

Implementasi Permainan Melompat di Pembelajaran terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kognitif Siswa Sekolah Dasar

Putri Aulia^{1*}, Ahmad Suriansyah², Arta Mulya Budi Harsono³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Lambung Mangkurat
liaaputrii1472@gmail.com*



e-ISSN: 2987-811X

MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin

<https://ejournal.lambungpare.org/index.php/maras>

Vol. 3 No. 4 Desember 2025

Page: 1563-1572

Article History:

Received: 04-12-2025

Accepted: 10-12-2025

Abstrak : Penelitian ini menguraikan penerapan permainan lompat sebagai pendekatan pembelajaran aktif terhadap keterampilan motorik kasar serta kemampuan kognitif pada siswa tingkat rendah di sekolah dasar. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi terstruktur, wawancara, serta dokumentasi, yang kemudian dianalisis secara tematik. Temuan menunjukkan bahwa permainan lompat yang dirancang dengan orientasi pada tujuan kognitif seperti operasi perhitungan sederhana efektif dalam meningkatkan koordinasi, keseimbangan, presisi gerakan, kemampuan penyelesaian masalah dasar, serta keterlibatan siswa. Implikasi dari penelitian ini mendorong integrasi aktivitas gerak yang bermakna ke dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) serta penyediaan pelatihan bagi guru untuk mengoptimalkan pembelajaran berbasis gerak.

Kata Kunci : Permainan Melompat; Keterampilan Motorik Kasar; Kognitif; Pembelajaran Aktif; Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Keterampilan motorik kasar adalah komponen penting dalam perkembangan anak, terutama bagi anak usia sekolah dasar. Pembelajaran di sekolah dasar memfasilitasi perkembangan holistik anak, yang meliputi aspek kognitif, sosial-emosional, moral, serta fisik termasuk keterampilan motorik kasar. Aktivitas fisik memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan kognitif dan motorik anak usia sekolah dasar. Menurut (An et al., 2019) kegiatan fisik seperti permainan melompat, berlari, dan menyeimbangkan tubuh dapat meningkatkan fungsi eksekutif otak yang berhubungan dengan perhatian, memori kerja, serta kemampuan

pemecahan masalah. Mereka menjelaskan bahwa keterlibatan aktif anak dalam aktivitas motorik tidak hanya melatih koordinasi tubuh, tetapi juga merangsang konektivitas saraf yang berperan dalam proses belajar. Kebijakan Kurikulum Merdeka dan kajian pemulihan pembelajaran menekankan pembelajaran aktif yang memberikan ruang bagi pendekatan kontekstual serta pengembangan karakter dan keterampilan fungsional melalui pengalaman langsung (Kemendikbudristek, 2024). Literatur terkini menunjukkan bahwa integrasi aktivitas fisik dalam pembelajaran dapat meningkatkan keterlibatan (*engagement*) dan pemahaman konsep pada anak usia sekolah (Coppola et al., 2024). Oleh karena itu, secara ideal, guru merancang kegiatan yang menggabungkan gerak dengan tujuan akademik guna mendukung perkembangan komprehensif anak.

Praktik pembelajaran di banyak sekolah dasar di Indonesia masih didominasi oleh kegiatan siswa yang duduk, menulis, dan mendengarkan penjelasan guru. Penelitian awal di SDN Telaga Biru 5 mengidentifikasi keterbatasan ruang serta kecenderungan pembelajaran sinkron yang minim aktivitas fisik. Kondisi serupa dilaporkan dalam studi-studi lokal yang mengamati rutinitas pembelajaran selama dan pasca pandemi, di mana alokasi waktu untuk aktivitas fisik dalam jam pembelajaran berkurang, dan guru masih mencari model integrasi gerak yang praktis (Aini & Ramadan, 2024). Aktivitas fisik memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan kognitif dan motorik anak usia sekolah dasar. Dengan demikian, integrasi aktivitas fisik ke dalam pembelajaran, termasuk melalui permainan edukatif seperti permainan melompat, menjadi strategi efektif untuk mengoptimalkan perkembangan kognitif sekaligus keterampilan motorik kasar siswa sekolah dasar.

Keterbaruan penelitian ini terletak pada pengembangan model pembelajaran berbasis permainan lompat yang secara simultan merangsang keterampilan motorik kasar dan fungsi kognitif, sehingga aktivitas fisik tidak semata-mata menekankan aspek kecepatan atau koordinasi, melainkan juga mengaktifkan memori kerja, perhatian, serta pengambilan keputusan. Penelitian sebelumnya cenderung menitikberatkan pada intervensi motorik saja seperti *rope skipping* yang terbukti meningkatkan kebugaran dan fungsi eksekutif anak (Liu et al., 2024). Selain itu, studi implementasi yang memetakan proses perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, hingga pengawasan dalam lingkungan kelas nyata juga masih minim (Mavilidi et al., 2025). Pendekatan baru ini sejalan dengan temuan bahwa latihan fisik yang mengandung tantangan kognitif memiliki dampak lebih besar pada perkembangan fungsi eksekutif (Burdack & Schöllhorn, 2023). Selain itu, penelitian ini menawarkan kebaruan praktis melalui desain implementasi yang dapat dilakukan di sekolah dasar dengan fasilitas terbatas, yaitu dengan memodifikasi ruang, aturan keselamatan, dan rubrik penilaian sederhana yang tetap efektif meningkatkan kemampuan motorik sebagaimana diperkuat oleh studi permainan motorik pada anak (Gieysztor et al., 2024). Dengan demikian, penelitian ini memperkenalkan pendekatan baru dalam menggabungkan permainan melompat dan tantangan kognitif yang belum banyak diterapkan pada konteks sekolah dasar.

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan temuan bahwa aktivitas fisik pada anak usia sekolah mengalami penurunan yang signifikan, sedangkan perkembangan motorik kasar dan fungsi eksekutif merupakan fondasi esensial bagi kesiapan

akademik dan sosial anak. Intervensi berbasis lompat tali dan permainan melompat terbukti efektif meningkatkan koordinasi, keseimbangan, kekuatan, serta aspek kognitif seperti memori kerja dan perhatian (Huang et al., 2024). Selain itu, aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan beban kognitif memiliki dampak yang lebih besar dibanding permainan motorik murni (Pacheco et al., 2025), sehingga penelitian ini penting untuk menjawab kebutuhan pembelajaran aktif sesuai Kurikulum Merdeka. Banyak sekolah dasar di Indonesia menghadapi keterbatasan sarana olahraga, sehingga dibutuhkan model pembelajaran murah, mudah, dan bermakna seperti permainan melompat yang dapat dilakukan di ruang terbatas namun tetap memberikan dampak perkembangan signifikan sebagaimana didukung oleh studi permainan gerak terkini (Kou et al., 2024). Intervensi aktivitas fisik yang kognitif aktif meningkatkan fungsi eksekutif, memori kerja, dan perhatian yang krusial untuk pembelajaran berkelanjutan (Zhao et al., 2024). Dengan demikian, penelitian ini memiliki signifikansi penting dalam menghubungkan kesenjangan antara kebutuhan pembelajaran aktif dan kondisi aktual di sekolah dasar.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis implementasi permainan melompat dipembelajaran terhadap keterampilan motorik kasar dan kognitif siswa sekolah dasar berdasarkan fungsi POAC (*Planning, Organizing, Actuating, Controlling*), implementasi permainan melompat dipembelajaran terhadap keterampilan motorik kasar dan kognitif siswa memberikan dampak yang baik bagi peningkatan prestasi akademik di sekolah dasar, tantangan dan hambatan dalam implementasi permainan melompat dipembelajaran terhadap keterampilan motorik kasar dan kognitif sekolah dasar dan solusi dalam implementasi permainan melompat dipembelajaran terhadap keterampilan motorik kasar dan kognitif sekolah dasar.

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan studi kasus kualitatif untuk menjelaskan secara mendalam proses implementasi dan dampak permainan melompat dalam konteks nyata. Studi kasus relevan karena memungkinkan peneliti menelaah dinamika interaksi guru dan siswa, modifikasi lokal, dan bukti-bukti praktik yang tidak mudah ditangkap oleh desain kuantitatif tunggal. Pendekatan deskriptif kualitatif dipilih agar data proses dan makna pengalaman partisipan terungkap secara rinci. Hasil analisis diharapkan menghasilkan rekomendasi praktis untuk guru yang ingin menerapkan model serupa.

2. Konteks dan Unit Analisis

Pemilihan lokasi penelitian adalah di SDN Telaga Biru 5 dikarenakan sekolah tersebut berada di lokasi yang tersembunyi dalam artian lokasinya tidak di daerah dekat jalan raya melainkan di dalam sebuah gang. Sehingga dalam hal ini peneliti memilih guru kelas, dan juga siswa sebagai partisipan. Penelitian ini dilakukan di bulan Oktober 2025 selama satu minggu dengan 2 kali pertemuan. Sehingga beberapa pihak sekolah terlibat dalam hal tersebut, baik guru dan juga siswa. Peneliti telah melakukan observasi dan juga wawancara terkait implementasi permainan melompat dalam pembelajaran bagi siswa.

3. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti memakai jenis pengumpulan data dengan cara wawancara terstruktur. Artinya adalah sebelum melakukan wawancara peneliti terlebih dahulu telah menyiapkan lembar pertanyaan yang akan ditanyakan kepada partisipansi. Sehingga hasil yang didapat lebih terarah pada kebutuhan yang dicari peneliti. Wawancara dilakukan kepada guru dan juga siswa kelas rendah. Kegiatan wawancara dilakukan melalui beberapa cara yaitu wawancara langsung. Wawancara dilakukan di hari yang bersamaan, adapun lama waktu kegiatan wawancara ini adalah kurang lebih 30 menit pada setiap partisipansi.

Selain melakukan wawancara, peneliti juga mempersiapkan beberapa pernyataan untuk kegiatan observasi. Observasi dilakukan langsung pada saat datang ke sekolah. Peneliti melihat sarana dan prasarana yang difungsikan dalam proses pembelajaran di sekolah. Sebagai pengingat maka peneliti akan memberikan centang pada lembar observasi yang telah disiapkan sebelumnya. Kegiatan observasi dilakukan di hari yang sama dengan kegiatan wawancara, hanya saja lebih sebentar dikarenakan apa yang ingin di amati telah terlihat jelas di sekolah tersebut.

4. Teknik Analisis Data

Kumpulan data dari awal wawancara, observasi dan dokumentasi kemudian di proses untuk kemudian dijadikan sebuah data lanjutan. Hasil wawancara yang telah direkam akan didengarkan kembali untuk kemudian dituliskan pada kolom jawaban pada lembar pertanyaan wawancara yang telah disiapkan, begitupun juga untuk hasil observasi. Hasil pengamatan melalui observasi tetap diberikan catatan mengenai pernyataan yang telah disiapkan seperti ketersediaan lapangan, apakah lapangan tersebut cukup luas, atau sempit, atautkah sering terkena banjir, dan lainnya. Memaparkan data bertujuan agar peneliti mudah untuk menyusunnya ke dalam suatu laporan. Laporan tersebut kemudian disatukan dengan hasil dokumentasi yang diberikan guru sehingga dapat melengkapi data yang dibutuhkan. Dan kemudian baru lah menyusun hasil penelitian berdasarkan kegiatan wawancara, observasi dan juga dokumentasi yang telah dilakukan. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya di Indonesia yang juga menggunakan perbandingan nilai awal dan akhir dalam menilai perkembangan motorik anak, seperti pada studi permainan lompat tali dan engklek (Taufik et al., 2025) dan penelitian tindakan kelas yang memantau peningkatan perkembangan anak melalui lembar observasi setiap siklus yang dikemukakan oleh Roudotul Jannah et al. (2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Implementasi Permainan Melompat Dipembelajaran terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kognitif Siswa Sekolah Dasar

a. Tahap Perencanaan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru telah menyusun perencanaan pembelajaran secara sistematis mulai dari analisis kurikulum, tujuan pembelajaran, hingga penyusunan kegiatan permainan melompat angka. Perencanaan ini menjadi fondasi penting bagi pelaksanaan pembelajaran yang bermakna, karena desain kegiatan yang matang akan menentukan kualitas

keterlibatan siswa. Temuan ini sejalan dengan Asrani dan Muhsinah (2022) dari PGSD Universitas Lambung Mangkurat, yang menegaskan bahwa perencanaan yang terstruktur mendorong peningkatan aktivitas siswa dan meminimalisasi hambatan selama proses pembelajaran.

Dengan demikian, perencanaan permainan melompat di SDN Telaga Biru 5 dapat dipahami sebagai upaya guru untuk mengintegrasikan tujuan kognitif dan motorik dalam satu aktivitas. Ketika guru merancang langkah-langkah permainan secara terukur mulai dari penyediaan kartu angka, alur permainan, hingga aturan yang jelas, maka siswa memperoleh jalur belajar yang membantu mereka memahami operasi bilangan sambil mengembangkan koordinasi tubuh. Artinya, perencanaan ini tidak hanya bersifat administratif, tetapi juga menentukan kualitas stimulus belajar yang diterima siswa.

b. Tahap Pengorganisasian

Hasil observasi menunjukkan bahwa guru telah mengkoordinasikan media, kelompok siswa, waktu, serta ruang kelas secara efektif sebelum permainan dimulai. Pengorganisasian ini menciptakan alur kegiatan yang jelas dan memastikan bahwa seluruh siswa mendapat kesempatan berpartisipasi aktif. Rini et al. (2023) dari PGSD ULM menekankan bahwa pengaturan sumber belajar yang rapi, baik media maupun peran siswa mampu meningkatkan fokus belajar dan mencegah kekacauan selama kegiatan berlangsung. Dalam konteks penelitian ini, pengorganisasian yang baik terlihat dari pembagian kelompok, pemanfaatan ruang kelas, serta penggunaan media visual yang menarik. Langkah ini penting karena permainan melompat menuntut keterlibatan motorik dan memerlukan ruang gerak. Ketika pengorganisasian dilakukan secara tepat, kegiatan menjadi lebih aman, terkendali, dan dapat mendukung tercapainya tujuan pembelajaran matematika secara optimal.

c. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan permainan melompat angka menunjukkan bahwa siswa belajar melalui pengalaman langsung dengan mengikuti instruksi guru secara aktif. Siswa melompat mengikuti urutan angka sambil mengerjakan perintah operasi bilangan. Aktivitas ini menggabungkan gerakan motorik dengan tuntutan kognitif, sehingga siswa tidak hanya bergerak tetapi juga memproses informasi matematis dengan cepat.

Penelitian ini sejalan dengan pendapat Sulistyio Rini et al. (2022) dari PGSD ULM yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis aktivitas fisik mampu meningkatkan konsentrasi serta keterlibatan siswa karena mereka belajar melalui pengalaman sensori motor. Ketika siswa melompat sambil menghitung, mereka mengintegrasikan memori kerja, pengambilan keputusan, dan koordinasi tubuh dalam satu rangkaian gerak. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa pelaksanaan permainan melompat bukan sekadar aktivitas menyenangkan, tetapi menjadi medium untuk mengaktifkan kemampuan kognitif dan motorik siswa secara bersamaan. Guru yang berperan sebagai fasilitator juga berkontribusi besar dalam menjaga ritme kegiatan agar siswa tetap fokus dan terarah.

d. Tahap Pengawasan

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa guru melakukan pengawasan ketat selama kegiatan berjalan baik dari segi keselamatan, ketertiban, maupun pencapaian tujuan pembelajaran. Guru mencatat perkembangan siswa dalam mengenali urutan bilangan, menyelesaikan operasi penjumlahan, serta kemampuan koordinasi saat melompat. Penelitian ini selaras dengan temuan Ma'arif dan Dewantara (2023) dari PGSD ULM yang menegaskan bahwa monitoring aktif mampu meningkatkan kualitas interaksi belajar dan membantu guru memberikan umpan balik yang tepat sasaran. Dalam kegiatan ini, pengawasan tidak hanya bertujuan memastikan aturan permainan dipatuhi, tetapi juga untuk menilai perkembangan kognitif dan motorik setiap siswa.

Dengan demikian, pengawasan yang dilakukan guru memberi kontribusi penting dalam memvalidasi efektivitas permainan melompat sebagai strategi pembelajaran yang multifungsi—baik untuk tujuan kognitif maupun motorik kasar.

2. Implementasi Permainan Melompat Dipembelajaran terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kognitif Siswa Memberikan Dampak yang Baik bagi Peningkatan Prestasi Akademik di Sekolah Dasar

a. Dampak terhadap Keterampilan Motorik Kasar

Temuan penelitian menunjukkan bahwa permainan melompat mampu meningkatkan keterampilan motorik kasar, terutama pada aspek keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi tubuh. Siswa terlihat lebih percaya diri dalam melakukan gerakan melompat dari satu angka ke angka lainnya. Peningkatan ini dapat dijelaskan dari sudut pedagogi gerak, di mana aktivitas melompat melibatkan otot besar, kontrol tubuh, dan integrasi sensorik. Hal ini selaras dengan penelitian (Asrani & Annisa, 2022) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik terstruktur memungkinkan siswa mengembangkan kemampuan motorik secara progresif melalui pembiasaan gerak. Dengan demikian, permainan melompat bukan hanya kegiatan tambahan, tetapi berperan sebagai stimulus gerak yang membantu siswa menguatkan komponen motorik yang sangat dibutuhkan pada usia sekolah dasar.

b. Dampak terhadap Kemampuan Kognitif

Permainan melompat juga menunjukkan dampak signifikan terhadap perkembangan kognitif siswa. Siswa diwajibkan berpikir cepat untuk menentukan operasi bilangan sambil tetap mempertahankan ketepatan gerak. Aktivitas ini melatih memori kerja, pengambilan keputusan, dan perhatian terfokus. Hal ini sejalan dengan temuan internasional dari Tomporowski et al. (2019) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik yang dikombinasikan dengan tugas kognitif mampu meningkatkan fungsi eksekutif. Namun dalam konteks lokal, temuan penelitian ini juga diperkuat oleh (Rini et al. (2025) bahwa aktivitas belajar yang variatif meningkatkan ketepatan berpikir siswa SD. Dengan demikian, permainan melompat berpotensi mengoptimalkan fungsi kognitif karena siswa terlibat pada situasi problem solving sambil melakukan aktivitas fisik yang merangsang otak.

c. Dampak terhadap Suasana dan Motivasi Belajar

Pembelajaran melalui permainan melompat menciptakan suasana belajar yang lebih hidup. Siswa terlihat antusias, lebih banyak tersenyum, dan tidak menunjukkan kejenuhan sebagaimana yang sering terjadi pada pembelajaran matematika tradisional. Hal ini dapat dijelaskan karena aktivitas kinestetik meningkatkan hormon kebahagiaan dan keterlibatan emosional. Safitri et al., (2022) menunjukkan bahwa penggunaan media "*playmate gross motor skill*" membuat anak jauh lebih antusias, aktif, dan terlibat selama kegiatan pembelajaran, terutama saat mereka melakukan aktivitas lompat, merangkak, dan bergerak bebas. Temuan ini sejalan dengan studi Apriyanti & Mansoer (2023) yang menyatakan bahwa kegiatan melompat, melempar, dan menangkap membuat pembelajaran terasa menyenangkan sehingga anak lebih fokus, bersemangat, dan menunjukkan perilaku partisipatif. Dengan demikian, permainan melompat tidak hanya memberi dampak kognitif, tetapi juga menghadirkan pengalaman belajar yang positif secara emosional.

d. Dampak terhadap Guru dan Lingkungan Belajar

Dampak terhadap guru yaitu penerapan permainan melompat yang memberikan pengalaman baru dalam merancang pembelajaran yang inovatif dan berpusat pada siswa. Guru menjadi lebih kreatif dalam mengaitkan aktivitas fisik dengan materi akademik. Lingkungan belajar pun menjadi lebih dinamis, kolaboratif, dan mendukung eksplorasi gerak serta berpikir kritis. Selain itu, guru menyadari bahwa variasi metode dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran. Kesadaran ini penting untuk mendorong perubahan praktik mengajar menuju pembelajaran aktif dan berpusat pada siswa. Temuan ini sejalan dengan pendapat (Latama et al., 2025) yang mengemukakan bahwa melalui permainan tradisional lompat tali, anak-anak tidak hanya memperoleh koordinasi dan kekuatan fisik, tetapi juga menunjukkan peningkatan konsentrasi, disiplin, kerjasama, dan kemampuan mengikuti aturan serta faktor penting dalam menciptakan lingkungan kelas yang tertib dan suportif.

3. Tantangan dan Hambatan dalam Implementasi Permainan Melompat Dipembelajaran terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kognitif Sekolah Dasar

Pelaksanaan permainan melompat dalam pembelajaran matematika di sekolah dasar menghadapi beberapa tantangan, seperti keterbatasan sarana dan ruang yang memadai, perbedaan kemampuan fisik dan kognitif antar siswa, serta alokasi waktu belajar yang terbatas. Selain itu, sebagian guru masih kurang terbiasa mengintegrasikan aktivitas fisik dalam pembelajaran akademik, sehingga membutuhkan pelatihan dan dukungan dari pihak sekolah. Faktor cuaca serta aspek disiplin dan keselamatan siswa juga menjadi kendala yang perlu diantisipasi agar kegiatan berjalan efektif dan aman. Tantangan ini sejalan dengan temuan Sulistyono Rini et al. (2022) bahwa guru SD masih memerlukan pendampingan dalam merancang pembelajaran aktif.

4. Solusi dalam Implementasi Permainan Melompat Dipembelajaran terhadap Keterampilan Motorik Kasar dan Kognitif Sekolah Dasar

Mengatasi tantangan dalam implementasi permainan melompat, guru dapat melakukan perencanaan yang matang dengan menyesuaikan ruang dan waktu pembelajaran, menggunakan alat sederhana yang aman, serta membagi siswa ke

dalam kelompok kecil agar kegiatan lebih terkontrol. Pelatihan bagi guru mengenai pembelajaran aktif berbasis gerak juga penting agar mereka mampu mengintegrasikan aspek motorik dan kognitif secara efektif. Selain itu, dukungan sekolah berupa penyediaan fasilitas dan kebijakan yang mendukung pembelajaran inovatif akan memperkuat keberlanjutan program serta meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Implementasi permainan melompat yang dikembangkan dengan fokus kognitif di SDN Telaga Biru 5 terbukti berhasil dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, serta fungsi kognitif dasar seperti memori kerja dan penyelesaian operasi matematika sederhana. Keberhasilan ini didukung oleh rancangan tugas yang mengintegrasikan tantangan kognitif dan motorik, pembentukan kelompok yang efisien, serta pengawasan intensif dari para pendidik. Temuan penelitian ini menekankan perlunya mengintegrasikan kegiatan fisik yang bermakna ke dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) sebagai pendekatan pembelajaran aktif yang selaras dengan semangat Kurikulum Merdeka. Rekomendasi yang diajukan meliputi penyediaan pelatihan singkat bagi guru mengenai perancangan aktivitas kognitif serta persiapan alat evaluasi formatif untuk menilai kemajuan motorik dan kognitif siswa. Adapun batasan penelitian mencakup lokasi penelitian yang terbatas pada satu sekolah dan jangka waktu intervensi yang relatif pendek. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih luas, kelompok kontrol perbandingan, serta pengukuran kuantitatif terhadap performa kognitif sebelum dan sesudah intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Aini, F., & Ramadan, Z. H. (2024). *Else (Elementary School Education Journal) Peran Guru Dalam Mengembangkan Nilai Etika Dan Moral Peserta Didik Sekolah Dasar*. <https://Journal.Um-Surabaya.Ac.Id/Index.Php/Pgsd>.
- [2] An, R., Shen, J., Yang, Q., & Yang, Y. (2019). Impact Of Built Environment On Physical Activity And Obesity Among Children And Adolescents In China: A Narrative Systematic Review. In *Journal Of Sport And Health Science* (Vol. 8, Issue 2, Pp. 153–169). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2018.11.00>.
- [3] Apriyanti, A., & Mansoer, Z. (2023). *Improving Children's Gross Motor Abilities Through Playing Throw, Catch, And Jump Rope Ages 5-6 At PAUD Melati 01*. 71–74. <https://doi.org/10.37640/ice.02.681>.
- [4] Asrani, A., & Annisa, M. (2022). Analisis Proses Pembelajaran Daring Mahasiswa PGSD Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2970–2978. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2570>.
- [5] Burdack, J., & Schöllhorn, W. I. (2023). Cognitive Enhancement Through Differential Rope Skipping After Math Lesson. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph20010205>.
- [6] Coppola, S., Matrisciano, C., & Vastola, R. (2024). Exploring The Relationship Between Physical Activity And Cognitive Function In Children. *Journal Of*

- Physical Education And Sport*, 24(5), 1266–1274. <https://doi.org/10.7752/Jpes.2024.05144>.
- [7] Gieysztor, E., Dawidziak, A., Kowal, M., & Paprocka-Borowicz, M. (2024). Jumping Motor Skills In Typically Developing Preschool Children Assessed Using A Battery Of Tests. *Sensors*, 24(4). <https://doi.org/10.3390/S24041344>.
- [8] Huang, Z., Li, L., Lu, Y., Meng, J., & Wu, X. (2024). Effects Of Rope Skipping Exercise On Working Memory And Cardiorespiratory Fitness In Children With Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Frontiers In Psychiatry*, 15. <https://doi.org/10.3389/Fpsyt.2024.1381403>.
- [9] Kou, R., Zhang, Z., Zhu, F., Tang, Y., & Li, Z. (2024). Effects Of Exergaming On Executive Function And Motor Ability In Children: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Plos ONE*, 19(9). <https://doi.org/10.1371/Journal.Pone.0309462>.
- [10] *Kurikulum Merdeka Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran*. (N.D.).
- [11] Latama, R., Atuna, L., Nur, S., Kantoli, A., Abaidata, R., Kuku, C. A., & Sari, M. (2025). *Peran Permainan Tradisional Lompat Tali Dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini*. 132–142. <https://doi.org/10.61132/Paud.V2i3.498>.
- [12] Liu, Y., Dong, X. Y., He, Q., & Jia, Y. H. (2024). Effects Of Acute Rope Skipping Exercises Of Different Exercise Modes On Cognitive Function In 9–10-Year-Old Children. *Scientific Reports*, 14(1). <https://doi.org/10.1038/S41598-024-80987-X>.
- [13] Pacheco, C., Culkin, V., Putkaradze, A., & Zeng, N. (2025). Effects Of Movement Behaviors On Preschoolers' Cognition: A Systematic Review Of Randomized Controlled Trials. In *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity* (Vol. 22, Issue 1). Biomed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/S12966-025-01705-Y>.
- [14] Pendidikan Guru Sekolah Dasar, J., Ani Anjarwati SMPN, R., Aisyah, S., Porda Nugroho Putro, H., & Triana, Y. (N.D.). *Jurnal PGSD*.
- [15] Rini, S., Rahman, A., Dewantara, B. A., & Dewi, L. K. (2025). Workshop Pengembangan Media Pembelajaran Digital Berbasis Website Bagi Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Teknologi Informasi Dan Multimedia (TIM) Di PGSD FKIP ULM. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 149–157. <https://doi.org/10.53299/Bajpm.V5i1.1391>.
- [16] Roudotul Jannah, W., Yusuf Muslihin, H., & Maulana Rizqi, A. (2025). *UPAYA MENINGKATKAN ASPEK MOTORIK KASAR MELALUI KEGIATAN PERMAINAN LOMPAT TALI PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN*. 06(03), 355. <https://jurnal.staim-probolinggo.ac.id/Al-Athfal/Article/View/960>.
- [17] Safitri, Y., Sukmana, E., Roostin, E., & April, S. (2022). UPAYA MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR DAN MOTORIK KASAR ANAK DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PLAYMATE GROSS MOTOR SKILL (Penelitian Tindakan Kelas Pada Anak Usia 4-5 Tahun Di Kober Mutiara Bangsa Kecamatan Selaawi Kabupaten Garut Tahun Pelajaran 2021/2022). In *Jurnal Edukasi Generasi Emas (JEJE)* (Vol. 1, Issue 1). <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/Jeje>.
- [18] Supplemental Material For How Physical Activity Context Relates To Cognition Across The Lifespan: A Systematic Review And Meta-Analysis. (2025). *Psychological Bulletin*. <https://doi.org/10.1037/Bul0000478.Supp>.

- [19] Taufik, K., Hidayat, M. A., & Kusumawardani, I. (N.D.). PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI DAN ENKLEK TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN. *Journal Sport Science And Healt Of Mandalika*, 6(4), 320–332. [Http://Ojs.Cahayamandalika.Com/Index.Php/Jontak](http://Ojs.Cahayamandalika.Com/Index.Php/Jontak).
- [20] Zhao, J., Xiang, C., Tengku Kamalden, T. F., & Luo, H. (2024). The Effects Of Physical Activity Interventions On Children's Perception: A Systematic Review And Meta-Analysis. In *Journal Of Sports Science And Medicine* (Vol. 23, Issue 2, Pp. 289–304). *Journal Of Sport Science And Medicine*. <https://doi.org/10.52082/Jssm.2024.289>.