

**PENGARUH AKTIVITAS FISIK BERBASIS PERMAINAN TRADISIONAL  
LOMPAT TALI TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PESERTA DIDIK  
KELAS IV SDN 056006 PEMATANG BULUH**

Nurul Anggraini<sup>1</sup>, Winara<sup>2</sup>, Laurensia M. Perangin Angin<sup>3</sup>, Husna Parluhutan  
Tambunan<sup>4</sup>, Khairul Usman<sup>5</sup>

PGSD Universitas Negeri Medan

Alamat e-mail : nurulanggraini2104@gmail.com

**ABSTRACT**

*This research aims to find out how much the increase in the physical activity of traditional jumping rope games affects the rugged motor skills of grade IV students of SDN 056006 Pematang Buluh TA. 2024/2025. The quantitative method was used in this study, with the type of Pre-Experimental Design and using the One-Group Pretest-Posttest Design research design in this study design there is a pretest, before treatment. The population in this study was all class IV at SDN 056006 Pematang Buluh which numbered 23 people. All students in grade IV SDN 056006 Pematang Buluh, which is 23 students, are included in this study sample. The technique used is non probability sampling, which is total sampling technique. The pretest showed 52.2% of students had poor motor skills. The results of the posttest show 78.3% of students have good rough motor skills. This means that the crude motor skills in Class IV of SDN 056006 Pematang Buluh increased by 30.5% after receiving treatment in the form of physical activity. Hypothesis test results obtained a  $p < 0.001$  value much less than the general significance level of 0.05, hence  $H_0$  was rejected and  $H_a$  was accepted. So that it can be concluded that the traditional rope jumping game is significantly proven to improve the rough motor skills of grade IV students of SDN 056006 Pematang Buluh T.A 2024/2025.*

*Keywords: Physical Activity, Traditional Jumping Rope Game, Rough Motorcycle Ability.*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar Peningkatan pengaruh aktivitas fisik permainan tradisional lompat tali terhadap kemampuan motorik kasar ada peserta didik kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh TA. 2024/2025. Metode kuantitatif digunakan dalam penelitian ini, dengan jenis *Pre-Eksperimental Designs* dan menggunakan desain penelitian *One-Group Pretest-Posttest Design* pada desain penelitian ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas IV di SDN 056006 Pematang Buluh yang berjumlah 23 orang. Semua siswa di kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh, yaitu 23 orang peserta didik, termasuk dalam sampel penelitian ini. Teknik yang digunakan yaitu *non probability sampling*, yaitu Teknik sampel total. Hasil *pretest* menunjukkan 52,2% peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang kurang baik. Hasil *posttest* menunjukkan 78,3% peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang baik. Hal ini berarti kemampuan motorik kasar di kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh meningkat 30,5% setelah mendapatkan perlakuan berupa

aktivitas fisik. Hasil uji hipotesis diperoleh nilai  $p < 0,001$  jauh lebih kecil dari tingkat signifikansi umum 0.05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan permainan tradisional lompat tali secara signifikan terbukti dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh T.A 2024/2025.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Permainan Tradisional Lompat Tali, Kemampuan Motorik Kasar.

## **A. Pendahuluan**

Masyarakat umumnya berfikir bahwa anak-anak yang tinggal di pedesaan tidak akan terlalu banyak terpapar *gadget* dikarenakan minimnya akses teknologi. Pada kenyataannya tidak semua seperti itu, akses teknologi semakin berkembang pesat di Sebagian besar pedesaan. Banyak anak-anak yang tinggal di pedesaan terbiasa menghabiskan waktunya dengan bermain *smartphone*, *PlayStation*, dan menonton televisi sedari kecil. Banyaknya waktu anak yang dihabiskan bermain *gadget* tentunya menyebabkan mereka kecanduan dan berdampak negatif pada perkembangan motorik anak. Ifflahathul Chasanah dkk. (2023, h. 2) menjelaskan dampak kecanduan *gadget* pada perkembangan motorik anak bahwa, perkembangan teknologi memiliki banyak dampak positif bagi anak, tetapi perkembangan teknologi juga dapat berdampak negatif pada

mereka dalam beberapa kasus. Salah satu dampak yang tidak menyenangkan adalah munculnya rasa ketergantungan pada *gadget*. Akibat dari kecanduan ini, anak-anak akan menjadi semakin bergantung pada *gadget*, yang nantinya dapat menyebabkan mereka menggunakan *gadget* yang berlebihan. Penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak dapat memberikan dampak pada perkembangan motorik kasar anak. Perkembangan motorik kasar anak yang kecanduan *gadget* akan cenderung melambat dikarenakan minimnya pergerakan atau aktivitas fisik pada anak.

Shengchuan Sun dan Changzhou Chen (2024, h. 2) menyatakan, perkembangan motorik kasar siswa sangat penting untuk mendukung kegiatan fisik dan pembelajaran sehari-hari dalam pendidikan dasar. Perkembangan motorik kasar anak sangat dipengaruhi oleh gerakan

melompat, berlari, dan koordinasi anggota tubuh dalam aktivitas permainan lompat tali tradisional. Diharapkan dengan berpartisipasi dalam permainan ini, siswa dapat meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, dan keseimbangan mereka (Yuli Tri Andini dkk., 2022, h. 106).

Dari beberapa referensi penelitian yang ada, tidak banyak ditemukan penelitian mengenai kemampuan motorik kasar peserta didik pada usia 9-10 tahun yaitu pada anak kelas IV SD. Syamsur Rizal (2021, h. 375) menyatakan, hampir semua anak mengalami fase pertumbuhan yang signifikan atau pertumbuhan yang lebih cepat. Selama tahap perkembangan, anak mulai aktif melakukan aktivitas fisik yang meningkatkan daya tahan dan mengeluarkan energi. Di sekolah dasar, kemajuan dalam kemampuan motorik anak-anak kelas usia 9-10 tahun dapat dilihat dari peningkatan keterampilan gerakan olahraga dan peningkatan frekuensi dan intensitas aktivitas fisik.

Namun, pada kenyataannya. Dilihat dari hasil *pretest* yang dilakukan peneliti pada hari Selasa, tanggal 10 September 2024 dengan

menggunakan instrumen tes yang berfungsi sebagai acuan norma dan kriteria standar yang mengukur kemampuan motorik kasar pada anak-anak usia 3-10 tahun yaitu *Test of Gross Motor Development-Second Edition* (TGMD-2), pada siswa kelas IV SDN 056005 Pematang Buluh ini banyak siswa yang memiliki nilai dibawah kategori rata-rata. Siswa dengan kemampuan motorik kasar yang baik seharusnya memiliki hasil nilai kategori rata-rata atau diatas rata-rata. Namun pada *pretest* yang sudah dilakukan pada 23 siswa kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh, hanya 10 orang siswa yang mendapatkan nilai rata-rata dan 1 orang siswa diatas rata-rata.

Selain itu, dari pengamatan dan wawancara yang dilakukan peneliti pada hari Rabu, 11 September bersama dengan bapak Ruslan, S.Pd guru olahraga di SD Negeri 056006 Pematang Buluh menunjukkan bahwa keterampilan motorik anak-anak di era teknologi modern telah mengubah cara mereka menghabiskan waktu saat sepulang sekolah. Kebanyakan dari mereka lebih banyak menghabiskan waktunya dengan *gadget* dan *playstation*. Ini dapat dibuktikan dari sikap mereka yang

sering mengeluh lelah jika diminta melakukan Gerakan-gerakan seperti lompat jauh, lari jarak jauh, dan Gerakan-gerakan jasmani yang dapat melatih kemampuan motorik kasar lainnya. Tentunya ini dikarenakan mereka tidak terbiasa melakukan permainan yang melibatkan aktivitas fisik.

Dari pendapat tersebut peneliti menyimpulkan bahwa guru harus mengetahui bahwa sangat penting dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar siswa mereka. Peneliti memilih lompat tali sebagai media, karena lompat tali dapat dilakukan diluar ataupun di dalam ruangan. Lompat tali diharapkan dapat mendorong mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas di dalam ruangan. Oleh karena itu, ini dapat menjadi awal yang baik untuk mengubah kebiasaan mereka yang jarang beraktivitas fisik dalam melakukan permainan. Penelitian ilmiah harus dilakukan untuk menentukan apakah kemampuan motorik kasar anak-anak pada usia 9-10 tahun dapat ditingkatkan melalui permainan lompat tali tradisional. Permainan lompat tali ini diharapkan selain mendorong kegiatan fisik yang sehat, tetapi juga membantu

memastikan bahwa permainan tradisional tetap relevan dan bertahan dalam masyarakat modern.

Dengan melihat aspek-aspek diatas, peneliti berpendapat bahwa penelitian ini sangat penting untuk memberikan dasar penelitian yang lebih mendalam tentang bagaimana permainan lompat tali tradisional mempengaruhi pertumbuhan anak-anak pada usia 9 hingga 10 tahun di sekolah dasar. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk membuat kebijakan pendidikan yang lebih komprehensif atau program intervensi. yang membantu anak-anak dalam berbagai aspek kehidupan mereka untuk berkembang secara optimal.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, menggunakan jenis *Pre-Eksperimental Designs* dan menggunakan desain satu kelompok *pretest posttest*. Ada *pretest* sebelum perlakuan. Dengan menggunakan desain ini, hasil dapat diketahui dengan lebih akurat karena dapat membandingkannya dengan keadaan sebelum perawatan. Sebagaimana dijelaskan Sugiyono (2024, h. 114),

desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Keterangan :  $O_1 - O_2$

$O_1$  = nilai pretest

$O_2$  = nilai posttest

Pengaruh aktivitas fisik berbasis permainan lompat tali tradisional dengan keterampilan motorik kasar peserta didik kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh =  $O_1 - O_2$ .

### C. Hasil Penelitian

Sebelum diberi perlakuan, siswa diberikan *pretest* terlebih dahulu dengan tujuan untuk mengetahui kemampuan awal siswa. Selanjutnya, diberikan *posttest* untuk mengetahui kemampuan siswa setelah diberikan perlakuan. Hasil *pretest* pada kelompok sampel.

Selanjutnya data yang telah dikonversikan pada norma, masing-masing akan dianalisis sesuai dengan penghitungan berikut.

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

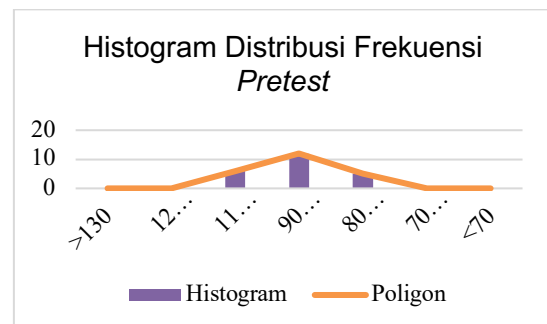
Keterangan:

$f$  = frekuensi yang sedang dicari persentasenya

$N$  = jumlah banyaknya individu

$P$  = angka persentase

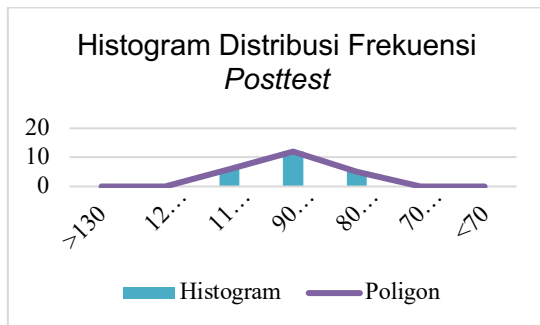
Tujuan penelitian memperoleh informasi terkait tingkat keterampilan motorik kasar dengan memanfaatkan *Test of Gross Motor Development-2*. Berdasarkan perolehan analisis data, diperoleh tingkatan kemampuan motorik kasar. Total sampel pada penelitian ini berjumlah 23 peserta didik SD Negeri 056006 Pematang Buluh, Kecamatan Secanggang, Kabupaten Langkat. Berikut data hasil tes keterampilan motorik kasar. Hasil *pretest* menunjukkan 52,2% subjek penelitian memiliki kemampuan motorik kasar yang kurang baik, dan 47,8% sisanya memiliki kemampuan motorik kasar yang baik.



**Gambar 1. Histogram Distribusi Frekuensi Pretest**

Merujuk pada paparan hasil distribusi frekuensi tersebut dapat dikemukakan bahwa pada *pretest* kemampuan motorik kasar kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh dengan 1 siswa berada di atas rata-rata, 10 berada di bawah rata-rata, 6 berada di bawah rata-rata, dan 6 berada di

kategori rendah. Tidak ada yang berkategori adalah sangat unggul, unggul, dan sangat rendah. Hasil *posttest* menunjukkan 78,3% peserta didik dengan kemampuan motorik kasar yang baik, dan 21,7% sisanya dengan kemampuan motorik kasar yang baik.



**Gambar 2. Histogram Distribusi Frekuensi Posttest**

Merujuk pada paparan hasil distribusi frekuensi tersebut dapat dikemukakan bahwa pada *posttest* kemampuan motorik kasar kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh dengan 8 siswa di atas rata-rata, 10 di bawah rata-rata, dan 5 di bawah rata-rata. Tidak ada siswa dengan berkategori adalah sangat unggul, unggul, rendah dan sangat rendah.

Hasil *pretest* kemampuan motorik kasar menunjukkan nilai rata-rata 91, dengan standar deviasi 11,83 dan hasil *posttest* kemampuan motorik kasar yang sudah dilakukan menunjukkan nilai rata-rata 100, dengan standar deviasi 10,93.

## 1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dilakukan menggunakan uji *Shapiro-Wilk*, dikarenakan sampel pada penelitian ini berjumlah <50 orang. Uji normalitas *Shapiro-Wilk* digunakan dengan SPSS 30.

**Tabel 2. Tests of Normality**

|          | Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup> |    |      | Shapiro-Wilk |    |      |
|----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
|          | Statistic                       | df | Sig. | Statistic    | df | Sig. |
| Pretest  | .152                            | 23 | .180 | .933         | 23 | .127 |
| Posttest | .173                            | 23 | .071 | .916         | 23 | .055 |

Berdasarkan hasil SPSS 30 dari data diatas menunjukkan data *pretest*, nilai sig. adalah 0,127 >0,05 yang berarti data *pretest* berdistribusi normal. Pada data *posttest*, nilai sig. 0,055 >0,05 ini juga berarti data *posttest* berdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas memastikan bahwa perbedaan hasil yang ditemukan tidak disebabkan oleh perbedaan variansi antara kelompok, melainkan oleh pengaruh dari variabel yang diteliti, yaitu permainan lompat tali. Jika hasil uji menunjukkan bahwa data memiliki variansi yang homogen, maka asumsi untuk melakukan uji parametrik terpenuhi.

Uji *Levene* digunakan dalam SPSS 30 untuk menguji homogenitas data. Data siswa dianggap berdistribusi normal jika nilai probabilitas atau signifikansi uji *Levene*  $> 0,05$ .

Dalam uji homogenitas varians, kita membandingkan nilai signifikansi dengan tingkat signifikansi yang umum digunakan, yaitu 0,05. Jika nilai signifikansi  $> 0,05$ . Data dianggap memiliki varians yang homogen (sama). Dilihat dari *output Levene's Test of Homogeneity of Variances* diatas, nilai signifikansi (Sig.) untuk setiap jenis perhitungan: *Based on Mean*: 1,000  $> 0,05$ . *Based on Median*: 0,903  $> 0,05$ . *Based on Median and with adjusted df*: 0,903  $> 0,05$ . *Based on trimmed mean*: 0,988  $> 0,05$ . Dalam uji homogenitas varians, membandingkan nilai signifikansi dengan tingkat signifikansi yang umum digunakan, yaitu 0,05. Berdasarkan *output Levene's Test of Homogeneity of Variances* di atas, semua nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data diatas homogen.

### 3. Uji Hipotesis

Setelah uji persyaratan data dilakukan, diketahui bahwa sampel berdistribusi normal dan memiliki

varian yang sama atau homogen. Kemudian uji hipotesis dilakukan. Karena desain penelitian adalah *pretest* dan *posttest*, dan jumlah sampel adalah 23, uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Paired Sample T-Test*.

Berdasarkan pedoman pengambilan keputusan dalam uji *Paired Sample T-Test*, nilai Signifikansi *p-value* Pada kolom *Significance Two-Sided p*, nilai yang tertera adalah  $< .001$ . Ini berarti nilai *p* atau *p-value* kurang dari 0.001. Kriteria Penolakan Hipotesis Nol: Dalam pengujian hipotesis, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak jika nilai signifikansi *p-value* lebih kecil dari tingkat signifikansi  $\alpha$  yang ditetapkan yaitu  $\alpha = 0,05$ . Tingkat signifikansi yang umum digunakan adalah 0.05.

**Ho:** Tidak ada Pengaruh Aktivitas Fisik Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh.

**Ha:** Adanya Pengaruh Aktivitas Fisik Permainan Tradisional Lompat Tali Terhadap Kemampuan Motorik Kasar

Pada Peserta Didik Kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh.

Karena nilai  $p < 0,001$  jauh lebih kecil dari tingkat signifikansi umum 0.05, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

#### **D. Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* menunjukkan 52,2% peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang kurang baik, dan 47,8% peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang baik. Hasil *posttest* menunjukkan 78,3% peserta didik memiliki kemampuan motorik kasar yang baik, dan 21,7% memiliki kemampuan motorik kasar yang kurang baik. Ini menunjukkan bahwa setelah perlakuan, kemampuan motorik kasar siswa kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh meningkat 30,5%.

Permainan tradisional lompat tali secara signifikan terbukti dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh T.A 2024/2025. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* peserta didik dari 91 menjadi 100. Melalui uji hipotesis diperoleh nilai  $p < 0,001$  jauh lebih kecil dari

tingkat signifikansi umum 0.05, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

Hal ini sejalan dengan penelitian Oktami dkk., (2021, h. 54) yang berjudul Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. Penelitiannya membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara permainan lompat tali terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Dilihat dari hasil dan pembahasannya dapat diketahui bahwa berdasarkan perhitungan Uji-T test diperoleh T-hitung 11,36 lebih besar dari T-tabel 2,57 dan ditetapkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima karena T-hitung  $>$  T-tabel yaitu  $11,36 > 2.57$ .

#### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan, peneliti dapat menyimpulkan bahwa permainan lompat tali tradisional secara signifikan dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar tidak hanya dikelas rendah namun juga di kelas tinggi, khususnya pada kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh T.A 2024/2025. Nilai rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa nilai motorik kasar peserta didik dari 91

menjadi 100. Melalui uji hipotesis diperoleh nilai  $p < 0,001$  jauh lebih kecil dari tingkat signifikansi umum 0.05, maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional lompat tali dapat memberikan dampak terhadap kemampuan motorik kasar peserta didik kelas IV SDN 056006 Pematang Buluh. Dengan adanya fakta tersebut, maka guru PJOK dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan permainan tradisional lompat tali ke dalam program pembelajaran sebagai salah satu alternatif aktivitas fisik yang menyenangkan dan efektif untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar peserta didik khususnya kelas 4 SD.

## **DAFTAR PUSTAKA**

### **Buku :**

- Sudjana. (1996). *Metoda Statistika*. Bandung: TARSITO. Retrieved from <https://online.flipbuilder.com/unindrapustaka/ambt/>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.

Sugiyono. (2024). *Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. (Sutopo, Ed.) Bandung: ALFABETA.

Ulrich, D. (n.d.). *Test of Gross Motor Development Second Edition*.

### **Artikel in Press :**

- Andini, Y. T., Syamsudin, M. A., & Ulansari, F. (2022). Pengaruh Permainan Lompat Tali terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*, 97-108. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/366147959\\_Pengaruh\\_Permainan\\_Lompat\\_Tali\\_Terhadap\\_Perkembangan\\_Motorik\\_Kasar\\_Anak\\_Usia\\_Dini](https://www.researchgate.net/publication/366147959_Pengaruh_Permainan_Lompat_Tali_Terhadap_Perkembangan_Motorik_Kasar_Anak_Usia_Dini)
- Cava, P. (2022, Desember 20). Children's Developmental Milestones: Gross and Fine Motor Skills. Retrieved from <https://www.brownhealth.org/better-well/childrens-development-milestones-gross-and-fine-motor-skills>
- Novi, M. (2016). *Super Asyik Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Diva press.

- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., Meester, A. D., Haerens, L., Tartwijk, J. v., & Martelaer, K. D. (2019). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 1-17. Retrieved from [https://www.researchgate.net/profile/Katrijn-Opstoel/publication/337050616\\_Personal\\_and\\_social\\_development\\_in\\_physical\\_education\\_and\\_sports\\_A\\_review\\_study/links/5dc29550a6fdcc212808ca35/Personal-and-social-development-in-physical-education-and-sports-A-re](https://www.researchgate.net/profile/Katrijn-Opstoel/publication/337050616_Personal_and_social_development_in_physical_education_and_sports_A_review_study/links/5dc29550a6fdcc212808ca35/Personal-and-social-development-in-physical-education-and-sports-A-re)
- Pratama, H. G., & Santoso, D. A. (2020). Analisis Motorik Halus Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Di SDN 1 Sumbergedong Trenggalek. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga*, 1-5.
- Putri, O. M., Qalbi, Z., Delrefi, & Putera, f. R. (2021). Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Ilmiah PESONA PAUD*, 46-55.
- Putri, O. M., Qalbi, Z., Delrefi, & Putera, R. F. (2021). Pengaruh Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Ilmiah PESONA PAUD*, 46-55. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/522183-none-14a2b5de.pdf>
- Rizal, S. (2021, September). Perkembangan Fisik Anak Usia Dasar. *Jurnal Pendidika dan Dakwah*, 366-383.
- Wang, L., & Wang, L. (2024, Maret 12). Relationships between Motor Skills and Academic Achievement in School-Aged Children and Adolescents: A Systematic Review. *Global Pediatric Health*, 1-14. Retrieved from <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10969452/>
- WHO. (2024, Juni 26). Aktivitas Fisik.

- WHO. (2024, Juni 26). Aktivitas Fisik. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Wulandari, L. R. (2023, November 29). Aktivitas Fisik, Kegiatan Harian yang Baik untuk Tubuh dan Jiwa. Retrieved from <https://hellosehat.com/kebugaran/minimal-aktivitas-fisik-bagi-orang-dewasa/>
- Yustanta, B. F. (2024, Agustus 03). Stimulasi Permainan Lompat Tali Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Prasekolah. *Spikesnas*, 1064-1072. Retrieved from <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKesNas/index.php/MOO>
- Yustini, Jaihar, S., & Dachlan, D. M. (2013). Analisis Status Gizi dan Aktivitas Fisik Dengan Ketahanan Fisik Siswa di Sekolah polisi Degara (SPN) Batua Makassar, Sulawesi Selatan. 1-12.
- Jurnal :**
- Ahmad, N. Y., & Verawati, I. (2021). Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Terhadap Keterampilan Gerak Lompat Pada Siswa TKQ Baiturrahman Medan. *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*. Retrieved from <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ko/article/view/29451>
- Fadhullah, R. F., & Wiguno, T. L. (2020, Agustus 23). Pertumbuhan dan Perkembangan Motorik Kasar Pada Kelas Rendah Sekolah Dasar Pada Kelas Rendah Sekolah Dasar. *Sport Science and Health*, 401-414. Retrieved from <https://journal3.um.ac.id/index.php/fik/article/view/1747/1344>
- Hadi, M., & Saputra, D. I. (2024). Hubungan Kemampuan Motorik Siswa Dengan Hasil Belajar Penjaskes Di SDN 50/IV Lubuk Mentilin kecamatan Jangkat. *Jurnal Muara Olahraga*, 16-26.
- I. C., Nur Ajizah, R. U., & I. J. (2023). Parenting Disiplin waktu Penggunaan Gawai(Gadget) Pada anak Usia Sekolah. *Journal of Education*, 1-11.
- Joshi, D. (2021, December 12). Impact of Sports in Social Skills Development of Students. *International Journal of Creative Research Thoughts*,

- 770-777. Retrieved from <http://www.ijcrt.org/>
- Kamaludin, Ngadiman, Festiawan, R., Kesuma, I. J., & Febriani, A. R. (2020). Pengembangan Permainan Pecah Piring Sintren: Pemanfaatan Olahraga Tradisional Pada . *Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 37-45.
- Kiram, Y., Bakri, I., Komaini, A., Damrah, & Inspirasi. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar, Aktivitas Bermain, dan Perawatan Orang Tua Terhadap Keterampilan Motorik Anak. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 732-752.
- Maryati, L., Kristiyandaru, A., & Arief, N. A. (2023, Maret). Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kemampuan Motorik Kasar Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Program Studi Pendidikan jasmani dan Kesehatan*, 76-85. Retrieved from <https://ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/penjas/article/view/2945/pdf>
- Megawati, R., Jamil, Z. A., & Jamilah. (2023, Oktober). Permainan Tradisional Lompat Tali dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Journal of Children's Education and Learning Research*, 52-60.
- Saripudin, A. (2019, Agustus). Analisis Tumbuh Kembang Anak Ditinjau Dari Aspek Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Equalita*, 114-130. Retrieved from <https://syekhnuurjati.ac.id/jurnal/index.php/equalita/article/view/5161/2435>
- Solehah, R. A., & Gumindari, S. (2023, Mei). Penerapan Permainan Tradisional Lompat Tali dalam Melatih Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Al-Wathoniyyah. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1-7.