



Menata Ulang Pembelajaran Atletik di Sekolah Dasar : Model Berbasis Permainan untuk Menumbuhkan Motivasi

Lukman Kharies Setyanto¹Abdul Rachman Syam Tuasikal², Anung Priambodo³

S-2 Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email koresponden: 25060805048@mhs.unesa.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to examine the effectiveness of a game-based model in elementary school athletics instruction in enhancing students' learning motivation at SDN Kepung 1, Kediri Regency. A quasi-experimental design was employed involving two groups: an experimental group that received instruction through the Formula One-Based Game model and a control group that participated in conventional direct instruction. Total sampling was used, involving 56 fifth-grade elementary school students. The participants were divided equally into the experimental and control groups. Data were collected using pre-test and post-test motivation questionnaires and analyzed using normality and homogeneity tests, paired-samples t-tests, independent-samples t-tests, and N-gain scores. The results revealed that the mean learning motivation score in the experimental group increased significantly from 16.21 to 26.89, whereas the control group increased from 16.18 to 21.04. Statistical analysis showed a significant difference at the 0.05 level. This finding was supported by an N-gain score of 78.9% in the experimental group, categorized as effective, compared with 35.4% in the control group, categorized as less effective. The findings indicate that game-based athletics instruction has a positive effect on students' learning motivation, active participation, cooperation, and meaningful learning experiences.

Keywords: Elementary School Athletics Education, Game-Based Learning, Learning Motivation, Physical Education, Elementary School Students.

ABSTRAK

Penelitian bertujuan mengkaji efektivitas model berbasis permainan dalam pembelajaran atletik sekolah dasar untuk menguatkan motivasi belajar siswa di SDN Kepung 1 Kabupaten Kediri. Penelitian ini menerapkan desain kuasi-eksperimen dengan melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang memperoleh perlakuan melalui penerapan Formula One-Based Game dan kelompok kontrol yang mengikuti pembelajaran konvensional. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan melibatkan 56 siswa kelas V sekolah dasar. Subjek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang memperoleh pembelajaran atletik berbasis permainan dan kelompok kontrol yang memperoleh pembelajaran instruksional langsung. Data penelitian diperoleh melalui instrumen angket *pre-test* dan *post-test*, kemudian dianalisis menggunakan *Normality Test*, *Test of Homogeneity*, *paired-sample-t-test*, *independent-sample-t-test*, dan *N-Gain-Score*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa motivasi belajar siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan signifikan dari 16,21 menjadi 26,89, sedangkan kelompok kontrol dari 16,18 menjadi 21,04. Uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan pada taraf 0,05, didukung oleh N-Gain Score sebesar 78,9% (efektif) pada kelompok eksperimen dan 35,4% (kurang efektif) pada kontrol. Kesimpulan Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis-permainan memberikan dampak positif dalam menumbuhkan motivasi belajar, mendorong keterlibatan aktif, kerja sama, serta menghadirkan pengalaman belajar yang bermakna.

Kata Kunci: Pembelajaran atletik SD, Pembelajaran berbasis Permainan, Motivasi Belajar, PJOK, Sekolah Dasar,

Sejarah Artikel:

Dikirim 13 Juli 2026, Direvisi 22 Juli 2026, Diterima 23 Juli 2026.



PENDAHULUAN

Rendahnya aktivitas fisik pada kelompok usia anak dan remaja menjadi salah satu isu penting yang memerlukan perhatian dan penanganan secara khusus, sebab berpengaruh terhadap kesehatan, perkembangan motorik, kognitif, sosial, serta kondisi psikologis mereka. Berdasarkan temuan data, masyarakat dunia masih terus menyoroti bagaimana kelompok remaja saat ini cenderung kekurangan aktivitas fisik, ditunjukkan oleh temuan sebagian besar remaja belum mencapai anjuran aktivitas fisik harian berupa aktivitas pada skala intensitas menengah sampai tinggi sekurang-kurangnya 60 menit setiap hari. (Habyarimana et al., 2025; Reilly et al., 2022). Kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti meningkatnya perilaku sedentari, penggunaan perangkat digital yang berlebihan, keterbatasan ruang bermain, serta pengalaman aktivitas fisik di sekolah yang belum sepenuhnya memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan.

Sekolah berperan penting dalam pembelajaran PJOK untuk membiasakan anak – anak menjalani gaya hidup aktif sejak dini (Agus Mulyana et al., 2024). Namun, tantangan dalam upaya menghadirkan kegiatan yang inklusif, menyenangkan, serta memastikan keterlibatan semua siswa masih menjadi tantangan pembelajaran PJOK. Di Indonesia, terdapat 37,4% penduduk kekurangan aktivitas fisik pada anak berusia 10 tahun (Anindya et al., 2022). Data ini menegaskan pentingnya intervensi pembelajaran jasmani sejak sekolah dasar, karena pada tahap ini anak mulai membentuk pola gerak dasar, minat bergerak, kepercayaan diri, serta kebiasaan hidup aktif (Kerry C Dollaway, Kyle Hannays, 2024).

Atletik menjadi salah satu bagian materi pokok dalam PJOK pada jenjang pendidikan dasar. Pokok bahasan ini meliputi penguasaan gerak dasar berjalan , variasi berlari, kemampuan melompat, dan keterampilan manipulatif melempar. (Barikah et al., 2025; Farhanto et al., 2025). Aktivitas atletik memberikan kontribusi dalam mengembangkan keterampilan olahraga dan menjadikan aktivitas fisik sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. (Ramadan et al., 2020). Namun, pembelajaran atletik sering dianggap monoton, terlalu teknis, terlalu kompetitif, dan kurang menarik bagi siswa (Botirovich, 2025). Dampaknya, siswa dengan kemampuan motorik rendah atau tingkat kepercayaan diri yang kurang dapat mengalami hambatan dalam keterlibatan pembelajaran (Chen, 2026). Oleh karena itu, pembelajaran atletik hendaknya mengaplikasikan pendekatan yang lebih relevan bagi anak-anak sekolah dasar (Ababei, 2017). Model berbasis permainan dianggap relevan karena membuat pembelajaran lebih aktif, menyenangkan, kolaboratif, dan menantang (Abdumutalijonovna & Gayratjon kizi, 2025). Melalui permainan, aktivitas lari, lompat, dan lempar tidak hanya menjadi latihan teknik, tetapi juga siswa diberi kesempatan dalam pengalaman gerak untuk bereksplorasi, bekerja sama, mengambil keputusan, dan merasakan keberhasilan dalam bergerak (Filho & Oliveira, 2025).

Perkembangan penelitian dalam pendidikan jasmani menunjukkan bahwa pendekatan berbasis permainan (game-based learning) menjadi salah satu alternatif yang efektif untuk meningkatkan kualitas pengalaman belajar siswa. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan motivasi, keterlibatan aktivitas fisik, interaksi sosial, dan pengalaman belajar positif peserta didik (Mo et al., 2024). Pendekatan permainan juga sejalan dengan paradigma pendidikan jasmani modern yang menempatkan siswa sebagai pusat pembelajaran melalui aktivitas eksploratif, kolaboratif, dan bermakna.

Namun, berdasarkan perkembangan penelitian tersebut, masih terdapat *research gap* yang perlu dikaji lebih lanjut. Pertama, sebagian besar penelitian berbasis permainan dalam PJOK masih berfokus pada cabang olahraga permainan, seperti sepak bola, bola tangan, atau permainan invasi, sementara pengembangan permainan khusus untuk pembelajaran atletik sekolah dasar masih relatif terbatas (Giráldez et al., 2022). Kedua, penelitian sebelumnya lebih banyak menilai peningkatan keterampilan motorik atau aktivitas fisik secara umum, sedangkan kajian yang mengembangkan model pembelajaran atletik berbasis permainan yang secara simultan memperhatikan aspek motivasi belajar dan keterlibatan gerak siswa masih belum banyak ditemukan. Ketiga, sebagian model permainan yang dikembangkan belum secara spesifik mempertimbangkan karakteristik pembelajaran atletik sekolah dasar yang membutuhkan kombinasi gerakan lokomotor dan manipulatif secara terstruktur. Berdasarkan kesenjangan tersebut, diperlukan inovasi model pembelajaran atletik yang tidak hanya memodifikasi aktivitas olahraga menjadi permainan, tetapi juga memiliki struktur pembelajaran yang sistematis, mudah diterapkan guru, memberikan pengalaman kompetitif yang sehat, serta mampu melibatkan seluruh siswa dengan berbagai tingkat kemampuan.

State of the art penelitian saat ini menunjukkan bahwa pengembangan model pembelajaran berbasis permainan dalam PJOK telah banyak dilakukan, terutama pada jenjang sekolah dasar juga memperlihatkan bahwa peningkatan motivasi belajar dan aktivitas fisik siswa dapat dicapai melalui penerapan model permainan taktis yang dipadukan dengan pendekatan Teaching by Invitation (Nur et al., 2024). Selanjutnya, pendekatan permainan dalam PJOK efektif meningkatkan keterlibatan siswa karena memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk mengambil keputusan, berinteraksi, dan mengalami keberhasilan selama proses pembelajaran (Maulana et al., 2025). Temuan tersebut memperkuat bahwa permainan dapat menjadi strategi pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengembangan Model Formula One-Based Game, yaitu model pembelajaran atletik yang mengintegrasikan gerak dasar lari, lompat, dan lempar dalam bentuk permainan sirkuit bertema Formula One. Model ini dirancang untuk menciptakan pengalaman belajar yang kontekstual melalui lintasan permainan, tantangan gerak, kerja sama kelompok, dan kompetisi sehat. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya berfokus pada pengembangan permainan untuk keterampilan motorik tertentu, model ini dikembangkan untuk meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan gerak siswa secara bersamaan. Model Permainan Formula One-Base Game juga memiliki karakter fleksibel dan berpusat pada siswa, karena komponen permainan seperti jarak, alat, aturan, serta tingkat tantangan dapat disesuaikan dengan kondisi sekolah dan kemampuan peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan menghasilkan model pembelajaran atletik yang valid, praktis, dan efektif sebagai alternatif bagi guru PJOK dalam menciptakan pembelajaran yang aktif, inklusif, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar.

Melalui pengembangan model tersebut, pembelajaran atletik diharapkan tidak lagi dipandang sebagai aktivitas yang hanya berorientasi pada teknik dan hasil performa, tetapi menjadi pengalaman belajar yang menyenangkan, inklusif, dan bermakna bagi siswa sekolah dasar. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji efektivitas Model Formula One-Based Game dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SDN Kepung 1 Kabupaten Kediri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan kuasi-eksperimen (quasi-experimental design) untuk menguji pengaruh perlakuan melalui kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tanpa randomisasi penuh terhadap subjek (Creswell & Creswell, 2023). Karena jumlah populasi relatif kecil dan dapat dijangkau seluruhnya, penelitian ini menggunakan teknik total sampling (Sugiyono, 2022) dengan melibatkan 56 siswa kelas V sekolah dasar. Subjek dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang memperoleh pembelajaran atletik berbasis permainan dan kelompok kontrol yang memperoleh pembelajaran instruksional langsung (konvensional). Motivasi belajar siswa diukur menggunakan angket motivasi belajar PJOK sekolah dasar yang dikembangkan oleh (Nur et al., 2021). Instrumen tersebut mengukur aspek minat belajar, regulasi diri, fokus, ketekunan, serta kemampuan siswa dalam menghadapi hambatan belajar, dengan nilai validitas 0,33–0,66 dan reliabilitas 0,87–0,90 sehingga dinyatakan layak digunakan. Pengumpulan data dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui perubahan motivasi belajar sebelum dan setelah perlakuan. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, paired sample t-test untuk melihat perubahan dalam kelompok, independent sample t-test untuk membandingkan peningkatan antar kelompok, serta N-Gain Score untuk mengetahui tingkat efektivitas perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil analisis data sebagai berikut :

Tabel 1 Deskripsi Data Statistika

Kelompok	Tes	Mean	Nilai Terkecil	Nilai Terbesar
Eksperimen	Tes awal	16,21	13	20
	Tes akhir	26,89	24	30
Kontrol	Tes awal	16,18	13	20
	Tes akhir	21,04	18	24

Merujuk pada data deskriptif Tabel 1 ($N = 28$), Motivasi belajar berhasil ditingkatkan melalui penerapan model pembelajaran atletik berbasis permainan. Hal ini dibuktikan dengan lonjakan rerata skor kelompok eksperimen dari 16,21 (*pretest*) menjadi 26,89 (*posttest*). Sebaliknya, peningkatan yang relatif kecil pada kelompok kontrol, yaitu dari rerata *pretest* sebesar 16,18 menjadi 21,04 pada *posttest*, efektivitas perlakuan jauh lebih tinggi ditunjukkan pada kelompok eksperimen (Ezeddine et al., 2025).

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas

Varibel	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a	
		df	Sig.
Tes awal Motivasi	Kontrol	28	0,140
	Eksperimen	28	0,114
Tes akhir Motivasi	Kontrol	28	0,108
	Eksperimen	28	0,200*

Berdasarkan Tabel 2, seluruh data terbukti berdistribusi normal. Hal ini merujuk pada seluruh hasil data variabel motivasi menunjukkan nilai signifikansi diatas 0,05 ($Sig. > 0,05$). Analisis data menunjukkan nilai signifikansi *pre-test* kelompok kontrol sebesar 0,14, *pre-test* kelompok eksperimen sebesar 0,114, *post-test* kelompok eksperimen sebesar 0,108, dan

post-test kelompok eksperimen sebesar 0,200. Dengan hal tersebut maka analisis data menggunakan uji parametrik dengan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*

Tabel 3 Tes Homogenitas

Variable	Nilai Homogenitas		Rata-Rata Uji-t	
	Sig	t	Sig (2-tailed)	Perbedaan Rata-Rata
Tes awal Motivasi	0,716	0,068	0,946	0,36

Ditunjukkan pada Tabel 3, nilai signifikansi sebesar 0,716, *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,946 serta perbedaan rata-rata 0,36, sehingga signifikansi lebih besar dari 0,05 ($0,946 > 0,05$), maka menerima H_0 , yang berarti data homogen antara kedua kelompok. Dengan demikian, kondisi yang sebanding terlihat pada tingkat motivasi awal peserta didik pada kedua kelompok, yang berarti syarat homogenitas untuk analisis statistik parametrik telah terpenuhi.

Tabel 4 Hasil Uji Paired Sample t-test

Vaeriel	Kelompok	Rata-Rata Tes Awal	Rata-Rata Tes Awal	Selisih Rata-Rata	Uji t	Sig. (2-tailed)
Motivasi	Eksperimen	16,21	26,89	10,679	118,811	0,000
	Kontrol	16,18	21,04	4,857	43,493	0,000

Merujuk Analisis *paired sample t-test* pada table 4 menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memperoleh nilai *t-value* sebesar 118,811 dengan nilai *Sig. 2-tailed* sebesar 0,000. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi ($p < 0,05$), maka keputusan statistik H_0 , ditolak dan H_a diterima. Hal ini membuktikan bahwa motivasi siswa meningkat setelah diberikan perlakuan dengan ditandainya adanya perbedaan signifikan antara tes awal dan tes akhir. Dampak positif dari penerapan model berbasis permainan ini juga diperkuat oleh kenaikan nilai rata-rata (*mean*) siswa yang cukup signifikan, yaitu dari 16,81 menjadi 26,89.

Sementara nilai *t* hitung sebesar 43,493 dengan nilai *Sig. 2-tailed* sebesar 0,000 pada kelompok kontrol yang terlihat dari hasil analisis menggunakan *paired sample t-test*. Hasil analisis statistik diperoleh nilai signifikansi ($p < 0,05$), Berdasarkan hasil tersebut, disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa sebelum dan setelah perlakuan pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan. Peningkatan rerata (*mean*) dari 16,81 menjadi 26,89 membuktikan bahwa dampak positif yang nyata terhadap peningkatan motivasi siswa dapat diterapkan melalui model berbasis permainan.

Tabel 5 Hasil Uji Independent Sample t-test

Variable	<i>t-test for Equality of Means</i>		
	t	Sig. (2-tailed)	Perbedaan Rata-Rata
Motivasi Posttest	12,909	0,000	5,857

Analisis data dari Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai *t-value* sebesar 12,909 dengan *Sig. 2-tailed* sebesar 0,000. Hasil analisis menunjukkan ada perbedaan motivasi belajar yang signifikan antara kedua kelompok (eksperimen – kontrol) hal ini dibuktikan secara tegas dari hasil analisis menunjukkan signifikansi dibawah 0,05. Diperkuat melalui nilai *mean difference* sebesar 5,857, disimpulkan bahwa motivasi siswa jauh lebih tinggi pada

kelompok eksperimen. Dengan demikian, motivasi belajar peserta didik terbukti efektif ditingkatkan melalui penerapan model pembelajaran atletik berbasis permainan.

Tabel 6 *N-Gain Score*

Vaeriablel	Kelompok	<i>N-Gain Score</i>	% <i>N-Gain Score</i>
Motivasi	Eksperimen	0,7885	78,9%
	Kontrol	0,3544	35,4%

Kategori Efektif berhasil dicapai oleh kelompok eksperimen dengan perolehan rerata *N-Gain Score* sebesar 0,789 (78,9%) berdasarkan perhitungan tabel 6. Sebaliknya, kelompok kontrol hanya mencapai rata-rata sebesar 0,354 (35,4%) sehingga dikategorikan Kurang Efektif. Berdasarkan hasil analisis tersebut, disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa lebih tinggi ditunjukkan pada kelompok eksperimen.

Motivasi siswa dalam belajar terbukti lebih efektif ditumbuhkan melalui pembelajaran atletik berbasis-permainan daripada pembelajaran konvensional. Indikasi dari kajian ini mempresentasikan bahwa esensi pembelajaran atletik sekolah dasar harus bergeser dari sekadar latihan teknik lari, lompat, dan lempar menuju sebuah pengalaman belajar, aktif, *enjoy*, serta aman untuk siswa dan selaras dengan fase capaian perkembangan (Farhanto et al., 2025). Melalui penerapan permainan dalam kegiatan atletik, siswa tidak hanya menjalankan instruksi guru, melainkan juga menelusuri berbagai kemungkinan, berkolaborasi, membuat keputusan, serta menyelesaikan masalah sederhana dalam situasi yang dinamis (Setiani et al., 2025).

Motivasi siswa cenderung meningkat ketika mereka belajar dalam kelompok menggunakan metode berbasis permainan, karena kebutuhan psikologis dasar mereka terpenuhi (Alisyahbana et al., 2025). Model ini memberi kesempatan kepada siswa untuk mengeksplorasi gerak, melakukan kerja sama, dan berkompetisi secara sehat, sehingga pembelajaran berlangsung lebih bermakna serta menumbuhkan motivasi intrinsik (Ezeddine et al., 2025). Sebaliknya, pembelajaran atletik konvensional yang hanya berfokus pada demonstrasi Teknik, pengulangan Gerakan, dan evaluasi terhadap hasil kerap membuat siswa yang kurang percaya diri menjadi pasif (Giráldez et al., 2022; Pichurin et al., 2023).

Pembelajaran atletik berbasis permainan selaras dengan prinsip Pendidikan jasmani modern yang mendorong siswa untuk menjadi lebih aktif (Culajara, 2022; Wiyarko & Adhi, 2025). Guru tidak hanya memberi instruksi, tetapi juga merancang pengalaman belajar dengan menyesuaikan aturan, alat, ruang, dan tantangan agar sesuai dengan kemampuan siswa (Shahzadi et al., 2024). Dengan pendekatan permainan, aktivitas atletik menjadi lebih inklusif karena setiap siswa mendapat kesempatan untuk terlibat, mencoba, merasakan kemajuan, dan mengubah pandangan bahwa atletik itu membosankan atau terlalu kompetitif (Panjaitan & Fardana, 2024; Sauma et al., 2024).

Pendekatan berbasis-permainan sebaiknya memiliki sasaran yang jelas. Permainan tidak semata-mata ditujukan untuk hiburan atau mengisi waktu, melainkan juga harus berperan dalam mendukung proses belajar (Asadullaev, 2026). Jika permainan terlalu fokus pada kemenangan, kecepatan, atau persaingan, siswa dengan kemampuan motorik yang lebih rendah bisa merasa tersisih (Camacho-Sánchez et al., 2023). Karena itu, guru perlu Menyusun permainan yang seimbang antara kesenangan, tantangan, kerja sama, keselamatan, dan pencapaian tujuan gerak dasar atletik (Waluyo et al., 2024).

Penerapan model pendekatan berbasis-permainan dalam pembelajaran atletik di sekolah dasar dapat efektif meningkatkan proses pembelajaran PJOK di sekolah dasar (Hasan et al., 2023; Latifi & Mashud, 2025). Pendekatan ini dapat mempermudah siswa

dalam menguasai Gerak dasar atletik, membangun suasana belajar yang menyenangkan, sekaligus mendorong peningkatan kepercayaan diri dan partisipasi aktif siswa (Zakia et al., 2023). Kreativitas guru dalam menciptakan permainan yang edukatif, inklusif, dan sesuai dengan perkembangan anak sangat mempengaruhi keberhasilan model ini. Pentingnya mengubah pembelajaran atletik di sekolah dasar dari pendekatan yang terlalu teknis menjadi lebih humanis dan selaras dengan perkembangan anak turut disoroti dalam penelitian ini, disamping membuktikan bahwa permainan dapat meningkatkan motivasi.

KESIMPULAN

Temuan empiris ini membuktikan bahwa menata ulang pembelajaran atletik melalui model berbasis-permainan secara efektif menumbuhkan motivasi belajar siswa sekolah dasar. Motivasi belajar meningkat lebih tinggi pada kelompok eksperimen dengan *N-Gain Score* pada kategori efektif. Model ini tidak hanya membantu siswa menguasai gerak dasar atletik seperti lari, lompat, dan lempar, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif, kerja sama, eksplorasi, pengambilan keputusan, serta memberikan makna pada pengalaman belajar. Dengan demikian, implementasi pendekatan yang berorientasi pada siswa, humanis, serta sesuai dengan perkembangan siswa sangat diperlukan dalam pembelajaran atletik sekolah dasar.

REKOMENDASI

Variabel yang dikaji dalam penelitian selanjutnya disarankan untuk diperluas dengan mencakup pada motivasi belajar, serta berbagai aspek lain yang berkaitan seperti keterampilan motorik, kebugaran jasmani, dan *self-efficacy* siswa. Selain itu, untuk meningkatkan generalisasi hasil, penelitian berikutnya disarankan menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat serta yang lebih besar dan beragam. Pengujian model pembelajaran berbasis permainan juga perlu diperluas pada materi PJOK lainnya seperti permainan bola besar, senam, dan aktivitas kebugaran untuk melihat konsistensi efektivitasnya. Penelitian lanjutan juga disarankan mempertimbangkan faktor moderasi seperti kemampuan awal siswa dan lingkungan belajar, serta menggunakan pendekatan longitudinal untuk mengetahui dampak jangka panjang terhadap motivasi dan aktivitas fisik siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada Bapak Sutrisno, S.Or. selaku Kepala SDN Kepung 1 Kabupaten Kediri atas izin, fasilitas, dan dukungan selama proses pengambilan data. Saya juga berterima kasih kepada Bapak Rio Enanta, S.Pd., selaku Guru PJOK SDN Kepung 1 serta siswa kelas V yang telah berpartisipasi aktif sehingga penelitian ini dapat berjalan lancar. Selain itu, saya mengapresiasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya atas dukungan sarana dan prasarana akademik yang sangat membantu kelancaran penelitian. Dukungan dari berbagai pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu juga sangat berarti bagi penyelesaian penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

Ababei, C. (2017). Study Regarding The Introduction of The Concept "IAAF Kids' Athletics" in The Primary School in Physical Education Lessons. *GYMNASIUM*, 18(1).

- <https://doi.org/10.29081/gsjesh.2017.18.1.07>
- Abdumutalijonovna, S. P., & Gayratjon kizi, G. M. (2025). Peculiarities Of Game-Based Learning In Primary Education. *International Journal Of Science And Technology*, 2(06), 78–79. <https://doi.org/10.70728/tech.v2.i06.028>
- Agus Mulyana, Dela Lestari, Dhilla Pratiwi, Nabila Mufidah Rohmah, Nabila Tri, Neng Nisa Audina Agustina, & Salma Hefty. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321–333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Alisyahbana, A. N. Q. R., Arif, A. A., Saudi, R. R., & Alwi, M. A. A. (2025). Digital Learning Transformation: Game-Based Learning for Students' Academic Motivation and Self-Efficacy. *Information Technology Education Journal*, 4(2), 194–204. <https://doi.org/10.59562/intec.v4i2.8363>
- Anindya, K., Marthias, T., Zulfikar Biruni, M., Hage, S., Ng, N., Laverty, A. A., McPake, B., Millett, C., Haregu, T. N., Hulse, E. S. G., Cao, Y., & Lee, J. T. (2022). Low physical activity is associated with adverse health outcome and higher costs in Indonesia: A national panel study. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 9, 1–11. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2022.972461>
- Asadullaev, I. (2026). Implementation of Educational Games into Learning Process. *European Journal of Contemporary Education and E-Learning*, 4(1), 68–75. [https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4\(1\).06](https://doi.org/10.59324/ejceel.2026.4(1).06)
- Barikah, K., Mu'arifin, M., & Isnaini, L. M. Y. (2025). Profil Keterampilan Kids Athletics Siswa Kelas V SDN Karang Besuki 4 Kota Malang. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(1), 217–226. <https://doi.org/10.55933/pjga.v6i1.1117>
- Botirovich, I. (2025). Innovative Approaches in Sports Pedagogy and Their Effectiveness. *International Scientific Innovation Research Conference*, 02(02), 133–139. <https://doi.org/10.4324/9780203039182-8>
- Camacho-Sánchez, R., Manzano-León, A., Rodríguez-Ferrer, J. M., Serna, J., & Lavega-Burgués, P. (2023). Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review. *Education Sciences*, 13(2), 183. <https://doi.org/10.3390/educsci13020183>
- Chen, Y. (2026). A243: The Relationship Among Sport Confidence, Failure Coping, and Athletic Motivation of Students in Physical Education. *International Journal of Physical Activity and Health*, 5(1), 243–245. <https://doi.org/10.18122/ijpah.5.1.243.boisestate>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2023). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE. <https://books.google.co.id/books?id=b9tFzwEACAAJ>
- Culajara, C. J. (2022). Integrating game-based approach in students learning experiences in physical education: A phenomenological study. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 3(3), 242–254. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3\(3\).10520](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2022.vol3(3).10520)
- Ezeddine, G., Souissi, N., Abaidia, R., Masmoudi, L., Trabelsi, K., Ammar, A., Jahrami, H., Husain, W., Tannoubi, A., Kurnaz, M., Altınkök, M., & Mrayah, M. (2025). Game-based physical education: a pathway to increased student motivation and greater learning outcomes. *Frontiers in Education*, 10(October), 1–12. <https://doi.org/10.3389/feduc.2025.1531651>
- Farhanto, G., Pangesti, P. P., Setiawan, D., & Setyaningsih, P. (2025). Analisis Minat Siswa Sekolah Dasar terhadap Cabang Olahraga Atletik Kids. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(2), 403–409. <https://doi.org/10.46838/spr.v6i2.772>

- Filho, I. J. dos S., & Oliveira, R. F. de. (2025). the Playful in the Motor Development of Elementary School Students. *Cipeex*, 5(2), 1–5. <https://doi.org/10.37951/2596-1578.cipeex.2024.12382>
- Giráldez, V. A., Rodríguez, A. S., Álvarez, O. R., & Patón, R. N. (2022). Gamification in Physical Education: A Systematic Review. *Education Sciences*, 12(8), 1–20. <https://doi.org/10.3390/educsci12080540>
- Habyarimana, J. de D., Tugirumukiza, E., Sun, H., Pathirana, A., & Zhou, K. (2025). From active play to sedentary lifestyles: understanding the decline in physical activity from childhood through adolescence—a systematic review. *Frontiers in Public Health*, 13(November), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1636891>
- Hasan, H. A., Adi, S., Hariyanto, E., Khongrungchok, A., Oktaviani, H. I., & Fajarianto, O. (2023). Physical Activity with Play and Game Model to Improve the Cognitive of Elementary School Students. *Edcomtech: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 8(1), 49. <https://doi.org/10.17977/um039v8i12023p49>
- Kerry C Dollaway, Kyle Hannays, J. P. and M. M. (2024). The importance of physical education and sport in primary (Elementary) school. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 11(3), 244–251. <https://doi.org/10.22271/kheljournal.2024.v11.i3d.3348>
- Latifi, T., & Mashud, M. (2025). Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Permainan untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lari Siswa Kelas V. *PENJAGA : Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(1), 249–258. <https://doi.org/10.55933/pjga.v6i1.1128>
- Maulana, I., Nugroho, S., & Nasrulloh, A. (2025). Can traditional games improve gross motor performance of elementary school students? Meta-analysis study. *Health, Sport, Rehabilitation*, 11(1), 102–112. <https://doi.org/10.58962/HSR.2025.11.1.102-112>
- Mo, W., Saibon, J. Bin, LI, Y., Li, J., & He, Y. (2024). Effects of game-based physical education program on enjoyment in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Research Square*, 24(1), 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18043-6>
- Nur, L., Ginanjar, A., Malik, A. A., & Pingon, L. (2021). Validity and Reliability of Elementary School Students' Learning Motivation Instruments in Physical Education. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 11(2), 205. <https://doi.org/10.35194/jm.v11i2.1843>
- Nur, L., Muslihin, H. Y., Stephani, M. R., Wibowo, R., Mustaqim, R., Sianturi, R., Annamayra, A., Malik, A. A., & Nilan, F. (2024). Effectiveness of Tactical Games Model Based on Teaching by Invitation for Enhance Learning Motivation and Physical Activity in Primary School Students. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 4(1), 74–83. <https://doi.org/10.53863/mor.v4i1.1143>
- Panjaitan, K., & Fardana, N. (2024). *PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN DALAM PEMBELAJARAN PENJAS*. 2, 306–312.
- Pichurin, V., Umerenko, V., & Dutko, T. (2023). The formation of emotional stability of students in physical education. *InterConf*, (32(151)), 705–712. <https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.04.2023.075>
- Ramadan, G., Mulyana, N., Iskandar, D., Juniarti, Y., & Hardiyanti, W. E. (2020). *Physical Education for Early Childhood: The Development of Students' Motor in Athletics Basic Motion*. 21(Icsshpe 2019), 83–86. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200214.023>
- Reilly, J. J., Aubert, S., Brazo-Sayavera, J., Liu, Y., Cagas, J. Y., & Tremblay, M. S. (2022). Surveillance to improve physical activity of children and adolescents. *Bulletin of the World Health Organization*, 100(12), 815–824.

- <https://doi.org/10.2471/BLT.22.288569>
- Sauma, I. P., Alfita, L. A., Farhani, R. N., Kamal, R. F., Lumban Gaol, S. P., Koswara, Z. A. K., & Mulyana, A. (2024). Implementasi Pembelajaran Jasmani Dan Olahraga Dengan Model Pendekatan Kooperatif Dan Permainan Di Sekolah Dasar. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 2(3), 79–87. <https://doi.org/10.55606/lencana.v2i3.3710>
- Setiani, R. A., Habibi, Z. A., Hakim, N. N., Azzaki, M. F., & Nurrachmad, L. (2025). The Role of Athletic Activities in Early Childhood Development: An Evidence Based Literature. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(6), 529–536. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i6.3779>
- Shahzadi, I., Hussain, A., & Ashraf, S. (2024). Practice of Adaptive Teaching in Improving Students' Learning: An Effective Approach. *Bulletin of Business and Economics (BBE)*, 13(1), 552–556. <https://doi.org/10.61506/01.00239>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. (Cetakan ke). Alfabeta.
- Waluyo, Nugroho, D., Putro, B. N., Syaifullah, R., Mukholid, A., Sabarini, S. S., & Liskustyawati, H. (2024). Optimising Locomotor Basic Motion Learning Outcomes Through The “Motion Circuit” Playing Model For Grade 3 Students. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15(4), 549–558. <https://doi.org/10.21009/GJIK.154.12>
- Wiyarko, W., & Adhi, B. P. (2025). Enhancing Physical Education Learning Outcomes Through Game Based Learning Approach in Primary Schools. *Juwara: Jurnal Wawasan Dan Aksara*, 5(1), 261–273. <https://doi.org/10.58740/juwara.v5i1.495>
- Zakia, A., Barlian, E., & HB, B. (2023). Improving Fundamental Locomotor Skills of Elementary School Students in Padang City Through the Kids Athletics Model. *International Journal of Research and Review*, 10(8), 691–696. <https://doi.org/10.52403/ijrr.20230890>