

**PENGARUH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI MELALUI  
KETERAMPILAN MOTORIK KASAR TERHADAP KEBUGARAN  
JASMANI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS**  
(Penelitian Eksperimen Terhadap Siswa Kelas IV SDN 254 Griya Bumi Antapani  
Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024)

**TESIS**

*diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Magister  
Pendidikan Jasmani*



**Oleh**

**Finny Rohaeni**

**2208844**

**PROGRAM STUDI  
PASCASARJANA PENDIDIKAN JASMANI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
KAMPUS SUMEDANG**

**2024**

**HAK CIPTA**

**PENGARUH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI MELALUI  
KETERAMPILAN MOTORIK KASAR TERHADAP KEBUGARAN  
JASMANI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS**

(Penelitian Eksperimen Terhadap Siswa Kelas IV SDN 254 Griya Bumi Antapani  
Kota Bandung Tahun Ajaran 2023/2024)

Oleh  
Finny Rohaeni

Sebuah tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Magister Pendidikan pada Program Studi Pascasarjana Pendidikan Jasmani

© Finny Rohaeni 2024  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Juli 2024

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,  
di *fotocopy*, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI MELALUI  
KETERAMPILAN MOTORIK KASAR TERHADAP KEBUGARAN  
JASMANI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS**

**Penelitian Eksperimen**

**FINNY ROHAENI**

NIM. 2208844

disetujui dan disahkan oleh,

Dosen Pembimbing I,



**Dr. Indra Safari, M.Pd**  
**NIP. 19770902200801101**

Dosen Pembimbing II



**Dr. Dinar Dinangsit, M.Pd**  
**NIP. 198205152010122004**

Mengetahui

Ketua Program Studi Pascasarjana Pendidikan Jasmani  
UPI Kampus Sumedang



**Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd**  
**NIPT. 920200119851119101**

## ABSTRAK

### PENGARUH PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI MELALUI KETERAMPILAN MOTORIK KASAR TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DALAM PEMBELAJARAN PENJAS

**Finny Rohaeni**  
**2208844**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran diferensiasi melalui motorik kasar terhadap kebugaran jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Metode yang digunakan adalah *quasi eksperimen*. Populasi penelitian yaitu siswa kelas IV SDN 254 Griya Bumi Antapani Bandung berjumlah 54 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 26 orang dengan menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah TKSI (Tes Kebugaran Siswa Indonesia) Fase B dengan 5 butir tes. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Paired Sample T-Test*, dan Regresi Linier dengan menggunakan aplikasi *SPSS For Windows 20*, pada taraf Sig T Test.  $(0,000) < 0,05$ . Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran berdiferensiasi melalui keterampilan motorik kasar terhadap kebugaran jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Didukung juga dengan hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji *R Square* (Koefisien Determinasi). Dengan demikian peningkatan pengaruh pembelajaran dengan program diferensiasi melalui keterampilan motorik kasar terhadap kebugaran jasmani pada pendidikan jasmani adalah sebesar 51,2%. Maka dengan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran diferensiasi melalui keterampilan motorik kasar terhadap kebugaran jasmani pada pembelajaran pendidikan jasmani, dan pembelajaran diferensiasi berpengaruh terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar terhadap kebugaran jasmani kelas IV.

**Kata Kunci:** Pembelajaran Diferensiasi, Keterampilan Motorik Kasar, Kebugaran Jasmani, Pembelajaran Pendidikan Jasmani.

## **ABSTRACT**

### ***THE EFFECT OF DIFFERENTIATED LEARNING THROUGH GROSS MOTOR SKILLS ON PHYSICAL FITNESS IN PHYSICAL EDUCATION LEARNING***

**Finny Rohaeni**  
**2208844**

*This research aims to determine the effect of differentiation learning through gross motor skills on physical fitness in physical education learning. The method used is quasi-experimental. The population 54 people students class IV SDN 254 Griya Bumi Antapani Bandung. The sample 26 people using purposive sampling. The instrument used is TKSI (Indonesian Student Fitness Test) Phase B with 5 test items. The data analysis technique used is Paired Sample T-Test, and Linear Regression using the SPSS For Windows 20 application, the Sig T Test level.  $(0.000) < 0.05$ . Based on the results of data analysis, this research shows that there is an influence of differentiated learning through gross motor skills on physical fitness in physical education. Also supported by the results of data analysis carried out using the R Square test (Coefficient of Determination). Thus, the increase in the influence of learning with a differentiation program through gross motor skills on physical fitness in physical education is 51.2%. So, with the results of data analysis, it can be concluded that there is an influence of differentiation learning through gross motor skills on physical fitness in physical education and differentiation learning has an effect on improving gross motor skills on physical fitness in class IV.*

**Keywords:** *Differentiated Learning, Gross Motor Skills, Physical Fitness, Physical Education Learning.*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.2 Manfaat Praktis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5 Struktur Organisasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.2 Manfaat Pendidikan Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Kurikulum Merdeka .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Pembelajaran Berdiferensiasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Keterampilan Motorik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.1 Keterampilan Motorik Kasar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.2 Keterampilan Motorik Halus .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4.3 Keterampilan Motorik Usia Sekolah Dasar .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5 Kebugaran Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5.1 Komponen Kebugaran Jasmani .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6 <i>Developmentally Appropriate Practice</i> (DAP) (Praktik Sesuai Perkembangan).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6.1 Prinsip Perkembangan dan Pembelajaran Anak, serta Implikasinya yang Memberi Informasi pada praktek. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.6.2 Strategi dan pendekatan penerapan DAP .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7 Penelitian yang Relevan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.8 Kerangka Berpikir .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.9 Hipotesis Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Metode dan Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.1 Metode Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.2 Desain Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Populasi dan Sampel .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Lokasi Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Instrumen Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Prosedur Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1 Tahap Persiapan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.2 Tahap Pelaksanaan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.3 Tahap Pengolahan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6 Teknik Analisis Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.1 Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.2 Uji Homogenitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.3 Uji Paired Sampel T-test.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6.4 Uji Regresi Linear .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.1 Hasil Data Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1.2 Hasil Data Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Pengolahan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.1 Deskripsi Hasil Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol .	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2.2 Deskripsi Hasil Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3 Uji Asumsi Statistik .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.1 Uji Normalitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.2 Uji Homogenitas.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.3 Uji Paired Sample T-Test .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3.4 Uji Koefisien Determinasi ( <i>R Square</i> ).	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

<b>4.4</b>	<b>Pembahasan .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.1	Terdapat Pengaruh Pembelajaran Berdiferensiasi Melalui Keterampilan Motorik Kasar Terhadap Kebugaran Jasmani dalam Pembelajaran Penjas. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4.2	Besaran Pengaruh Pembelajaran Berdiferensiasi Melalui Keterampilan Motorik Kasar Terhadap Kebugaran Jasmani Dalam Pembelajaran Penjas. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI ....</b>		
Error! Bookmark not defined.		
5.1	Simpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2	Implikasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3	Rekomendasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		
Error! Bookmark not defined.		
<b>LAMPIRAN PENELITIAN .....</b>		
Error! Bookmark not defined.		



## DAFTAR TABEL

- Tabel 3.1 Norma Tes V Sit and Reach Test .....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.2 Norma Tes Half Up Test .....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.3 Norma Tes Hand and Eye Coordination Test Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.4 Norma Tes T- Test.....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 3.5 Norma Tes Around the World Test...Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 1 Hasil Pre-test dan Post-test Kontrol .Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 2 Hasil Pre-test dan Post-test Eksperimen ..... Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 3 Deskripsi Statistik Kelompok Kontrol ..... Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 4 Deskripsi Statistik Kelompok Eksperimen .... Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 5 Data Hasil Uji Normalitas Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 6 Data Hasil Uji Homogenitas Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 7 Hasil Uji Paired Sample t-test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 8 Hasil Data R-Square Kelompok Eksperimen Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 9 Hasil Data Koefisien Determinasi Kelompok Kontrol..... Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 10 Hasil N-Gain Kelompok Kontrol ...Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 11 Hasil N-Gain Kelompok Eksperimen ..... Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.1 Desain Two Group, Pretest-Posttest Design.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.2 V Sit and Reach Test .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.3 Half Up Test .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.4 Hand Eye Coordination Test .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.5 T- Test .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>Gambar 3.6 Around the World Test .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

- LAMPIRAN 1. SK JUDUL DAN PEMBIMBING ..... Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 2. SURAT IZIN PENELITIAN....Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 3. PROGRAM PEMBELAJARAN ..... Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 4. INSTRUMEN PENELITIAN ..Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 5. DATA PRE-TEST DAN POST-TEST PENELITIAN .. Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 6. ABSENSI SAMPEL PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 7. DATA UJI NORMALITAS DAN UJI HOMOGENITAS .....Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 8. HASIL ANALISIS DATA .....Error! Bookmark not defined.**
- LAMPIRAN 9. DOKUMENTASI PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, P. M. (2015). Metodologi Penelitian Kuantitatif. In *Aswaja Pressindo*.
- Agung Widodo. (2018). *MAKNA DAN PERAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PEMBENTUKAN INSAN YANG MELEK JASMANIAH/TER-LITERASI JASMANIAHNYA*. *IX(1)*, 53–60.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33558/motion.v9i1.1432>
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan: teori dan praktik dalam pendidikan*. Widya Puspita.
- Andhika, D. A., Prayoga, A. S., & Darumoyo, K. (2022). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Sederhana. *Jurnal Porkes*, *5(1)*, 57–65. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5678>
- Anggraini, D. L., Yulianti, M., Faizah, S. N., & Belawati Pandiangan, A. P. (2022). Peran Guru Dalam Mengembangkan Kurikulum Merdeka. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, *1(3)*, 290–298. <https://doi.org/10.58540/jipsi.v1i3.53>
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikandi Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, *6(3)*.  
<https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Cahyaningtias, V. P., & Ridwan, M. (2021). Efektivitas Penerapan Media Pembelajaran Interaktif terhadap Motivasi. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, *4(2)*, 55. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5727>
- Copple, Carol, & Bredekamp, S. (2009). Developmentally Appropriate Practice in Early Childhood Programs: Serving Children from Birth through Age 8, 3rd Edition. *PennState Extension*.
- Corbin, C. B., Pangrazi, R. P., & Franks, B. D. (2000). Definitions: Health, Fitness, and Physical Activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, *3*, 1–11. Retrieved from <http://eric.ed.gov/?id=ED470696>
- Cousins, M., & Smyth, M. M. (2003). Developmental coordination impairments in adulthood. *Human Movement Science*, *22(4–5)*, 433–459.  
<https://doi.org/10.1016/j.humov.2003.09.003>
- Daga, A. T. (2021). Makna Merdeka Belajar dan Penguatan Peran Guru di Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, *7(3)*, 1075–1090.  
<https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1279>
- Dapp, L. C., Gashaj, V., & Roebers, C. M. (2021). Physical activity and motor skills in children: A differentiated approach. *Psychology of Sport and Exercise*, *54(February)*, 101916. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101916>
- Deswandi, D., Syafruddin, S., & Khairuddin, K. (2018). Studi Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri 28 Air Tawar Timur Kecamatan Padang Utara Kota Padang. *Jurnal MensSana*, *3(2)*, 81. <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.81>
- Dhedhy, Y. (2016). PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK DENGAN JIWA SPORTIF MELALUI PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN. *Jurnal Sportif*, *2(1)*, 101–112.

- Endang, P., & Novi, A. (2020). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani Untuk Guru Sekolah Dasar* (1st ed.). Retrieved from [http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5\\_DASAR\\_PENDIDIKAN\\_JASMANI\\_GURU\\_SD-1.pdf](http://eprints.uniska-bjm.ac.id/5823/1/B5_DASAR_PENDIDIKAN_JASMANI_GURU_SD-1.pdf)
- Fauzia, R., & Hadikusuma Ramadan, Z. (2023). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi Dalam Kurikulum Merdeka. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(3), 1608–1617. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5323>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education*.
- Hariadi, H., & Nopiana, R. (2023). Penerapan metode interaktif dalam meningkatkan keaktifan siswa pada pembelajaran penjaskes. *Jurnal Porkes*, 6(2), 837–853. <https://doi.org/10.29408/porkes.v6i2.23746>
- Ibnu, D. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *JIP*, 7(2), 143–154. Retrieved from <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jrnspirasi>
- Ilyas, & Almunawar, A. (2020). Profil Kebugaran Jasmani Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(1), 37–45. <https://doi.org/10.55081/joki.v1i1.297>
- Iswahyudi, N., & Fajar, M. K. (2019). Hubungan Status Gizi Dengan Kemampuan Motorik Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Se Kecamatan Rejotangan. *Jurnal Koulutuss*, 2(2), 81–95.
- Iyakrus. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Prestasi. *Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8110>
- Keeley, T. J. H., & Fox, K. R. (2009). The impact of physical activity and fitness on academic achievement and cognitive performance in children. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(2), 198–214. <https://doi.org/10.1080/17509840903233822>
- Kerr, C., Smith, L., Charman, S., Harvey, S., Savory, L., Fairclough, S., & Govus, A. (2018). Physical education contributes to total physical activity levels and predominantly in higher intensity physical activity categories. *European Physical Education Review*, 24(2), 152–164. <https://doi.org/10.1177/1356336X16672127>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Lidinillah, D. A. M. (2007). DEVELOPMENTALLY APPROPRIATE PRACTICE (DAP) : PENERAPANNYA PADA PROGRAM PENDIDIKAN ANAK USIA DINI DAN SEKOLAH DASAR. *Autism Spectrum Disorders: A Handbook for Parents and Professionals: Volume 1: A-O: Volume 2: P-Z*, 1–2, 102. <https://doi.org/10.1177/105381519401800301>
- Lleixà, T., González-Arévalo, C., & Braz-Vieira, M. (2016). Integrating key competences in school physical education programmes. *European Physical Education Review*, 22(4), 506–525. <https://doi.org/10.1177/1356336X15621497>

- Lloyd, M., Saunders, T. J., Bremer, E., & Tremblay, M. S. (2014). Long-term importance of fundamental motor skills: A 20-year follow-up study. *Adapted Physical Activity Quarterly*, *31*(1), 67–78. <https://doi.org/10.1123/apaq.2013-0048>
- Made Satyawan, I., Kadek Happy Kardiawan, I., & Chandra Adinata Kusuma, K. (2020). STUDI KELAYAKAN PEMBENTUKAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR (PJ PGSD) TAHUN 2019. *Jurnal IKA*, *18*(1), 73–84. Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IKA/article/view/28385>
- Miftahul, J., Taufiq, H., & Nasikin. (2023). *Penerapan Metode Role Playing Dalam Upaya Meningkatkan Hasil*. 3(September), 79–85.
- Mirzabdullayevich, B. M. (2024). A DIFFERENTIATED APPROACH TO THE FORMATION OF STUDENTS ' MOTOR ACTIVITY: BASIC PRINCIPLES AND | Volume CONFERENCES SCIENTISTS | Volume CONFERENCES SCIENTISTS. *Next Scientists Conferences*, 1–3.
- Mulyanto, R., & Safari, I. (2016). *Belajar Dan Pembelajaran Penjas*.
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Sainitika*, *5*(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- NAEYC. (2020). *Developmentally Appropriate Practice National Association for the Education of Young Children*. Retrieved from [https://www.naeyc.org/sites/default/files/globally-shared/downloads/PDFs/resources/position-statements/dap-statement\\_0.pdf](https://www.naeyc.org/sites/default/files/globally-shared/downloads/PDFs/resources/position-statements/dap-statement_0.pdf)
- Nurlaili, Suhirman, & Lestari, M. (2023). Pembelajaran Berdiferensiasi dengan Memanfaatkan Multimedia pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam(PAI). *Belajea: Jurnal Pendidikan Islam*, *8*(1), 19. <https://doi.org/10.29240/belajea.v8i1.6808>
- Nurul, I. (2019). Pengaruh Metode Bermain Dan Metode Latihan Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Penjasorkes). *Jurnal Penjakora*, *5*(2). Retrieved from <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/PENJAKORA/article/view/17352>
- Olive, D. J. (2017). Multiple linear regression. In *Linear regression* (pp. 17–83). Springer.
- Özbal, A. F., Sağlam, M., & Cavkaytar, S. (2019). Implementing differentiated instruction approach in physical training and sports lesson. *Education and Science*, *44*(200), 291–312. <https://doi.org/10.15390/EB.2019.8085>
- Panji Nur Wicaksono, Indra Jati Kusuma, dkk. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *16*(1), 41–54.
- Pazzianotto-Forti, E. M., Moreno, M. A., Plater, E., Baruki, S. B. S., Rasera-Junior, I., & Reid, W. D. (2020). Impact of Physical Training Programs on Physical Fitness in People with Class II and III Obesity: A Systematic Review and

- Meta-Analysis. *Physical Therapy*, 100(6), 963–978. <https://doi.org/10.1093/ptj/pzaa045>
- Pratiwi, E. (2018). *BUKU AJAR STRATEGI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI* (1st ed.; A. Mukhromah, ed.). Palembang: Bening Media Publishing.
- Rachmi Marsheilla Aguss, E. B. F. (2020). Pengembangan Model Permainan Sepatu Batok untuk Pembelajaran Sepak Bola Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 43–53. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v1i01.3052>
- Rahmadayanti, D., & Hartoyo, A. (2022). Potret Kurikulum Merdeka, Wujud Merdeka Belajar di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 7174–7187. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3431>
- Rahman, A. M. I. N., & Widiyanti, P. N. (2023). Penerapan Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Materi Pola Gerak Dominan. *JUMPER (Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga)*, 3(2), 192–201.
- Risaldi, M. Y. D., Herpandika, R. P., & Pratama, B. A. (2023). Penerapan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) Di SDN Siwalan 1 Kabupaten Nganjuk. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 224–232. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.358>
- Riyanto, P., & Mudian, D. (2019). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosi Siswa. *Journal Sport Area*, 4(2), 339–347. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4\(2\).3801](https://doi.org/10.25299/sportarea.2019.vol4(2).3801)
- Rohisfi, E., & Neviyarni, N. (2021). Analisis Belajar Keterampilan Motorik. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(1), 27–34. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.196>
- Sahid, E. A., Safari, I., & Akin, Y. (2017). Pengaruh Modifikasi Permainan dalam pendidikan jasmani terhadap Pembentukan Konsep Diri Siswa. *SpoRTIVE*, 2(1), 41–50.
- Sarie, F. N. (2022). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi dengan Model Problem Based Learning pada Siswa Sekolah Dasar Kelas VI. *Tunas Nusantara*, 4(2), 492–498. <https://doi.org/10.34001/jtn.v4i2.3782>
- Setyawan, R., & Hendrawan, K. T. (2023). Pengaruh Gross Motor Skill terhadap Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Negeri Centong. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 4(2), 107–112. <https://doi.org/10.46838/spr.v4i2.311>
- Sitorus, P., Tumanggor, R. M., Sigiro, M., Simanullang, E. N., & Laia, I. S. A. (2022). Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 2 Manduamas. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(8), 2883–2890. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i8.768>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sulistiono, A. A. (2014). Kebugaran Jasmani Siswa Pendidikan Dasar dan Menengah di Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 20(2), 223–233. <https://doi.org/10.24832/jpnk.v20i2.140>
- Sunario Tanggur, F. (2023). Tantangan Implementasi Kurikulum Merdeka Bagi Guru Sekolah Dasar Di Wilayah Pedesaan Pulau Sumba. *Hinef: Jurnal Rumpun Ilmu Pendidikan*, 2(2), 23–29.
- Susila, I. K. D., & Aryasuari, I. G. A. I. (2023). Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi Pada Pengajaran ESP Dalam Kemerdekaan Belajar. *Widya Balina*, 8(1), 585–592. <https://doi.org/10.53958/wb.v7i1.233>
- Sutrisno, L. T. (2023). Penerapan pembelajaran berdiferensiasi sebagai salah satu pemecahan masalah masih kurangnya keaktifan peserta didik saat proses pembelajaran berlangsung. *COLLASE (Creative of Learning Students Elementary Education)*, 6(1), 111–121. <https://doi.org/10.22460/collase.v1i1.16192>
- Tomlinson, C. A. (2001). *Differentiate instruction in mixed-ability classrooms*. Retrieved from [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44098361/\\_Carol\\_Ann\\_Tomlinson\\_\\_How\\_to\\_Differentiate\\_InstrucBookSee.org-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1631251576&Signature=YZi5pSld61OpLx2~tuG4isXixDt0Sg9yLDjEz0yeUm1X~y576UCjpIIUsfAzAEMlyH2OtfXM~95owzfu8j8R6kQCZ3v6IE](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/44098361/_Carol_Ann_Tomlinson__How_to_Differentiate_InstrucBookSee.org-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1631251576&Signature=YZi5pSld61OpLx2~tuG4isXixDt0Sg9yLDjEz0yeUm1X~y576UCjpIIUsfAzAEMlyH2OtfXM~95owzfu8j8R6kQCZ3v6IE)
- Trisnata, P. A., Hanief, Y. N., & Becti, R. A. (2020). Studi Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Kelas Atas Di Sekolah Dasar Negeri 03 Talang, Tulungagung Tahun Ajaran 2019 Putra. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1), 46–50. Retrieved from [http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB\\_2.pdf](http://repo.iain-tulungagung.ac.id/5510/5/BAB_2.pdf)
- Utomo, M. A. S., Muhyi, M., & Wiyarno, Y. (2020). Pengembangan Modifikasi Media Pembelajaran untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 56–73.
- Yudesta, E. (2015). PENDIDIKAN JASMANI DALAM MEMBENTUK ETIKA, MORAL, DAN KARAKTER. *TERAMPIL Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 2(2), 302–315.