

SURVEI KEMAMPUAN MOTORIK PADA SISWA-SISWI KELAS III (Studi Kasus UPTD SDN Kombangan 1)

¹Rohmatulloh, ²Haryo Mukti Widodo, ³Septyaningrum Putri Purwoto
STKIP PGRI Bangkalan

Alamat E-Mail : 1rohmatulloh081@gmail.com , 2haryomukti@stkippgri-bkl.ac.id,
3septyaningrum@stkippgri-bkl.ac.id

ABSTRACT

Physical Education, Sports, and Health (PJOK) plays an important role in the development of children's motor skills from an early age. This study aims to measure the motor skills of third-grade students at UPTD SDN Kombangan 1 in Bangkalan Regency, particularly in the aspects of speed, agility, and coordination. Three types of motor skill tests were used in this study: a 30-meter sprint test (speed), a 4x10 meter shuttle-run test (agility), and a 1-meter ball throw-to-wall test (coordination). The method employed was descriptive quantitative research, with data collection techniques carried out through direct testing of all third-grade students as research subjects. The analysis results show that the speed ability was categorized as "good," with an average sprint time of 7.45 seconds. Agility was in the "fair" category, with an average time of 30.24 seconds on the shuttle-run test. Meanwhile, coordination was also in the "fair" category, with an average of 4 successful throws in 30 seconds. It was found that coordination was the weakest aspect among the three motor indicators. This study recommends implementing structured physical exercise programs and increasing family and school environment involvement in supporting children's physical activity. Regular evaluation of motor skills is also necessary to identify the students' development and specific needs. Therefore, physical education can become more effective in supporting the overall growth and development of children.

Keywords: motor skills, speed, agility, coordination, elementary school students.

ABSTRAK

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) berperan penting dalam pengembangan keterampilan motorik anak sejak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur kemampuan motorik siswa-siswi kelas III di UPTD SDN Kombangan 1 Kabupaten Bangkalan, khususnya dalam aspek kecepatan, kelincahan, dan koordinasi. Tiga bentuk tes motorik digunakan dalam penelitian ini, yaitu tes lari sprint 30 meter (kecepatan), tes shuttle-run 4x10 meter (kelincahan),

dan tes lempar bola ke tembok jarak 1 meter (koordinasi). Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan data melalui pengujian langsung terhadap seluruh siswa kelas III sebagai subjek penelitian. Hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan kecepatan berada pada kategori "baik" dengan rata-rata waktu 7,45 detik pada tes sprint. Kemampuan kelincahan berada pada kategori "cukup" dengan rata-rata waktu 30,24 detik dalam tes shuttle-run. Sedangkan kemampuan koordinasi juga berada pada kategori "cukup" dengan rata-rata 4 lemparan berhasil dalam 30 detik. Ditemukan bahwa koordinasi merupakan aspek yang paling lemah di antara ketiga indikator motorik. Penelitian ini merekomendasikan penerapan latihan fisik terstruktur dan peningkatan partisipasi keluarga serta lingkungan sekolah dalam menunjang aktivitas fisik anak. Evaluasi kemampuan motorik secara berkala juga diperlukan untuk mengidentifikasi perkembangan dan kebutuhan siswa secara lebih spesifik. Dengan demikian, pendidikan jasmani dapat lebih efektif dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh.

Kata Kunci: kemampuan motorik, kecepatan, kelincahan, koordinasi, siswa sekolah dasar.

A. Pendahuluan

Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) adalah mata pelajaran yang wajib diajarkan di semua tingkatan pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas. Dan kita sudah pernah mempelajari di saat jenjang pendidikan, PJOK merupakan suatu proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas gerak sebagai sarana untuk mencapai tujuan pendidikannya (Sari, 2024). Menurut (Rodi'ah, 2021) Pendidikan jasmani dan olahraga diajarkan pada seluruh jenjang sekolah. Karena memiliki pengaruh penting terhadap keterampilan peserta didik untuk menjaga diri secara mandiri. Penjaskes bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis,

keterampilan sosial, penalaran stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani meningkatkan keterampilan gerakan dasar untuk anak-anak prasekolah kesehatan dilakukan (Li, 2021)

Keterampilan motorik adalah kemampuan dasar yang memungkinkan individu untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas fisik dan berinteraksi secara efektif dengan lingkungan mereka (Jafar, 2023). Anak-anak yang tidak diarahkan dalam latihan aktivitas motorik mungkin memiliki perkembangan yang lebih lambat dalam kemampuannya (Hammersley, 2022). Menurut (Ningsih, 2020)

Penguasaan gerak itu sendiri mempengaruhi kemampuan dan perilaku manusia. Selain itu, penguasaan motorik juga merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam penguasaan individu secara keseluruhan. Gerak memiliki arti dan peran penting bagi kehidupan manusia. Gerak merupakan kebutuhan utama bagi manusia, sebagian besar kebutuhan manusia dapat tercapai melalui Gerak. Motorik yang berkembang dengan baik mempengaruhi kesiapan kardiorespirasi dan berat badan yang menunjukkan fakta bahwa pengembangan keterampilan motorik dapat memiliki manfaat kesehatan yang penting (Fernandes, 2022).

Menurut (P. Riyanto, 2022) jika perkembangan motorik kasar tidak dikuasai, anak-anak mungkin mengalami kesulitan seumur hidup dalam memperoleh keterampilan motorik selanjutnya. Oleh karena itu, penguasaan keterampilan motorik kasar sangat penting, tetapi meskipun demikian, banyak guru prasekolah mengabaikan pentingnya perkembangan motorik kasar.

Keterampilan motorik dasar mempengaruhi fisik, sosial, dan perkembangan kognitif. Keterampilan ini juga telah dikaitkan dengan mengadopsi gaya hidup aktif secara fisik (Fajrin, 2022). Program terstruktur aktivitas fisik memiliki dampak besar pada perkembangan keterampilan motorik pada anak-anak prasekolah (Flores, 2022). Keterampilan motorik kasar anak usia dini masih rendah diakibatkan oleh

kurangnya dilatihnya anak-anak dalam proses pembelajaran (Apriloka, 2020). Intervensi keterampilan motorik efektif dalam meningkatkan perkembangan motorik pada anak-anak prasekolah (Logan, 2012).

Beberapa penelitian berkaitan dengan program intervensi keterampilan motorik, antara lain penelitian yang menyatakan bahwa serangkaian penelitian yang mencakup perbandingan pra-tes dan pasca-tes program intervensi pada anak-anak prasekolah, durasi program berkisar dari delapan minggu hingga delapan bulan. Secara umum, tujuan utama dari program tersebut terkait dengan peningkatan keterampilan motorik dan aktivitas fisik anak, meskipun menggunakan metodologi yang berbeda dan memperoleh hasil yang berbeda (Iivonen, 2014).

Menurut (Rahmat, 2015) lari adalah frekuensi langkah yang dipercepat sehingga pada waktu berlari ada kecenderungan badan melayang, yang artinya pada kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh tanah. Teknik dasar lari 1) Gerakan lari yaitu frekuensi gerakan kaki tidak terlalu cepat, pengangkatan paha tidak terlalu tinggi, pendaratan telapak kaki diawali dengan sisi luar kaki bagian tengah, 2) Posisi badan yaitu agak condong ke depan membentuk sudut kurang lebih 10° ($\leq 10^{\circ}$), 3) Gerakan tangan yaitu kedua tangan diayun depan belakang beberapa sentimeter di atas pinggang. Lari cepat atau sprint adalah dimana

peserta berlari dengan kecepatan maksimal sepanjang jarak yang harus ditempuh (Putri, 2021). Menurut (Siska, 2024) Kemampuan lari dapat juga digunakan untuk mengevaluasi dan mengembangkan kemampuan fisik dasar anak-anak, khususnya dalam hal kecepatan dan akselerasi

Kelincahan merupakan aspek penting yang harus dimiliki seseorang tidak terkecuali bagi anak berkebutuhan khusus. Kelincahan sangat penting bagi anak terhadap pertumbuhannya untuk meningkatkan kepercayaan diri serta sosialisasidengan lingkungan (terkecuali, 2010). Kelincahan juga bersangkutan dengan fleksibelan tubuh menurut (Kurniawan, 2020) agility adalah kemampuan untuk mengubah arah dengan cepat dan fleksibel ketika sedang bergerak. Menurut (Lutan, 2000) koordinasi adalah kemampuan melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat, efisien, dan penuh ketepatan.

Pada penelitian ini ada 3 tes yang di lakukan yaitu 1. tabel tes lari sprint 30 meter. 2. tes shuttle-run 4x10 meter. 3. tes lempar bola ke tembok jarak 1 meter. berikut penjelasannya:

1. tes lari sprint 30m
2. tes shuttle-run 4x10 meter
3. tes lempar bola ke tembok jarak 1 meter

Penelitian ini dilakukan berdasarkan rasa keingintahuan pribadi peneliti terhadap rendahnya perhatian terhadap pengembangan kemampuan motorik pada siswa-siswi di UPTD SDN Kombangan 1,

khususnya di tingkat kelas III. Berdasarkan pengalaman peneliti saat praktik lapangan di UPTD SDN Kombangan 1, banyak siswa- siswi yang belum menunjukkan perkembangan motorik yang optimal, baik dalam aspek kecepatan, kelincahan, maupun koordinasi.

B. Metode Penelitian

Variabel yang digambarkan adalah tingkat kemampuan motorik siswa-siswi kelas III di UPTD SDN Kommbangan 1. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data valid dari subjek, yaitu tentang kemampuan motorik siswa-siswi kelas III di UPTD SDN Kommbangan 1. Yang dimaksud kemampuan motorik dalam penelitian ini adalah suatu kemampuan yang diperoleh dari berbagai macam keterampilan gerak, yang menjadi dasar untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan, keterampilan gerak, yang dalam penelitian ini kemampuan motorik akan diukur menggunakan macam tes yang di yaitu Tes *Motor Ability* untuk Sekolah Dasar yang meliputi tes lari cepat 30 meter, tes lari bolak balik 4 x 10 meter, tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan tembok.

Lokasi peneliatian ini di lakukan di UPTD SDN Kombangan 1 Kabupaten Bangkalan. Pelaksanaan tes kemampuan motorik pada semua siswa-siswi di kelas III UPTD SDN Kombangan 1 Kabupaten Bangkalan

dilaksanakan pada 30 april 2025 pada pukul 07.30-09.00 WIB. Menurut (Susanto, 2024) populasi penelitian mengacu pada semua unit analisis yang memiliki ciri-ciri identik atau mempunyai hubungan bermakna dengan isu penelitian. Sampel dalam penelitian ini adalah semua siswa-siswi di kelas III UPTD SDN Kombangan 1 Kabupaten Bangkalan.

etode atau teknik yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang diperlukan untuk sebuah penelitian yang dikenal sebagai teknik pengumpulan data penelitian. Pemilihan teknik ini sangat penting karena dapat mempengaruhi kredibilitas dan validitas hasil penelitian. Tujuan penelitian, jenis data yang dibutuhkan, sumber data yang tersedia, dan pertimbangan etis juga harus dipertimbangkan. Data yang akan di kumpulkan dalam penelitian ini yaitu kemampuan motorik. Langkah-langkah dan proses pengambilan data dalam penelitian ini sebagi berikut:

1. Melakukan persiapan tes dan persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data bertujuan untuk memberi tahu siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk mengumpulkan data yang sesuai dengan masalah yang sedang di hadapi. Menyiapkan peralatan untuk tes adalah persiapan yang harus dilakukan. Dengan kata lain, cone, peluit, roll meter, bola kasti, dan alat tulis.

2. Pelaksanaan tes

Dalam penelitian ini siswa-siswi melakuakan macam-macam tes sebagai berikut:

- a. Lari cepat 30 meter (kecepatan)
- b. Lempar bola 1 meter dengan dinding (koordinasi)
- c. Lari bolak balik 4 x 10 meter (kelincahan)

3. Pengukuran tes

Pada tahapan ini, pengumpulan data dilakukan secara sistematis selama pengukuran.

(Azwar, 2016) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Norma Penilaian Kemampuan Motorik

No	Rumus	Kategori
1	$X \leq M - 1,5 SD$	Kurang Sekali
2	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
5	$X \geq M + 1,5 SD$	Baik Sekali

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh

M = Mean (nilai rata-rata)

SD = Standar Deviasi

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif, dengan rumus (Sudijono, 2015)

- a. Rumus *t-score* untuk tes lempar tangkap bola jarak 1 meter dengan

$$t\ score = 10 \times \left(\frac{-M}{SD} + 50 \right)$$

- b. Rumus *t-score* untuk data lari 30 m dan shuttle-run 4 x 10 meter Adapun rumus *t-score* sebagaiberikut:

$$t\ score = 10 \left(\frac{M - X}{SD} + 50 \right)$$

Keterangan:

M = Mean (nilai rata-rata kasar)

X = Nilai data kasar

SD = Standar Deviasi kasar

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Tes Lari Sprint 30 Meter

Tes ini mengukur kecepatan peserta didik dalam berlari sejauh 30 meter. Berikut adalah data waktu yang diperoleh:

NO	Nama	Lari Sprint 30m
1.	AHMAD ZAMRONI	6,84 detik
2.	AIROTUL JENNAH	9,24 detik
3.	ARDILA NAFISAH	9,76 detik
4.	HILMI ARYADI	7,42 detik
5.	INAYA AFIFATUN NUFUS	9,53 detik
6.	IWAN EFENDI	7,80 detik
7.	LAILA SAFITRI	8,10 detik

8.	MOH. IRHAM	6,21 detik
9.	MOH. VILDAN IBNU RUS	6,36 detik
10.	MOHAMAD RISQI FIRDAUS	6,05 detik
11.	MUHARIMAD IMRON MAHROM	7,33 detik
12.	NADIATUL ISLAMİYAH	8,69 detik
13.	HADIRA ZAHRA	7,24 detik
14.	ROBIATUL ADEWIA	7,18 detik

- Waktu Terendah: 6,05 detik
- Waktu Tertinggi: 9,76 detik
- Rata-rata (Mean): 7,45 detik
- Median: 7,33 detik
- Modus: 7,24 detik
- Standar Deviasi: 0,94 detik

Berdasarkan standar normatif, waktu 7,45 detik termasuk dalam kategori "Baik" untuk siswa-siswi kelas III SD. Sebagian besar peserta didik menunjukkan kemampuan lari yang baik.

Berdasarkan data yang telah di ambil siswa-siswi yang memperoleh nilai dengan sangai baik yaitu dengan kecepatan 6,5 detik atas nama mohamad risqi firdaus, sedangkan yang mendapatkan nilai terendah yaitu ardila nafisah dengan kecepatan 9,76 detik.

2. Tes Shuttle-Run 4x10 Meter

Tes ini mengukur kelincahan dan koordinasi peserta didik dalam berlari bolak-balik sejauh 10 meter sebanyak empat kali. Berikut adalah data waktu yang diperoleh:

NO	Nama	Shuttle-run 4x10m
15.	AHMAD ZAMRONI	29,49 detik
16.	AIROTUL JENNAH	32,56 detik
17.	ARDILA NAFISAH	30,20 detik
18.	HILMI ARYADI	30,04 detik
19.	INAYA AFIFATUN NUFUS	35,49 detik
20.	IWAN EFENDI	30,02 detik
21.	LAILA SAFITRI	30,06 detik
22.	MOH. IRHAM	29,17 detik
23.	MOH. VILDAN IBNU RUS	30,06 detik
24.	MOHAMAD RISQI FIRDAUS	29,26 detik
25.	MUHARIMAD IMRON MAHROM	29,76 detik
26.	NADIATUL ISLAMİYAH	30,01 detik
27.	HADIRA ZAHRA	30,52 detik
28.	ROBIATUL ADEWIA	30,30 detik

- Waktu Terendah: 29,17 detik
- Waktu Tertinggi: 35,49 detik
- Rata-rata (Mean): 30,24 detik
- Median: 30,04 detik
- Modus: 30,06 detik
- Standar Deviasi: 1,95 detik

Berdasarkan standar normatif, waktu 30,24 detik termasuk dalam kategori "Cukup" untuk siswa-siswi kelas III SD. Sebagian peserta didik menunjukkan kemampuan kelincahan

yang memadai, meskipun masih ada ruang untuk perbaikan.

Berdasarkan data yang telah di ambil siswa yng mendapatkan kecepatan tercepat atas nama moh. irham dengan kecepatan 29,17 sedangkan yang paling lambat atas nama inaya afifatun nufus dengan skor kecepatannya 35,49 detik dan rata-rata perolehan siswa 30,04.

3. Tes Lempar Bola ke Tembok Jarak 1 Meter

Tes ini mengukur koordinasi tangan-mata dan kekuatan otot lengan peserta didik dalam melempar bola ke tembok sejauh 1 meter. Berikut adalah data skor yang diperoleh:

NO	Nama	Lempar bola ke tembok jarak 1m
29.	AHMAD ZAMRONI	3/30 detik
30.	AIROTUL JENNAH	7/30 detik
31.	ARDILA NAFISAH	8/30 detik
32.	HILMI ARYADI	4/30 detik
33.	INAYA AFIFATUN NUFUS	5/30 detik
34.	IWAN EFENDI	2/30 detik
35.	LAILA SAFITRI	8/30 detik
36.	MOH. IRHAM	6/30 detik

37.	MOH. VILDAN IBNU RUS	6/30 detik
38.	MOHAMAD RISQI FIRDAUS	1/30 detik
39.	MUHARIMAD IMRON MAHROM	3/30 detik
40.	NADIATUL ISLAMIAH	3/30 detik
41.	HADIRA ZAHRA	3/30 detik
42.	ROBIATUL ADEWIA	1/30 detik

- Skor Terendah: 1/30 detik
- Skor Tertinggi: 8/30 detik
- Rata-rata (Mean): 4/30 detik
- Median: 4/30 detik
- Modus: 3/30 detik
- Standar Deviasi: 2,3 detik

Berdasarkan standar normatif, skor 4,5/30 detik termasuk dalam kategori "Cukup" untuk siswa-siswi kelas III SD. Sebagian peserta didik menunjukkan kemampuan koordinasi dan kekuatan otot lengan yang memadai, meskipun masih ada ruang untuk perbaikan.

Berdasarkan data yang sudah di ambil pada tes kordinasi yang mendapatkan atau kemampuan kordinasinya paling rendah yaitu atas nama robiatul adewia dan mohamad risqi firdaus dengan satu tangkapan dalam 30detik (1/30 detik) sedangkan yang kordinasinya sangat baik yaitu laila safitri dan ardila nafisah dengan hasil 8 tangkapan 30 detik (8/30 detik).

Kemampuan Motorik Peserta Didik

Secara umum, kemampuan motorik siswa-siswi kelas III di UPTD SDN Kombangan 1 berada pada kategori "Cukup" untuk tes kelincahan dan koordinasi, serta kategori "Baik" untuk tes kecepatan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki kemampuan fisik yang memadai, namun masih ada ruang untuk perbaikan, terutama dalam aspek kelincahan dan koordinasi. Menurut (Mutohir, 2005) Fungsi pokok keterampilan motorik yaitu meningkatkan kecakapan dan keterampilan seseorang guna meningkatkan daya kerja. Seluruh komponen keterampilan motorik pada siswa SD bisa berkembang dengan Pendidikan Jasmani dan kegiatan bermain yang menyertakan otot.

Kemampuan motorik peserta didik dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain yaitu faktor intrinsik, kondisi fisik individu, seperti kekuatan otot, daya tahan, keseimbangan, dan kelincahan. Faktor ekstrinsik, lingkungan sosial, budaya, sarana prasarana sekolah, kualitas pembelajaran PJOK, serta dukungan orang tua dan keluarga dalam mendorong anak aktif bergerak.

Belum adanya data spesifik mengenai kemampuan motorik siswa kelas III di UPTD SDN Kombangan 1 juga menjadi alasan kuat dilakukannya penelitian ini. Tanpa data tersebut, sekolah akan kesulitan menyusun program peningkatan kebugaran dan keterampilan motorik yang berbasis pada kondisi aktual

siswa. Menurut (Liu, 2017) Keterampilan motorik anak berkaitan dengan status ekonomi keluarga, di mana menjadi penentu keadaan nutrisi yang dapat mempengaruhi keadaan nutrisi anak

E. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Kemampuan motorik siswa-siswi kelas III di UPTD SDN Kombang 1 secara umum berada pada kategori "Cukup" untuk tes kelincahan dan koordinasi, serta kategori "Baik" untuk tes kecepatan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik memiliki kemampuan fisik yang memadai, namun masih ada ruang untuk perbaikan, terutama dalam aspek kelincahan dan koordinasi.

Saran

Untuk meningkatkan kemampuan motorik peserta didik, disarankan untuk:

1. Melakukan Latihan Terstruktur: Menyusun program latihan yang fokus pada peningkatan kelincahan dan koordinasi, seperti latihan shuttle-run dan lempar tangkap bola. Terutama pada latihan koordinasi karena kemampuan koordinasi siswa-siswi UPTD SDN Kombang 1 masih banyak siswa-siswi yang harus di asah lagi.
2. Melibatkan Keluarga dan Komunitas: Mendorong dukungan dari keluarga dan

komunitas dalam aktivitas fisik anak.

3. Evaluasi Berkala: Melakukan evaluasi berkala untuk memantau perkembangan kemampuan motorik peserta didik.

Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan kemampuan motorik peserta didik dapat meningkat secara signifikan dalam kemampuan motorik siswa-siswi di UPTD SDN Kombang 1.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa Fauziah, Z. A. (2023). Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, . *INSTRUMEN TES DAN NON TES PADA PENELITIAN*.
- Apriloka, D. V. (2020). (JAPRA) Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA), . *Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini Ditinjau Dari Jenis Kelamin*.
- Azwar, S. (2016). *pustaka pelajar. metode penelitian*.
- Fajrin, A. L. (2022). *Kemampuan Motorik Kasar Anak di Masa Pandemi Covid-19: Pembelajaran Daring dan Luring. Jurnal Obsesi*.
- Fernandes, A. C. (2022). *Association between executive functions and gross motor skills in overweight/obese and eutrophic preschoolers: cross-sectional study. BMC Pediatrics*,.
- Flores, P. T. (2022). *The Necessity of a Reduced Version of the Psychomotor Battery to Screen for Learning Difficulties in Preschool Children. Sustainability*,.

- Hammersley, M. L. (2022). *Telephone and Web-Based Delivery of Healthy Eating and Active Living Interventions for Parents of Children Aged 2 to 6 Years: Mixed Methods Process Evaluation of the Time for Healthy Habits Translation Trial. Journal of Medical Internet Research*,.
- Iivonen, S. &. (2014). *Preschool children's fundamental motor skills: a review of significant determinants. Early Child Development and Care*, .
- Jafar, M. (2023). Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa melalui Program Pelatihan Fisik . *Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa melalui Program Pelatihan Fisik* .
- Kurniawan, R. (2020). *Educative Sportive. Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Pada Pemain Klub Langsung Permai FC Kabupaten Siak*.
- Li, B. L. (2021). *Physical education interventions improve the fundamental movement skills in kindergarten: a systematic review and meta-analysis. Food Science and Technology*,.
- Liu, T. H. (2017). *Early Childhood Education journal. Motor Skill Performance by Low SES Preschool and Typically Developing Children on the PDMS-2*.
- Logan, S. W. (2012). *Getting the fundamentals of movement: a meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children. Child: Care, Health and Development*.
- Lutan, R. (2000). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Pembaharuan Pendidikan Jasmani di Indonesia*.
- Mutohir, T. &. (2005). *Kesehatan Mental, Konsep dan Penarapan. Sport Development Index. Jakarta. PT. Indeks. Notosoedirdjo & Latipun*.
- Ningsih Apriliana, M. S. (2020). *SURVEI PENGUASAAN GERAK DASAR MOTORIK PADA SISWA KELAS V DI SD NEGERI 3 KETOL*.
- Ningsih, S. d. (2020). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan. SURVEI PENGUASAAN GERAK DASAR MOTORIK PADA SISWA*.
- P. Riyanto, H. F. (2022). *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan. Keterampilan Motorik Kasar Anak Prasekolah: Analisis Program Intervensi Motorik*.
- Putri, M. &. (2021). *Jurnal Score,. Hubungan Power Tungkai Dengan Kecepatan Lari Sprint 50 Meter pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Muaro Jamb*.
- Rahmat, Z. (2015). *Atletik Dasar & Lanjutan* .
- Rodi'ah, H. (2021). *Journal of Science and Research. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbantu Media Book Creator*.
- Sari, U. ,. (2024). *PENTINGNYA PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA TERHADAP. JURNAL TUNAS PENDIDIKAN*.
- Siska, S. d. (2024). *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Rokania*.

*Kemampuan Lari 30 Meter
pada Siswa SD Negeri 027
Rambah Umur 6-9 Tahun.*

Sudijono, A. (2015). *rajawali pers.
pengantar statistik pendidikan .*

Susanto, P. C. (2024). *jurnal multi
disiplin. Konsep Penelitian
Kuantitatif: Populasi, Sampel,
dan Analisis.*

terkecuali, K. m. (2010). *Reference
values for anaerobic
performance and agility in
ambulatory children and
adolescents with cerebral
palsy. Developmental Medicine
and Child Neurology, .*

1.