

PELATIHAN PENYUSUNAN PERANGKAT PEMBELAJARAN BERBASIS PENDEKATAN BERMAIN BAGI GURU PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR

Iman Sulaiman Zamzami¹, Samsudin², Shela Ginanjar³

¹Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, Jl. R.Mangun Muka Raya No.11, RT.11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta

²Doktoral Pendidikan Jasmani, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, Jl. R.Mangun Muka Raya No.11, RT.11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta

³Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Jakarta, Jl. R.Mangun Muka Raya No.11, RT.11/RW.14, Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta

¹e-mail isulaiman@unj.ac.id

Submitted 26-07-2025

Accepted 19-12-2025

Published 27-04-2026

Abstrak

Kurangnya penguasaan guru pendidikan jasmani terkait penyusunan perangkat pembelajaran menjadi masalah yang harus dipecahkan. Solusinya dengan mengadakan pelatihan penyusunan perangkat pembelajaran menggunakan pendekatan bermain. Metode yang digunakan yaitu *Service Learning* yang terbagi ke dalam beberapa tahap 1) Membentuk Tim, 2) Invenstigasi, 3) Persiapan, 4) Tindakan, 5) Refleksi dan 6) Demonstrasi. Kegiatan Pengabdian ini bermitra dengan KKG Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Kecamatan Lembang, dengan peserta sebanyak 50 orang. Evaluasi dilakukan dengan menyebarkan angket penyusunan perangkat pembelajaran PJOK Kurikulum Merdeka yang terdiri dari aspek persiapan, aspek syntaks pembelajaran, aspek pengembangan materi, aspek penggunaan media, aspek penilaian dan evaluasi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pada aspek persiapan 51 point, syntaks pembelajaran 57 point, pengembangan materi 53 point, penggunaan media 52 point dan penilaian & evaluasi 59 point. Pelatihan penyusunan perangkat pembelajaran dengan menggunakan pendekatan bermain ini dapat meningkatkan kesiapan dan kemampuan guru pendidikan jasmani dalam menyusun perangkat pembelajaran PJOK Kurikulum Merdeka.

Kata Kunci: pelatihan, perangkat pembelajaran, pendekatan bermain, guru pendidikan jasmani, sekolah dasar

Abstract

The lack of mastery of physical education teachers regarding the preparation of learning materials is a problem that must be solved. The solution is to hold training on the preparation of learning materials using a play approach. The method used is Service Learning which is divided into several stages: 1) Forming a Team, 2) Investigation, 3) Preparation, 4) Action, 5) Reflection and 6) Demonstration. This Community Service activity is in partnership with the KKG of Elementary School Physical Education Teachers in Lembang District, with 50 participants. Evaluation was carried out by distributing questionnaires on the preparation of PJOK learning materials for the Independent Curriculum which consisted of preparation aspects, learning syntax aspects, material development aspects, media use aspects,

assessment and evaluation aspects. The results showed an increase in the preparation aspect (51 points), learning syntax (57 points), material development (53 points), media use (52 points) and assessment & evaluation (59 points). Training on the preparation of learning materials using this play approach can improve the readiness and ability of physical education teachers in preparing PJOK learning materials for the Independent Curriculum.

Keywords: *training, learning tools, play approach, physical education teacher, elementary school*

PENDAHULUAN

Kurikulum merdeka adalah suatu sistem pembelajaran di Indonesia yang mulai diterapkan pada tahun 2021. Pembelajaran pendidikan jasmani dewasa ini harus sejalan dengan ketetapan pemerintah, yaitu menggunakan kurikulum Merdeka. Pendidikan jasmani, tidak hanya berperan sebagai sumber pengetahuan tetapi juga membentuk pola pikir dan sikap peserta didik (Subiyanto et al., 2023). Dalam praktik pembelajarannya, kurikulum Merdeka lebih memberikan kebebasan kepada guru dalam menerapkan pembelajaran dan juga menentukan materi pembelajaran sesuai dengan kebutuhan siswa. Selain itu, dalam kurikulum Merdeka juga lebih menekankan kepada proses pembelajaran sehingga menciptakan karakter positif dalam diri siswa (Rahayu et al., 2022) menyatakan bahwa kurikulum Merdeka dikembangkan sebagai kerangka kurikulum yang lebih luwes serta berpusat pada materi serta mengembangkan keunikan dan kemampuan siswa.

Permasalahan utamanya dalam mata pelajaran PJOK adalah guru yang terbiasa menggunakan model konvensional yang dianggapnya telah biasa dilakukan dan membudaya. Ahli turut mengungkap fakta menarik bahwa dalam materi lempar tangkap ditemukan siswa yang belum mampu melakukan kecepatan lari dan tolakan dengan baik sekitar 62,5% (Haryanto et al., 2023). Selain itu dalam beberapa kondisi pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga jam pembelajaran dipergunakan oleh bidang studi lainnya. Guru terlalu selalu menggunakan gaya pembelajaran jasmani dengan menekankan “*teacher centered*” anak kurang memiliki kebebasan dalam melakukan keterampilan gerak secara maksimal dan cenderung menurunkan minat dan motivasi siswa (Samsudin et al., 2021).

Padahal pendidikan jasmani yang sebenarnya menuntut guru PJOK menyajikan pembelajaran inovatif yang membuat siswa lebih aktif (*student*

centered) dengan kondisi pembelajaran yang menyenangkan. Permasalahan yang terjadi pada Mitra KKGO guru pendidikan jasmani sekolah dasar di Kecamatan Lembang adalah kurangnya kemampuan dalam penyusunan perangkat pembelajaran pendidikan jasmani ketika menggunakan Kurikulum Merdeka Belajar. Kondisi ini terjadi karena kebanyakan guru masih menggunakan metode konvensional atau gaya komando ketika pembelajarannya. Disadari atau tidak kebiasaan melatih kepada atlet melalui gaya komando dan ceramah ini terbawa juga ketika mengajara PJOK di sekolah.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya maka penulis mempunyai pandangan bahwa untuk memecahkan masalah dari guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang ini adalah dengan mengadakan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang ditunjang dengan pemberian pelatihan penyusunan perangkat pembelajaran PJOK Kurikulum Merdeka. Adapun yang akan dilakukan pendekatan bermain ini dipandang cocok untuk memecahkan permasalahan yang terjadi. Pendekatan bermain ini dipandang sangat digemari oleh siswa (Samsudin et al., 2021, 2024) dan juga sangat mudah bagi guru pendidikan jasmani untuk membuat perangkat pembelajarannya (Ginancar et al., 2024) serta mampu meningkatkan kemampuan guru dalam mengelola kelas. Harapannya setiap guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat mampu merancang pembelajaran yang menarik melalui perangkat pembelajaran PJOK Kurikulum Merdeka berbasis Pendekatan Bermain yang dapat digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolahnya masing-masing.

METODE

Sebagai langkah dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh Mitra KKGO guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang, penulis menggunakan metode *Service Learning*. Dimana dalam metode *Service Learning* ini akan dikaitkan materi pembelajaran yang didapatkan dalam proses pembelajaran di dalam kelas dengan kondisi sebenarnya yang terjadi di masyarakat luas (Pangestu et al., 2022). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan sebanyak 50 peserta dari kalangan guru pendidikan jasmani, dalam hal ini penulis

melibatkan Mitra KKGGO guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat.

Pelaksanaan kegiatan ini dengan beberapa tahapan kegiatan sebagai berikut:

1) Membentuk tim Pengabdian UNJ yang terdiri dari 1 Professor S3 Pendidikan Jasmani, 2 Orang Dosen FIKK UNJ dan 2 Orang Mahasiswa FIKK UNJ yang diketuai oleh Dr. Iman Sulaiman Z, M.Pd yang juga mengampu matakuliah Pengajaran. 2) Setelah tim pengabdian terbentuk kemudian tim pengabdian melakukan survei terhadap Lokasi kegiatan pengabdian. 3) Selanjutnya tim pengabdian menyusun rangkaian kegiatan berdasarkan informasi yang telah diperoleh dari kegiatan sebelumnya dan menyusun rencana pemecahan masalah yang akan dilakukan. 4) Setelah tersusun dengan baik, tim pengabdian melaksanakan kegiatan pada tanggal 14 Juni 2025 yang bertempat di Jl. Raya Panorama No 1, Kec. Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Pada pelaksanaannya penulis menggunakan angket tentang penyusunan perangkat pembelajaran yang terdiri dari komponen : a) Persiapan, b) Sintaks Pembelajaran, c) Pengembangan Materi, d) Penggunaan Media dan e) Penilaian & Evaluasi. 5) Pada fase refleksi penulis melakukan analisis menggunakan Microsoft Excel dan SPSS v.26 dengan berfokus pada menyajikan skor rata-rata dan membandingkannya sebagai tanda adanya peningkatan. 6) Setelah melakukan refleksi dan analisis penulis kembali melakukan kegiatan demonstrasi konsep pendekatan bermain dan membimbing peserta agar mampu menyusun perangkat pembelajarannya. Hasil dari kegiatan ini disampaikan kembali kepada peserta sebagai bahan acuan guna memecahkan permasalahan dalam menyusun perangkat pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENGABDIAN

Hasil Kegiatan Pengabdian

Pada fase awal sebelum dilaksanakan kegiatan terlihat bahwa guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang masih terlihat kesulitan dalam melakukan penyusunan perangkat pembelajaran. Kondisi ini juga terlihat dari kegiatan praktek awal dimana guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang

selalu menunggu dan tidak terlibat aktif dalam proses pembelajarannya, sebagai mana terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1 Kondisi Sebelum Kegiatan Pelatihan

Kondisi yang terjadi pada Gambar 1 ini sendiri merupakan cerminan dari pembelajaran yang disajikan oleh guru di dalam kelas. Keadaan ini biasanya terjadi karena kurangnya pemahaman terkait penyusunan perangkat pembelajaran yang baik dan terlihat sikap kurang mau menerima perubahan (Nopembri & Sugiyama, 2021) serta rendahnya kepercayaan diri (Bessa et al., 2021). Hal ini ditandai dengan masih banyaknya guru yang enggan mencoba dan berkolaborasi.

Berdasarkan keadaan tersebut, maka pelaksanaan kegiatan Pengabdian ini menjadi sangat penting. Terutama dalam konsep meningkatkan kemampuan guru pendidikan jsamani dalam menyajikan pembelajaran yang berkualitas bagi muridnya. Sikap antusias dan keseriusan juga tercermin dari setiap peserta, sebagaimana dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2 Pembukaan dan Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan

Pada Gambar 2 ini, pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, setiap peserta diberikan penguatan materi lempar tangkap menggunakan permainan tradisional dan peserta juga terlihat sangat antusias (Gaspar et al., 2021) dan serius (Jeon et al., 2022) dalam memahami materi yang disampaikan. Ini sangat berguna

terutama menyadarkan guru pendidikan jasmani akan pentingnya keterlibatan aktif siswa selama pembelajaran berlangsung. Setelah melakukan analisis dan evaluasi peserta kembali melakukan praktek kegiatan lempar-tangkap menggunakan permainan tradisional dan terlihat peningkatan keaktifannya, yang dapat dilihat pada gambar 3.

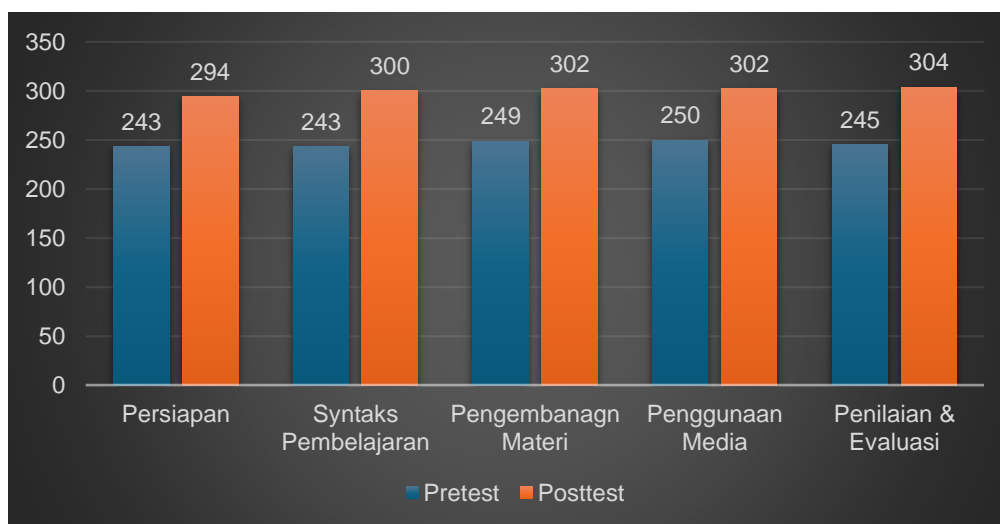


Gambar 3 Kondisi Setelah Kegiatan Pelatihan

Kondisi peserta pada Gambar 3, menunjukkan setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, guru pendidikan jasmani mencoba mengaplikasikan materi mereka jauh terlihat bersemangat, penuh dengan konsentrasi penuh dan terlihat saling mendukung dengan sesama peserta lainnya.

Pembahasan Hasil Pengabdian

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan terdapat beberapa aspek yang meningkat dari para peserta. Hasil lebih lengkap dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4 Hasil Pelatihan di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat

Berdasarkan Gambar 4, hasil pelatihan penyusunan perangkat pembelajaran PJOK kurikulum merdeka berbasis pendekatan bermain bagi guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan yang cukup baik. Pada aspek pertama adalah persiapan dimana terjadi peningkatan sebanyak 51 point. Kondisi ini tercermin dari sikap dan kondisi awal peserta pelatihan yang masih terlihat berleha-leha, kondisi ini bisa saja menjadi faktor yang mempengaruhi motivasi siswa (Ginanjari et al., 2023). Tetapi kondisi ini berbeda ketika mereka telah melalui proses pelatihan, dimana setiap peserta menjadi rajin dan kooperatif untuk menyusun perangkat pembelajaran serta dalam proses dilapangan pun selalu terlibat aktif dalam kegiatan. Kondisi peserta yang selalu aktif pasti memberikan motivasi belajar lebih bagi siswa (Samsudin et al., 2024) dan ini menjadi kekuatan yang harus dijaga agar situasi pembelajaran lebih kondusif.

Untuk aspek sintaks dimana terjadi peningkatan sebanyak 57 point. Adanya peningkatan dalam sintaks pembelajaran ini tidak terlepas dari semakin terbukanya wawasan para peserta dalam penggunaan pendekatan bermain. Pada awalnya siswa hanya berfokus pada penggunaan model konvensional dengan mengutamakan model ceramah (Harvey et al., 2020). Tidak bisa dipungkiri bahwa untuk menunjang terselenggaranya proses pembelajaran pendidikan jasmani yang sesuai dengan tujuan kurikulum nasional ini sangat dibutuhkan peran guru yang positif (Xu & Li, 2022). Selain itu aspek pengembangan materi dimana terjadi peningkatan sebanyak 53 point. Selama pelaksanaan pelatihan para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dan bersemangat terutama dalam penggunaan permainan lempar-tangkap yang sangat mudah dipahami dan diaplikasikan. Pada tahap ini para peserta menilai bahwa hal ini mampu menunjang peningkatan keterampilan dasar dan kemampuan fisik siswa, kesehatan siswa, kebugaran dan motivasi belajar siswa (Vlooswijk et al., 2022). Ini merupakan sebuah keuntungan yang harus dimaksimalkan oleh guru PJOK dalam pembelajarannya (Nuryadi et al., 2023).

Sementara itu aspek penggunaan media juga turut meningkat sebanyak 52 point. Kondisi pembelajaran PJOK yang didukung oleh penggunaan peralatan yang mudah dipahami dan menyenangkan dapat membuat siswa terlibat aktif (Ginanjari

et al., 2025) yang pada prosesnya yang tidak menuntut waktu yang relatif lama untuk membuat siswa mampu mempelajarinya. Selain itu dalam pelaksanaan pelatihan ini juga para peserta pelatihan diberikan keleluasaan untuk mampu mengembangkan peralatan, materi, permainan (Fahlifi et al., 2023) yang nantinya dapat menunjang pembelajaran didalam kelas. karena siswa bisa mempelajarinya sekaligus. Serta aspek penilaian dan evaluasi juga turut meningkat sebanyak 59 point. Tidak dipungkiri bahwa pembelajarannya yang menarik yang siswa senangi terbukti dapat menimbulkan kesenangan belajar pada diri siswa serta mendukung terjadinya peningkatan keterampilan siswa (Sunanto et al., 2025). Dalam penilaian dan evaluasi ini ketika guru menggunakan pendekatan bermain yang sesuai dengan rujukan dari kurikulum merdeka justru akan mempermudah proses penilaian (Molina et al., 2020). Ini terjadi karena aktivitas penilaian dapat terjadi saat siswa melakukannya. Maka guru PJOK juga harus mampu mengelola kelasnya dengan baik selama pembelajaran agar mampu mengarahkan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran secara optimal, dengan cara yang mudah, cepat, dan menyenangkan.

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat, peserta terlihat lebih mampu memberikan pengaruh yang positif. Pembelajaran lempar tangkap yang digabungkan pendekatan bermain, hasilnya materi ini sangat dipahami sehingga sangat mudah bagi siapa saja untuk melaksanakannya serta lebih menyenangkan (Zhao et al., 2022). Berkaca dari hasil tersebut Guru pendidikan jasmani harus mampu merancang kegiatannya dengan baik terlebih lagi agar meningkatkan motivasi dan *Active Learning Time* siswa serta tercapainya kepuasan kebutuhan psikologis siswa menghasilkan motivasi yang lebih antusias (Shekhar et al., 2023). Keyakinan guru pendidikan jasmani juga meningkat karena pembelajaran yang didukung dengan kondisi psikologis yang menyenangkan.

SIMPULAN

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan peserta dari guru pendidikan jasmani di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat, dengan Mitra dari KKGGO Kecamatan Lembang telah mampu tepat sasaran dimana semua peserta yang terlibat mampu menunjukkan peningkatan pada aspek penyusunan

perangkat pembelajaran Kurikulum Merdeka pada aspek persiapan 51 point, sintaks pembelajaran 57 point, pengembangan materi 53 point, penggunaan media 52 point dan penilaian & evaluasi 59 point. Selama dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dan bersemangat, penuh dengan konsentrasi penuh dan terlihat saling mendukung dengan sesama peserta lainnya. Kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat terhadap pengetahuannya dan memandang pelatihan ini sangat menunjang kemampuan mereka dalam mempersiapkan pembelajaran PJOK di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada LPPM UNJ dan Universitas Negeri Jakarta atas dukungan terlaksanannya Pengabdian kepada Masyarakat Mandiri Fakultas 2025. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada KKG SD Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat yang telah menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bessa, C., Hastie, P., Rosado, A., & Mesquita, I. (2021). Sport education and traditional teaching: Influence on students' empowerment and self-confidence in high school physical education classes. *Sustainability (Switzerland)*, *13*(2), 1–14. <https://doi.org/10.3390/su13020578>
- Fahlifi, R., Cicilia Kristina, P., Ayu, S., & Putri, R. (2023). Analysis of Factors Affecting the Achievement of Long Jump Skills of Students of SD Negeri 05 Kikim Timur. *Journal of Social Work and Science Education*, *4*(3), 974–981.
- Gaspar, V., Gil-Arias, A., Del Villar, F., Práxedes, A., & Moreno, A. (2021). How tgf influence on students' motivational outcomes in physical education? A study in elementary school context. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(10). <https://doi.org/10.3390/ijerph18105407>
- Ginjar, S., Rihatno, T., & Widyawan, D. (2023). The Sport Education Models On Physical Activity Of Jumping Rope Performance In Elementary School. *JUARA: Jurnal Olahraga*, *8*(3), 521–530. <https://doi.org/10.33222/juara.v5i1.1000>
- Ginjar, S., Samsudin, & Rihatno, T. (2024). Pelatihan Sport Education Model guna Meningkatkan Teacher' Sense of Efficacy Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat. *PERDULI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *5*(2), 50–60.

- Ginanjari, S., Samsudin, & Rihatno, T. (2025). The Comparison Of Self-Regulated Student During Sport Education Model And Conventional In Physical Fitness Program. *The 2nd International Conference on Sport Science, Physical Education and Health (ICSSPEH 2024)*, 53–65. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-354-2_6
- Harvey, S., Pill, S., Hastie, P., & Wallhead, T. (2020). Physical education teachers' perceptions of the successes, constraints, and possibilities associated with implementing the sport education model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(5), 555–566. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1752650>
- Haryanto, G. Y., Hartati, H., & Victoriano, A. R. (2023). Impact of Running Speed and Limb Muscle Strength on Squat Style Long Jump for Secondary School. *Journal of Innovation in Educational and Cultural Research*, 4(2), 248–253. <https://doi.org/10.46843/jiecr.v4i2.504>
- Jeon, H. G., Jeong, E. J., Lee, S. J., & Kim, J. A. (2022). Exploring the Mechanism of Pathological Gaming in Adolescents: Focused on the Mediation Paths and Latent Group Comparison. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.756328>
- Molina, M., Gutiérrez, D., Segovia, Y., & Hopper, T. (2020). El modelo de Educación Deportiva en la escuela rural: amistad, responsabilidad y necesidades psicológicas básicas The Sport Education model in a rural school: friendship, responsibility and psychological basic needs. *Retos*, 38(2), 291–299. www.retos.org
- Nopembri, S., & Sugiyama, Y. (2021). Assessing psychosocial skills and negative emotional states of elementary school students in Yogyakarta Area. *International Journal of Instruction*, 14(3), 59–72. <https://doi.org/10.29333/iji.2021.1434a>
- Nuryadi, A., Harmono, A. B., Wahyono, M., & Saputro, A. A. (2023). The accuracy of PJOK in Service Teachers Designing Assesment: A Case Study of Long Jump. *Journal RESPECS (Research Physical Education and Sport)*, 5, 205–211. <https://doi.org/10.31949/respecs.v5i1.4691>
- Pangestu, A., Malagola, Y., Rahmasari, S., Puspita, H., Virgiandini, A., Aisyah, S., & Latifah, S. (2022). Peningkatan Budaya Literasi Pada Anak-Anak Di Daerah Terpencil Menggunakan Metode Service Learning. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Teuku Umar*, 1(1), 27–34. <http://jurnal.utu.ac.id/abdimutu>
- Rahayu, R., Rosita, R., Rahayuningsih, Y. S., Hernawan, A. H., & Prihantini, P. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar di Sekolah Penggerak. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6313–6319. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3237>
- Samsudin, Asmawi, M., Wiradihardja, S., & Ginanjari, S. (2024). The Collaboration of the Teaching Games for Understanding Model with Tag-Games to Improve Long Jump Skills in Elementary School Students. *International Journal of*

- Human Movement and Sports Sciences*, 12(6), 953–962.
<https://doi.org/10.13189/saj.2024.120607>
- Samsudin, Setiawan, I., Taufik, M. S., & Solahuddin, S. (2021). Volleyball fundamental movement learning model in primary school. *Physical Education Theory and Methodology*, 21(3), 194–199.
<https://doi.org/10.17309/TMFV.2021.3.02>
- Shekhar, P., Dominguez, H., Abichandani, P., & Iaboni, C. (2023). Unpacking High School Students' Motivational Influences in Project-Based Learning. *IEEE Transactions on Education*, 1–11. <https://doi.org/10.1109/TE.2023.3299173>
- Subiyanto, K., Rahman, A., & Hermansah, B. (2023). Analysis of Improving the Results of the Hang Style Long Jump with the Play Method of Class X Students. *Journal of Social Work and Science Education*, 4(3), 610–619.
- Sunanto, R., Jariono, G., Sistiasih, V. S., & Subekti, N. (2025). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Lokomotor Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor Pada Siswa Kelas V Sdn Laban 02 Kec. Mojolaban. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(1), 538–548.
- Vlooswijk, C., Oerlemans, S., Ezendam, N. P. M., Schep, G., Slot, S., Thong, M. S. Y., Vissers, P. A. J., & Beijer, S. (2022). Physical Activity is Associated with Health Related Quality of Life in Lymphoma Survivors Regardless of Body Mass Index; Results from the Profiles Registry. *Nutrition and Cancer*, 74(1), 158–167. <https://doi.org/10.1080/01635581.2021.1881570>
- Xu, L., & Li, Z. (2022). Factors affecting the knowledge sharing behaviors of university teachers: An empirical study in china. *International Journal of Information and Education Technology*, 12(1), 36–42.
<https://doi.org/10.18178/ijiet.2022.12.1.1584>
- Zhao, G., Xie, F., Luo, Y., Liu, Y., Chong, Y., Zhang, Q., & Wang, W. (2022). Effects of Self-Control on Subjective Well-Being: Examining the Moderating Role of Trait and State Motivation. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.774148>