

Pengembangan model permainan dalam pembelajaran senam lantai terhadap hasil belajar guling depan

Syalsabila Ira Mawardani^{1ABHIJ}, Bayu Budi Prakoso^{1ABEJL}, Irma Febriyanti^{1DGL}, Vega Candra Dinata^{11DGL}, Akhmad Khusairi^{2DGHM}

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

²SMP Negeri 3 Gresik, Dinas Pendidikan Kabupaten Gresik, Jawa Timur, Indonesia.

*Corresponding author: syalsabilaira.22059@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Latar Belakang Masalah: Pembelajaran senam lantai, khususnya gerakan guling depan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), menghadapi berbagai tantangan. Siswa sering kesulitan menguasai teknik guling depan karena metode konvensional yang monoton dan kurang menarik. Kondisi ini menurunkan motivasi serta hasil belajar siswa, sehingga dibutuhkan pendekatan inovatif melalui model permainan. **Tujuan Penelitian:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan dan menguji kelayakan model permainan dalam pembelajaran senam lantai guna meningkatkan hasil belajar guling depan peserta didik. **Metode:** Penelitian ini merupakan *Research and Development (R&D)* dengan model ADDIE, dan pada tahap implementasi menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest* selama tiga kali pertemuan. Sampel ditentukan dengan *cluster random sampling* melalui undian kertas dari 9 kelas paralel, dan terpilih kelas VII-C berjumlah 30 siswa (16 laki-laki, 14 perempuan). Instrumen pengetahuan dan keterampilan telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan. Analisis data dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk* pada selisih skor, dan *Wilcoxon Signed-Rank Test* ketika distribusi tidak normal. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan (*pretest* = 11,80; *posttest* = 15,30; peningkatan sebesar 3,50 poin atau 29,66%; $Z = -4,873$; $p < 0,001$; $r = 0,89$) dan keterampilan (*pretest* = 24,07; *posttest* = 45,80; peningkatan sebesar 21,73 poin atau 90,32%; $Z = -4,912$; $p < 0,001$; $r = 0,90$). **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa model permainan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan teknik, dan motivasi siswa. Model ini direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran PJOK untuk memperkuat kualitas pendidikan jasmani di sekolah.

Kata Kunci: Senam Guling Depan, Inovasi Pembelajaran; Pendekatan Permainan; Hasil Belajar.

Abstract

Research Problems: Floor gymnastics learning, particularly the forward roll movement in Physical Education, faces various challenges. Students often struggle to master the forward roll technique because conventional methods are monotonous and less engaging. This condition decreases motivation and learning outcomes, thus requiring an innovative approach through game-based learning. **Research Objectives:** This study aims to develop and validate a game-based learning model in floor gymnastics to enhance students' learning outcomes in performing the forward roll. **Methods:** This study is a *Research and Development (R&D)* with the ADDIE model, and at the implementation stage employed a *One-Group Pretest-Posttest* design across three sessions. The sample was determined using *cluster random sampling* by drawing lots from nine parallel classes, resulting in class VII-C with 30 students (16 male, 14 female). Knowledge and skill instruments were validated for content and reliability prior to use. Data analysis applied the *Shapiro-Wilk* test on difference scores, and the *Wilcoxon Signed-Rank Test* when distributions were non-normal. **Results:** The results indicated significant improvements in knowledge (*pretest* = 11.80; *posttest* = 15.30; an increase of 3.50 points or 29.66%; $Z = -4.873$; $p < 0.001$; $r = 0.89$) and skills (*pretest* = 24.07; *posttest* = 45.80; an increase of 21.73 points or 90.32%; $Z = -4.912$; $p < 0.001$; $r = 0.90$). **Conclusion:** The study concludes that the game-based model is effective in improving students' knowledge, technical skills, and motivation. This model is recommended as an alternative strategy for PJOK to strengthen the quality of physical education in schools.

Keywords: Gymnastics Forward Roll; Learning Innovation; Games Approach; Learning Achievement.

Copyright © 2025 Author(s)

Received: 12 08 2025

Revised: 12 09 2025

Accepted: 27 09 2025



Authors' Contribution: A – Conceptualization; B – Methodology; C – Software; D – Validation; E - Formal analysis; F – Investigation; G – Resources; H - Data Curation; I - Writing - Original Draft; J - Writing - Review & Editing; K – Visualization; L – Supervision; M - Project administration; N - Funding acquisition

PENDAHULUAN

Di era globalisasi saat ini, pendidikan dituntut menghasilkan proses pembelajaran yang menarik, efektif, dan relevan dengan perkembangan zaman. Pendidikan dan pembelajaran merupakan dua hal yang saling berkaitan erat serta berperan penting dalam meningkatkan potensi manusia, baik dalam aspek spiritual, moral, maupun pembentukan karakter (Abdillah, 2024; Sakti, 2020). Sejalan dengan itu, pembelajaran harus dirancang secara tepat agar mampu mencapai tujuan faktual dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik, sehingga diperlukan adanya keselarasan antara tujuan pendidikan, strategi pembelajaran, dan kondisi siswa (Amadi, 2022).

Realita yang terjadi di lapangan kadang kala tidak sejalan dengan tujuan pembelajaran. Tantangan kerap kali muncul dalam suatu proses pembelajaran. Salah satunya pembelajaran PJOK (Setiawan et al., 2025). Terlebih lagi pada materi-materi ajar yang memerlukan keterampilan khusus, seperti materi ajar senam lantai. Dalam senam lantai terdapat banyak macam gerak dasar, salah satunya gerakan guling depan (*forward roll*). Yaitu menggulingkan badan ke depan dengan menggunakan leher, punggung, pinggang, dan tumpuan tangan di atas matras (Riyanto, 2022). Dalam praktiknya, masih banyak siswa melakukan kesalahan gerak akibat rendahnya motivasi belajar (Mahmudah et al., 2022), yang berdampak langsung pada hasil belajar siswa (Kustiani & Hariani, 2018). Inovasi pembelajaran menjadi keharusan agar tujuan PJOK tercapai secara optimal (Gunawan, 2022), dan guru dituntut menghadirkan pembelajaran yang kreatif agar hasil belajar siswa dapat maksimal (Hamda et al., 2021).

Sejalan dengan perubahan zaman, pendidikan juga mengalami transformasi yang signifikan. Guru dituntut untuk *melek* teknologi dan responsif terhadap perubahan yang cepat. Kualitas kinerja guru penting untuk menciptakan kreativitas baru dalam pembelajaran dan mendorong motivasi belajar siswa (Arafa & Supriyanto, 2021). Salah satu strategi yang dapat dikembangkan adalah pendekatan permainan. Bermain merupakan aktivitas yang memberikan kesenangan sekaligus memenuhi kebutuhan psikologis dan sosial seperti kegembiraan, kreativitas, dan interaksi (Idhayani et al., 2024). Bermain juga penting bagi perkembangan anak karena mampu merangsang keberanian, kecepatan berpikir, serta kreativitas (Hartati et al., 2012; Hayati & Putro, 2021). Sementara itu, permainan merupakan aktivitas yang lebih terstruktur dengan aturan dan tujuan tertentu serta menggunakan sarana penunjang (Ardini & Lestarinigrum, 2018). Hubungan keduanya saling melengkapi, bermain memberi ruang bebas berimajinasi, sedangkan permainan melatih keterampilan kognitif, motorik, dan sosial (Farida et al., 2025). Oleh karena itu, permainan dapat menjadi media pembelajaran efektif (Andayani, 2021), yang mampu menciptakan suasana belajar menyenangkan, interaktif, dan memotivasi

siswa dalam PJOK. Penelitian yang dilakukan oleh (Legowo et al., 2023; Setiawan et al., 2025) juga menegaskan bahwa suasana belajar yang menyenangkan berperan penting dalam menumbuhkan motivasi alami siswa. Dalam konteks guling depan, penerapan permainan terbukti dapat mengurangi rasa takut, meningkatkan keberanian, dan mendorong siswa lebih aktif mencoba gerakan (Rambe et al., 2024). Strategi ini sejalan dengan teori humanistik yang menekankan rasa aman (Habsy et al., 2023), teori konstruktivisme yang mengedepankan pengalaman langsung, serta teori belajar sosial yang menekankan interaksi (Suparlan, 2019). Dengan demikian, permainan bukan hanya dapat meningkatkan keterampilan gerak, tetapi juga menumbuhkan motivasi, sportivitas, dan kerjasama siswa.

(Subair, 2023), dalam penelitiannya menemukan bahwa pembelajaran senam lantai guling depan kurang diminati siswa karena metode yang monoton dan keterbatasan fasilitas. Penelitian ini menilai aspek keterampilan dan menunjukkan bahwa penerapan model permainan kreatif mampu meningkatkan ketuntasan siswa dalam melakukan guling depan. (Ristanti et al., 2019), dalam penelitiannya, menemukan bahwa siswa belum mencapai KKM pada materi guling depan akibat rendahnya minat dan motivasi. Penelitian ini menilai keterampilan dan hasilnya menunjukkan penggunaan media hulahop dapat meningkatkan aktivitas serta keterampilan siswa hingga sebagian besar mencapai KKM. (Sutoro & Nurhidayah, 2023), dalam penelitiannya, mengungkap bahwa kompetensi siswa pada aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan masih rendah. Sebagai solusi, peneliti menggunakan media bidang miring berupa matras, dan hasilnya terbukti efektif meningkatkan penguasaan teknik guling depan pada ketiga ranah tersebut. (Anjarrio et al., 2020), dalam penelitiannya, menemukan bahwa banyak siswa belum mampu melakukan guling depan dengan baik karena metode pembelajaran yang kurang variatif. Penelitian ini menilai aspek keterampilan dan hasilnya menunjukkan bahwa penerapan metode permainan berbantu media audiovisual mampu meningkatkan keterampilan guling depan siswa secara signifikan. (Irham et al., 2024), dalam penelitiannya, menemukan rendahnya ketuntasan siswa pada materi guling depan. Penelitian ini menilai ranah pengetahuan dan keterampilan, dan hasilnya menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus keterampilan siswa. (Amar et al., 2023), dalam penelitiannya, juga menemukan rendahnya partisipasi siswa dalam pembelajaran guling depan. Penelitian ini menilai aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan, dan hasilnya menunjukkan bahwa penerapan permainan modifikasi mampu meningkatkan nilai rata-rata siswa, meskipun sebagian masih belum mencapai KKM.

Berbagai penelitian sebelumnya telah memberikan kontribusi penting dalam mengembangkan strategi pembelajaran senam lantai guling depan melalui pendekatan permainan dan media bantu. Hasil-hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan siswa, bahkan sebagian studi juga mulai mengaitkannya dengan ranah pengetahuan. Namun, pengukuran yang dilakukan masih cenderung lebih menitikberatkan pada keterampilan praktik, sehingga aspek pengetahuan belum sepenuhnya dievaluasi secara seimbang bersama keterampilan. Di samping itu, instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian terdahulu umumnya masih bersifat sederhana dan belum dilaporkan melalui uji validitas maupun reliabilitas yang memadai. Sehingga akurasi hasil ukur belum dapat dipastikan. Oleh karena itu, masih diperlukan penelitian yang dapat memberikan gambaran lebih komprehensif mengenai peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa, dengan dukungan instrumen yang tervalidasi dan teruji konsistensinya.

Penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan mengembangkan model permainan berbantuan media *PowerPoint* (PPT) dan video yang dirancang khusus untuk pembelajaran senam lantai guling depan. Integrasi kedua media ini diharapkan mampu menghadirkan suasana belajar yang lebih menarik sekaligus memberikan pemahaman konseptual yang kuat kepada siswa sebelum praktik. Model permainan yang dikembangkan dirancang sedemikian rupa sehingga aktivitasnya mengandung unsur gerak dan kekuatan yang dibutuhkan dalam guling depan, namun disusun secara bertahap tanpa harus langsung melakukan guling depan secara utuh. Pertimbangan ini penting untuk menjaga keselamatan siswa, mengurangi rasa takut, serta memastikan partisipasi siswa perempuan tetap maksimal. Selain itu, instrumen pengetahuan dan keterampilan yang digunakan telah melalui proses validasi ahli dan diuji reliabilitasnya dengan *Intraclass Correlation Coefficient* (ICC), sehingga hasil pengukuran lebih terjamin akurasinya. Dengan desain *one-group pretest-posttest*, penelitian ini berfokus pada evaluasi peningkatan pengetahuan dan keterampilan secara bersamaan, sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas model permainan berbasis media. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi media PPT dan video permainan dengan rancangan aktivitas bertahap serta instrumen yang tervalidasi dan reliabel, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam memperkaya literatur pembelajaran PJOK, khususnya pada materi senam lantai guling depan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menghadirkan model permainan inovatif, tetapi juga memberikan instrumen penelitian yang lebih akurat untuk menilai pengetahuan dan keterampilan siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis *Research and Development* (R&D) yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk menghasilkan produk tertentu serta menguji keefektifan produk dalam praktik (Rustamana et al., 2024). Model R&D yang dipakai adalah *ADDIE* sebagai kerangka kerja utama meliputi: *analyze, design, development, implementation, dan evaluation* (Waruwu, 2024). Fokus penelitian ini adalah mengembangkan model permainan dalam pembelajaran PJOK senam lantai guling depan yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa.

Tahap analisis kebutuhan (*Analyze*) melalui wawancara kepada guru PJOK serta kajian literatur yang relevan. Proses ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan utama dalam pembelajaran senam lantai guling depan, khususnya yakni pada kendala siswa dalam memahami gerakan dasar dan kurangnya variasi strategi pembelajaran yang menarik. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian pendidikan dengan mendapatkan izin resmi dari Kepala SMP Negeri 3 Gresik serta persetujuan dari guru PJOK (<https://unesa.me/SuratBalasanPenelitianSMPNegeri3Gresik>). Seluruh siswa berpartisipasi secara sukarela. Prosedur pengumpulan data dilakukan tanpa menimbulkan risiko fisik maupun psikologis, serta tetap mengikuti prinsip etika umum, yaitu menghormati hak peserta didik, menjamin kerahasiaan data, dan menjaga keamanan selama proses pembelajaran.

Hasil analisis kebutuhan dijadikan sebagai dasar desain media pembelajaran berupa *PowerPoint* (PPT) dan video permainan (*Design*). Media PPT digunakan untuk memberikan pemahaman konseptual terkait definisi, teknik dasar, serta tata cara pelaksanaan guling depan secara sistematis. Sedangkan, video permainan dikembangkan untuk menghadirkan lima jenis permainan yang di dalamnya terdapat unsur yang dibutuhkan dalam guling depan, yang dirancang secara khusus agar siswa lebih termotivasi, berani mencoba, dan terampil dalam praktik guling depan. Adapun media pembelajaran yang dikembangkan dapat diakses pada tautan berikut (<https://unesa.me/MediaPembelajaranPPT>, <https://unesa.me/VideoPermainan>).

Tahap pengembangan produk (*Development*) dilakukan dengan menguji validitas desain media dan permainan oleh tiga ahli, yaitu ahli media, ahli materi, dan guru PJOK sebagai praktisi. Validasi dilakukan dengan menggunakan instrumen angket yang disusun untuk menilai kelayakan media pembelajaran (<https://unesa.me/AngketUjiValidasiMateri>, <https://unesa.me/AngketUjiValidasiMedia>). Instrumen validasi materi dan media menggunakan skala Likert 1–4 (sangat kurang s.d. sangat baik). Hasil penilaian dikonversi dalam bentuk persentase dengan kriteria kelayakan (layak jika $\geq 75\%$). Soal pengetahuan sebanyak 30 butir soal pilihan ganda, diujicobakan kepada 100 responden. Selanjutnya

dianalisis daya pembeda, tingkat kesulitan, dan fungsi distraktor hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 19 butir soal memenuhi daya beda, tingkat kesulitan, fungsi distraktor (hasil analisis butir <https://unesa.me/DistraktorSoalInstrumenPengetahuan>). Selain itu, kisi-kisi instrumen pengetahuan yang memuat indikator, bentuk soal, level kognitif, serta aspek pengukuran juga telah disusun untuk memastikan keterwakilan materi dan kejelasan aspek yang diukur (<https://unesa.me/KisiKisiInstrumenPengetahuanSenamLantaiGulingDepan>). Instrumen keterampilan disusun dalam bentuk rubrik penilaian yang memuat lima aspek gerakan guling depan, yaitu (1) awalan, (2) saat akan berguling, (3) saat berguling, (4) setelah berguling, dan (5) akhiran. Masing-masing aspek dinilai dengan skala 1–4, sehingga skor maksimal per rater adalah 20 poin. Karena penilaian dilakukan oleh tiga orang rater, maka skor maksimal keseluruhan adalah 60 poin (rubrik dapat diakses melalui <https://unesa.me/RubrikPenilaianInstrumenKeterampilanSenamLantaiGulingDepan>).

Validasi instrumen hasil belajar keterampilan dilakukan oleh 2 ahli (materi dan praktisi) melalui angket penilaian yang mencakup kesesuaian indikator, kejelasan rubrik, serta keterukuran aspek penilaian (instrumen layak jika $\geq 75\%$). Selain itu, untuk memastikan konsistensi hasil penilaian, reliabilitas instrumen keterampilan juga dianalisis menggunakan *Intraclass Correlation Coefficient* (ICC) dengan model *absolute agreement* dan serta *cronbach's alpha* untuk menilai konsistensi internal rubrik, dengan bantuan aplikasi SPSS versi 30 (<https://unesa.me/AngketUjiValidasiInstrumenKeterampilan>).

Tahap implementasi (*Implementation*) dilakukan di SMP Negeri 3 Gresik yang ber alamat di Jalan Panglima Sudirman No. 100, Kelurahan Sidokumpul, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik. Populasi dalam penelitian ialah seluruh unit analisis yang relevan dengan topik yang dikaji (Susanto et al., 2024). Untuk menerapkan hasil pengembangan digunakan satu kelas terpilih secara *cluster random sampling* dari 9 kelas paralel. Satu kelas yang terpilih menjadi sampel ujicoba dalam implementasi. Sampel ialah bagian dari populasi yang dipilih menggunakan teknik tertentu dengan mempertimbangkan tujuan dan karakteristik penelitian (Amin et al., 2023). Kelas VII-C terpilih untuk menerima produk pengembangan dengan jumlah 30 siswa (16 putra dan 14 putri). Pemilihan satu kelas dianggap memadai karena penelitian ini berfokus pada tahap uji coba terbatas dalam kerangka penelitian pengembangan (R&D), sehingga tujuan utamanya adalah menilai efektivitas produk pada kelompok sasaran yang representatif, bukan melakukan generalisasi luas. Untuk itu, desain penelitian yang dipilih dalam implementasi produk adalah *one group pretest-posttest design*. *Pretest* dan *posttest* mengukur pengetahuan dan keterampilan tentang *roll* depan. *Treatment* penelitian dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan.

Selanjutnya tahap terakhir adalah evaluasi (*Evaluation*) yang dilakukan untuk menilai efektivitas produk pembelajaran yang dikembangkan. Evaluasi dilakukan melalui analisis hasil *pretest* dan *posttest* pengetahuan dan penilaian keterampilan yang diberikan oleh tiga orang rater. Data hasil penelitian dianalisis secara deskriptif yang mencakup nilai minimum, maksimum, rata-rata (*mean*), dan standar deviasi. Selanjutnya, dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk*. Karena distribusi tidak normal, digunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test* untuk menganalisis perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kedua aspek. Selain uji beda, dilaporkan ukuran efek $r = |Z|/\sqrt{N}$. Seluruh analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 30.

HASIL

Hasil penelitian dijelaskan berdasarkan proses ADDIE yaitu: *analyze, design, development, implementation, dan evaluation*. Tahap-tahap tersebut dijelaskan sesuai dengan data yang telah dianalisis dan diinterpretasikan.

Analyze

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 3 Gresik serta kajian literatur yang relevan, diperoleh informasi bahwa pembelajaran senam lantai, termasuk gerakan guling depan, sudah diajarkan sejak kelas VII. Namun, pelaksanaan di lapangan masih menghadapi sejumlah kendala. Dari sisi teknis, beberapa siswa mengalami kesulitan karena keterbatasan fleksibilitas tubuh dan kurangnya penguasaan gerakan dasar. Selain kendala teknis, faktor psikologis siswa juga menjadi perhatian utama. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, banyak siswa yang merasa kurang percaya diri, takut mencoba, bahkan ada yang mengalami trauma kecil akibat pengalaman sebelumnya, misalnya terjatuh atau merasa sakit ketika mencoba guling depan. Perasaan takut ini memunculkan kecenderungan menghindar dari latihan, terutama pada siswa perempuan yang disebut lebih sering mengalami kendala dibanding siswa laki-laki.

Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan dalam pembelajaran senam lantai guling depan tidak hanya terletak pada aspek keterampilan fisik, tetapi juga pada aspek mental siswa (Ashidqy et al., 2023). Dengan demikian, diperlukan strategi pembelajaran yang lebih inovatif, seperti pendekatan berbasis permainan, agar siswa merasa lebih aman, berani mencoba, sekaligus termotivasi untuk meningkatkan keterampilan guling depan secara bertahap (Zunidar, 2019).

Design

Berdasarkan hasil analisis, peneliti kemudian menyusun desain media pembelajaran yang terdiri atas dua bentuk utama, yaitu *PowerPoint* (PPT) dan video permainan. Media PPT

dirancang untuk memberikan pemahaman konseptual mengenai definisi, teknik dasar, serta urutan gerakan guling depan secara sistematis. Sementara itu, video permainan dikembangkan untuk menghadirkan lima jenis permainan yang mengandung unsur-unsur gerakan guling depan. Permainan ini dirancang secara bertahap agar siswa terdorong untuk berani mencoba, meningkatkan fleksibilitas, kekuatan, serta koordinasi gerakan. Adapun media pembelajaran yang dikembangkan dapat diakses melalui tautan berikut ini: <https://unesa.me/MediaPembelajaranPPT>, <https://unesa.me/VideoPermainan>

Development

Tahap pengembangan dilakukan setelah media pembelajaran dirancang dalam bentuk *PowerPoint* (PPT) dan *video* permainan. Produk yang dihasilkan kemudian divalidasi oleh tiga ahli, yaitu ahli materi, ahli media, dan guru PJOK sebagai praktisi. Instrumen validasi disusun dalam bentuk angket dengan kisi-kisi penilaian yang mencakup aspek ketepatan, kemudahan, kesesuaian, dan kemenarikan. Berdasarkan hasil validasi materi, diperoleh rata-rata persentase sebesar 90%. Persentase tersebut termasuk dalam kategori “Sangat Layak”, yang berarti bahwa isi materi telah sesuai dengan kompetensi dasar, sistematis, dan mudah dipahami oleh siswa. Hasil validasi media juga memperoleh rata-rata persentase sebesar 90%. Hasil ini menunjukkan bahwa media pembelajaran berupa PPT dan video permainan berada dalam kategori “Sangat Layak” yang berarti, tampilan media dinilai menarik, penyajian konten mudah dipahami, serta sesuai untuk mendukung pembelajaran senam lantai guling depan.

Selain validasi media dan materi, peneliti juga melakukan uji coba instrumen pengetahuan sebelum digunakan dalam penelitian. Dari 30 butir soal pilihan ganda yang disusun, hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 19 soal dinyatakan valid dan layak digunakan (hasil analisis butir soal: <https://unesa.me/DistraktorSoalInstrumenPengetahuan>). Besar daya beda 19 butir berada pada rentang 0.208-0.866 berada pada kategori sedang dan baik, fungsi distractor memenuhi syarat dengan nilai minimal >5%, tingkat kesulitan berada pada sebesar 0.46-0.95 berada pada kategori mudah dan cukup. Instrumen yang telah teruji ini kemudian dijadikan alat ukur pada tahap *pretest* dan *posttest* siswa.

Selain instrumen pengetahuan, peneliti juga menyusun instrumen keterampilan untuk menilai kemampuan siswa dalam melakukan gerakan senam lantai guling depan. Kemudian divalidasi oleh dua orang ahli, yaitu ahli senam dan guru PJOK sebagai praktisi. Validasi dilakukan menggunakan angket yang berisi beberapa aspek penilaian, antara lain kesesuaian, kejelasan, kemudahan, kelengkapan, ketepatan, kesistematikan, dan kelayakan. Hasil validasi menunjukkan bahwa instrumen keterampilan memperoleh rata-rata persentase sebesar 85%, artinya instrumen keterampilan yang dibuat berada dalam kategori “Sangat Layak” sehingga

dapat digunakan sebagai alat ukur keterampilan siswa. Untuk memastikan konsistensi hasil penilaian, reliabilitas instrumen keterampilan juga dianalisis menggunakan *Intraclass Correlation Coefficient* (ICC) dengan bantuan aplikasi SPSS versi 30. Hasil uji menunjukkan bahwa pada setiap aspek pengukuran dinyatakan reliabel dengan nilai *cronbach's alpha* dengan rentang 0.991-1. Sedangkan nilai *Intraclass Correlation* menunjukkan hasil yang serupa yaitu konsisten dengan rentang nilai 0.991-1. Hasil dapat dilihat dalam tabel 4.

Tabel 4. Konsistensi Penilaian Para Rater Berdasarkan ICC untuk Aspek Penilaian Keterampilan Guling Depan

Aspek	Cronbach's Alpha	ICC	95% CI		Keterangan
			Lower	Upper	
Awalan	0.989	0.989	0.983	0.993	Reliabel
Saat Akan Berguling	0.991	0.991	0.986	0.994	Reliabel
Saat Berguling	1.000	1.000	1.000	1.000	Reliabel
Setelah Berguling	0.997	0.997	0.996	0.998	Reliabel
Akhiran	0.998	0.998	0.998	0.999	Reliabel

Implementation

Tahap implementasi dilakukan di SMP Negeri 3 Gresik pada kelas VII-C dengan jumlah 30 siswa. Kegiatan pembelajaran dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan sesuai dengan rancangan yang telah disusun, yaitu menggunakan media PPT, LKPD berbasis PBL, serta lima permainan sebagai bentuk latihan bertahap. Pada tahap ini guru PJOK bertindak sebagai pelaksana pembelajaran, sementara peneliti berperan sebagai pengamat jalannya proses. Data yang digunakan pada tahap implementasi meliputi hasil pretest dan posttest pengetahuan serta keterampilan guling depan. Penilaian keterampilan dilakukan oleh tiga orang rater dengan instrumen yang sudah dinyatakan valid dan reliabel. Analisis data dilakukan dengan membandingkan nilai pretest dan posttest sehingga dapat diketahui peningkatan hasil belajar siswa.

Evaluation

Selanjutnya dilakukan evaluasi terhadap peningkatan hasil belajar siswa setelah menggunakan produk berupa PPT dan video permainan guling depan pada kelas VII C SMP Negeri Gresik yang berjumlah 30 siswa. Evaluasi ini menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest* untuk mengamati perubahan nilai pengetahuan dan keterampilan sebelum dan sesudah diberikan treatment.

Tabel 5. Hasil Analisis Deskriptif

Aspek	Tes	N	Min	Max	Mean	SD
Pengetahuan	<i>Pretest</i>	30	6	14	11.80	1.710
	<i>Posttest</i>	30	11	18	15.30	1.745
Keterampilan	<i>Pretest</i>	30	15	33	24.07	5.789

Aspek	Tes	N	Min	Max	Mean	SD
	Posttest	30	18	60	45.80	12.223

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, skor pengetahuan pada pretest memiliki rata-rata 11,80 dengan standar deviasi 1,71, nilai minimum 6 dan maksimum 14. Sedangkan pada posttest, rata-rata meningkat menjadi 15,30 dengan standar deviasi 1,75, dengan rentang nilai 11–18. Untuk aspek keterampilan, skor pretest menunjukkan rata-rata 24,07 (SD = 5,79), dengan nilai minimum 15 dan maksimum 33. Sementara posttest menunjukkan peningkatan rata-rata menjadi 45,80 dengan standar deviasi 12,22, dengan nilai berkisar antara 18–60. Hasil tersebut menggambarkan adanya peningkatan rata-rata skor dari pretest ke posttest pada kedua aspek, baik pengetahuan maupun keterampilan, serta menunjukkan variasi skor yang berbeda antar siswa.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Aspek	Tes	N	<i>Shapiro-Wilk Sig.</i>	Kesimpulan
Pengetahuan	<i>Pretest</i>	30	<0.001	Tidak Normal
	<i>Posttest</i>	30	0.113	Normal
Keterampilan	<i>Pretest</i>	30	0.073	Normal
	<i>Posttest</i>	30	0.021	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*, diperoleh bahwa skor pretest pengetahuan memiliki nilai $p < 0,001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal. Sebaliknya, skor posttest pengetahuan memiliki nilai $p = 0,113$, sehingga distribusi data normal. Untuk aspek keterampilan, skor pretest menunjukkan nilai $p = 0,073$, sehingga distribusi data dapat dikategorikan normal. Sedangkan skor posttest keterampilan memiliki nilai $p = 0,021$, sehingga distribusi data tidak normal. Mengingat tidak semua variabel berdistribusi normal, uji perbedaan yang relevan adalah berdasarkan selisih skor ($diff = posttest - pretest$). Hasil uji normalitas pada selisih skor menunjukkan bahwa distribusi $diff$ tidak normal, sehingga perbedaan antara pretest dan posttest dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test*.

Tabel 7. Hasil Uji Beda Non-Parametrik (*Wilcoxon Signed-Rank Test*)

Aspek	Mean		Peningkatan		Uji Beda		
	Pretest	Posttest	Nilai	%	z	Sig.	Effect Size
Pengetahuan (0-19)	11.80	15.30	3.50	29.66	-4.873	<0.001	0.89
Keterampilan (0-60)	24.07	45.80	21.73	90.32	-4.912	<0.001	0.90

Berdasarkan hasil analisis, terlihat bahwa setelah perlakuan terjadi peningkatan pada kedua aspek yang diukur. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 11,80 menjadi 15,30, dengan peningkatan sebesar 3,50 poin atau 29,66%. Uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* berdasarkan selisih skor ($diff = posttest - pretest$) menunjukkan $Z = -4,873$ dengan $p < 0,001$.

Ukuran efek untuk pengetahuan menghasilkan nilai r yakni sebesar 0,89. Begitu pula pada keterampilan, skor rata-rata meningkat dari 24,07 menjadi 45,80, dengan peningkatan sebesar 21,73 poin atau 90,32%. Uji *Wilcoxon* menunjukkan $Z = -4,912$ dengan $p < 0,001$. Ukuran efek menghasilkan nilai r sebesar 0,90. Dengan demikian, perlakuan yang diberikan efektif meningkatkan secara signifikan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam senam lantai guling depan. Ukuran efek yang sangat besar ($r = 0,89$ untuk pengetahuan dan $r = 0,90$ untuk keterampilan) menunjukkan bahwa intervensi memberikan dampak kuat terhadap peningkatan kedua aspek.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan penerapan model permainan pada materi guling depan memberi dampak positif pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa. Peningkatan skor rata-rata pretest ke posttest baik pada aspek pengetahuan maupun keterampilan membuktikan strategi berbasis permainan mampu menciptakan suasana belajar yang menarik, interaktif, dan mendorong partisipasi aktif siswa. Temuan ini sekaligus menjawab permasalahan awal yang ditemukan di lapangan, yaitu rendahnya motivasi, kurangnya keberanian, serta kesulitan teknis dalam melakukan gerakan guling depan.

Berdasarkan analisis *Wilcoxon Signed-Rank Test*, skor rata-rata pengetahuan meningkat sebesar 3,50 poin (29,66%), dengan ukuran efek $r = 0,89$, sedangkan skor keterampilan meningkat sebesar 21,73 poin (90,32%) dengan $r = 0,90$. Ukuran efek yang sangat besar ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis permainan memiliki dampak kuat terhadap peningkatan kedua aspek. Efektivitas ini didukung oleh instrumen penilaian yang valid dan reliabel, serta rubrik penilaian yang konsisten antar rater. Meski demikian, karena penelitian hanya dilaksanakan selama tiga pertemuan, perlu kajian lanjutan dengan durasi lebih panjang untuk memastikan konsistensi efek pada periode yang lebih luas.

Sejalan dengan teori konstruktivisme (Suparlan, 2019), pembelajaran berbasis pengalaman nyata memberikan pemahaman lebih mendalam (Legowo et al., 2023). Melalui tahapan permainan yang disusun secara bertahap, siswa dapat berlatih menguasai unsur-unsur gerakan guling depan tanpa langsung melakukan gerakan secara utuh yang membuat mereka merasa lebih aman, mengurangi rasa takut, sekaligus meningkatkan keberanian untuk mencoba. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Rambe et al., 2024) yang menyebutkan bahwa pendekatan permainan dapat meminimalisir kecemasan siswa ketika berlatih senam lantai, terutama pada siswa perempuan yang cenderung lebih berhati-hati. Selain itu, peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan menunjukkan bahwa penyajian materi melalui

media PowerPoint (PPT) dan Lembar Kerja Peserta Didik (LKPD) berbasis refleksi mampu membantu siswa memahami konsep dasar senam lantai guling depan. Media yang disajikan dengan visual yang menarik terbukti lebih mudah dipahami siswa, sesuai dengan pendapat (Arafa & Supriyanto, 2021) bahwa kualitas media pembelajaran yang baik dapat meningkatkan minat dan hasil belajar siswa. Dengan demikian, integrasi media pembelajaran dengan aktivitas permainan terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan.

Hasil validasi dari ahli materi, ahli media, dan guru praktisi menempatkan produk pada kategori “sangat layak”, sehingga memperkuat efektivitas model yang dikembangkan. Instrumen keterampilan juga terbukti reliabel dengan nilai ICC sangat tinggi, artinya konsisten dan dapat dipercaya. Hal ini sejalan dengan (Waruwu, 2024) yang menekankan pentingnya validitas dan reliabilitas instrumen dalam penelitian pengembangan. Temuan ini berbeda dari penelitian (Subair, 2023) yang menyoroti rendahnya minat siswa akibat metode monoton. Sementara penelitian ini membuktikan bahwa model permainan tidak hanya mampu mengatasi kebosanan, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri serta keberanian siswa. Temuan ini juga melengkapi penelitian (Sutoro & Nurhidayah, 2023) yang menyoroti rendahnya motivasi dan fokus siswa sebagai faktor penghambat. Melalui permainan, motivasi intrinsik siswa tumbuh secara alami karena mereka merasa belajar sambil bermain. Dari sisi keterampilan, peningkatan yang signifikan pada posttest menunjukkan bahwa latihan berbasis permainan efektif dalam melatih aspek kekuatan, fleksibilitas, koordinasi, serta teknik dasar yang dibutuhkan dalam guling depan. Tahapan permainan yang disusun mulai dari fleksibilitas pinggang, kekuatan lengan untuk menumpu, kekuatan lengan dan kaki untuk awalan, gerakan berguling, hingga kekuatan otot perut untuk menjaga sudut perut saat guling depan, membuat siswa lebih siap secara fisik dan mental. Hal ini memperkuat teori humanistik yang menekankan pentingnya rasa aman dan motivasi dalam proses belajar (Habsy et al., 2023).

Dampak lain dari penggunaan model permainan ini adalah terciptanya suasana belajar yang lebih menyenangkan. Seperti yang dikemukakan oleh (Setiawan et al., 2025), suasana belajar yang menyenangkan mampu menumbuhkan motivasi alami siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa lebih antusias dan aktif berpartisipasi selama proses pembelajaran, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap pencapaian hasil belajar. Dengan demikian, model permainan tidak hanya bermanfaat pada aspek pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga pada aspek sikap seperti keberanian, kerjasama, dan sportivitas.

Meski demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan. Yang pertama, penelitian hanya dilaksanakan pada satu kelas dengan jumlah sampel terbatas, sehingga temuan belum dapat

digeneralisasi secara luas. Kedua, durasi perlakuan yang relatif singkat, yaitu tiga kali pertemuan, belum sepenuhnya menggambarkan dampak jangka panjang penerapan model permainan. Ketiga, desain one-group pretest-posttest tidak memungkinkan klaim kausalitas penuh; efek besar $r \approx 0,89-0,90$ perlu dianalisis secara kritis karena kemungkinan dipengaruhi oleh bias penilai. Mitigasi dilakukan melalui tiga rater dan rubrik penilaian yang telah divalidasi, namun uji lanjutan dengan kontrol atau desain eksperimental direkomendasikan. Selain itu, penelitian ini lebih fokus pada materi guling depan, sehingga penerapan pada bentuk senam lantai lain masih perlu diuji lebih lanjut. Variabel pengganggu lain, seperti motivasi siswa, perbedaan pengalaman olahraga sebelumnya, intervensi di luar kelas juga perlu diperhatikan sebagai keterbatasan. Penelitian selanjutnya sebaiknya memperluas sampel, memperpanjang durasi intervensi, dan menguji pada materi senam lantai lainnya untuk memastikan konsistensi efek. Walaupun demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pengembangan model permainan dalam pembelajaran senam lantai guling depan efektif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi siswa. Temuan ini memberikan implikasi penting bagi guru PJOK untuk lebih kreatif dalam merancang strategi pembelajaran inovatif, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara maksimal.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa penerapan model permainan dalam pembelajaran senam lantai, khususnya pada materi guling depan, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa secara signifikan (pengetahuan naik 3,50 poin, $r = 0,89$; keterampilan naik 21,73 poin, $r = 0,90$). Model permainan yang disusun secara bertahap membuat siswa lebih terarah dalam menguasai unsur-unsur gerakan guling depan tanpa langsung menghadapi kesulitan penuh. Pendekatan ini tidak hanya menumbuhkan rasa percaya diri dan motivasi belajar, tetapi juga menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan interaktif. Walaupun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang terbatas dan waktu pelaksanaan yang relatif singkat, sehingga hasilnya belum bisa digeneralisasi secara luas. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk melibatkan lebih banyak sekolah dan waktu implementasi yang lebih panjang, serta menguji penerapan model permainan pada materi senam lantai lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Abdillah, N. (2024). Studi Ontologi, Epistemologi dan Aksiologi Dalam Dunia Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 48974–48982. <https://doi.org/10.57008/jjp.v4i04.1028>

- Amadi, A. S. M. (2022). Pendidikan di Era Global: Persiapan Siswa untuk Menghadapi Dunia yang Semakin Kompetitif. *Jurnal Ilmu Kependidikan*, 17(2), 153–164. <https://doi.org/10.29408/edc.v17i2.9439>
- Amar, A. M. I. F., Nawir, N., & Muslim, M. (2023). Penerapan Model Permainan dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Global Journal Sports Science*, 1(4), 970–981. <https://doi.org/10.35458>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel Penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 15–31. <https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7>
- Andayani, S. (2021). Bermain Sebagai Sarana Pengembangan Kreativitas Anak Usia Dini. *Jurnal An-Nur: Kajian Pendidikan Dan Ilmu Keislaman*, 7(1), 230–238. <https://doi.org/10.26877/jo.v2i2.1700>
- Anjarrio, J., Sofyan, S., & Indah, E. P. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Permainan Dan Media Audio Visual Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 1 Simpang Empat Tanah Bumbu. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1), 63–67. <https://jtam.ulm.ac.id/index.php/mpj/article/view/486>
- Arafa, I., & Supriyanto. (2021). Strategi Guru dalam Pengelolaan Pembelajaran untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa. *Inspirasi Manajemen Pendidikan*, 9(4), 808–816. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/inspirasi-manajemen-pendidikan/article/view/40747>
- Ardini, P. P., & Lestarinigrum, A. (2018). Bermain dan Permainan Anak Usia Dini. In *Adjie Media Nusantara (Cetakan Pertama)*. Adjie Media Nusantara.
- Ashidqy, A. Z., Gani, R. A., Achmad, I. Z., Syafei, M. M., Purbangkara, T., & Resita, C. (2023). Faktor-Faktor Penghambat Peserta Didik Mengikuti. *Jurnal Penjakora*, 10(1), 10–21. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v10i1.56287>
- Farida, Y. R. S., Ayuningsih, Z. F., Dwinata, A., & Nuruddin, M. (2025). Permainan Tradisional sebagai Perkembangan Motorik Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 2(2), 234–244. <https://doi.org/10.62383/edukasi.v2i2.1470>
- Gunawan, I. M. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan melalui Permainan Siswa kelas IV C SD Negeri 10 Cakranegara. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 43–52. <https://doi.org/10.58578/aldyas>
- Habsy, B. A., Oktafiani, F., Salsabila, D. M., & Zahro, C. I. (2023). Teori Humanistik dalam Proses Pembelajaran. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.47134/jtp.v1i2.162>
- Hamda, N., Nurhasanah, E., & Tasia, F. E. (2021). Peran Guru Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Inovatif. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 130–136. <http://pijarpemikiran.com/index.php/Aufklarung>
- Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2012). Permainan Kecil (Cara Efektif Mengembangkan Fisik, Motorik, Keterampilan Sosial dan Emosional) (Cetakan Pe). Wineka Media.
- Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan Permainan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 4(1), 52–64. [https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4\(1\).6985](https://doi.org/10.25299/jge.2021.vol4(1).6985)
- Idhayani, N., Salma, S., & Yusuf, J. (2024). Bermain Dan Permainan Anak (E. Setiawan & M.

- R. Ramadani (eds.); Cetakan Pertama). Cv.Eureka Media Aksara.
- Irhama, A., Anggoro, A. D., Mubasyir, A. C., Nurhayati, F., & Ningrum, S. A. (2024). Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai Guling Depan Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(1), 136–141. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i1.451>
- Kustiani, L., & Hariani, L. S. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Dan Pendidikan IPS (JPPI)*, 12(1), 14–22. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JPPI>
- Legowo, Y. A. S., Puspitasari, N., Shintya, Y., Baligh, L. N. A., & Setiyawan, J. N. (2023). Gamifikasi Identifikasi Jenis Permainan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(1), 1–11. <https://doi.org/10.30659/pendas.10.1.1-11>
- Mahmudah, I., Darmawan, A., & Aliriad, H. (2022). Faktor Kesulitan Siswa Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 2(2), 94–101. <http://journal.unugiri.ac.id/index.php/citius>
- Rambe, A. H., Parapat, H. F., Hadinata, R., & Hasratuddin, H. (2024). Pemanfaatan Media Berbasis Game dalam Meningkatkan Aktivitas Siswa pada Pembelajaran Sekolah Dasar. *Elementary School Education Journal*, 8(3), 117–132. <http://dx.doi.org/10.30651/else.v8i3.24251>
- Ristanti, D. I., Setiawan, W., & Setiawan, D. (2019). Pengaruh Pembelajaran Menggunakan Media Hulahop Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Pakusari. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olahraga)*, 4(1), 16–20. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v4i1.617>
- Riyanto, J. (2022). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Melalui Alat Bantu Siswa Kelas Iv Semester Ii Sdn 1 Ngampelkulon Kecamatan Ngampel Kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2015/2016. *Dwijaloka Jurnal Pendidikan Dasar & Menengah*, 3(2), 262–273. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/dwijaloka/article/view/1914%0Ahttps://jurnal.unw.ac.id/index.php/dwijaloka/article/view/1914/1221>
- Rustamana, A., Sahl, K. H., Ardianti, D., & Solihin, A. H. S. (2024). Penelitian dan Pengembangan (Research & Development) dalam Pendidikan. *Jurnal Bima: Pusat Publikasi Ilmu Pendidikan Bahasa Dan Sastra*, 2(3), 60–69. <https://doi.org/10.61132/bima.v2i3.1014>
- Sakti, B. P. (2020). Upaya Peningkatan Guru Profesional Dalam Menghadapi Pendidikan Di Era Globalisasi. *Journal of Elementary Education*, 4(1), 74–83. <https://doi.org/10.32507/attadib.v4i1.632>
- Setiawan, M. F. M., Carsiwan, C., Al Ghazaly, M. D. A., & Rahmadayanti, R. S. (2025). Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 15(2), 81–91. <https://doi.org/10.37630/jpo.v15i2.2616>
- Subair, A. (2023). Penerapan Model Permainan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Global Journal Sports*, 1(1), 27–38. <https://doi.org/10.35458>
- Suparlan. (2019). Teori Konstruktivisme dalam Pembelajaran. *Jurnal Keislaman Dan Ilmu Pendidikan*, 1(2), 79–88. <https://doi.org/10.24114/kjb.v7i1.10113>

- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., Soehaditama, J. P., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Sutoro, S., & Nurhidayah, D. (2023). Penerapan Model Pembelajaran Langsung dengan Media Bidang Miring untuk Meningkatkan Gerak Dasar Guling Depan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(2), 1–15. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i2.15303>
- Waruwu, M. (2024). Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D): Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(2), 1220–1230. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i2.2141>
- Zunidar, Z. (2019). Peran Guru Dalam Inovasi Pembelajaran. *Jurnal Nizhamiyah*, 9(2), 41–56. <https://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/nizhamiyah/article/viewFile/550/464>