

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 2, Nomor 10, November 2024, P. 808-815
Licenced By Cc By-Sa 4.0
E-Issn: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.14219503)
Doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14219503>

Peran Pendidikan Jasmani Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Sekolah Dasar: Tinjauan Literatur

Najwa Utami Humaira¹, Nayla Arifa Rayhan², Putri Ayu Lestari³, Fransiska Sitinjak⁴, Fajar Sidik Siregar⁵

¹²³⁴⁵Universitas Negeri Medan

Email: najwautamihumaira999@gmail.com¹, naylaarifarayhan@gmail.com², putriayulestari438@gmail.com³, fransiskasitinjak52@gmail.com⁴, fajar.sidik@unimed.ac.id⁵

Abstrak

Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam pengembangan motorik anak usia sekolah dasar. Melalui pendidikan jasmani, anak-anak diajarkan berbagai gerakan yang melibatkan koordinasi antara otot dan saraf motorik, yang membantu mengembangkan kemampuan motorik kasar mereka. Aktivitas fisik yang dilakukan tidak hanya meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga berkontribusi pada perkembangan kognitif dan emosional anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi manfaat pendidikan jasmani dan dampaknya terhadap aspek perkembangan anak. Hasil menunjukkan bahwa pendidikan jasmani harus diintegrasikan secara efektif dalam kurikulum untuk mendukung tumbuh kembang anak secara holistik.

Kata Kunci: Pendidikan jasmani, perkembangan motorik, anak usia sekolah dasar, aktivitas fisik, pengembangan kognitif.

Abstract

Physical education plays a crucial role in the motor development of elementary school children. Through physical education, children are taught various movements involving the coordination of muscles and motor nerves, which helps develop their gross motor skills. The physical activities not only enhance physical fitness but also contribute to the cognitive and emotional development of children. This study employs a qualitative approach to explore the benefits of physical education and its impact on children's developmental aspects. The findings indicate that physical education should be effectively integrated into the curriculum to support the holistic growth and development of children.

Keywords: Physical education, motor development, elementary school children, physical activity, cognitive development.

Article Info

Received date: 29 Oktober 2024

Revised date: 19 November 2024

Accepted date: 25 November 2024

PENDAHULUAN

Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia, dan guru mempunyai tugas mendidik di sekolah. Pendidikan jasmani seringkali tidak diberi peranan penting. Namun jika ditilik dari peran pendidikan jasmani adalah untuk membantu anak membangun kekuatan jasmaninya agar tidak terlalu lelah saat beraktivitas. Dalam dunia pendidikan, pendidikan jasmani mempunyai beberapa fungsi: olah raga, pelaksanaan kegiatan, bahkan prestasi. Pendidikan jasmani mempunyai tiga fungsi. Fungsi yang pertama adalah olah raga, pendidikan jasmani yang membantu manusia membangun tubuh yang sehat. Peran pendidikan jasmani yang kedua adalah memberikan kegiatan dasar untuk melatih tubuh untuk berolahraga. Kegiatannya berbeda-beda, fungsi yang ketiga adalah pertunjukan, dan fungsi pendidikan jasmani adalah sebagai bentuk kompetisi yang dapat diikuti oleh semua orang. Di luar aktivitas dan kinerja jasmani, peran pendidikan jasmani dalam pendidikan berbasis karakter sama pentingnya dengan pembelajaran lainnya. Melalui pengembangan keterampilan fisik, mental, dan sosial serta pembentukan karakter dan kepribadian yang lebih baik bagi diri sendiri, orang lain, negara, dan bangsa. (Candra, et al., 2023).

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan keterampilan motorik anak. Melalui pendidikan jasmani, anak belajar berbagai gerakan yang membutuhkan koordinasi antara otot dan saraf motorik. Gerakan-gerakan ini mendukung pengembangan keterampilan motorik kasar anak, seperti melompat, berlari, memanjat, dan melempar. Seiring dengan

berkembangnya kemampuan motorik kasar, anak akan lebih mampu melaksanakan aktivitas fisik dengan lebih baik dan efisien, termasuk aktivitas sehari-hari seperti bermain, berinteraksi dengan lingkungan, dan belajar di sekolah. Selain itu, pendidikan jasmani juga membantu anak untuk mengontrol dan mengoordinasikan gerakan tubuhnya dengan lebih baik, yang mendukung perkembangan kognitif dan emosional mereka. Oleh karena itu, pendidikan jasmani sangat penting dalam pengembangan keterampilan motorik anak (Putri, Zahra, Apriyani, Jauhar, & DKK, 2024).

Masa anak usia dini adalah periode yang sangat penting dalam perkembangan motorik, karena saat ini anak mulai aktif menjelajahi lingkungan dan belajar berbagai keterampilan fisik, seperti berjalan, berlari, melompat, memanjat, dan bermain bola. Aktivitas fisik pada usia ini berperan vital dalam mendukung perkembangan koordinasi, keseimbangan, kekuatan, dan daya tahan tubuh. Selain itu, kegiatan fisik juga membantu membangun pola hidup sehat, termasuk kebiasaan berolahraga, menjaga asupan gizi, serta memelihara kesehatan dan kebugaran. Dalam konteks ini, pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mengoptimalkan kemampuan motorik kasar anak. Oleh karena itu, perhatian dan dukungan yang cukup terhadap pendidikan jasmani sangat diperlukan untuk memastikan anak usia dini tumbuh menjadi individu yang sehat, aktif, dan berkembang dengan baik (Candra, et al., 2023).

METODE

Penelitian ini menerapkan metode kualitatif dengan desain studi literatur untuk menyelami peranan pendidikan jasmani dalam memajukan kemampuan motorik anak-anak di usia sekolah dasar. Data telah dikumpulkan melalui studi literatur yang mencakup berbagai sumber, seperti artikel, jurnal, dan buku yang berkaitan dengan topik penelitian. Analisis data dilakukan dengan cara mengidentifikasi tema-tema utama yang menyoroti manfaat pendidikan jasmani, pengembangan motorik kasar, dan juga dampaknya terhadap aspek kognitif, sosial, serta emosional anak. Selain hal tersebut, penelitian ini juga melibatkan analisis data dari studi kasus yang relevan guna memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah. Diharapkan hasil analisis ini dapat memberikan rekomendasi untuk meningkatkan efektivitas pengembangan kurikulum pendidikan jasmani dalam mendukung perkembangan motorik anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peran Pendidikan Jasmani Dalam Perkembangan Motorik Anak Usia Sekolah Dasar

Pentingnya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan pada anak usia dini sangat penting hal ini dikarenakan pada usia dini pertumbuhan anak sangat pesat. Melalui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan anak usia dini akan mendapat dampak yang positif dalam kehidupannya. Pelaksanaan pembelajaran juga akan sangat bergantung pada aktifitas fisik dan kebugaran jasmani sehingga nantinya diharapkan dapat membuat pikiran anak anak bahwa pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu pelaksanaan pembelajaran yang penting dalam aktifitas fisik dan kebugaran jasmani. Pendidikan jasmani dapat memberi manfaat juga pada peningkatan kemampuan akademik anak anak. kebugaran jasmani yang dimiliki seorang anak akan dapat meningkat dengan cara melakukan aktifitas fisik pada proses pembelajaran pelaksanaan pendidikan jasmani.

Pentingnya pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan pada anak usia dini sangat penting hal ini dikarenakan pada usia dini pertumbuhan anak sangat pesat. Melalui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan anak usia dini akan mendapat dampak yang positif dalam kehidupannya. Pelaksanaan pembelajaran juga akan sangat bergantung pada aktifitas fisik dan kebugaran jasmani sehingga nantinya diharapkan dapat membuat pikiran anak anak bahwa pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu pelaksanaan pembelajaran yang penting dalam aktifitas fisik dan kebugaran jasmani. Pendidikan jasmani dapat memberi manfaat juga pada peningkatan kemampuan akademik anak anak. kebugaran jasmani yang dimiliki seorang anak akan dapat meningkat dengan cara melakukan aktifitas fisik pada proses pembelajaran pelaksanaan pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan motorik anak karena kemampuannya mengajarkan berbagai gerakan yang melibatkan koordinasi otot dan saraf motorik. Selain itu, pendidikan jasmani membantu anak dalam mengendalikan dan mengoordinasikan gerakan tubuh dengan lebih baik, yang pada gilirannya akan memperkuat

perkembangan kognitif dan emosional mereka. Dengan demikian, pendidikan jasmani sangat penting dalam memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama dalam aspek kemampuan motorik kasar (Ulfah et al., 2021). Saat anak berada dalam usia dini, kegiatan fisik dan olahraga memiliki peran yang signifikan dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar, contohnya berlari, melompat, menendang, dan melempar. Dengan pelajaran jasmani, anak bisa belajar teknik olahraga yang benar, memperbaiki postur tubuh, meningkatkan kesehatan dan kebugaran, serta mengembangkan percaya diri dan kemampuan sosial bersama teman seumurannya (Rizki and Aguss, 2020). Oleh karena itu, perlunya memberikan perhatian lebih pada pendidikan jasmani sebagai bagian yang krusial dalam mendukung pertumbuhan holistik anak. Ini memberikan kesempatan bagi anak untuk berkembang menjadi individu yang sehat, aktif, dan produktif di masa mendatang. Pendidikan jasmani sangat berperan penting dalam membantu perkembangan motorik anak, khususnya dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak-anak usia dini, sehingga memberikan manfaat yang besar bagi pertumbuhan mereka.

Diharapkan bahwa penanganan yang tepat dapat meningkatkan perkembangan motorik dan keterampilan anak, yang sangat penting untuk berbagai aspek kehidupan mereka di masa depan, seperti kesehatan yang baik, pengelolaan emosi, kemandirian, kebahagiaan, hubungan sosial, dan percaya diri. Pendidikan jasmani untuk anak usia dini berfokus pada pengembangan kecerdasan kinestetik sebagai dasar untuk mendukung perkembangan kecerdasan lainnya. Diharapkan para pendidik jasmani memiliki kemampuan untuk merancang aktivitas fisik yang sesuai dengan pengembangan kecerdasan majemuk. Contohnya, kecerdasan logika matematika dapat ditingkatkan melalui permainan yang melibatkan lari dan memindahkan bendera dengan jumlah tertentu. Selain mendukung perkembangan kecerdasan majemuk, pendidikan jasmani juga harus memperhatikan taksonomi gerak sebagai fondasi dalam pengembangan keterampilan gerak dasar, yang akan meningkatkan kemampuan motorik yang lebih kompleks di masa depan. Oleh karena itu, keberhasilan pendidikan ini sangat bergantung pada kemampuan pendidik jasmani untuk mengintegrasikan pengembangan kecerdasan majemuk dengan kebutuhan taksonomi gerak. Selain itu, kolaborasi antara pendidik jasmani dan orang tua sangat penting untuk memantau postur tubuh anak agar mereka dapat tumbuh dengan perawakan ideal yang mendukung kehidupan mereka di masa mendatang. Topik mengenai kecerdasan majemuk, taksonomi gerak, dan postur tubuh akan dibahas lebih lanjut di kesempatan berikutnya.

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pelatihan karakter melalui pengalaman pendidikan instruktif umum yang berencana untuk mendorong bagian-bagian dari kesehatan yang sebenarnya, kemampuan pengembangan, kemampuan penalaran yang menentukan, kemampuan interaktif, berpikir, pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang diatur dengan sengaja untuk mencapainya tujuan pendidikan nasional (Herdiyana & Gregorius Pito Wahyu Prakoso, 2001). Sebagaimana ditunjukkan oleh (Coe et al., 2006) pendidikan jasmani dapat membuat siswa mengalami perubahan yang luar biasa selama rentang waktu sekolah. Pendidikan jasmani berkontribusi secara besar dalam meningkatkan kesejahteraan dan perkembangan anak-anak secara keseluruhan. Selain dari itu, (Mobarak, 2013) Menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan ranah pendidikan yang diilustrasikan melalui penerapan dan praktik yang pragmatis. (Penney & Jess, 2010) Motivasi dalam pendidikan jasmani seharusnya berperan membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan dan pengetahuan yang diperlukan agar mereka dapat menjadi dinamis secara berkelanjutan. Pendidikan jasmani memperkaya siswa dengan pengembangan kemampuan dan informasi penting yang dibutuhkan anak-anak usia dini untuk kehidupan sehari-hari.

Manfaat Pendidikan Jasmani Bagi Aspek-Aspek Perkembangan Anak

Pendidikan jasmani memiliki manfaat signifikan bagi perkembangan anak, terutama dalam aspek motorik, kognitif, sosial, dan emosional. Kegiatan fisik yang dilakukan dalam pendidikan jasmani membantu anak meningkatkan keterampilan seperti berlari, melompat, dan bermain bola, yang penting untuk membangun koordinasi dan keseimbangan pada anak. Selain itu, pendidikan jasmani juga berkontribusi pada pengembangan kemampuan kognitif dengan meningkatkan konsentrasi siswa dalam belajar, kreativitas anak dalam berpikir, serta anak dapat bekerja sama dengan teman-temannya, dan memiliki tanggung jawabnya. Kegiatan ini mendorong anak agar memiliki interaksi sosial yang baik dengan lingkungan sekitarnya, dapat menghargai perbedaan agama maupun suku budaya, dan dapat mengendalikan emosi mereka, serta membentuk karakter

positif pada anak. Oleh karena itu, integrasi pada pendidikan jasmani dalam kurikulum sangatlah penting untuk mendukung pertumbuhan holistik pada anak. (Oki, et al., 2023)

Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Anak

Perkembangan keterampilan motorik dasar dan peningkatannya Sangatlah penting untuk memperhatikan perkembangan anak pada usia dini. Anak-anak yang normal memiliki kemampuan untuk mengembangkan dan mempelajari gerakan yang bervariasi serta menuntut secara lebih mendalam. Gerakan dasar adalah gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang sebagai bagian dari rutinitas, mengambil alih peran sebagai fondasi dari pengalaman dan lingkungan. Silakan ubah teks ini dengan bahasa yang halus. Pola gerak dasar merupakan jenis gerakan yang sederhana yang bisa dibagi menjadi tiga bentuk gerak berbeda. Yang pertama adalah: 1. Gerak lokomotor mengacu pada gerakan badan yang melibatkan perpindahan tempat, seperti berjalan, berlari, dan melompat. Gerak non-lokomotor adalah tipe gerakan di mana sebagian anggota tubuh bergerak tanpa berpindah tempat, seperti mendorong, menarik, menekuk, dan memutar. Di bagian yang manipulatif, gerakan dilakukan terhadap benda atau objek tertentu, seperti melempar, menangkap, menyepak, memukul, dan gerakan lain yang terkait dengan aktivitas melempar dan menangkap (Yudaparmita, 2020).

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengekspresikan hasrat bergerak mereka sambil terlibat dalam ragam pengalaman pembelajaran melalui kegiatan fisik. Pentingnya untuk memperhatikan kemampuan gerak dasar motorik siswa, karena perkembangan motorik tersebut sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan individual secara menyeluruh. Di dalam keseharian, gerakan memberikan manusia kesempatan untuk menjalankan beragam aktivitas yang diperlukan. Orang yang rajin berolahraga atau sering beraktivitas fisik cenderung memiliki kondisi fisik yang lebih baik daripada yang jarang bergerak. Terdapat beragam variasi dan inovasi yang dapat dikembangkan dari gerakan dasar seperti berlari, melompat, dan melempar.

Berbagai jenis gerakan lari dapat diikuti dengan beragam teknik, seperti berjalan ke depan, ke belakang, atau bergerak menyamping. Dapat dilakukan dengan lancar di lintasan lurus maupun berkelok-kelok, dengan berbagai tingkat kecepatan, termasuk saat menanjak dan menurun. Lari bisa dilakukan dengan gaya zig-zag, baik sendiri maupun berdua, melewati berbagai halangan, atau bahkan dalam mode estafet. Melompat bisa dilakukan dengan berbagai gaya yang beragam, seperti melompat dari kanan ke kiri atau dari depan ke belakang, menggunakan sikap berdiri atau anjang-ancang, melompat ke bawah atau melompat melewati rintangan, baik dalam satu kali percobaan maupun beberapa kali repetisi, baik secara individu maupun bersama-sama. Lemparan memiliki kemungkinan variasi yang beragam, seperti menggunakan tangan kanan ataupun kiri, kedua tangan bersamaan, arah lemparan ke depan atau belakang, boleh sebagai lemparan atau tolakan. Lemparan bisa dilakukan dari posisi berlutut, dalam jarak jauh dan tinggi, bertujuan ke target atau ke area spesifik, serta bisa dilakukan secara individu maupun dalam kelompok. Dengan memperkenalkan variasi gerakan dasar seperti berlari, melompat, dan melempar, diharapkan para siswa dapat lebih bersemangat untuk bergerak dan meningkatkan keterampilan motorik mereka dalam pelajaran PJOK (Abror, 2017).

Hubungan Antara Pendidikan Jasmani Dan Perkembangan Motorik

Pendidikan jasmani merupakan bidang pengetahuan yang fokus pada pembelajaran gerakan fisik, kegiatan olahraga, serta menjaga kebugaran tubuh (Prima & Kartiko, 2021). Dalam ranah pendidikan, pendidikan jasmani merupakan bagian yang tak terpisahkan pada kurikulum di berbagai institusi pendidikan seperti sekolah, perguruan tinggi, dan lembaga-lembaga pendidikan lainnya. Maksudnya adalah untuk meningkatkan kesejahteraan jasmani dan rohani, serta memajukan kemampuan motorik, kognitif, dan sosial para siswa (Triyono, 2019; Wicaksono, 2017). Pendidikan jasmani melibatkan beragam jenis olahraga dan aktivitas fisik, seperti olahraga beregu, olahraga individu, senam, aerobik, yoga, dan berbagai kegiatan fisik lainnya (Hita, 2022). Selain itu, pendidikan jasmani mencakup aspek teoretis dan praktis, termasuk pemahaman mengenai struktur dan fungsi tubuh, prinsip latihan, strategi dan taktik dalam olahraga, serta etika dalam berolahraga. Dalam konteks pendidikan, pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan fisik dan mental, serta menanamkan nilai-nilai sosial dan etika (Malik dan Rubiana, 2019). Pendidikan jasmani juga turut berperan dalam meningkatkan pencapaian akademik siswa dengan mendukung peningkatan konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan belajar. Di samping di lingkungan pendidikan resmi, pembelajaran jasmani bisa diselenggarakan dengan mengikuti program kegiatan olahraga bersama komunitas atau bergabung dalam klub olahraga.

Dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan berolahraga, kesehatan, dan kebugaran bagi semua anggotanya. Secara garis besar, pendidikan jasmani memegang peranan yang penting. Tak hanya untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup, tapi juga dalam mengasah keterampilan serta nilai-nilai sosial, baik bagi siswa maupun masyarakat secara umum. Maka, pentingnya mengembangkan program pendidikan jasmani yang tepat dan efektif sebagai faktor utama dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan masyarakat. Kemampuan motorik adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan seluruh tubuhnya dengan berbagai macam gerakan. Ada dua jenis keterampilan motorik yang perlu diperhatikan, yaitu keterampilan motorik kasar serta keterampilan motorik halus. Kemampuan motorik kasar adalah kemahiran dalam mengendalikan gerakan besar dan menggerakkan anggota tubuh utama seperti lengan dan kaki (Yudha Prawira dkk. , 2021). Beberapa kegiatan yang melibatkan penggunaan kemampuan motorik kasar antara lain berjalan, berlari, melompat, serta melempar bola. Sebaliknya, keterampilan motorik halus melibatkan gerakan kecil yang terkontrol dan melibatkan bagian tubuh seperti jari, tangan, serta pergelangan tangan. Kegiatan yang melibatkan keterampilan motorik halus meliputi menulis, menggambar, serta mengikat tali sepatu. Perkembangan kemampuan motorik pada anak berkembang seiring dengan pertambahan usia dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti genetik, pola makan, lingkungan, dan tingkat aktivitas fisik. Pendidikan jasmani sangat berperan dalam meningkatkan keterampilan motorik anak, terutama dalam hal motorik kasar, yang mampu memberikan dampak positif pada perkembangan kognitif, sosial, serta emosional mereka (Hita, 2020). Maka, pendidikan jasmani memiliki peranan yang sangat vital dalam perkembangan motorik kasar anak dan sudah seharusnya mendapat perhatian lebih untuk meningkatkan perkembangan motorik anak.

Keterkaitan antara pendidikan jasmani dan pengembangan motorik sangat erat kaitannya, sehingga penting untuk diterapkan pada anak-anak di usia dini. Dengan adanya pendidikan jasmani, anak-anak memiliki kesempatan untuk belajar berbagai keterampilan motorik kasar seperti berlari, melompat, melempar, menangkap, dan aktivitas lainnya (Puspitasari, 2016). Kemajuan anak dalam perkembangan kognitif, sosial, dan emosional dipengaruhi oleh keterampilan motorik kasar yang dimilikinya, sehingga penting bagi mereka untuk mengembangkan keterampilan motorik kasar secara rutin. Dalam perkembangan motorik kasar anak, keterlibatan guru dan orang tua menjadi hal yang penting sekali. Kedua orang tua sangat penting dalam memberikan dukungan dan dorongan yang dibutuhkan anak dalam mempelajari serta melatih keterampilan motorik kasarnya (Mahfud and Fahrizqi, 2020). Selain itu, penting bagi guru dan orang tua untuk menjelaskan betapa berharganya pendidikan jasmani dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Pengembangan program pendidikan jasmani yang terencana dengan baik dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak secara signifikan (Wati, 2022). Program ini dapat disesuaikan dengan perkembangan motorik kasar anak pada berbagai rentang usia dan memberikan kegiatan yang cocok untuk mereka.

Studi kasus atau contoh konkret dari berbagai penelitian yang relevan

No	Judul Penelitian	Peneliti	Tahun	Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Analisis manfaat Pendidikan Jasmani Bagi Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar	Cyntia Olivia Pandiangan , dkk	2024	-	Penelitian dalam jurnal ini menunjukkan bahwa siswa yang rutin terlibat dalam aktivitas fisik cenderung mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan motoriknya dibandingkan dengan siswa yang jarang melakukan aktivitas fisik secara teratur. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani yang efektif dalam kurikulum sekolah dasar sangat disarankan untuk mendukung

					perkembangan motorik dan kesehatan fisik anak secara keseluruhan.
2.	Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani untuk Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup	Fitria Rosmi, Fajri Nurhuda	2024	SD Lab School FIP UMJ	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melatih keterampilan motorik dapat meningkatkan pembelajaran gerak pada siswa/siswi kelas 4 SD Lab School FIP UMJ. Hasil membuktikan bahwa pembelajaran Pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam membangkitkan gerak motorik peserta didik, yang dimana hasil dari pembelajaran gerak motorik ini dapat mempengaruhi bagaimana gerak motorik peserta didik ini dapat berguna untuk seumur hidupnya.
3.	PERAN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) DALAM MENINGKATKAN MOTORIK DASAR PESERTA DIDIK KELAS RENDAH SEKOLAH DASAR	Amiruddin Ambia, Nurdin Adelia, Mauliza Sabilla	2024	Semua Sekolah Dasar Kecamatan Johan Pahlawan	Hasil penelitian ini terlihat dari penilaian akhir yang menunjukkan bahwa pembelajaran motorik dasar mampu mendorong peserta didik untuk lebih aktif sekaligus mengembangkan kepribadian positif, seperti kemampuan bekerja sama, tanggung jawab, dan kejujuran.
4.	Tugas Pendidikan Jasmani dalam Mengembangkan Motorik Kasar Terhadap Anak Usia Dini	Oki Candra, dkk	2023	-	Hasil penelitian dalam jurnal ini menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar pada anak usia dini berdampak pada perkembangan kognitif, sosial, dan emosional mereka. Namun, terdapat beberapa kendala, seperti kurangnya pemahaman dari orang tua dan lembaga pendidikan mengenai pentingnya pendidikan jasmani. Penelitian ini juga menekankan pentingnya meningkatkan kesadaran

					tentang pendidikan jasmani, mengintegrasikannya ke dalam kurikulum, serta memberikan perhatian lebih terhadap pengembangan motorik kasar anak usia dini untuk mendukung pertumbuhan mereka secara optimal.
5.	SURVEY KEMAMPUAN MOTORIK SISWA SEKOLAH DASAR MUHAMMADIYAH KELAS IV SE-KECAMATAN TAMAN SIDOARJO TAHUN AJARAN 2012 –2013	Didik Cahyo Wicaksono, Faridha Nurhayati	2013	SD Muhammadiyah se-Kecamatan Taman Sidoarjo	Hasil penelitian dalam jurnal ini menyoroti aktivitas gerak dan fisik siswa melalui pendekatan psikologi. Temuan menunjukkan bahwa materi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar sebaiknya disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak. Dengan menyesuaikan materi sesuai tahap perkembangan tersebut, siswa akan memperoleh pengalaman belajar yang tepat, terutama dalam keterampilan bermain dan kemampuan berinteraksi dengan lingkungan mereka.

SIMPULAN

Pendidikan jasmani memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan kemampuan motorik anak-anak di usia sekolah dasar. Dengan mengikuti berbagai kegiatan fisik yang terencana, pelajaran jasmani tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik tubuh, seperti berlari, melompat, dan melempar, melainkan juga turut serta dalam mengembangkan kemampuan kognitif, sosial, dan emosional anak. Penelitian telah menunjukkan bahwa aktivitas yang terjadi dalam pembelajaran jasmani dapat membentuk karakter yang baik, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengembangkan pola hidup yang sehat. Demi itu, penting untuk memperkuat integrasi pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar dengan fokus pada pengembangan keterampilan motorik dan kebugaran jasmani. Hal ini bertujuan agar anak-anak dapat tumbuh menjadi individu yang sehat, aktif, dan bermanfaat di masa depan.

SARAN

Dalam rangka meningkatkan efektivitas pendidikan jasmani di sekolah dasar, disarankan agar guru dan pihak sekolah lebih memprioritaskan pengembangan kurikulum yang mengintegrasikan kegiatan fisik dengan pengembangan motorik anak. Selain itu, penting untuk melibatkan orang tua dalam mendukung program pendidikan jasmani, melalui komunikasi yang baik mengenai manfaat aktivitas fisik bagi perkembangan anak. Sekolah juga sebaiknya menyediakan fasilitas yang memadai untuk kegiatan jasmani, seperti lapangan olahraga dan alat bantu yang sesuai, guna menciptakan lingkungan yang mendukung. Pengembangan pelatihan bagi guru pendidikan jasmani juga perlu dilakukan, agar mereka dapat mengimplementasikan metode pengajaran yang variatif dan menarik.

Dengan langkah-langkah ini, diharapkan pendidikan jasmani dapat memberikan dampak yang lebih signifikan terhadap perkembangan motorik dan kesehatan anak.

REFERENSI

- Abror, H. F. (2017). Pengaruhvariasi Gerak Dasar Lari, Lompat Dan Lempar Terhadap Peningkatan Motorik Siswa (Pada Siswa Kelas 4 Lamongan). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, Vol. 05, No.03, 913-918.
- Amiruddin, Ambia , N., & Adelia , M. (2024). Peran Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Dalam Meningkatkan Motorik Dasar Peserta Didik Kelas Rendah Sekolah Dasar. *Journal Penjaskesrek*, Volume 11, Number 1, Page 44-54.
- Candra, O., Pranoto, N. W., Ropitasari, Cahyono, D., Sukmawati, E., & Cs, A. (2023). Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol.7, No.2, 2538-2546.
- Cyntia , O., Destita , B., Dina , P., & Sri , D. (2024). Analis Pentingnya Pendidikan Jasmani Bagi Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. *Journal Of Education Transportation And Business*, Vol. 1, No. 1, Page 1-10.
- Didik , C., & Faridha , N. (2013). Survey Kemampuan Motorik Siswa Sekolah Dasar Muhammadiyah Kelas Iv Se-Kecamatan Taman Sidoarjo Tahun Ajaran 2012 –2013. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* , Volume 01 Nomor 01, Page 98 - 103 .
- Fitria , R., & Fajri , N. (2024). Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Jurnal Umj*, 1939-1943.
- Harahap, M. R. (2024). Pengaruh Pendidkan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Bagi Kebugaran Tubuh Anak Usia Dini. *Ameera Jurnal Pendidikan Sains Dan Matematika*, Vol.1, No.1, 18-24.
- Oki, C., Nuridin Widya, P., Rospitasari, Didik, C., Ellyzabeth, S., & Ansar Cs. (2023). Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pengembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Observasi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 7, No 2, Page 2538-2546.
- Pandiangan, C. O., Barus, D. B., Sihombing, D. P., Purba, S. D., Tuka, T. A., & Siregar, F. S. (2024). Analis Pentingnya Pendidikan Jasmani Bagi Perkembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. *Jetbus Journal Of Education Transportation And Business*, Vol.1, No.1, 1-10.
- Putri, A. J., Zahra, K., Apriyani, N., Jauhar, R. M., & Dkk. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Daan Kesehatanterhadap Perkembangan Anak Di Sd Swasta Alwashliyah Kabupaten Deli Serdang. *Journal On Education*, Vol.07, N0.01, 921-922.
- Sari , D. S., & Indahwati , N. (2016). Hubungan Kemampuan Motorik Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Studi Pada Siswa Kelas Iv Dan V Sdn Pandankrajan 2 Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, Vol.4, No.3, 556-563.
- Yudaparmita, G. N. (2020). Keterampilan Gerak Dasar Anaka Usia Dini Dalam Pendidikaan Jasmani Berdasarkan Sudut Pandang Merdeka Belajar. *Widya Kumara Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol.3, No.1, 21-30.