

**PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN JALA IKAN TERHADAP
KEMAMPUAN PEMBELAJARAN LARI *SPRINT***



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada
program studi pendidikan guru sekolah dasar pendidikan jasmani

Oleh:

Syamsul Jabbar Alamsyah

2106529

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS SUMEDANG**

2025

**PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN JALA IKAN TERHADAP
KEMAMPUAN PEMBELAJARAN LARI *SPRINT***

Oleh
Syamsul Jabbar Alamsyah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

© Syamsul Jabbar Alamsyah 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
April 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

SYAMSUL JABBAR ALAMSYAH

PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN JALA IKAN TERHADAP
KEMAMPUAN PEMBELAJARAN LARI *SPRINT*

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



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

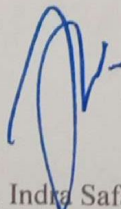
Pembimbing II



Dr. Adang Sudrazat, MSI.
NIP. 196108091992031004

Mengetahui

Plt. Ketua Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani Kampus Sumedang



Dr. Indra Safari, M.Pd.
NIP. 197709022008011016

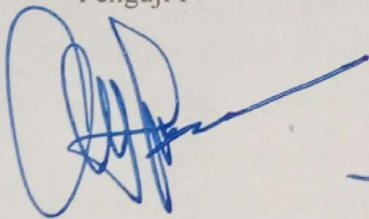
LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI SIDANG SKRIPSI

SYAMSUL JABBAR ALAMSYAH

PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN JALA IKAN TERHADAP
KEMAMPUAN PEMBELAJARAN LARI *SPRINT*

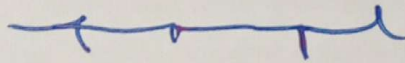
disetujui dan disahkan oleh:

Penguji I



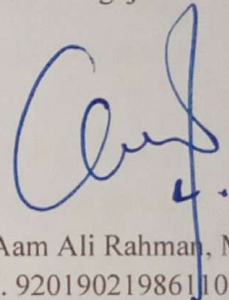
Prof. Dr. H Ayi Suherman, M.Pd.
NIP. 196002151984111001

Penguji II



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

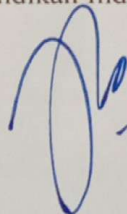
Penguji III



Dr. Aam Ali Rahman, M.Pd.
NIPT. 9201902198611011101

Mengetahui

Plt. Ketua Program Studi PGSD Penjas
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang



Dr. Indra Safari, M.Pd.
NIP. 19770902208011016

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syamsul Jabbar Alamsyah

NIM : 2106529

Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani

Judul Karya : Pengaruh Penerapan Permainan Jala Ikan Terhadap Kemampuan Pembelajaran Lari *Sprint*

Dengan ini, saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika di kemudian hari ditemukan terdapat pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

Sumedang, 10 April 2025



Syamsul Jabbar Alamsyah

KATA PENGANTAR

Dengan penuh rasa syukur, penulis memanjatkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT. Berkat rahmat, dan ridha-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan tepat waktu. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membimbing umat manusia menuju cahaya kebenaran.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai tantangan dan hambatan. Namun, berkat dorongan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini dapat diselesaikan sebagaimana yang direncanakan. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, penulis mengungkapkan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara moral maupun material. Sebagai bentuk penghormatan dan penghargaan, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak terhormat yang telah berperan dalam penyelesaian skripsi ini.

1. Terkhusus dan teristimewa untuk kedua orang tua saya yakni Mbah Deni Herwiatna S.Pd, dan Mah Cicah Herdiana. Dengan penuh rasa hormat dan cinta, saya mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada orang tua tercinta saya. Terima kasih atas segala doa, perhatian, dukungan, serta pengorbanan yang tiada henti dalam setiap langkah perjalanan saya. Tanpa bimbingan, motivasi, dan ketulusan hati Mbah dan Mah, saya tidak akan sampai pada titik ini. Skripsi ini saya persembahkan sebagai wujud kecil dari rasa terima kasih dan hormat saya. Semoga keberhasilan ini dapat menjadi kebanggaan bagi Mbah dan Mah.
 2. Dr. Indra Safari, M.Pd. selaku Direktur UPI kampus Sumedang dan Plt Kaprodi PGSD Penjas. Terima kasih banyak atas bimbingan, dukungan, dan fasilitas yang diberikan selama ini. Dedikasi dan kepemimpinan Bapak telah menjadi inspirasi bagi saya dalam menimba ilmu. Semoga Bapak senantiasa diberikan kesehatan dan kesuksesan dalam menjalankan tugas.
 3. Dr. Anggi Setia Lengkana, M.Pd. selaku Wakil Direktur Bidang Akademik dan Kemahasiswaan UPI Kampus Sumedang, dan juga sekaligus menjadi pembimbing
1. Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada bapak karena

telah memimpin dan juga membimbing saya dengan amat begitu baik dan sabar dalam mengarahkan penyusunan skripsi dan artikel ini sehingga saya mampu menyelesaikannya dengan tepat waktu sesuai masukan dan arahan yang begitu luar biasa.

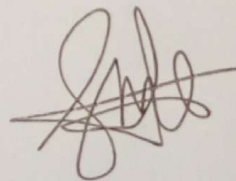
4. Dr. Adang Sudrazat, MSI. sebagai pembimbing 2. Saya mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas dedikasi bapak dalam membimbing saya dengan penuh ketelitian juga kesabaran dalam mengarahkan penyusunan skripsi dan artikel ini sehingga saya mampu menyelesaikannya. Semoga apa yang sudah bapak berikan dan korbankan untuk saya mendapat balasan dan pahala yang tak terhingga.
5. Seluruh dosen di Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang. Saya mengucapkan terima kasih banyak atas bimbingan dan arahan semasa kuliah. Semoga bapak ibu dosen diberikan kesehatan dan kelancaran dalam kehidupan untuk terus menebar kebaikan khususnya pada mahasiswa prodi pendidikan jasmani kampus sumedang.
6. Untuk teman-teman seperjuangan PGSD Penjas angkatan 21. Dengan penuh rasa terima kasih, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada teman-teman angkatan seperjuangan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, motivasi, serta semangat yang selalu menguatkan dalam menghadapi setiap tantangan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Perjalanan ini menjadi lebih bermakna berkat kebersamaan dan perjuangan kita. Semoga keberhasilan ini menjadi langkah awal menuju masa depan yang lebih cerah bagi kita semua dan mendapatkan tempat bekerja yang memberikan kenyamanan, kedamaian, dan keberkahan untuk kita Penjas Angkatan 21, madep madep madep.
7. Dengan penuh rasa terima kasih, saya mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Aa dan Teteh saya yakni, Teh Siska Angraeni, A Rano Andrea Wijaya, S.ST; A Reo Semeri Budiansyah, S.Pd.I; Teh Devi Arviani, Juga pada keponakan saya yakni Siti Zahrani Maimunah, Rachel Gifany Wijaya, dan Azizah Nur Khodijah. Terima kasih atas segala dukungan, motivasi, serta kasih sayang yang selalu diberikan selama perjalanan akademik ini. Semangat dan bimbingan yang Aa,

Teteh, dan ponakan berikan telah menjadi dorongan besar bagi saya untuk terus berjuang hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga kebahagiaan dan kesuksesan selalu menyertai kita sekeluarga.

8. Untuk Ibu Kepala Sekolah dan Bapak/Ibu Guru SDN Sekarwangi saya mengucapkan terima kasih atas izin dan arahan, serta dukungan yang telah diberikan selama proses penelitian. Tak lupa juga kepada seluruh siswa kelas V SDN Sekarwangi, yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini dengan penuh semangat dan kerja sama. Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapat balasan yang baik dari Tuhan Yang Maha Kuasa.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah berusaha semaksimal mungkin untuk menyajikan hasil penelitian secara sistematis dan ilmiah. Namun, penulis menyadari bahwa masih terdapat keterbatasan dalam pengetahuan dan kemampuan, sehingga skripsi ini belum sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan dan pengembangan di masa mendatang. Sebagai penutup, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta mendapat ridha Allah SWT.

Sumedang, 10 April 2025



Syamsul Jabbar Alamsyah

ABSTRAK

PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN JALA IKAN TERHADAP KEMAMPUAN PEMBELAJARAN LARI *SPRINT*

Oleh
Syamsul Jabbar Alamsyah
2106529

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan jala ikan terhadap pembelajaran lari sprint pada 30 siswa kelas lima di SDN Sekarwangi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu dengan memilih siswa secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu, salah satunya adalah siswa yang memiliki nilai pendidikan jasmani di bawah 85. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes lari sprint 60 meter yang dilakukan sebelum perlakuan dan akhir setelah perlakuan (*pretest-posttest*). Penilaian dilakukan menggunakan rubrik penilaian yang mencakup tiga aspek utama, yaitu; teknik start, teknik berlari, dan teknik memasuki garis finish. Masing-masing aspek dinilai berdasarkan kriteria keterampilan yang telah ditentukan, guna mengukur kualitas kinerja siswa secara menyeluruh dalam tes lari *sprint*. Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa data pretest memiliki nilai signifikansi sebesar 0,179 dan posttest sebesar 0,050, yang keduanya lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Selanjutnya data diuji menggunakan uji paired sample t test, dan diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,021 < 0,05$, yang berarti H_1 diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan antara hasil pretest dan posttest setelah penerapan permainan jala ikan. Pada analisis regresi diperoleh nilai R-Square sebesar 0,386, yang menunjukkan bahwa 38,6% dari variabilitas dalam variabel dependen (posttest) dapat dijelaskan oleh variabel independen (pretest), sedangkan sisanya sebesar 61,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa permainan jala ikan berpengaruh terhadap hasil pembelajaran lari sprint pada siswa.

Kata Kunci: Lari *Sprint*, Pembelajaran, Permainan jala ikan

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF THE IMPLEMENTATION OF FISH NET GAMES ON SPRINT RUNNING LEARNING ABILITY

By

Syamsul Jabbar Alamsyah

2106529

This study aims to determine the effect of the fish net game on sprint running learning among 30 fifth-grade students at SDN Sekarwangi. The method used in this study is a quantitative method with a one-group pretest-posttest pre-experimental design. The sampling technique used is purposive sampling, which involves deliberately selecting students based on specific criteria, one of which is students who have physical education scores below 85. The instrument used in this study is a 60-meter sprint test conducted before and after the treatment (pretest-posttest). The assessment was conducted using a scoring rubric that encompasses three main aspects, namely; starting technique, running technique, and finishing technique. Each aspect is assessed based on predetermined skill criteria to measure the overall performance quality of students in the sprint running test. Based on the results of the normality test, it was found that the pretest data had a significance value of 0.179 and the posttest data had a significance value of 0.050, both of which are greater than 0.05, thus it can be concluded that the data is normally distributed. Next, the data were tested using the paired sample t-test, and a significance value of $0.021 < 0.05$ was obtained, which means H_1 is accepted and H_0 is rejected. This indicates a difference between the pretest and posttest results after the implementation of the fish net game. In the regression analysis, an R-Square value of 0.386 was obtained, indicating that 38.6% of the variability in the dependent variable (posttest) can be explained by the independent variable (pretest), while the remaining 61.4% is influenced by other factors. Thus, it can be concluded that the fish net game has an impact on the sprint running learning outcomes of the students.

Keywords: Fishing net game, Learning, Sprint

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
KATA PENGANTAR	iii
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Permainan Tradisional	10
2.1.1 Tujuan Permainan Tradisional	12
2.1.2 Manfaat Permainan Tradisional	13
2.2 Permainan Tradisional Jala Ikan	14
2.2.1 Tujuan Permainan Tradisional Jala Ikan	16
2.2.2 Manfaat Permainan Tradisional Jala Ikan	17
2.3 Lari Sprint.....	18
2.4 Keterkaitan Permainan Jala Ikan dengan Lari Sprint	19
2.5 Penelitian yang Relevan.....	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	22
3.1 Desain Penelitian	22

3.2 Populasi dan Sampel.....	23
3.2.1 Populasi.....	23
3.2.2 Sampel.....	23
3.3 Intrumen Penelitian.....	24
3.4 Program Latihan	26
3.5 Prosedur Penelitian	29
3.6.1 Tahapan Persiapan	29
3.6.2 Tahapan Pelaksanaan	29
3.6.3 Analisis Hasil Data.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Hasil.....	33
4.1.1 Analisis Hasil Pretest-Posttest.....	33
4.1.2 Uji Prasyarat (normalitas)	35
4.1.3 Uji Hipotesis (paired sample test).....	36
4.1.4 Uji Pembeda (r-square)	37
4.2 Pembahasan	38
4.2.1. Pengaruh penerapan permainan jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari <i>sprint</i>	38
4.2.2. Besarnya pengaruh permainan jala ikan terhadap kemampuan pembelajaran lari <i>sprint</i>	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	40
5.1 Simpulan.....	40
5.2 Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	46
RIWAYAT HIDUP	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Penilaian Tes Lari Sprint 60 Meter	24
Tabel 3. 2 Program Pertemuan Latihan	26
Tabel 4. 1 Data Hasil Pretest dan Posttest.....	33
Tabel 4. 2 Rekapitulasi Statistik Eksperimen	35
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas	36
Tabel 4. 4 Hasil Uji Paired Samples Test	37
Tabel 4. 5 Uji R-Squared	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Permainan Jala Ikan	14
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Pembimbing	46
Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Penelitian	47
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian	48
Lampiran 4 Lembar Monitoring Bimbingan.....	49
Lampiran 5 Instrumen Penelitian	50
Lampiran 6 Validasi Intrumen	52
Lampiran 7 Program Latihan	53
Lampiran 8 Lembar Penilaian Pretest dan Posttest Lari Sprint 60 Meter	57
Lampiran 9 Hasil Pretest dan Posttest.....	58
Lampiran 10 Uji Normalitas	59
Lampiran 11 Uji Paired Sample Test.....	59
Lampiran 12 Uji R-Square	59
Lampiran 13 Submit Artikel	60
Lampiran 14 Email Koresponding.....	60
Lampiran 15 Bukti Pembayaran Artikel	60
Lampiran 16 LoA.....	61
Lampiran 17 Artikel.....	62
Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian.....	71

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. I., Sudirman, & Mahsam. (2023). Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Melalui Ice Breaking Dalam Pembelajaran PJOK. *Journal Sport Science*, 1(April), 368–374.
- Anggita, Siti Baitul Mukarromah, M. A. A. (2018). Anggita 2018. *Journal of Sport Science and Education (Jossae)*, 3.
- Anggraeni, D., & Sutiarsih, S. (2018). *Peningkatan hasil belajar gerak dasar melempar melalui pendekatan bermain Improved results of learning basic motion throw through a play approach*. 14(1), 11–17.
- Anjarini, T. (2017). ELSE (Elementary School Education Journal): Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar Strategi, Model, Media, dan Teknologi Pembelajaran di Sekolah Dasar. *Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 1 nomor 2b, 141–153.
- ARAFFI, R. (2018). *Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Lari Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas Ii Sdn Kayu Manis 01 Pagi Matraman Jakarta*.
- Ari Iswanto. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif. *Majalah Ilmiah Olahraga*, 48(2), 39–62.
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Ariyanto, A., Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 78–91.
- Ayu, G., Candra, R., & Sustiawati, N. L. (2021). Nilai-nilai Pendidikan Dalam Permainan. *September*.
- Budi, D. R. (2021). *Modifikasi pembelajaran pendidikan jasmani*.
- Budi, D. R., Soedirman, U. J., Listiandi, A. D., & Soedirman, U. J. (2021). *Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani Model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani Abstrak*. January.
- Cendhani, R. K. (2018). *Pengaruh Permainan Menjala Ikan Terhadap Pengembangan Kemampuan Bersosialisasi (Penelitian Pada Siswa Kelompok A Di Raudhatal Athfal Muslimat NU*.
- Dewi, A. P., Hodijah, O., & Delisma, O. (2023). Pemanfaatan Permainan Tradisional Di Tengah Maraknya Gadget Pada Anak Usia Sekolah Dasar (Studi Kasus terhadap Siswa di SDN 231 Suka Asih Mandalajati Bandung). *Midang*, 1(2), 75–81.
- Durratus Sa'diyah. (2023). Permainan Tradisional dalam Meningkatkan Aspek Perkembangan Moral Anak SD. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55–66.
- Fadhilah, N. (2024). *Traditional Game-Based Learning Innovation to Develop Social Skills of Elementary School Students*. 1(3), 26–37.
- Firmansyah, A., & Rumini, R. (2022). Pengaruh Metode Latihan Up Hill dan Angkling

- (B Running) Menggunakan Beban Karet Resistance Pada Atlet Sprinter 100 Meter Siswa SMAN 2 Purbalingga. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 469–478. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.58972>
- Giri, Gusti; Trisnawati, Ida; Sustiwati, N. (2023). Pengaruh Pendidikan Jasmani dan Olahraga Terhadap Karakter Siswa. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 1(2), 78–88. <https://doi.org/10.58707/isj.v1i2.550>
- Hamdani, H. R., Rizal, F., Shaleh, F. D. A., Zulfan, M., & Alpian, Y. (2024). Pengaruh Metode Jarimatika Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Sekolah Dasar. *Khazanah Pendidikan*, 18(1), 65. <https://doi.org/10.30595/jkp.v18i1.20751>
- Hanafiah, M. A., Martiani, M., & Dewi, C. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Numbered Head Together (NHT) terhadap Motivasi Belajar pada Permainan Bola Basket Siswa SMP. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(6), 5213–5219. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i6.1655>
- Handayani. (2022). Analisis Gerak Keterampilan Atletik Nomor Lari Sprint 100 Meter Siswa SMP Negeri 14 Muaro Jambi. *Jurnal Pion*, 2(1), 1–8.
- Handoko, Dwi; Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Dalam. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 2(1), 1–7.
- Hardini, L. (2024). Peran Pendidikan Jasmani dalam Membangun Kesehatan Mental dan Fisik Mahasiswa PJKR Universitas Negeri Semarang: Tinjauan dari Perspektif Prodi PJKR. *Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan*, 3(2), 264–272.
- Hidayat, A. S. R. (2020). *Teori Bermain Dalam Pendidikan Jasmani* (U. Nugroho (ed.); hal. 119). CV.Sarnu Untung.
- Hidayat Taufiq & Kurniawan Deddy. (2015). Pengaruh Modifikasi Permainan Bolavoli Terhadap Kerjasama Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas X Boga 1 SMKN 3 Probolinggo). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 03(1), 20–24.
- Indriwati, B. W., & Nugroho, D. (2017). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat. *Phedheral*, 14(2), 38. <https://doi.org/10.20961/phduns.v14i2.50556>
- Jafar, M., Rahmat, Z., & Irfandi. (2022). Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan Analisis Kemampuan Lari Jarak Pendek (Sprint) 100 Meter Pada Siswa Sma Negeri 1 Kota Banda Aceh Analysis Of Short Distance Running Ability (Sprint) 100 Meters On Students Of Sma Negeri 1 Banda Aceh City Jurnal Ilmiah. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 10 Nomor 1(2338–6029), 33–43.
- Juyinah, J., & Mudzakir, D. O. (2022). The effect of traditional games on children's social attitudes in Physical education learning. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 12(1), 12.
- Lengkana, A. S. (2016). Analisis Deskriptif Tentang Hubungan Kemampuan Siswa Melakukan Tes Harvard terhadap Kecepatan Lari Jarak 400 Meter pada Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri 1 Tanjungsari. *Jurnal Olahraga*, 2(2), 52–62.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam

- Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12.
- Mudzakir, D. O. (2020). Pengaruh Permainan Olahraga Tradisional Terhadap Motivasi Dalam Pembelajaran Penjas Di Sekolah Dasar. *Jurnal Maenpo: Jurnal Pendidikan Jasmani kesehatan dan rekreasi*, 10(1), 44–49.
- Mulyadi, M. D. (2018). Pengaruh Gaya Mengajar Komando Terhadap Hasil Belajar Long Pass Sepakbola Di Smp Pgri Cikembar Kabupaten Sukabumi Tahun 2018. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Muslihini, H. Y., Respati, R. (2021). Manfaat Permainan Tradisional Untuk Peningkatan Tumbuh Kembang Anak. *Prosiding SEMDIKJAR ...*, 82–88.
- Narlan, A., Priana, A., & Gumilar, R. (2023). Pengaruh Dryland Swimming Workout Terhadap Peningkatan Vo2Max Dalam Olahraga Renang. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(1), 119–124.
- Nurhaeni, A. (2021). Upaya peningkatan permainan tradisional menjala ikan melalui kemampuan motorik kasar pada anak usia dini. *Jurnal Ceria (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 4(5), 570–576.
- Nurhayati, C. (2018). Analisis Gerak Nomor Lari Sprint 100 Meter Putra Cabang Olahraga Atletik. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 2(1), 1–7.
- Nurwahidah, Maryati, S., Nurlaela, W., & Cahyana. (2021). Permainan Tradisional Sebagai Sarana Mengembangkan Kemampuan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(02), 49–61. <https://doi.org/10.31849/paud-lectura.v4i02.6422>
- Pahliwandari, R. (2016). Penerapan Teori Pembelajaran Kognitif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan. *Pendidikan Olahraga*, 5, 154–164.
- Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyoogo, W. D. (2019). Perencanaan dan Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(1), 110.
- Panggraita, G. N., Tresnowati, I., & Putri, M. W. (2020). Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani. *Jendela Olahraga*, 5(2), 27–33.
- Pasaribu, A. M. N. (2020). Modul Guru Pembelajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. In *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Prabowo, A. Y., Jariono, G., & Sistiasih, V. S. (2022). Penerapan Modifikasi Permainan Tradisional Jala Ikan Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Passing Sepak Bola Pada Siswa Kelas IV SDN 2 Suruhkalang. *JPOS (Journal Power Of Sports)*, 5(2), 128–138.
- Qomariah, D. N., & Hamidah, S. (2022). Menggali Manfaat Permainan Tradisional Dalam Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar: Konteks Anak Usia Dini. *Jendela PLS*, 7(1), 8–23.
- Reski. (2019). Kontribusi kecepatan reaksi kaki dan kelentukan terhadap kemampuan lari 100 meter pada mahasiswa pko fik unm. *Universitas Negeri Makassar*.
- Ruswan, A., Iskandar, S., Kasmad, M., & Mujono, M. (2020). Latihan Permainan

- Menjala Ikan Untuk Meningkatkan Kemampuan Gerak Jasmani Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pedagogiana*, 8(4), 1–14.
- Saputra, N. E., & Ekawati, Y. N. (2017). Permainan Tradisional Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Dasar Anak Tradisional Games in Improving Children'S Basic Abilities. *Jurnal Psikologi Jambi*, 2(2), 48–53.
- Seran, E., & Kurniati, E. (2019). Identifikasi Permainan Tradisional Busa No Manu Dan Perannya Dalam Mengembangkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini. *Edusentris: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 6(1), 1–12.
- Sudirjo, Encep; Alif, M. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani* (M. S. Dr. Tatang Muhtar (ed.)). UPI Sumedang Press.
- Syamsurrijal, A. (2020). Bermain Sambil Belajar: Permainan Tradisional Sebagai Media Penanaman Nilai Pendidikan Karakter. *ZAHRA: Research and Tought Elementary School of Islam Journal*, 1(2), 1–14.
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(3), 395.
- Widiyanti, L., Muslihin, H. Y., & Taopik, R. (2023). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Tradisional Jaring Ikan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 5(1), 4093–4096.
- Yosinta, S. I., Nasirun, M., & Syam, N. (2016). Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Lompat Kodok Septi Islinia Yosinta. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 1(1), 56–60.
- Yulastri, L. (2020). *Efektivitas Permainan Menjala Ikan Dalam Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Bungong Seuleupok Banda Aceh*. 2507(February), 1–9.