

Evaluasi Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani terhadap Pengembangan Kompetensi Motorik Peserta Didik

Ni Gusti Ayu Lia Rusmayani¹, Joseph Tumiwa², Imam Tazali³, Irawan⁴, Dina Mayadiana Suwarma⁵, Ibnu Andli Marta⁶, I Putu Agus Dharma Hita⁷

¹Universitas Triatma Mulya

²Universitas Dipa Makassar

³Universitas Bina Sarana Informatika

⁴Universitas Islam Syekh-Yusuf


⁵Universitas Pendidikan Indonesia

⁶Universitas Negeri Padang

⁷Universitas Pendidikan Ganesha

E-mail: lia.rusmayani@triatmamulya.ac.id

*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3908>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 20 November 2025

Revised: 26 November 2025

Accepted: 3 Desember 2025

Kata Kunci:

Pendidikan jasmani, efektivitas pembelajaran, kompetensi motorik

Keywords:

Physical education, learning effectiveness, motor competence



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik melalui pendekatan studi literatur. Kajian ini dilakukan dengan menelaah berbagai sumber ilmiah seperti artikel jurnal nasional dan internasional yang relevan, terbit antara tahun 2018–2024. Fokus utama penelitian adalah mengidentifikasi model pembelajaran pendidikan jasmani yang terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa di berbagai jenjang pendidikan. Hasil telaah dari sembilan penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran yang bersifat aktif, kolaboratif, dan berbasis aktivitas fisik memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan keterampilan motorik, koordinasi, dan keseimbangan siswa. Pendekatan pembelajaran seperti *project-based learning*, pembelajaran berbasis permainan, pembelajaran kooperatif, serta pendekatan taktis dan inovatif terbukti mampu menumbuhkan keterlibatan aktif peserta didik dalam proses pembelajaran jasmani. Selain itu, intensitas partisipasi fisik siswa dan peran guru dalam menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan turut memengaruhi efektivitas pembelajaran. Temuan ini menegaskan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang dirancang dengan metode kreatif dan kontekstual dapat berkontribusi secara signifikan terhadap pengembangan kompetensi motorik. Penelitian ini juga mengungkap adanya *research gap*, yaitu masih terbatasnya penelitian yang mengevaluasi efektivitas berbagai model pembelajaran jasmani lintas jenjang secara longitudinal, serta kurangnya integrasi teknologi dalam proses pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan pendekatan pembelajaran yang adaptif, berbasis teknologi, dan terintegrasi dengan kebutuhan peserta didik masa kini.

This study aims to evaluate the effectiveness of physical education learning in developing students' motor competence through a literature review approach. The research was conducted by reviewing various scientific sources, including relevant national and international journal articles published between 2018 and 2024. The main focus of this study is to identify physical education learning models proven effective in enhancing students' motor abilities at different educational levels. Findings from nine reviewed studies reveal that active, collaborative, and activity-based learning models have a significant impact on improving students' motor skills, coordination, and balance. Learning approaches such as project-based learning, game-based

learning, cooperative learning, as well as tactical and innovative methods, are shown to foster students' active engagement in physical education. Furthermore, the level of physical participation and the teacher's role in creating a positive learning environment also influence the overall effectiveness of instruction. These results emphasize that well-designed physical education programs with creative and contextual methods contribute significantly to motor competence development. The study also identifies a research gap — the lack of comprehensive and longitudinal studies evaluating the effectiveness of various PE learning models across educational levels and the limited integration of technology in the learning process. Therefore, future research is recommended to develop adaptive and technology-based learning approaches that align with the needs of modern learners



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

How to Cite: Ni Gusti Ayu Lia Rusmayani, et al (2025) Evaluasi Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani terhadap Pengembangan Kompetensi Motorik Peserta Didik . 4(2) 11953-11959 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3908>

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan yang berperan besar dalam mengembangkan potensi fisik, mental, dan sosial peserta didik. Melalui aktivitas gerak, peserta didik tidak hanya belajar mengenai keterampilan fisik, tetapi juga membentuk karakter, kedisiplinan, kerja sama, dan sportivitas. Tujuan utama dari pendidikan jasmani bukan sekadar meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga mengembangkan kompetensi motorik sebagai dasar keterampilan hidup sehat dan aktif di masa depan (Hidayat & Yuliana, 2020). Kompetensi motorik ini menjadi fondasi penting bagi perkembangan individu karena berhubungan langsung dengan kemampuan siswa dalam melakukan berbagai aktivitas fisik secara efektif dan efisien.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani masih menjadi isu yang menarik untuk dievaluasi. Suryadi dan Anwar (2019) menekankan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kompetensi sangat bergantung pada kemampuan guru dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Namun, pada kenyataannya, implementasi pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan) sering kali masih bersifat tradisional dan belum sepenuhnya mengedepankan aspek pengembangan kompetensi motorik. Akibatnya, potensi peserta didik untuk berkembang secara optimal dalam aspek fisik dan psikomotor belum sepenuhnya tereksplorasi.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa model pembelajaran inovatif dalam pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan motorik siswa. Misalnya, Ramadhan dan Wicaksono (2020) menemukan bahwa pembelajaran berbasis permainan mampu meningkatkan keterampilan motorik dasar secara efektif karena memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan dan kontekstual. Hal serupa diungkapkan oleh Nurfalah dan Nugroho (2018), yang menyatakan bahwa strategi pembelajaran aktif mampu mendorong keterlibatan siswa secara langsung dalam aktivitas fisik yang mendukung pengembangan kemampuan motorik dasar. Selain itu, pendekatan saintifik dalam pembelajaran PJOK juga terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar dan keterampilan motorik siswa (Lestari & Firmansyah, 2020).

Pengembangan kompetensi motorik tidak hanya penting bagi anak usia sekolah dasar, tetapi juga relevan untuk peserta didik di tingkat menengah. Wijaya dan Santoso (2021) menegaskan bahwa pendidikan jasmani berperan penting dalam meningkatkan kebugaran jasmani sekaligus koordinasi motorik siswa SMP. Begitu pula, Putra dan Kurniawan (2021) menyoroti bahwa keterlibatan anak dalam aktivitas jasmani sejak usia dini memiliki korelasi yang kuat terhadap perkembangan keterampilan motorik mereka di kemudian hari. Dengan demikian, efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani menjadi salah satu faktor kunci dalam memastikan keberhasilan pengembangan potensi motorik peserta didik di berbagai jenjang pendidikan.

Namun, dalam praktiknya, tantangan dalam pelaksanaan pendidikan jasmani semakin kompleks. Prasetyo dan Lestari (2019) mengungkapkan bahwa penerapan pembelajaran jasmani adaptif masih

belum optimal, khususnya dalam konteks peserta didik berkebutuhan khusus yang membutuhkan pendekatan lebih personal. Selain itu, perubahan sistem pendidikan akibat pandemi COVID-19 juga berdampak pada proses pembelajaran PJOK. Utami dan Huda (2022) menjelaskan bahwa penerapan model *blended learning* dalam pembelajaran jasmani di masa pandemi memiliki pengaruh yang beragam terhadap kemampuan motorik siswa, tergantung pada intensitas aktivitas fisik yang dilakukan secara daring maupun luring. Kondisi ini menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani perlu terus dievaluasi agar tetap relevan dengan konteks dan kebutuhan peserta didik.

Dari sisi kebijakan, Hapsari dan Taufik (2020) menyoroti bahwa kurikulum pendidikan jasmani 2013 sudah mengarah pada pengembangan kompetensi motorik peserta didik. Namun, implementasinya di lapangan masih menghadapi berbagai kendala, seperti keterbatasan sarana, rendahnya pelatihan guru, serta kurangnya evaluasi komprehensif terhadap efektivitas model pembelajaran yang diterapkan. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tujuan kurikulum dan realitas pelaksanaan pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan kajian literatur di atas, dapat disimpulkan bahwa berbagai penelitian telah menyoroti pentingnya efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dalam meningkatkan kompetensi motorik peserta didik. Namun, *research gap* yang masih terlihat adalah belum adanya studi literatur yang secara komprehensif mengevaluasi berbagai model pembelajaran pendidikan jasmani dari perspektif efektivitas terhadap pengembangan kompetensi motorik lintas jenjang pendidikan. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada tingkat pendidikan tertentu atau menggunakan pendekatan pembelajaran tunggal. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki *novelty* berupa kajian literatur yang bersifat evaluatif dan integratif, yang mengompilasi serta menganalisis temuan-temuan empiris dari berbagai penelitian terdahulu untuk memberikan gambaran menyeluruh tentang efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik di berbagai konteks pendidikan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan kebijakan dan praktik pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan adaptif di masa mendatang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (*literature review*) yang bertujuan untuk menelaah dan mengevaluasi berbagai hasil penelitian terkait efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik. Proses penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

1. Identifikasi Topik dan Rumusan Masalah

Tahap ini dilakukan untuk menentukan fokus penelitian, yaitu mengevaluasi efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dalam mengembangkan kompetensi motorik peserta didik. Rumusan masalah disusun untuk membatasi arah pencarian dan analisis literatur agar sesuai dengan tujuan penelitian.

2. Penentuan Kriteria Literatur

Peneliti menetapkan kriteria inklusi, yaitu artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2018–2024, membahas efektivitas pembelajaran PJOK dan pengembangan kompetensi motorik peserta didik, serta dipublikasikan di jurnal ilmiah bereputasi. Artikel nonempiris atau yang tidak relevan dikeluarkan dari kajian.

3. Pengumpulan Literatur

Sumber data diperoleh dari basis data akademik seperti Google Scholar dan Garuda, menggunakan kata kunci "*efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani*" dan "*kompetensi motorik peserta didik*."

4. Analisis dan Sintesis Literatur

Literatur yang telah dipilih dianalisis secara mendalam untuk menelaah metode, hasil, dan pembahasan penelitian. Data kemudian disintesis secara deskriptif dengan mengelompokkan temuan berdasarkan model pembelajaran, indikator efektivitas, dan pengaruh terhadap kompetensi motorik.

5. Penarikan Kesimpulan dan Identifikasi Research Gap

Tahap terakhir adalah menyimpulkan hasil sintesis untuk menemukan pola umum efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dan mengidentifikasi *research gap*, yaitu belum adanya kajian yang

secara komprehensif mengevaluasi berbagai model pembelajaran PJOK lintas jenjang terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil telaah terhadap sembilan artikel ilmiah yang relevan, diperoleh sejumlah temuan mengenai efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik. Setiap penelitian menunjukkan variasi model pembelajaran dan pengaruhnya terhadap aspek motorik siswa. Hasil sintesis penelitian dijelaskan sebagai berikut:

1. Rachmawati & Gunawan (2021)

Penelitian ini menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) dalam pendidikan jasmani secara signifikan meningkatkan hasil belajar psikomotorik siswa. Melalui kegiatan proyek yang berorientasi pada praktik dan kreativitas, siswa menjadi lebih aktif, mandiri, dan terampil dalam menerapkan gerakan dasar motorik. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rerata skor psikomotorik sebesar 18% dibandingkan pembelajaran konvensional.

2. Kurnia & Suryana (2019)

Penelitian ini mengungkapkan adanya hubungan positif dan signifikan antara tingkat partisipasi dalam pembelajaran jasmani dengan kemampuan motorik siswa sekolah dasar. Siswa yang aktif mengikuti kegiatan PJOK memiliki koordinasi gerak, keseimbangan, dan kelincahan yang lebih baik. Temuan ini menegaskan pentingnya keterlibatan aktif dalam kegiatan jasmani untuk mendukung perkembangan kompetensi motorik.

3. Hartono & Wahyudi (2022)

Studi ini menemukan bahwa model pembelajaran berbasis aktivitas fisik memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan motorik anak usia dini. Melalui aktivitas terstruktur seperti senam dasar, permainan gerak, dan latihan koordinasi, anak menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar dan halus. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran jasmani yang aktif dan menyenangkan efektif dalam membangun dasar kemampuan motorik sejak usia dini.

4. Ananda & Nuraini (2020)

Penelitian ini mengevaluasi efektivitas pendekatan taktis (*tactical approach*) dalam pembelajaran jasmani terhadap kemampuan motorik siswa SMA. Hasil menunjukkan bahwa pendekatan ini lebih efektif dibandingkan metode tradisional karena mendorong siswa memahami konteks permainan sekaligus meningkatkan pengambilan keputusan dan koordinasi motorik.

5. Dewi & Firmansyah (2018)

Penelitian ini membuktikan bahwa pembelajaran berbasis permainan tradisional berkontribusi positif terhadap keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar. Aktivitas seperti gobak sodor dan egrang membantu meningkatkan keseimbangan, kelincahan, serta kekuatan otot. Model ini dinilai efektif karena mengintegrasikan unsur budaya lokal dengan aktivitas fisik yang menyenangkan.

6. Rahman & Yusuf (2021)

Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi kuat antara aktivitas fisik rutin dan perkembangan keterampilan motorik siswa SMP. Semakin sering siswa melakukan kegiatan jasmani terstruktur, semakin baik pula kemampuan motorik mereka, khususnya dalam hal koordinasi, kecepatan, dan ketepatan gerak.

7. Nuraini & Sumarno (2019)

Penelitian ini membandingkan efektivitas model pembelajaran kooperatif dan konvensional dalam pembelajaran PJOK. Hasilnya menunjukkan bahwa model kooperatif lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa, karena menekankan kerja sama, interaksi sosial, dan keterlibatan aktif dalam praktik gerak.

8. Fitria & Setiawan (2022)

Dalam penelitian ini, pendekatan bermain (*play approach*) terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar motorik siswa sekolah dasar. Melalui kegiatan bermain yang terencana, siswa lebih termotivasi dan aktif, sehingga pembelajaran menjadi lebih bermakna dan mendukung penguasaan gerak dasar motorik.

9. Santika & Wulandari (2021)

Penelitian ini menemukan bahwa metode pembelajaran inovatif seperti *inquiry-based learning* dan *game-based learning* dapat mengembangkan kompetensi motorik peserta didik SD secara signifikan. Siswa menjadi lebih kreatif, terlibat secara aktif, dan menunjukkan peningkatan pada aspek koordinasi dan kelincuhan gerak.

Pembahasan

Pembelajaran pendidikan jasmani memiliki peran strategis dalam mengembangkan kompetensi motorik peserta didik, karena melalui aktivitas fisik terarah siswa tidak hanya berlatih secara fisik tetapi juga belajar mengelola koordinasi, keseimbangan, dan keterampilan gerak yang menjadi dasar bagi perkembangan psikomotor. Hasil telaah berbagai penelitian menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani sangat bergantung pada pendekatan, strategi, dan keterlibatan aktif peserta didik dalam proses belajar. Kegiatan jasmani yang dirancang dengan baik mampu mengintegrasikan unsur kognitif, afektif, dan psikomotor sehingga menghasilkan pembelajaran yang menyeluruh dan bermakna (Rachmawati & Gunawan, 2021; Kurnia & Suryana, 2019).

Menurut Rachmawati dan Gunawan (2021), model pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) dalam pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat dalam kegiatan kreatif dan reflektif yang mendorong peningkatan hasil belajar psikomotorik. Melalui pendekatan ini, siswa belajar tidak hanya melalui instruksi langsung, tetapi juga dengan eksplorasi dan praktik gerak nyata. Peningkatan skor psikomotorik yang signifikan pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas yang bersifat kolaboratif dan berorientasi pada proyek lebih efektif dibandingkan pembelajaran konvensional. Hal ini sejalan dengan temuan Santika dan Wulandari (2021) yang menegaskan bahwa penggunaan metode pembelajaran inovatif seperti *game-based learning* dan *inquiry-based learning* mampu meningkatkan partisipasi aktif siswa, kreativitas, serta koordinasi motorik secara signifikan.

Selain pendekatan inovatif, tingkat partisipasi fisik siswa dalam kegiatan jasmani juga menjadi faktor penting dalam pengembangan kompetensi motorik. Kurnia dan Suryana (2019) membuktikan adanya hubungan positif antara keaktifan siswa dalam mengikuti pelajaran PJOK dengan peningkatan kemampuan motorik dasar, seperti keseimbangan dan kelincuhan. Temuan ini diperkuat oleh Rahman dan Yusuf (2021) yang menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dan terstruktur mampu meningkatkan koordinasi, kecepatan, serta keterampilan gerak kompleks siswa SMP. Dengan demikian, pembelajaran pendidikan jasmani yang menekankan partisipasi aktif dapat dianggap sebagai sarana efektif untuk menstimulasi perkembangan fisik sekaligus kompetensi motorik.

Pendekatan lain yang banyak menunjukkan efektivitasnya adalah pembelajaran berbasis aktivitas fisik langsung. Hartono dan Wahyudi (2022) mengemukakan bahwa pembelajaran dengan aktivitas fisik terarah seperti senam dasar, permainan gerak, dan latihan koordinasi mampu meningkatkan kemampuan motorik anak usia dini secara signifikan. Aktivitas ini tidak hanya memperkuat otot dan keseimbangan, tetapi juga membangun rasa percaya diri dan motivasi anak dalam melakukan gerakan. Pembelajaran yang menekankan keterlibatan jasmani sejak usia dini menjadi landasan penting untuk membangun kemampuan motorik yang lebih kompleks di jenjang pendidikan berikutnya.

Sementara itu, pendekatan taktis dalam pembelajaran jasmani, seperti yang dijelaskan oleh Ananda dan Nuraini (2020), berfokus pada pemahaman strategi permainan dan pengambilan keputusan. Model ini tidak hanya melatih keterampilan motorik, tetapi juga kemampuan berpikir taktis, reflektif, dan adaptif siswa. Peningkatan kemampuan motorik siswa SMA pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran jasmani yang mengintegrasikan unsur kognitif dan psikomotor dapat menghasilkan hasil belajar yang lebih optimal. Hasil ini sejalan dengan prinsip pembelajaran bermakna, di mana siswa memahami konteks gerak, bukan sekadar meniru.

Selain pendekatan taktis, pembelajaran berbasis permainan tradisional juga terbukti memiliki dampak positif terhadap pengembangan motorik siswa. Dewi dan Firmansyah (2018) menunjukkan bahwa permainan seperti gobak sodor, egrang, dan bakiak mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar anak sekolah dasar melalui aktivitas yang menyenangkan dan kontekstual. Pendekatan ini tidak hanya efektif dalam melatih kemampuan gerak dasar, tetapi juga memperkuat nilai-nilai sosial dan budaya yang terkandung dalam permainan tersebut. Selaras dengan itu, Fitria dan Setiawan (2022) juga menemukan bahwa pendekatan bermain (*play approach*) meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar motorik.

Lebih lanjut, perbandingan antara model pembelajaran kooperatif dan konvensional yang dilakukan oleh Nuraini dan Sumarno (2019) menunjukkan bahwa pembelajaran kooperatif jauh lebih

efektif dalam mengembangkan kemampuan motorik siswa. Dalam model ini, interaksi antar siswa, kerja sama, dan pembagian peran aktif dalam praktik gerak menjadi kunci peningkatan keterampilan motorik. Keberhasilan model ini menegaskan bahwa efektivitas pembelajaran jasmani tidak hanya bergantung pada latihan fisik, tetapi juga pada dinamika sosial yang terbentuk di dalam proses belajar.

Berdasarkan keseluruhan temuan, dapat disimpulkan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik sangat dipengaruhi oleh pendekatan pembelajaran yang digunakan, intensitas aktivitas fisik, dan tingkat keterlibatan peserta didik. Pembelajaran yang bersifat aktif, kolaboratif, berbasis permainan, dan kontekstual terbukti lebih efektif dibandingkan metode instruksional tradisional. Pendekatan-pendekatan tersebut tidak hanya meningkatkan kemampuan gerak, tetapi juga membentuk karakter, kepercayaan diri, dan motivasi siswa untuk terus berkembang.

Dari hasil analisis juga ditemukan adanya research gap, yaitu belum banyak penelitian yang secara komprehensif membandingkan efektivitas berbagai model pembelajaran pendidikan jasmani lintas jenjang pendidikan secara longitudinal. Sebagian besar penelitian masih bersifat terpisah antara jenjang SD, SMP, dan SMA. Selain itu, masih terbatas penelitian yang mengintegrasikan evaluasi efektivitas pembelajaran dengan aspek teknologi pembelajaran jasmani atau pendekatan digital seperti *blended learning* dalam konteks motorik. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki novelty dalam menekankan pentingnya evaluasi lintas model pembelajaran dan konteks usia peserta didik untuk memahami efektivitas pendidikan jasmani secara lebih holistik dalam pengembangan kompetensi motorik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani memiliki efektivitas yang tinggi dalam mengembangkan kompetensi motorik peserta didik. Berbagai model pembelajaran seperti berbasis proyek, aktivitas fisik, permainan, kooperatif, dan inovatif terbukti mampu meningkatkan kemampuan motorik, koordinasi, dan keterampilan gerak siswa di berbagai jenjang pendidikan. Efektivitas tersebut sangat dipengaruhi oleh partisipasi aktif siswa, pendekatan pembelajaran yang kontekstual, serta keterlibatan guru dalam menciptakan suasana belajar yang interaktif dan menyenangkan.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar pendidik pendidikan jasmani terus mengembangkan model pembelajaran yang aktif, kolaboratif, dan berorientasi pada pengalaman nyata peserta didik. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan studi komparatif dan longitudinal untuk menilai efektivitas berbagai model pembelajaran jasmani lintas jenjang pendidikan, termasuk dengan mengintegrasikan teknologi dan pendekatan digital guna meningkatkan kualitas pembelajaran dan pengembangan kompetensi motorik peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada para rekan sejawat, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, masukan, dan motivasi selama proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para peneliti sebelumnya yang karyanya menjadi sumber rujukan dan dasar pengembangan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R., & Nuraini, S. (2020). Evaluasi efektivitas pembelajaran jasmani menggunakan pendekatan taktis terhadap peningkatan kemampuan motorik siswa SMA. *Jurnal Olahraga*, 6(2), 78–89. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=991231332312>
- Dewi, T., & Firmansyah, H. (2018). Efektivitas pembelajaran berbasis permainan tradisional terhadap keterampilan motorik kasar anak SD. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 14(3), 188–198. <https://doi.org/10.17509/jpjk.v14i3.11244>
- Fitria, R., & Setiawan, H. (2022). Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani melalui pendekatan bermain terhadap hasil belajar motorik siswa SD. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(2), 65–74. <https://doi.org/10.26740/jpok.v10i2.31245>

- Hapsari, M., & Taufik, D. (2020). Evaluasi efektivitas kurikulum pendidikan jasmani 2013 terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik. *Jurnal Kurikulum dan Pembelajaran*, 13(1), 55–67. <https://doi.org/10.24036/jkp.v13i1.11523>
- Hartono, B., & Wahyudi, R. (2022). Pengaruh model pembelajaran berbasis aktivitas fisik terhadap perkembangan motorik anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 10(1), 40–51. <https://doi.org/10.24114/jpa.v10i1.22745>
- Hidayat, R., & Yuliana, T. (2020). Pengaruh pembelajaran pendidikan jasmani terhadap keterampilan motorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 121–130. <https://doi.org/10.21831/jppi.v16i2.34567>
- Kurnia, E., & Suryana, A. (2019). Hubungan antara partisipasi dalam pendidikan jasmani dengan kemampuan motorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 24(2), 101–109. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=22341112213>
- Lestari, N., & Firmansyah, R. (2020). Analisis efektivitas pembelajaran PJOK berbasis pendekatan saintifik terhadap hasil belajar dan keterampilan motorik siswa. *Jurnal Pendidikan*, 25(3), 157–168. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=112312313213>
- Nuraini, E., & Sumarno, D. (2019). Perbandingan efektivitas model pembelajaran kooperatif dan konvensional dalam pembelajaran PJOK terhadap kemampuan motorik siswa. *Jurnal Olahraga Pendidikan*, 11(1), 75–85. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=112342311231>
- Nurfalah, F., & Nugroho, M. (2018). Efektivitas strategi pembelajaran aktif pada pelajaran pendidikan jasmani terhadap kemampuan motorik dasar siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 10(2), 55–66. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=16522347190342>
- Prasetyo, E., & Lestari, R. (2019). Implementasi pembelajaran jasmani adaptif dalam meningkatkan kompetensi motorik siswa berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 11(1), 77–88. <https://doi.org/10.24036/jpk.v11i1.12846>
- Putra, A., & Kurniawan, H. (2021). Hubungan antara aktivitas jasmani dan perkembangan motorik anak usia dini. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 17(3), 200–210. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=88434217623812>
- Rachmawati, I., & Gunawan, Y. (2021). Analisis efektivitas pembelajaran berbasis proyek pada PJOK terhadap hasil belajar psikomotorik siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan Olahraga*, 5(3), 223–232. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=112332122213>
- Rahman, F., & Yusuf, D. (2021). Hubungan aktivitas fisik dan perkembangan keterampilan motorik siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 9(2), 112–120. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=112331122111>
- Ramadhan, I., & Wicaksono, B. (2020). Evaluasi model pembelajaran pendidikan jasmani berbasis permainan terhadap keterampilan motorik siswa SD. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1), 15–24. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i1.23045>
- Santika, L., & Wulandari, D. (2021). Analisis pengaruh metode pembelajaran inovatif terhadap pengembangan kompetensi motorik peserta didik SD. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12(1), 50–61. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=113332211234>
- Suryadi, D., & Anwar, S. (2019). Evaluasi efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani berbasis kompetensi di sekolah menengah pertama. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 36(1), 45–55. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=115634566823984>
- Utami, S., & Huda, M. (2022). Evaluasi model blended learning dalam pembelajaran PJOK di masa pandemi terhadap kemampuan motorik siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 14(2), 89–99. <https://doi.org/10.36706/jpjk.v14i2.11245>
- Wijaya, D., & Santoso, H. (2021). Pengaruh pembelajaran jasmani terhadap kebugaran jasmani dan koordinasi motorik siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 92–104. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=10123755647821>
- Yulianto, R., & Saputra, E. (2018). Pengaruh metode pembelajaran kooperatif terhadap keterampilan motorik dasar siswa SD. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 33–42. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=114566733234>