

**PENGARUH MEDIA PERMAINAN JEJAK KAKI TERHADAP
KEMAMPUAN KESEIMBANGAN ANAK KELAS 5 DI SD NEGERI
169 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh

Anjas Pramudya

NIM : 06061281823020

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2025

**PENGARUH MEDIA PERMAINAN JEJAK KAKI TERHADAP
KEMAMPUAN KESEIMBANGAN ANAK KELAS 5 DI SD NEGERI
169 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh :

Anjas Pramudya
06061281823020

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Mengesahkan :

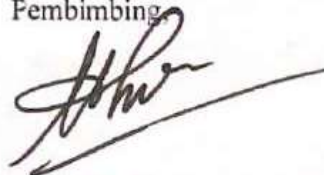
Mengetahui,
Koordinator Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

Pembimbing



Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes

NIP. 196105281987021003



**PENGARUH MEDIA PERMAINAN JEJAK KAKI TERHADAP
KEMAMPUAN KESEIMBANGAN ANAK KELAS 5 DI SD NEGERI
169 PALEMBANG**

SKRIPSI

Oleh :

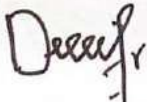
Anjas Pramudya

06061281823020


Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Sarjana :

Mengetahui,
Koordinator Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan


Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018

Pembimbing,


Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes
NIP. 196105281987021003



Universitas Sriwijaya

**PENGARUH MEDIA PERMAINAN JEJAK KAKI TERHADAP
KEMAMPUAN KESEIMBANGAN ANAK KELAS 5 DI SD NEGERI
169 PALEMBANG**

SKRIPSI

Anjas Pramudya

06061281823020

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah Diujikan dan Lulus Pada

Hari : Rabu

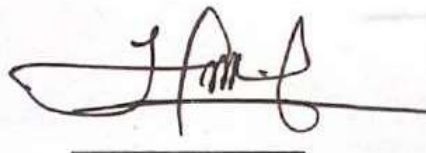
Tanggal : 5 Maret 2025

TIM PENGUJI

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



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



**Indralaya,
Mengetahui,
Koordinasi Program Studi,**



Destriani, M.Pd

NIP. 198912012019032018

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anjas Pramudya
Nim : 06061281823020
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi saya berjudul “pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang” ini adalah benar karya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan dann 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 dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditentukan dalam skripsi ini saya bersedia menanggung sanksi.

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

Indralaya, 20 Februari 2025

Yang membuat pernyataan



Anjas Pramudya

NIM. 06061281823020

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT, Ku persembahkan skripsi ini kepada:

- Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
- Terima kasih kepada kedua orang tua saya Bapak Suparni dan Ibu Subiarti yang sangat luar biasa dan senantiasa berkorban dalam segala hal demi menyelesaikan pendidikan ini. Terimakasih atas kasih sayang, nasihat, motivasi dan do'a yang tiada henti saya dapatkan. Teruntuk bapak dan Ibu, skripsi ini saya persembahkan.
- Terimakasih kepada kakaku Panji, Galeh, Wisnu dan adikku Panca atas dukungan, do'a, dan semangat selama penulis mengerjakan skripsi ini.
- Terimakasih kepada yang terkasih Mifta Hurrahma, S.Pd, Gr atas dukungan, semangat dan selalu sedia menemani dalam suka maupun duka selama mengerjakan skripsi ini.
- Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Ibu Destriani, M.Pd yang telah memfasilitasi dan memberikan ilmu sehingga dapat membuat saya bisa menyelesaikan perkuliahan dan skripsi dengan baik.
- Dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi Bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes yang telah meluangkan waktu, telah memberi bimbingan dan bantuan kepada penulis selama perkuliahan serta memberikan arahan dalam mengerjakan skripsi sehingga saya dapat menyelesaikan perkuliahan ini dengan baik.
- Terimakasih kepada kepada Bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd selaku dosen penguji atas saran serta arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan benar.
- Kepada seluruh dosen Penjaskes yang telah memberikan ilmu sehingga

dapat membuat saya bisa menyelesaikan perkuliahan dan skripsi dengan baik dan admin Penjaskes Pak Andi yang telah banyak membantu penulis dalam kelancaran dalam menyelesaikan administrasi selama perkuliahan dan selama penyusunan skripsi ini.

- Terimakasih kepada teman-teman seperjuangan atas dukungan dan semangat yang selalu diberikan kepada penulis (Dani, Habib, Cahya, Aldi, Arief, Sayidi, Puja Maqfiro).
- Almamater Kebangganku, Universitas Sriwijaya.

MOTTO

*“Masa baik menciptakan orang lemah, orang lemah menciptakan masa buruk,
masa buruk menciptakan orang kuat, orang kuat menciptakan masa-masa indah”*

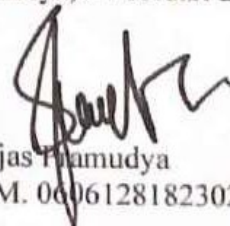
PRAKATA

Skripsi dengan judul “pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang” 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.

Pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih kepada orang tua dan saudara-saudara yang saya cintai berkat dukungan dan doa yang tidak putus selama ini, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP UNSRI, Ibu Destriani, M.Pd ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang memberikan kemudahan dalam mengurus administrasi penulisan skripsi ini. Ucapan terimakasih juga ditunjukkan kepada Bapak Prof. Dr. Meirizal Usra, M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan-arahan dalam penulisan skripsi, dan terimakasih juga kepada Bapak Dr. Herri Yusfi, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan sejumlah saran dan masukan untuk perbaikan skripsi, dan terima kasih kepada seluruh Staff Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi pendidikan jasmani dan kesehatan serta mengembangkan ilmu pengetahuan teknologi dan seni.

Indralaya, 20 Februari 2025



Anjas Pramudya
NIM. 06061281823020

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Permasalahan Penelitian	4
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian	4
1.6 Manfaat Penelitian	4
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.6.2 Manfaat Praktis	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Hakikat Keseimbangan	6

2.1.1	Pengertian Keseimbangan.....	6
2.1.2	Faktor-faktor Keseimbangan.....	6
2.1.3	Jenis-jenis Keseimbangan	7
2.2	Hakikat Permainan.....	8
2.2.1	Pengertian Permainan.....	8
2.2.2	Manfaat Permainan	8
2.3	Hakikat Permainan Jejak Kaki.....	10
2.3.1	Pengertian Permainan Jejak Kaki	10
2.3.2	Manfaat Permainan Jejak Kaki.....	10
2.3.3	Langkah-langkah Permainan Jejak Kaki	11
2.4	Hakikat Pendidikan Penjaskes	13
2.4.1	Pengertian Pendidikan Penjaskes.....	13
2.4.2	Tujuan Pendidikan Penjaskes.....	14
2.5	Kerangka Berfikir	15
	Desain gambar.....	16
	BAB III	17
	METODE PENELITIAN.....	17
3.1	Jenis Penelitian	17
3.2	Variabel dan Desain Penelitian.....	17
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
3.4	Subjek Penelitian	18
3.5	Populasi dan Sampel Penelitian.....	18
3.5.1	Populasi Penelitian.....	18
3.5.2	Sampel Penelitian.....	18
3.6	Prosedur Penelitian	19

3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	19
3.7.1 Observasi.....	20
3.8 Instrumen Penelitian	21
3.9 Analisis Data.....	22
3.9.1 Uji Statiska	23
3.9.2 Uji Normalitas	23
3.9.3 Uji Hipotesis	23
BAB IV	25
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
4.1 Hasil Penelitian	25
4.1.1 Deskripsi Data	25
4.1.2 Deskripsi Data Awal.....	25
4.1.3 Dekripsi Pelaksanaan	25
4.1.3 Deskripsi Data Akhir	32
4.1.5 Teknik Analisis Data	33
4.2 Pembahasan	35
BAB V.....	38
KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
5.1 Kesimpulan	38
5.2 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	40

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rancangan Penelitian.....	18
Tabel 2 Kisi-Kisi Observasi.....	20
Tabel 3 Instrumen Penelitian.....	21
Tabel 4 Kriteria Tingkat Keberhasilan Observasi.....	22
Tabel 5 Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	25
Tabel 6 Data Pertemuan Pertama.....	26
Tabel 7 Data Pertemuan Kedua.....	28
Tabel 8 Data Pertemuan Ketiga.....	30
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Kemampuan Keseimbangan Anak Kelas 5 Di SD Negeri 169 Palembang.....	32
Tabel 10 Pengujian Normalitas Data dengan Rumus Chi Kuadrat.....	33
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Pengujian Normalitas Data dengan Rumus Chi Kuadrat.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup.....	44
Lampiran 2 Usulan Judul Skripsi.....	45
Lampiran 3 Bukti Persetujuan Seminar Proposal	46
Lampiran 4 Bukti Perbaikan Proposal	47
Lampiran 5 Bukti Persetujuan Seminar Hasil Penelitian.....	48
Lampiran 6 Bukti Perbaikan Hasil Penelitian.....	49
Lampiran 7 Kartu Bimbingan Skripsi.....	50
Lampiran 8 Surat Keputusan Pembimbing	52
Lampiran 9 Surat Keputusan Penelitian.....	54
Lampiran 10 Dokumentasi.....	55
Lampiran 11 Rubrik Penilaian Media Permainan Jejak Kaki Terhadap Kemampuan Keseimbangan Anak	61
Lampiran 12 Data Nilai Hasil	62
Lampiran 13 Tabel Gues	69
Lampiran 14 Tabel Chi Kuadrat	70
Lampiran 15 Tabel Distribusi T.....	71
Lampiran 16 Bukti Perbaikan Sidang	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berfikir.....	16
Gambar 2 Permainan Jejak Kaki.....	16
Gambar 3 Diagram Batang.....	32

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang. Metode penelitian yang digunakan adalah *Eksperimen* dengan desain *One Shot Case Study* dan teknik *Purposive Sampling*. Sampel yang diteliti berjumlah 26 anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi. Observasi dilakukan secara observasi terstruktur dengan menggunakan format *checklist*. Manfaat dari penelitian ini adalah memberikan pengetahuan kepada anak terhadap melatih kemampuan keseimbangan. Penelitian ini menggunakan 3 tahap prosedur penelitian meliputi: tahapan persiapan, tahapan pelaksanaan, dan tahapan akhir. Hal ini terlihat dari nilai tes akhir yang menunjukkan nilai rata-rata yang diperoleh sebesar 82,23. Kemudian dilakukan perhitungan yang dapat dilihat berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan perhitungan *uji-t* dengan diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 2,99 dibandingkan dengan nilai t_{tabel} sebesar 1,71 yang artinya $t_{hitung} 2,99 \geq t_{tabel} 1,71$ maka H_0 ditolak H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang.

Kata kunci: *Kemampuan Keseimbangan, Media, Permainan Jejak Kaki.*

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of footprint game media on the balance ability of 5th grade children at SD Negeri 169 Palembang. The research method used was Experiment with One Shot Case Study design and Purposive Sampling technique. The sample studied amounted to 26 children. The data collection technique used in this study was observation. Observation is done by structured observation using a checklist format. The benefit of this research is to provide knowledge to children to train balance skills. This research uses 3 stages of research procedures including: the preparation stage, the implementation stage, and the final stage. This can be seen from the final test score which shows the average value obtained of 82.23. Then calculations are carried out which can be seen based on the results of hypothesis testing using t-test calculations with the obtained value of t_{hitung} 2.99 compared to the t_{tabel} value of 1.71 which means $t_{hitung} 2.99 \geq t_{tabel} 1.71$ then H_0 is rejected H_a is accepted. So it can be concluded that there is an effect of footprint game media on the balance ability of 5th grade children at SD Negeri 169 Palembang.

Keyword: Balance Skills, Media, Footprint Game.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk mempertahankan posisi tubuh yang stabil selama bergerak. Menurut Lacy dan Williams (2018), keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol sistem saraf otot dalam tubuh. Selain itu, keseimbangan dapat didefinisikan sebagai keterampilan yang memungkinkan seseorang untuk mengontrol pusat massa tubuh (center of mass) atau pusat gravitasi (center of gravity) terhadap titik tumpu (base of support). Keseimbangan juga melibatkan berbagai gerakan di setiap bagian tubuh yang didukung oleh titik tumpu dan sistem motorik.

Menurut Hurlock yang dikutip oleh (Rohyana 2018) Perkembangan fisik motorik merupakan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinasi yang melibatkan sistem saraf dan otot. Perkembangan ini terjadi seiring dengan semakin matangnya otot dan saraf tubuh, yang ditunjukkan melalui penguasaan keterampilan motorik. Keterampilan motorik kasar adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar. Keterampilan ini membutuhkan beberapa unsur, seperti kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelincahan, kelenturan, koordinasi, dan keseimbangan. Menurut Mashud (2018) Selain itu, lingkungan belajar ditata dengan cermat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, baik fisik, psikomotorik, kognitif, maupun afektif setiap siswa.

Menurut Oktarifaldi (2019) untuk melakukan gerakan olahraga dibutuhkan keseimbangan yang baik serta keseimbangan anak sangat penting untuk perkembangan fungsi motorik dalam olahraga. Menurut Devinder Kaur Ajit Singh (2015), meningkatkan keterampilan gerak pada anak dapat mengurangi risiko cedera saat beraktivitas fisik. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa keseimbangan dalam bergerak memiliki banyak manfaat, salah satunya untuk membantu mengembangkan fungsi motorik dan mencegah terjadinya cedera.

Di SD Negeri 169 Palembang ada beberapa siswa kelas 5 yang belum bisa menguasai keseimbangan tubuh dan kurang memiliki rasa semangat terhadap

pelajaran pendidikan jasmani. Masih ada beberapa siswa yang mengobrol dengan temannya, mengantuk, dan malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Sebagian besar siswa mengeluh dan merasa tidak mampu mengerjakan tugas yang diberikan, karena guru memberikan materi yang kurang bervariasi, sehingga membuat anak merasa jenuh dan bosan. Menurut Hasliza & Annisa (2019) Permainan jejak kaki merupakan permainan pembelajaran sebagai salah satu alternatif untuk mengukur kemampuan keseimbangan pada anak, dengan metode permainan jejak kaki dapat meningkatkan kemampuan keseimbangannya. Keterampilan keseimbangan ialah pencapaian awal pada perkembangan fisik pada masa anak-anak. Keseimbangan adalah cara untuk mempertahankan tubuh agar berada tetap pada titik gravitasi yang ditentukan oleh kaki, bisa saja berupa keseimbangan statis dan dinamis maka dari itu pengembangan keseimbangan anak sangat di perlukan.

Keseimbangan merupakan salah satu unsur motorik terpenting yang dibutuhkan oleh anak-anak. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keadaan (tubuh) yang seimbang baik saat diam maupun bergerak. Keseimbangan adalah keterampilan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berlari, sebagian besar olahraga, dan permainan. Melatih keseimbangan secara teratur akan membantu menjaga tubuh agar tidak mudah jatuh dengan menggunakan media permainan jejak kaki.

Peneliti memilih media permainan jejak kaki karena bisa digunakan untuk melatih keseimbangan tubuh. Selain itu, media jejak kaki merupakan alat permainan yang menantang, yang menarik perhatian anak dan dapat membuat anak merasa senang. Menurut Al-Samawiya (2021: 19), media permainan jejak kaki (matras) ialah alat media yang berguna untuk meningkatkan melatih keseimbangan gerakan tubuh, kekuatan, koordinasi anggota tubuh dan kelenturan. Latihan dengan menggunakan media jejak kaki dilakukan melalui gerakan yang berbeda, seperti melompat menggunakan dengan dua kaki dengan gerakan membuka dan menutup, melompat dengan pola majemuk berjalan berjinjit, lompat satu kaki bergantian dan berlari dengan pola,

Berdasarkan observasi di SD Negeri 169 Palembang, khususnya di kelas 5, ditemukan permasalahan terkait keseimbangan anak yang masih belum sempurna. Ketika belajar melompat dengan satu kaki di tiga simpai, sebagian besar anak belum mampu mempertahankan posisi tubuh dengan satu kaki. Banyak anak yang kesulitan menjaga keseimbangan dan sering menjatuhkan kaki yang diangkat saat melakukan gerakan tersebut. Sebagian besar anak masih terlihat labil dan tidak stabil saat melompat dengan satu kaki.

Keseimbangan memiliki peran penting dalam kemampuan melompat dan berjalan dengan itu peneliti menggunakan media permainan jejak kaki untuk melatih keseimbangan anak, dalam permainan tersebut anak akan melakukan lompat zig-zag, lompat satu kaki, berjalan menyamping, dan berjalan jinjit satu kaki.

Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa diperlukan kegiatan yang dapat menstimulasi perkembangan keseimbangan. Ada berbagai cara untuk mengembangkan keseimbangan pada anak, termasuk untuk anak kelas 5 SD, beberapa indikator yang perlu diperhatikan adalah berjalan menyamping, melompat dengan satu kaki, berjalan berjinjit, melompat zig-zag, dan menirukan gerakan pesawat terbang tangan terlentang kesamping. Dengan itu, dalam penelitian ini, peneliti memilih untuk melatih keseimbangan anak dengan menggunakan media jejak kaki.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

Sesuai persoalan yang ditemukan dapat dijelaskan dibawah ini:

1. Kurang optimalnya keseimbangan pada anak kelas 5 di SDN 169 Palembang.
2. Keseimbangan anak-anak kelas 5 SDN 169 Palembang masih belum stabil dan cenderung goyah saat melakukan aktivitas melompat dengan satu kaki. Selain itu, sebagian besar anak belum mampu mempertahankan posisi tubuh dengan satu kaki ketika berlatih melompat dengan satu kaki.
3. Belum diketahui ada atau tidak pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang.

1.3 Batasan Masalah

Sesuai batasan persoalan tersebut, rumusan masalah pada penelitian ini ialah agar mengetahui pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang.

1.4 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media permainan jejak kaki terhadap kemampuan keseimbangan anak kelas 5 di SD Negeri 169 Palembang.

1.6 Manfaat Penelitian

Ada dua manfaat yang diperoleh yaitu sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan agar menjadi salah satu sumber referensi mengenai pendidikan jasmani dan kesehatan untuk menambah informasi dan wawasan bagi guru, orangtua, dan peneliti selanjutnya tentang kemampuan keseimbangan anak melalui media permainan jejak kaki.

1.6.2 Manfaat Praktis

Berdasarkan penelitian yang ada, diharapkan bisa memberikan informasi kepada:

1. Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan anak melalui media permainan jejak kaki.
2. Bagi guru, penelitian ini diharapkan agar bisa menjadi salah satu sumber informasi untuk mengetahui kemampuan keseimbangan anak melalui media permainan jejak kaki di SD Negeri 169 Palembang.
3. Bagi sekolah, penelitian ini dapat memberikan informasi baru serta meningkatkan keterampilan keseimbangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghni, R. I. (2018). Fungsi Dan Jenis Media Pembelajaran Dalam Pembelajaran Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 16(1). <https://doi.org/10.21831/jpai.v16i1.20173>
- Alamsyah, W. N. C., Sukamti, E. R., & Kurniawan, F. (2021). Pengembangan rocking bike untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 17(2), 130-141.
- Ashandi, D. A., & Astuti, W. (2021). Analisis Kegiatan Stimulasi Keseimbangan Tubuh Anak Usia 3-4 Tahun Di Rw 02 Kelurahan Lesanpuro Malang. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini)*, 2(1), 9-18.
- Amin, A. Fauzan. (2017). Hasil Belajar PassingBawah Bola Voli Gaya Mengajar Komando Dan Resiprokal Siswa Kelas Ix Di SMP Negeri 9 Yogyakarta.
- Andini, P. (2018). Bermain dan Permainan Anak usia Dini. In A. Asmara (Ed.), *Kencana* (Vol. 1, p. 236). PT Remaja Rosdakarya.
- Ardini, P. P & Anik, L. (2018). Bermain dan Permainan Anak UsiaDini (Sebuah Kajian Teori dan Praktik). Nganjuk: Adjie Media Nusantara.
- Arsyad, Azhar. 2017. *Media Pembelajaran*. Jakarta : Rajagrafindo Persada.
- Bastian, A., Suharni, & Novitasari, Y. (2019). Permainan Tradisional Berbasis Budaya Melayu dalam Pengembangan Karakter Anak. *Atfaluna : Journal of Islamic Early Childhood Education*, 2(2), 53-56.
- Değer TB, S. Z. (2019). The Relationship Of Balance Disorders With Falling, The Effect Of Health Problems, And Social Life On Postural Balance In The Elderly Living In A District In Turkey. *Geriatr (Switzerland)*.
- Destriani. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Aplikasi pada Permainan Bola Voli. Universitas Sriwijaya. <https://doi.org/10.15294/active.v10i3.50146>
- Dini Rosdiani. 2015. *Kurikulum Pendidikan Penjas*. Bandung: Alfabeta.
- Daryanto. (2018). *Pendekatan Pembelajaran Saintifik Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Gava Media.

- Elsa Aristika. (2021). Implementasi Standar Pedoman Nasional Terhadap Tujuan Pendidikan Jasmani. *Jurnal sains olahraga dan pendidikan jasmani*.
- Fathurrahma, Afifah And Sumarni, Sri (2023) Pengaruh Alat Permainan Playmat Jejak Kaki Terhadap Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Raudhatul Jannah Taman Rajo.
- Fitriani, Rohyana.. Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2.01 (2018)
- Fitria, Cici. (2017). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Sunda Mand Pada Siswa Kelompok B Ra Sudirman Giriwondo Jumapolo Tahun Pelajaran 2016/2017. (Skripsi). Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini. Institut Agama Islam Negeri Salatiga.Salatiga.
- Hasliza, P., & Anisa, N. (2019). Pengembangan Permainan Jelajah Telapak Kaki Ceria Untuk Meningkatkan Kecerdasan Kinestetik Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2 (1).
- Irfan, Muhammad. (2018). *Fisioterapi Bagi Insan Stroke*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Lacy, A. C., & Williams, S. M. (2018). *Measurement and Evaluation in Physical Education and Exercise Science*. Routledge
- Manalu, D. L., Dwiyoogo, W. D., & Heynoek, F. P. (2020). Pengembangan Multimedia Interaktif Latihan Kekuatan Pada Matakuliah Spesialisasi Kondisi Fisik Dasar Untuk Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan. *Sport Science and Health*, 2(1), 49–57.
- Maulana, I. M., Yaswinda, Y., & Nasution, N. (2020). *Pengenalan Konsep Perkalian Menggunakan Media Rak Telur Rainbow pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 512.
- Nurrita, Teni. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa*. *Jurnal: Misykat*. 3 (1).
- Nurlailah, R. (2022). *Pengaruh Permainan Jejak Kaki terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mandiri Pitue*. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4 (1), 281.

- Oktarifaldi, O., Syahputra, R., Putri, L. P., & Bakhtiar, S. (2019). *The Effect Of Agility, Coordination And Balance On The Locomotor Ability Of Students Aged 7 To 10 Year*. *Jurnal Menssana*, 4(2), 190-200.
- Prabandari, N. I. (2019). *Pengaruh Kegiatan Fisik Motorik Berjalan Di Atas Papan Titian Terhadap Keseimbangan Tubuh Anak Kelompok A Di Tk Kuntum Surabaya*. *Aγαη*, 8(5), 55.
- Rusman. (2017). *Belajar dan Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta:Kencana.
- Saenab, S., Yunus, S. R., & Husain, H. (2019). *Pengaruh Penggunaan Model Project Based Learning Terhadap Keterampilan Kolaborasi Mahasiswa Pendidikan IPA*. *Biosel: Biology Science and Education*, 8(1), 29.
- Sari, A. M., & Linda, L. (2020). *Sikap dan Respon Anak PAUD dalam Mengenal Metamorfosis Serangga melalui Media Animasi*. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1083–1100.
- Siti Nur Hayati dan Khamim Zarkasih Putro, "Bermain dan Permainan Anak Usia Dini", *GENERASI EMAS: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, Vol. 4, No. 1, Mei 2021, hal. 57
- Sri Handayani. (2021) "Pengembangan Media Pembelajaran Ular Tangga Untuk Melatih Sikap Jujur Siswa Pada Mata Pelajaran Pai Kelas Iii Sekolah Dasar," Iain Batusangkar.
- Sujiono, Bambang dkk. 2008. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Zainal Aqip dan Ahmad Amrullah. (2019). *Manajemen Belajar dan Pembelajaran di Sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Referensi