

PENGARUH METODE BERMAIN DALAM MENINGKATKAN PASSING ATAS BOLA VOLI KELAS VI DI SEKOLAH DASAR NEGERI KARANGSARI

Ridwan Afandi¹, Ahmad Syarif²

^{1,2}Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen Indonesia

Alamat: Jalan Kutoarjo Km.05, Jatisari, Kebumen, Jawa Tengah 54317

Email: ¹ridwanfandi27@gmailcom, ² ahmadsyarif@umnu.ac.id

Abstract: *This study aimed to determine the effect of the play-based method on improving overhead passing skills in volleyball among sixth- grade students at SD Negeri Karang Sari. The research employed a quasi- experimental design using a One Group Pretest–Posttest model. The subjects consisted of 20 students who participated in a pretest, play-based learning activities, and a posttest to measure skill development. The research instrument was the AAHPERD overhead passing test, which assessed accuracy and movement consistency. The results showed a significant improvement between pretest and posttest scores. Hypothesis testing using a Paired Sample t-Test produced a t-value of -63.803 with a significance level of 0.000. The mean score difference of -64.55 indicated that posttest scores were substantially higher than pretest scores. These findings demonstrate that the play-based method effectively enhances basic technical skills, motor abilities, coordination, focus, and students' self- confidence, making it suitable for physical education learning aligned with children's developmental characteristics.*

Keywords: *play method, overhand passing, volleyball, physical education learning*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh metode bermain terhadap peningkatan kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri Karang Sari. Penelitian menggunakan desain eksperimen semu dengan model One Group Pretest–Posttest. Subjek penelitian berjumlah 20 siswa yang mengikuti tes awal, pembelajaran berbasis permainan, dan tes akhir untuk mengukur perkembangan keterampilan. Instrumen penelitian menggunakan tes passing atas AAHPERD yang menilai ketepatan serta konsistensi gerak. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan antara nilai pretest dan posttest. Uji hipotesis melalui Paired Sample t-Test menghasilkan nilai t hitung sebesar -63,803 dengan signifikansi 0,000. Rata-rata perbedaan skor sebesar -64,55 menunjukkan hasil posttest lebih tinggi. Temuan ini membuktikan metode bermain efektif meningkatkan teknik dasar, kemampuan motorik, koordinasi, fokus, dan kepercayaan diri siswa, serta layak diterapkan dalam pembelajaran PJOK sesuai dengan karakteristik perkembangan anak sekolah dasar formal.

Kata Kunci: metode bermain, passing atas, bola voli, pembelajaran PJOK

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dalam pembelajaran di sekolah dasar karena tidak hanya berfokus pada kemampuan

fisik, tetapi juga membantu siswa mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan tentang gerak, serta sikap sosial dan emosional, sementara perilaku

negatif menurun seiring meningkatnya keterlibatan siswa dalam kegiatan fisik. Melalui aktivitas yang menyenangkan (Kurniawan & Widodo, 2021), pendidikan jasmani memberi ruang bagi siswa untuk belajar disiplin, bertanggung jawab, dan bekerja sama sejak dini. Menurut Suherman (2022) Untuk mencapai tujuan tersebut, pembelajaran perlu dirancang secara menyeluruh agar perkembangan kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa dapat tumbuh secara seimbang.

Salah satu pendekatan yang sangat cocok untuk siswa sekolah dasar adalah pendekatan bermain. Melalui permainan, guru dapat menyampaikan materi dengan lebih kreatif sehingga suasana belajar terasa lebih hidup dan tidak membebani siswa (Wahyuni, 2023). Pendekatan ini mendorong siswa untuk terlibat aktif, berinteraksi, dan belajar secara alami sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Selain meningkatkan semangat belajar, permainan juga membantu siswa lebih mudah memahami teknik dasar olahraga (Suryani & Maulana, 2020).

Dalam pembelajaran bola voli, permainan dapat dimanfaatkan untuk memperkuat penguasaan teknik passing

atas. Teknik ini membutuhkan koordinasi mata, tangan, dan posisi tubuh yang baik agar bola dapat diarahkan dengan tepat. Namun, hasil observasi di kelas VI SD Negeri Karangsari pada 26 Juni 2025 menunjukkan bahwa banyak siswa masih kesulitan melakukan passing atas. Beberapa kendala yang tampak antara lain posisi tangan yang tidak tepat, gerakan yang kurang terkoordinasi, hingga kurangnya fokus saat menerima bola. Dampaknya, bola sering tidak mencapai sasaran dan jalannya permainan menjadi kurang efektif.

Data yang diperoleh juga memperlihatkan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang berada pada kategori sangat baik dan baik, sementara sebagian lainnya masih berada pada kategori cukup dan kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan passing atas belum merata dan masih perlu ditingkatkan. Salah satu penyebabnya adalah pembelajaran yang masih bersifat konvensional dan kurang melibatkan siswa secara aktif melalui kegiatan yang menarik.

Pendekatan berbasis permainan menjadi salah satu alternatif solusi yang berpotensi meningkatkan keterampilan siswa. Permainan yang dirancang sesuai usia dan kemampuan siswa dapat

membuat proses belajar lebih menyenangkan, sekaligus memperkuat kemampuan motorik dan teknik dasar mereka. Penelitian sebelumnya Penelitian sebelumnya juga mendukung efektivitas pendekatan bermain. Kulle et al. (2024) menunjukkan bahwa penggunaan pendekatan permainan dalam pembelajaran teknik bola voli menghasilkan peningkatan yang signifikan, 3 di mana tingkat ketuntasan siswa dalam melakukan passing atas meningkat dari 0% menjadi 80% setelah dua siklus pembelajaran. Selain itu, studi oleh Saputra & Ratnasari (2023) menegaskan bahwa penggunaan permainan edukatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih hidup, menyenangkan, dan efektif untuk pengembangan keterampilan teknik dasar.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini berfokus pada bagaimana pengaruh pendekatan bermain terhadap peningkatan kemampuan passing atas dalam bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri Karang Sari. Harapannya, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi guru untuk menghadirkan pembelajaran jasmani yang lebih inovatif, menarik, dan efektif dalam membantu siswa menguasai teknik dasar

olahraga.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Karang Sari, Kecamatan Buayan, Kebumen, selama sepuluh pertemuan yang berlangsung antara Agustus hingga 1 Oktober 2025. Penelitian menggunakan desain eksperimen semu dengan model One Group Pretest–Posttest, di mana satu kelompok siswa diberikan tes awal, kemudian mengikuti pembelajaran menggunakan metode bermain, dan selanjutnya diberikan tes akhir untuk melihat perubahan kemampuan passing atas bola voli.

Menurut Sugiyono, (2016: 80) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi adalah keseluruhan dari karakteristik atau unit hasil pengukuran yang menjadi objek penelitian. Melihat pendapat diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa 29 populasi merupakan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan masalah penelitian, populasi penelitian ini adalah seluruh siswa laki- laki kelas VI yang

berjumlah 20 orang.

Pengumpulan data dilakukan melalui tes passing atas menggunakan instrumen dari AAHPERD, di mana siswa diminta melakukan passing ke tembok sasaran dalam waktu tertentu, dan nilai terbaik diambil sebagai skor akhir. Data yang diperoleh kemudian diuji digunakan untuk melihat besarnya perkembangan keterampilan siswa secara lebih jelas. Menurut Suharsimi (2005: 395) rumus uji-t untuk model *pretest posttest design* adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{D}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - (\sum D)^2}{N(N-1)}}$$

Dengan keterangan :

t = harga t untuk sampel berkolerasi

D = (difference), perbedaan antara skor tes awal dengan akhir untuk setiap individu

D = rerata dari nilai perpedaan (rerata dari D)

D² = kuadrat dari D N = banyaknya subjek penelitian.

Untuk menghitung presentase peningkatan kemampuan teknik passing permainan bolavoli antara tes awal dan tes akhir menggunakan rumus sebagai berikut:

$$Presentase = \frac{\text{mean diff}}{\text{Mean pretest}}$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Karangsari selama sepuluh kali pertemuan pada bulan Agustus hingga 1 Oktober 2025, menyesuaikan dengan jadwal pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Perlakuan yang diberikan berupa penerapan metode bermain dalam latihan teknik passing atas bola voli, dengan tujuan menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan melalui uji normalitas dan homogenitas sebelum dianalisis menggunakan uji-t untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan kemampuan setelah perlakuan. Perhitungan persentase peningkatan juga kontekstual. Pengumpulan data dilakukan melalui lembar observasi keterampilan passing atas yang disusun berdasarkan indikator teknik dasar permainan bola voli dan mengacu pada standar asesmen psikomotorik dalam Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016.

Data hasil pretest dan posttest kemudian dianalisis menggunakan uji statistik Paired Sample t-Test untuk mengetahui signifikansi peningkatan kemampuan siswa setelah perlakuan. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan model pembelajaran pendidikan jasmani yang inovatif, adaptif terhadap karakteristik peserta didik, serta efektif dalam meningkatkan keterampilan dasar olahraga di tingkat sekolah dasar.

Hasil Uji Statististik Deskriptif

Tabel 1 Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
PRE1	20	8.00	22.00	13.8500	4.40424
PRE2	20	6.00	20.00	14.8000	3.87434
PRE3	20	7.00	22.00	13.8500	3.45307
PRE4	20	8.00	27.00	15.0000	4.63397
POS1	20	23.00	40.00	31.3000	6.95171
POS2	20	21.00	38.00	30.8000	5.64381
POS3	20	21.00	40.00	30.3500	5.98485
POS4	20	14.00	42.00	29.6000	6.33620
Valid (listwise)	N 20				

Pada tahap pretest, keterampilan volleying memperoleh skor tertinggi sebesar 22 dan terendah sebesar 8, dengan rata-rata 13,85 serta standar deviasi 4,40. Setelah perlakuan diberikan, hasil posttest menunjukkan perubahan dengan skor tertinggi meningkat menjadi 40 dan terendah sebesar 23, serta rata-rata 31,30 dan standar deviasi 6,95.

Pada pretest, keterampilan servis memiliki skor tertinggi 20 dan terendah 6, dengan rata-rata 14,80 dan standar deviasi 3,87. Setelah dilakukan perlakuan, nilai posttest menunjukkan skor tertinggi 38 dan terendah 21, dengan rata-rata 30,80 serta standar deviasi 5,64.

Hasil pretest menunjukkan keterampilan passing memperoleh skor tertinggi 22 dan terendah 7, dengan rata-rata 13,85 dan standar deviasi 3,45. Setelah perlakuan, hasil posttest menunjukkan skor tertinggi 40 dan terendah 21, dengan rata-rata 30,35 serta standar deviasi 5,98.

Pada keterampilan set-up, hasil pretest menunjukkan skor tertinggi 27 dan terendah 8, dengan rata-rata 15,00 dan

standar deviasi 4,63. Setelah perlakuan, hasil posttest menunjukkan perubahan dengan skor tertinggi 42 dan terendah 14, serta rata-rata 29,60 dan standar deviasi 6,33.

Uji Validitas

		PRE1	PRE2	PRE3	PRE4	TOTAL_PRETEST
PRE1	Pearson Correlation	1	-.381	.030	-.067	.299
	Sig. (2-tailed)		.097	.901	.779	.002
	N	20	20	20	20	20
PRE2	Pearson Correlation	-.381	1	.458*	.358	.598**
	Sig. (2-tailed)	.097		.042	.122	.005
	N	20	20	20	20	20
PRE3	Pearson Correlation	.030	.458*	1	.138	.660**
	Sig. (2-tailed)	.901	.042		.561	.002
	N	20	20	20	20	20
PRE4	Pearson Correlation	-.067	.358	.138	1	.683**
	Sig. (2-tailed)	.779	.122	.561		.001
	N	20	20	20	20	20
TOTAL_PRETEST	Pearson Correlation	.299	.598**	.660**	.683**	1
	Sig. (2-tailed)	.002	.005	.002	.001	
	N	20	20	20	20	20

Correlations

- *. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).
- **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji

diatas menunjukkan bahwa:

1. Item PRE1 memiliki nilai $r = 0,299$ dengan $\text{Sig.} = 0,002$, menunjukkan hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
2. Item PRE2 memiliki nilai $r = 0,598$ dengan $\text{Sig.} = 0,005$, menunjukkan hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
3. Item PRE3 memperoleh nilai $r = 0,660$ dengan $\text{Sig.} = 0,002$, yang berarti hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
4. Item PRE4 memiliki nilai $r = 0,683$ dengan $\text{Sig.} = 0,001$, juga positif dan signifikan, sehingga item valid.

Dengan demikian, dari keempat item yang diuji, terdapat empat item yang

dinyatakan valid.

		POS1	POS2	POS3	POS4	TOTAL_POS
POS1	Pearson Correlation	1	-.385	.107	-.250	.324
	Sig. (2-tailed)		.094	.652	.287	.013
	N	20	20	20	20	20
POS2	Pearson Correlation	-.385	1	.258	.199	.488*
	Sig. (2-tailed)	.094		.273	.400	.029
	N	20	20	20	20	20
POS3	Pearson Correlation	.107	.258	1	-.059	.660**
	Sig. (2-tailed)	.652	.273		.806	.002
	N	20	20	20	20	20
POS4	Pearson Correlation	-.250	.199	-.059	1	.454*
	Sig. (2-tailed)	.287	.400	.806		.045
	N	20	20	20	20	20
TOTAL_POS	Pearson Correlation	.324	.488*	.660**	.454*	1
	Sig. (2-tailed)	.013	.029	.002	.045	
	N	20	20	20	20	20

Correlations

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil uji menunjukkan bahwa:

- Item POS1 memiliki nilai $r = 0,324$ dengan Sig. = 0,013, yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
- Item POS2 memiliki nilai $r = 0,488$ dengan Sig. = 0,029, menunjukkan hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
- Item POS3 memperoleh nilai $r = 0,660$ dengan Sig. = 0,002, menunjukkan hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.
- Item POS4 memiliki nilai $r = 0,454$ dengan Sig. = 0,045, juga menunjukkan hubungan positif dan signifikan, sehingga item valid.

Dengan demikian, seluruh item (POS1, POS2, POS3, dan POS4) memiliki nilai korelasi positif yang signifikan terhadap total skor posttest, sehingga dapat disimpulkan bahwa keempat item dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen pengukuran pada tahap

posttest.

Uji Reabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.819	10

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel di atas, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,819 dengan jumlah 10 item pernyataan yang diuji. Menurut kriteria umum reliabilitas (Sugiyono, 2019; Arikunto, 2013), suatu instrumen dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha $> 0,60$. Semakin mendekati angka 1,00, maka tingkat konsistensi internal instrumen tersebut semakin tinggi.

Dengan demikian, nilai $\alpha = 0,819$ menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan memiliki tingkat reliabilitas tinggi, artinya setiap item di dalam instrumen tersebut saling konsisten dalam mengukur konstruk atau variabel yang sama. Hasil ini menandakan bahwa instrumen penelitian layak digunakan untuk pengumpulan data, karena mampu memberikan hasil yang stabil dan dapat dipercaya apabila digunakan dalam pengukuran yang berulang.

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Unstandardized Residual

N		20
Normal	Mean	.0000000
Parameters ^{a,b}	Std.	3.09797528
	Deviation	
Most Extreme	Absolute	.160
Differences	Positive	.118
	Negative	-.160
Test Statistic		.160
Asymp. Sig. (2-tailed)		.190 ^c

- Test distribution is Normal.
- Calculated from data.
- Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,190. Kriteria pengujian menunjukkan bahwa data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (Sig.) $> 0,05$ (Ghozali, 2018). Dengan demikian, karena nilai Sig. = $0,190 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal. Hasil ini menunjukkan bahwa model data yang digunakan dalam penelitian memenuhi asumsi normalitas, sehingga analisis statistik parametrik seperti uji t atau uji regresi dapat dilanjutkan secara tepat dan sah.

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pai	TOTAL_PRETES	-	4.52449	1.0117	-	-	-	1	.000
r1	T - TOTAL_POS	64.5500		1	66.6675	62.4324	63.80	9	
		0			3	7	3		

Berdasarkan hasil Paired Samples Correlations pada tabel di atas, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,940 dengan nilai signifikansi (Sig.) = 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara nilai total pretest dan total posttest. Karena nilai Sig. $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut signifikan secara

statistik, artinya perubahan yang terjadi pada nilai posttest berkorelasi erat dengan nilai pretest. Dengan demikian, terdapat keterkaitan yang tinggi antara hasil sebelum perlakuan dan setelah perlakuan, menunjukkan konsistensi data antar pengukuran pada dua kondisi tersebut.

Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil Paired Samples Test pada tabel di atas, diperoleh nilai rata-rata perbedaan (Mean Difference) antara TOTAL_PRETEST dan TOTAL_POSTTEST sebesar -64,55, dengan nilai t hitung = -63,803, derajat kebebasan (df) = 19, dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) = 0,000. Kriteria pengambilan keputusan adalah sebagai berikut:

- Jika Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest.
- Jika Sig. (2-tailed) $> 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest.

Karena hasil menunjukkan bahwa Sig. = $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest. Nilai mean yang negatif (-64,55) menunjukkan bahwa rata-rata skor posttest lebih tinggi dibandingkan pretest, menandakan adanya peningkatan hasil setelah perlakuan diberikan.

Dengan demikian, hasil uji ini

mendukung hipotesis alternatif (H_a) bahwa terdapat perbedaan signifikan antara hasil sebelum dan sesudah penerapan perlakuan dalam pembelajaran yang berarti perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan peserta didik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode bermain memberikan dampak yang sangat positif terhadap peningkatan kemampuan passing atas bola voli pada siswa kelas VI SD Negeri Karangsari. Pembelajaran berbasis permainan menciptakan suasana belajar yang lebih hidup, menyenangkan, dan membuat siswa lebih terlibat secara aktif. Hal ini terbukti dari peningkatan skor yang signifikan antara hasil pretest dan posttest, yang menunjukkan bahwa siswa mampu mengembangkan keterampilan teknik dasar setelah mengikuti rangkaian latihan berbasis permainan.

Selain meningkatkan kemampuan motorik, metode bermain juga membantu siswa membangun koordinasi gerak, fokus, dan rasa percaya diri ketika melakukan teknik passing atas. Pembelajaran dalam bentuk permainan membuat latihan terasa lebih ringan dan tidak membebani, sehingga siswa dapat berlatih secara berulang dengan motivasi

yang lebih tinggi. Temuan ini menguatkan bahwa pendekatan bermain merupakan strategi efektif yang dapat diterapkan guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya untuk mengembangkan teknik dasar bola voli di sekolah dasar.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan metode bermain tidak hanya mendukung peningkatan keterampilan teknis, tetapi juga memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak. Pendekatan ini layak dijadikan alternatif pembelajaran dalam upaya meningkatkan kualitas proses dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran PJOK.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti dengan penuh rasa syukur menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah, para guru, dan seluruh staf SD Negeri Karangsari yang telah memberikan dukungan, izin, serta bantuan selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada siswa kelas VI yang telah berpartisipasi dengan antusias dalam setiap kegiatan, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Peneliti juga sangat berterima kasih kepada dosen pembimbing dan semua pihak yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi selama penyusunan penelitian ini. Setiap bentuk bantuan dan kerja sama yang diberikan menjadi bagian penting dalam terselesaikannya penelitian ini. Semoga segala kebaikan tersebut

menjadi amal yang bermanfaat bagi kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Kulle, A., dkk. (2024). Pengaruh Pendekatan Bermain terhadap Kemampuan Passing Atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 8(1), 45–52.
- Kurniawan, A., & Widodo, S. (2021). Pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter dan perkembangan motorik siswa sekolah dasar.
- Nugraha, D., & Suryani, T. (2022). Implementasi metode bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 10(2), 112–121.
- Putra, A. R. (2021). Pengaruh pendekatan bermain terhadap peningkatan keterampilan servis dan passing bola voli siswa SD. *Jurnal Olahraga dan Pembelajaran*, 8(1), 45–53.
- Rahayu, S., Lestari, N., & Prasetyo, R. (2024). Penerapan metode bermain dalam pembelajaran bola voli terhadap peningkatan kemampuan teknik dasar siswa sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 13(1), 25–34.
- Saputra, R., & Ratnasari, F. (2023). Permainan edukatif sebagai strategi pembelajaran pendidikan jasmani.
- Sugiyono. (2019). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman. (2022). *Pendidikan Jasmani dalam Kurikulum Merdeka*. Bandung: CV FOKUS MEDIA.
- Suryani, D., & Maulana, R. (2020). Pembelajaran berbasis permainan pada anak usia sekolah dasar.
- Vygotsky (2002). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Wahyuni, L. (2023). Pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk siswa sekolah dasar.
- Wulandari, E., & Santoso, B. (2023). Pendekatan bermain sebagai strategi pembelajaran efektif dalam meningkatkan keterampilan psikomotorik siswa sekolah dasar. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Pendidikan Dasar*, 5(3), 89–98.