



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK MANIPULATIF MELALUI PERMAINAN LEMPAR TANGKAP BOLA KELAS IVA UPT SD 168 GRESIK***EFFORTS TO IMPROVE MANIPULATIVE MOVEMENT LEARNING OUTCOMES THROUGH BALL THROWING AND CATCHING GAMES CLASS IVA UPT SD 168 GRESIK*****I Gustie Citra Ary Wijaya¹, Afiq Hakim Mujtahidin², Mochamad Ridwan³**^{1,2}Universitas Negeri Surabaya, ³Upt Sdn 168 Gresik

Article Info**Article history :**

Received : 03-09-2024

Revised : 06-09-2024

Accepted : 08-09-2024

Published: 10-09-2024

Abstract

The aim of this research is to improve the learning outcomes of manipulative movements through the ball throwing game for class IVA UPT SD 168 Gresik. This research method is Classroom Action Research (PTK) which has a collaborative nature between the PJOK teacher at UPT SD 168 Gresik and the researcher. This research consists of four components, namely: planning, acting, observing and reflecting. The procedure for implementing this research will be carried out in stages, namely pre-cycle, cycle I, and cycle II. Based on the research results, efforts to improve learning outcomes for manipulative movements through the ball throwing game for class IV-A UPT SD 168 Gresik can be concluded that in the pre-cycle the student learning outcomes showed an average percentage of 45%, in the first cycle the average percentage was 65%, and in cycle II it shows that the average percentage is 85%, which means that it has met the criteria for achieving the learning objectives desired by the researcher. Based on these results, the application of the game of throwing and catching the ball can improve learning outcomes in learning PJOK, namely the basic movement of manipulating passing under volleyball.

Keywords: *Learning Outcomes, Ball Throwing Game, Basic Manipulative Movement Skills.*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar gerak manipulatif melalui permainan lempar tangkap bola kelas IVA UPT SD 168 Gresik. Metode Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang memiliki sifat kolaboratif antara guru PJOK di UPT SD 168 Gresik dengan peneliti. Dalam penelitian ini terdiri dari empat komponen, yaitu: perencanaan (*planning*), tindakan (*acting*), pengamatan (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Prosedur pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan dengan tahapan yaitu pra siklus, siklus I, dan siklus II. Berdasarkan hasil penelitian, maka upaya meningkatkan hasil belajar gerak manipulatif melalui permainan lempar tangkap bola kelas IV-A UPT SD 168 Gresik dapat disimpulkan bahwa pada pra siklus hasil belajar peserta didik menunjukkan rata-rata persentase 45%, pada siklus I rata-rata persentase 65%, dan pada siklus II menunjukkan dimana rata-rata persentase 85% yang berarti sudah memenuhi kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran yang diinginkan peneliti. Berdasarkan hasil tersebut, penerapan permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran PJOK yaitu gerak dasar manipulatif *passing* bawah bolavoli.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Permainan Lempar Tangkap Bola, Keterampilan Gerak Dasar Manipulatif.



PENDAHULUAN

Pada siswa sekolah dasar seringkali mengalami hambatan pada penguasaan pola gerak dasar, baik lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Gerak-gerak dasar yang meliputi jalan, lari, lompat/loncat, menendang, menarik, mendorong, mengguling (*roll*), memukul, keseimbangan, menangkap dan bergulir (Ardhika, 2015). sekolah dasar perlu mengembangkan kemampuan gerakan dasar mereka karena gerakan dasar merupakan fondasi dari semua kemampuan gerakan lainnya (Nafis, 2023). Sehingga apabila siswa kurang menguasai pola gerak dasar tersebut akan berdampak terhadap hasil belajar siswa. Menurut (Somayana, 2020) hasil belajar siswa bertujuan untuk meraih prestasi siswa secara akademis melalui ujian dan tugas, keaktifan bertanya dan menjawab pertanyaan yang mendukung perolehan hasil belajar. Pada observasi awal peneliti menemukan siswa kelas IVA UPT SDN 168 Gresik masih kesulitan dalam memperagakan gerak dasar manipulatif selama proses pembelajaran PJOK, sehingga tidak dapat memenuhi kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran. Hal ini menjadi permasalahan karena Dalam melakukan gerakan-gerakan manipulatif siswa tidak jarang melakukan kekeliruan karna berbagai hal, yang diantaranya kurangnya memahami rangkaian-rangkaian/tahapan gerakan saat hendak akan melakukan gerak menggunakan suatu objek (Syaputra & Warni, 2023). Oleh karena itu, untuk meningkatkan hasil belajar siswa, tindakan terbaik dalam situasi ini adalah menentukan pembelajaran yang tepat dan efisien dalam mata peSlajaran PJOK.

Mata pelajaran PJOK merupakan salah satu mata pelajaran di Sekolah Dasar yang masuk dalam kurikulum pendidikan nasional (A'la, 2019). PJOK memiliki peran penting dan adil besar dalam mewujudkan tercapainya tujuan pendidikan nasional yang menunjang pendidikan karakter bangsa. Kearn PJOK bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, emosional, etika moral, dan aspek pola hidup sehat (Kanca, 2018). Sedangkan menurut (Kurniawati, 2017) PJOK merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan pada umumnya yang mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas jasmani. Mata pelajaran PJOK merupakan salah satu mata pelajaran favorit yang disukai hampir semua peserta didik. Karena Pembelajaran PJOK merupakan pembelajaran yang mengutamakan aktivitas gerak, oleh karena itu banyak macam permainan yang bisa diberikan dalam pelaksanaan pembelajaran (Ansori, 2020). Pada usia SD anak masih dalam masa perkembangan suka melakukan hal apapun dengan bermain. Dapat diambil kesimpulan bahwa pada usia SD pembelajaran yang menyenangkan adalah dimana pembelajaran yang ada unsur bermainnya, kemudian bisa membuat peserta didik tidak sadar sedang mempraktikkan materi tertentu karena mereka mengira sedang malakukan sebuah permainan (Iskandar, 2018). Karena Bermain merupakan kebutuhan anak yang sangat penting, dengan bermain anak akan membangun pengetahuannya tentang apa yang ada di sekitarnya, dan membangun kreatifitasnya baik dengan menggunakan suatu benda atau alat permainan maupun tidak (Wiwik Pratiwi, 2017).

Permainan lempar tangkap bola merupakan permainan yang dapat meningkatkan kemampuan motorik pada peserta didik. Menurut (Trisnawati & Attamimi, 2023) melempar merupakan keterampilan manipulatif yang rumit yang menggunakan satu atau dua tangan untuk



melontarkan objek menjauh badan ke udara, lemparan dapat di lakukan di bawah tangan, di atas kepala, di atas lengan atau di samping sesuai dengan perkembangan normal anak sedangkan Menangkap merupakan gerakan tangan untuk menghentikan suatu benda yang menggulir di lantai atau benda yang didekatnya. Perkembangan gerak dimasa anak-anak sangat menonjol, terutama pada kemampuan gerak lokomotor, non lokomotor dan manipulatif (Atty, 2023). Gerak manipulatif adalah salah satu bentuk aktivitas gerak dasar yang dilakukan anggota badannya dengan menggunakan objek, seperti: menendang, melempar, mendorong, memukul, memantul, serta mengguling, menerima, menangkap, menghentikan. Gerak manipulatif adalah gerakan yang berkembang ketika anak menguasai berbagai objek (Nurunnabilah et al., 2022). keterampilan gerak dasar manipulatif ini juga penting untuk dikembangkan secara maksimal agar anak dapat mencapai tugas perkembangan motoriknya secara optimal (Mirawati & Rahmawati, 2017).

Tujuan penelitian ini yaitu meningkatkan hasil belajar siswa pada gerak dasar manipulatif *passing* bawah bolavoli melalui permainan lempar tangkap bola pada siswa sekolah dasar. Gerak dasar *passing* bawah pada permainan bolavoli yang diajarkan di sekolah dapat menjadi pembinaan tahap awal. Pembelajaran bolavoli di sekolah dasar bertujuan untuk siswa dapat mencapai puncak prestasi yang diharapkan (Saputra & Gusniar, 2019). Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti dengan guru PJOK di UPT SD 168 Gresik, pada hasil prasiklus peneliti menemukan fakta bawasanya kemampuan gerak manipulatif siswa dalam permainan bolavoli khususnya *passing* bawah masih tergolong rendah dengan presentase ketuntasan nilai 45%. Berikut table hasil pra siklus :

hasil observasi prasiklus :

Hasil	Frekuensi	Persentase
Tuntas	9	45%
Tidak Tuntas	11	55%

Berdasarkan permasalahan hasil prasiklus tersebut, peneliti tertarik untuk menemukan suatu jalan keluar agar siswa dapat memperagakan gerak dasar manipulatif *passing* bawah dengan baik. Oleh sebab itu pada penelitian tindakan kelas yang akan dilakukan oleh penulis mengambil judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Manipulatif Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola Kelas IV A UPT SD 168 Gresik”

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang memiliki sifat kolaboratif antara guru PJOK di UPT SD 168 Gresik dan peneliti dalam upaya peningkatan gerak manipulatif *passing* bawah bolavoli melalui pembelajaran permainan lempar tangkap bola. Dalam penelitian tindakan terdiri dari empat komponen pokok yang juga menunjukkan langkah yaitu perencanaan,



tindakan, pengamatan, dan refleksi (Septi Sistiasih & Reza Pradana, 2022). Senada dengan (Nafis, 2023) Siklus dalam penelitian ini memiliki empat kegiatan utama: perencanaan, kegiatan, pengamatan, dan refleksi. Pelaksanaan PTK dilaksanakan melalui beberapa siklus untuk melihat peningkatan hasil belajar gerak manipulatif *passing* bawah bolavoli dan aktivitas siswa dalam mengikuti mata pelajaran PJOK melalui metode lempar bola.

Subyek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV UPT SD 168 Gresik Kecamatan Dryorejo Kabupaten Gresik tahun ajaran 2024-2025 dengan jumlah siswa 20 siswa yang terdiri dari 10 laki-laki dan 10 perempuan.

Teknik Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini terdiri dari observasi, dan tes. Observasi digunakan untuk mendapatkan data pada prasiklus. Tes digunakan untuk mendapatkan data tentang hasil tes gerak dasar manipulatif *passing* bawah bolavoli pada siswa. tes tersebut digunakan untuk untuk mengungkap aspek psikomotor dengan mengetahui kemampuan keterampilan gerak siswa dalam melakukan *passing* bawah bolavoli.

Analisa data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif akan digunakan untuk menganalisis data hasil observasi yang digunakan untuk menjarang aktivitas belajar siswa dan kinerja guru dalam proses pembelajaran. Sementara analisis kuantitatif digunakan untuk mendeskripsikan hasil belajar siswa dalam hubungannya dengan penguasaan materi pembelajaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan melalui dua siklus yang berarti penelitian ini sudah memenuhi kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran yang diinginkan peneliti. Hal tersebut senada dengan (Muharram & Kholis, 2018) dimana penelitian dilakukan dalam dua siklus. Hasil yang diperoleh dari penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar gerak manipulatif *passing* bawah bolavoli melalui permainan lempar tangkap bola pada mata pelajaran PJOK kelas IVA UPT SD 168 Gresik. Penelitian ini dilaksanakan satu kali ambil data dalam setiap siklus, mulai dari pra siklus dan diakhiri pada siklus yang membuat peneliti merasa tercapai sesuai dengan ketuntasan yang diinginkan oleh penulis. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik kualitatif dan kuantitatif. Sebelum penelitian ini dilakukan upaya pertama yang perlu dilaksanakan adalah dengan cara melakukan tes awal. Tes awal merupakan sebuah tes yang dilakukan tanpa adanya tindakan, pada tes ini para siswa langsung di tes menggunakan instrumen yang telah dipersiapkan. Tes ini berguna untuk mengetahui tindakan yang harus dilakukan pada setiap siklus, selain itu juga berguna untuk mengetahui peningkatan hasil belajar setelah dilaksanakan pembelajaran pada siklus-siklus selanjutnya (Pangkey & Mahfud, 2020). Berikut hasil



yang diperoleh dalam setiap siklus adalah sebagai berikut:

Table 1. Gerak Dasar Manipulatif Pra Siklus

Hasil	Frekuensi	Persentase
Tuntas	9	45%
Tidak Tuntas	11	55%

Indikator peningkatan dapat dilihat melalui rumus:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

n

Persentase ketuntasan belajar

$$p = \frac{9}{20} \times 100\% = 45\%$$

20

Berdasarkan tabel pra siklus di atas, dapat dilihat bahwa gerak manipulatif siswa sebelum dilakukan pembelajaran melalui permainan lempar tangkap bola dari di kelas IVA yang berjumlah 20 siswa. siswa yang mendapatkan nilai tuntas sebanyak 9 siswa yang mana hanya 45%. Selain itu yang mendapatkan nilai kurang dari 75 terdapat 11 siswa dengan nilai persentase sebesar 55%. Jadi untuk pra siklus ini belum mencapai indikator keberhasilan sebesar 75%, maka akan dilanjutkan pada siklus 1.

Tabel 2. Gerak Dasar Manipulatif Siklus 1

Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Tuntas	13	65%
Tidak Tuntas	7	35%



Berdasarkan tabel siklus I di atas, dapat dilihat bahwa gerak manipulatif siswa setelah dilakukan pembelajaran melalui permainan Lempar Tangkap Bola dari di kelas IVA yang berjumlah 20 siswa. Siswa yang mendapatkan nilai tuntas sebanyak 13 siswa yang mana hanya 65%. Selain itu yang mendapatkan nilai kurang dari 75 terdapat 7 siswa dengan persentase sebesar 35%. Jadi untuk siklus I ini belum mencapai indikator keberhasilan sebesar 75%, maka akan dilanjutkan pada siklus II.

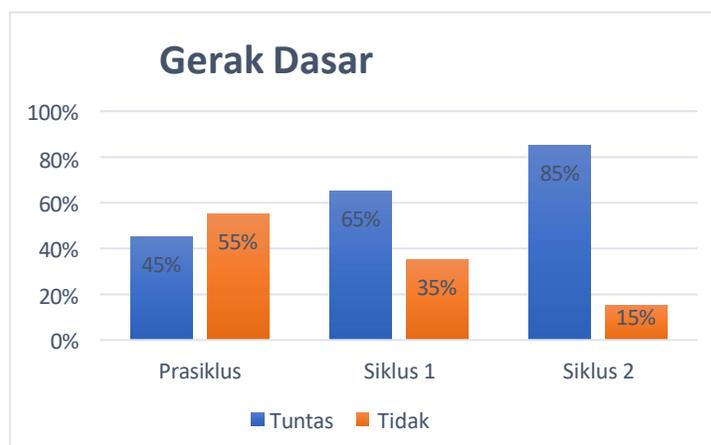
Tabel 3. Gerak Dasar Manipulatif Siklus II

Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase
Tuntas	17	85%
Tidak Tuntas	3	15%

Berdasarkan tabel siklus II di atas, dapat dilihat bahwa gerak manipulatif siswa setelah dilakukan pembelajaran melalui permainan Lempar Tangkap Bola dari di kelas IVA yang berjumlah 20 siswa sudah memenuhi apa yang diharapkan oleh peneliti. Dari total 20 Siswa yang mendapatkan nilai tuntas sebanyak 17 siswa dengan persentase 85%. Selain itu yang mendapatkan nilai kurang dari 75 terdapat 3 siswa dengan persentase sebesar 15%. Dilihat dari persentase tersebut terdapat adanya peningkatan pada setiap siklus, maka hasil belajar siswa di atas menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran *passing* bawah bolavoli melalui permainan lempar tangkap bola memberikan banyak manfaat kepada siswa kelas IVA UPT SD 168 Gresik. Jadi untuk siklus II ini sudah mencapai indikator keberhasilan melebihi target yang diberikan peneliti, maka penelitian dihentikan pada siklus II.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK pada gerak dasar manipulatif melalui permainan lempar tangkap bola kelas IV A UPT SD 168 Gresik mengalami peningkatan mulai dari hasil observasi di pra siklus sampai dengan siklus II. Berikut hasil indikator ketercapaian mulai dari pra siklus sampai dengan siklus II :

Tabel 4. Deskripsi Hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Pembelajaran Gerak Dasar Manipulatif.





Berdasarkan hasil penelitian yang di laksanakan, peneliti memperoleh data-data yang berkaitan dengan keterampilan gerak dasar manipulatif. Adapun data-data yang diperoleh adalah sebagai berikut. Dari hasil pembelajaran gerak dasar manipulatif pada siklus pertama yang dengan permainan lempar tangkap bola, diketahui bahwa terjadi peningkatan hasil belajar gerak dasar manipulatif *passing* bawah dari tes awal ke siklus pertama namun peningkatan yang diperoleh pada siklus pertama belum mencapai target ketuntasan, hal ini disebabkan pada siklus pertama para siswa baru memperoleh stimulan tersebut sehingga masih perlu adaptasi pada pembelajaran sehingga peningkatan hasil belajar belum maksimal. Melihat hasil belajar yang dicapai belum maksimal maka peneliti merencanakan tindakan pada siklus kedua.

Setelah peneliti memberikan tindakan pada siklus kedua dengan mempergunakan bantuan guru, terdapat peningkatan hasil belajar gerak dasar manipulatif *passing* bawah siklus kedua. Hasil yang diperoleh pada siklus kedua diketahui bahwa hasil belajar yang diperoleh para siswa meningkat dan telah mencapai target yang diinginkan. Pencapaian target hasil belajar yang diperoleh para siswa disebabkan karena pemberian stimulan pada setiap siklus yang maksimal sehingga para siswa dapat menguasai gerak dasar manipulatif *passing* bawah dengan baik. Pencapaian hasil belajar tersebut diperoleh karena peserta didik sudah beradaptasi dengan pembelajaran yang telah diberikan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Syaputra et al., 2023) bahwa terjadi peningkatan hasil belajar lempar tangkap bola terbukti hasil yang telah diperoleh dalam siklus pertama menunjukkan peningkatan 23% pada kemampuan melempar dan 27% untuk menangkap dengan ketuntasan 64% dan 68%. Pada siklus kedua diperoleh kembali peningkatan kemampuan melempar sebesar 22% dan menangkap sebesar 23%. Sehingga dalam siklus kedua ini diperoleh ketuntasan 86% untuk kemampuan melempar dan 91% menangkap. Selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan (Hanief et al., 2018) dalam penelitiannya bahwa hasil belajar *passing* bawah permainan bolavoli dapat meningkat dengan diterapkannya melalui permainan lempar tangkap bola.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa upaya meningkatkan hasil belajar peserta didik pada pembelajaran PJOK melalui Gerak Manipulatif Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola Kelas IV A UPT SD 168 Gresik menunjukkan peningkatan disetiap siklusnya. Adapun rinciannya sebagai berikut: pada pra siklus hasil belajar peserta didik menunjukkan rata rata persentase 45%, pada siklus I rata- rata persentase 65%, dan pada siklus II menunjukkan dimana rata-rata persentase 85% yang berarti sudah memenuhi apa yang kriteria ketercapaian tujuan pembelajaran yang diinginkan peneliti. Berdasarkan hasil tersebut, penerapan permainan lempar tangkap bola dapat meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran PJOK yaitu gerak dasar manipulates *passing* bawah bolavoli.

**DAFTAR PUSTAKA**

- A'la, M. (2019). Penguatan Karakter Toleransi Melalui Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar. *MAGISTRA: Media Pengembangan Ilmu Pendidikan Dasar Dan Keislaman*, 10(2), 130. <https://doi.org/10.31942/mgs.v10i2.3108>
- Ansori, S. (2020). Pengaruh Permainan Sirkuit Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Siswa Disabilitas Rungu. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 479–482.
- Ardhika, D. febr. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Melalui Modifikasi Permainan Tradisional Engklek Pada Siswa Kelas Ii Sd Negeri 2 Jeruk Kabupaten Blora Tahun 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(1), 23–27.
- Atty, J. C. (2023). Peningkatan Pola Gerak Dasar Menggunakan Model Permainan Menjala Ikan pada Siswa TK Dharwasi Nonbes. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2920–2932. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/6189>
- Hanief, Y. N., Subekti, T. B. A., & Mashuri, H. (2018). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bolavoli melalui Permainan 3 on 3 pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2). <https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i2.12414>
- Iskandar, M. I. (2018). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Mini Dengan Menggunakan Pendekatan Pembelajaran Drill Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 1 Jungke Karanganyar Tahun Ajaran 2016. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, 18(2), 38–48. lib.unnes.ac.id/6871/1/8479.pdf <http://www.albayan.ae>
- Kanca, I. N. (2018). *Menjadi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Abad 21*. 21–27.
- Kurniawati, putri. (2017). DASAR – DASAR PENDIDIKAN JASMANI. *Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 01, 1–7.
- Mirawati, M., & Rahmawati, E. (2017). Permainan Modifikasi Untuk Stimulasi Keterampilan Gerak Dasar Manipulatif Anak Usia 2-4 Tahun. *Early Childhood : Jurnal Pendidikan*, 1(2), 38–50. <https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v1i2.119>
- Muharram, N. A., & Kholis, M. N. (2018). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas melalui Model Pembelajaran Problem Based Introduction dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti (Jipcb)*, 5(2), 103–107. <http://repository.unpkediri.ac.id/id/eprint/2749> http://repository.unpkediri.ac.id/2749/1/KODE_0703098802.pdf
- Nafis, M. A. R. (2023). Manipulatif Memukul Bola Kasti Dengan Alat Modifikasi Tongkat Penyangga Bola Pada Siswa 2022 / 2023. *KARANGAN: Jurnal Kependidikan, Pembelajaran, Dan Pengembangan*, 05(02), 10–17.
- Nurunnabilah, N., Abdul Gani, R., & Gustiawati, R. (2022). Pengaruh Permainan Gerak Manipulatif Terhadap Konsentrasi Belajar. *Jurnal Porkes*, 5(2), 498–509.



<https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6109>

Pangkey, F. R., & Mahfud, I. (2020). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Roll Belakang Pada Anak Sekolah Dasar. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 33–40. <https://doi.org/10.33365/joupe.v1i1.183>

Saputra, D. I. M., & Gusniar, G. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli melalui Bermain Melempar Bola. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(1), 64–73. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.862>

Septi Sistiasih, V., & Reza Pradana, S. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.7079>

Somayana, W. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa melalui Metode PAKEM. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(3), 350–361. <https://doi.org/10.36418/japendi.v1i3.33>

Syaputra, M. N., Kahri, M., Arifin, S., & -, M. (2023). Upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar manipulatif (lempar tangkap) melalui model problem base learning. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 7(2), 233–247. <https://doi.org/10.37058/sport.v7i2.7708>

Syaputra, M. N., & Warni, H. (2023). Penerapan model problem base learning dalam pembelajaran gerak dasar manipulatif. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 76. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16365>

Trisnawati, I., & Attamimi, N. (2023). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Lempar Tangkap Bola Dadu. *JM2PI: Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*, 3(1), 75–95. <https://doi.org/10.33853/jm2pi.v3i1.513>

Wiwik Pratiwi. (2017). Konsep Bermain Pada Anak Usia Dini. *Manajemen Pendidikan Islam*, 5, 106–117.