimbang dan selaras. Menurut Yeni dkk (2021)

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan seseorang sebagai perorangan ataupun kelompok masyarakat yang dilakukan secara sadar serta sistematis dengan melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan siswa terhadap keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan juga pembentuk watak siswa. Kristin (2016) juga mengungkapkan pembelajaran dapat berlangsung karena adanya siswa, guru, kurikulum, satu dengan yang lain saling terhubung siswa dapat belajar dengan baik jika sarana dan prasarana untuk belajar memadai, model pembelajaran guru menarik, siswa ikut aktif dalam proses pembelajaran sehingga siswa tidak merasa jenuh atau bosan ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Dengan begitu pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan motoric yang dimana dalam proses pembelajarannya menggunakan katifitas jasmani, mental, sosial serta emosional yang seimbang serta selaras.

Dengan demikian pembelajaran pendidikan jasmani dapat diartikan bahwa pendidikan jasmani merupakan rangkaian pembelajaran yang dilakukan secara sadar dan sistematis dengan melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka guna meningkatkan kemampuan siswa baik serta dapat mendorong perkembangan motoric siswa.

Berdasarkan uraian diatas, dengan itu peneliti mengambil judul **“Pembelajaran jalan dan lari dalam meningkatkan gerak dasar lari kelas IV SD N 96 Palembang Tahun Ajaran 2022/2023”**.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

- a. Perlunya melakukan beberapa perbaikan pada gerak dasar lari seperti sikap badan dan ayunan tangan.
- b. Masih rendahnya minat ke ikut sertaan anak dalam pembelajaran gerak dasar lari.

- c. Mudah pecahnya fokus anak dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dikarenakan beberapa hal seperti contoh ketika melihat temannya yang ada di dalam kelas izin untuk keluar kelas.

1.2.2 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi masalah pada peningkatan kemampuan gerak dasar lari pada siswa kelas IV SDN 96 Palembang.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

Adakah peningkatan gerak dasar lari pada pembelajaran gerak jalan dan lari pada siswa kelas IV .

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan anak dalam pembelajaran gerak dasar lari pada anak kelas IV.

1.4 Manfaat Penelitian

- a. Meningkatkan kemampuan gerak dasar lari pada siswa.
- b. Mengetahui efektifitas kegiatan pembelajaran yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Komarun Ruzanam, R.S. (2021). Upaya Peningkatan Gerak Dasar Lari Melalui Permainan Pada Siswa Kelas III SD. *Seminar Nasional Hasil Riset dan Pengabdian ke-III*, 242-246.
- Afandi, dkk (2013). *Model Dan Metode Pembelajaran Di Sekolah*. Semarang: UNISSULA PRESS
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Aryanti, S., Victorian, A.R, & Yusfi, H. (2018). Pengembangan Teknik Pembelajaran Servis Forehand Bulutangkis Bagi Siswa Putra Sekolah Menengah Atas. *Sebatik 22 (02)*: 181-187.
- Agustin, B., Kusmaedi, N., Hendrayana, Y., Abduljabar, B., & Ginanjar, A. (2020). Modifikasi Pembelajaran: Hybrid Sport Education-Invasion Games Competence Model Terhadap Performa Permainan Bola Basket. *Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran Vol. 6 No. 1*, 157-172.
- Candra, Arya T & Milsan. (2019). Minat Belajar Mahasiswa Program Studi PJKR Menggunakan Metode Diskusi Dalam Proses Perkuliahan. *ALTILUS: Jurnal ilmu Olahraga & Kesehatan Vol. 8 No. 2*, 35-44.
- Dalton, w., & Rahman, H. A. (2014). Modifikasi Model Pembelajaran Sport Education Berbasis Kejujuran Untuk Guru Penjas SMP. *Jurnal Keolahragahan Nomor.1*, 106-118.
- Dimyanti, A. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lari Bagi Siswa Berkebutuhan Khusus (Tunarungu) Di SLB Negeri Kabupaten Karawang. *Journal Sport Area*, 19.

- Dr. I. Gede Dhama Utamayasa, S. M. (2021). *Model-model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Surabaya: C.V. Jakad Media Publishing.
- F. Susilawati, M., Indah Sofiani, M. M., & Astrid Widiastuti, S. .. (2013). *Tematik Terpadu Tema: Indahnya Kebersamaan*. Erlangga.
- Gusdiyanto, H. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian tindakan Kelas Dalam Pendidikan Olahraga*. Malang: The Learning University.
- Gusril. (2018). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-anak*. Jakarta: Depdiknas
- Hardiyanti, U. (2019). Survei Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Bola Basket SMA N 11 Makasar. *E- jurnal*.
- Hartati, H., Destriana, D., & Aryanti, S. (2016). Multimedia Development On Sport Health Subject For Third Semester Students Of Penjaskes FKIP Unsri. *In Sriwijaya University Learning And Education Internasional Confrence Vol. 2 No. 1 pp. 469-484*
- Hendri, G., & Aziz, I. (2020). Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Patriot Vol.2 No. 1, 171-187*.
- Iyakrus. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Prestasi. *ALTILUS: Jurnal Ilmu Olahraga & Kesehatan Vol. 7 No. 2, 168-173*.
- Junaedi, A.& Wisnu, H.(2015). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Di SMA, SMK Dan MA Negeri Se- Kabupaten Gersik. *Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan. 03(03): 834-842*.
- Kristin, F. (2016). Analisis Model Pembelajaran Discovery Learning Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dasar Perkhasa Vol 2 No 1, 20*.

- Maulana, H., Atiq, A., & Triansyah, A. (2018). Peningkatan Media Bantu Tali Terhadap Hasil Belajar Jalan Cepat Peserta Didik SMP N 3 Pontianak. *Jurnal Untan Pontianak*, 0-7.
- Mustafa, P. S. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Penelitian Tindakan Kelas Dalam Pendidikan Olahraga*. Malang: The Learning University.
- Nopiyanto, Y. E., & Ranbowo, S. (2020). Penerapan Model Pembelajaran Jigsaw Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Mahasiswa Penjas Pada Mata Kuliah Filsafat Penjas Dan Olahraga. *Journal Of Sport Education/JOPE Vol. 2 No. 2*, 61-69.
- Pangaribuan, G., & Aufan, R. (2020). Survei Penerapan Kurikulum 13 Pada Mata Pembelajaran Penjas Di Sekolah Menengah Pertama Negeri. *Indonesia Journal Of Sport Science And Coaching Vol. 2 No. 1*, 35-45.
- Prof. Dr. Afrizal, M. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Prof. Dr. Rukaesih A. Madani, M., & Dr. Ucu Cahyana, M. S. (2015). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada.
- Semakur, Y. (2020). Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Gerak Dasar Lari Pada Siswa Kelas V SD Katolik 041 Talibura. *Jurnal Ekonomi, sosial & Humaniora Vol. 1 No. 2*, 1-8.
- Setiawan, Y. A., Abduloh, & Nasution, H. S. (2015). Minat Siswa Dalam Pembelajaran Penjas Pada Masa Pandemi Covid-19 DI SMP N 1 Teluk Jambe Barat Karawang. *Jurnal Ilmiah Wawana Pendidikan Vol. 7 No. 5*, 301-309.

- Sofiarini, A. M. (2016). Hubungan Antara Pembelajaran Penjas Dengan Perilaku Sosial Siswa (Studi Deskriptif di SMA Negeri 10 Kota Bandung). *Jurnal pendidikan Jasmani dan Olahraga Vol 1 No 1*, 68.
- Sukirno, & Pratama, R. R. (2018). *Pengembangan Model Pembelajaran Atletik Berbasis Permainan Di Sekolah Dasar*. Palembang: UNSRI PRESS.
- Sugiono.(2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Simanora, B. S. (2019). *Buku Guru Aktif Berolahraga: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Kelas IV SD/MI*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang Kemendikbud.
- Yeni, H. O., Mutiara, & Sanusi, R. (2021). Analisis Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SD 015 Vidya Sasana Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Minda Vol. 2 No. 2*, 71-75.
- Yusuf, M., & Kartiko, D. C. (2014). Motifasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMP N Se- Kecamatan Kutorejo Mojokerto. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Vol. 2 No. 2*, 493-500.
- Wardan, I. K. (2021 Vol. 3). Analisis Keterlaksanaan Pembelajaran Penjas di SMPN Sekecamatan Bayan Kabupaten Lombok Utara Tahun Pengajaran 2021. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 422.