



Implementasi Metode Demonstrasi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Penjasorkes Siswa Kelas VI Sekolah Dasar

I Gede Kertya^{1*} 

¹ SD Negeri 2 Kaliaseem, Banjar, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received March 28, 2022

Revised March 30, 2022

Accepted July 20, 2022

Available online November 25, 2022

Kata Kunci:

Metode Demonstrasi, Hasil Belajar, Penjasorkes

Keywords:

Demonstration Method, Learning Outcomes, Physical Education



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

Copyright © 2022 by Author. Published by Universitas Pendidikan Ganesha.

ABSTRAK

Hasil belajar penjasorkes pada pembelajaran gerak dasar yang dicapai siswa masih rendah, nilai hasil belajarnya masih ada yang di bawah standar ketuntasan belajar minimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis metode demonstrasi untuk meningkatkan hasil belajar penjasorkes siswa kelas VI SD. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang melibatkan siswa kelas VI yang berjumlah 23 orang siswa. Metode pengumpulan data menggunakan metode observasi. Metode analisis data dengan analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil belajar penjasorkes mengalami peningkatan, hal dibuktikan terjadi perbedaan hasil belajar antara siklus I (jumlah 1667, rata-rata 72, daya serap 72%, ketuntasan belajar 57%) dan siklus II (jumlah 1878, rata-rata 82, daya serap 82%, ketuntasan belajar 91%). Terjadi peningkatan hasil belajar antara siklus I dan siklus II, menunjukkan kenaikan rata-rata daya serap 9% dan pada ketuntasan belajar mengalami kenaikan sebesar 35%. Kesimpulan penerapan metode demonstrasi pada siswa kelas VI SD dapat meningkatkan hasil penjasorkes. Implikasi penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa dalam memahami materi serta mencoba secara langsung.

ABSTRACT

Physical education learning outcomes in basic movement learning achieved by students are still low, the learning outcomes are still below the minimum learning mastery standard. This study aims to analyze demonstration methods to improve physical education learning outcomes for sixth grade elementary school students. This research is classroom action research involving 23 grade VI students. The data collection method uses the observation method. Data analysis method with descriptive analysis. The results of this study indicate that physical education learning outcomes have increased, this is evidenced by differences in learning outcomes between cycle I (total 1667, average 72, absorption 72%, learning completeness 57%) and cycle II (total 1878, average 82, absorption power 82%, learning completeness 91%). There was an increase in learning outcomes between cycle I and cycle II, showing an average increase in absorption of 9% and learning completeness increased by 35%. The conclusion of applying the demonstration method to sixth grade elementary school students can improve physical education outcomes. The implications of this research are expected to help students understand the material and try it directly.

1. PENDAHULUAN

Sekolah sebagai lembaga formal yang menyelenggarakan pendidikan mempunyai tanggung jawab untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah digariskan dalam kurikulum. Pendidikan jasmani sebagai salah satu bagian dari sistem pendidikan secara menyeluruh mempunyai tujuan dan fungsi tersendiri, diantaranya mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta strategi berbagai permainan dan olahraga (Hanief & Sugito, 2015; Raibowo et al., 2019). Senam lantai termasuk dalam materi pelajaran pendidikan jasmani di sekolah banyak menuntut siswa untuk bergerak sehingga dengan melakukan gerakan-gerakan yang baik dan benar diharapkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar berpengaruh positif terhadap ketahanan belajar siswa di kelas (Lestari, 2013; Wyn et al., 2021). Salah satu materi dalam mata pelajaran penjasorkes adalah berbagai macam gerak dasar diantaranya senam lantai. Gerak dasar tersebut adalah gerakan yang relatif sederhana dibandingkan dengan cabang olahraga

lainnya (Sutini, 2018; Wulandari et al., 2021). Hasil belajar merupakan suatu puncak proses belajar. Peranan dan fungsi guru Penjasorkes yang baik akan terwujud apabila guru tersebut memiliki inisiatif, kreativitas dan inovasi serta dapat menentukan jenis pendekatan pembelajaran yang sesuai dengan pertumbuhan dan tingkat perkembangan siswanya (Gandasari, 2019; Salmawati et al., 2017). Guru harus mampu menyajikan program pembelajaran dengan metode atau model yang menarik dan inovatif bagi siswanya. Siswa akan merasa senang dalam proses belajarnya jika seorang guru menggunakan model-model pembelajaran yang menarik (Hidayat, 2017; Wulandari et al., 2021).

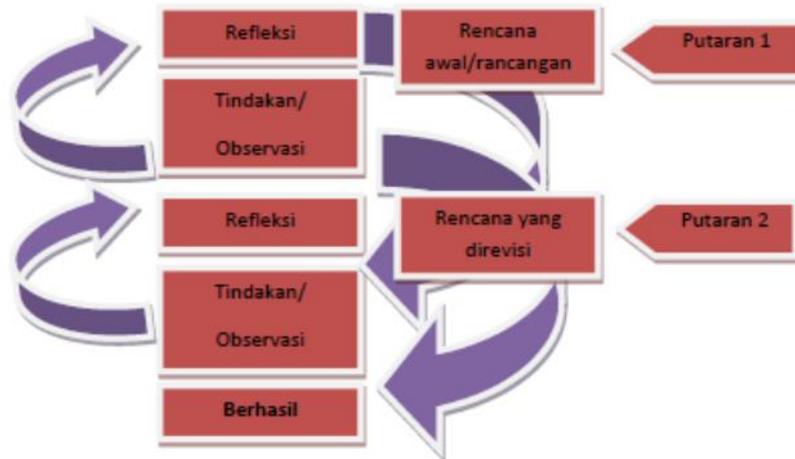
Namun kenyataannya hasil yang dicapai siswa khususnya kelas VI SD Negeri 2 Kaliadem masih kurang memuaskan. Kenyataan tersebut dapat dilihat dari hasil belajar penjasorkes pada pembelajaran gerak dasar yang dicapai siswa masih rendah, nilai hasil belajarnya masih ada yang di bawah standar ketuntasan belajar minimal 75, sehingga tujuan pembelajaran tidak tercapai dengan baik. Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa SD Negeri 2 Kaliadem, ada beberapa permasalahan yang mengakibatkan hasil belajar siswa kurang memuaskan. Adapun beberapa permasalahan tersebut antara lain adalah kemampuan fisik siswa terutama kekuatan dan daya tahan sangat rendah, kurangnya model-model pembelajaran yang dapat membangkitkan minat dan motivasi siswa, kurangnya komunikasi antara guru dan siswa, sehingga pembelajaran hanya terpusat pada guru saja tidak ada timbal baliknya, dan kemampuan motorik atau gerak siswa masih rendah sehingga menyulitkan siswa untuk melakukan gerakan. Data observasi awal hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VI SD Negeri 2 Kaliadem yang berjumlah 23 orang, 8 (35%) orang siswa dinyatakan tuntas karena telah memenuhi KBM individu dan 15 (65%) orang siswa dinyatakan belum tuntas karena belum memenuhi KBM individu yang ditetapkan yaitu 75%. Sedangkan untuk ketuntasan hasil belajar secara klasikalnya baru mencapai 41% masih berada dibawah standar yang telah ditetapkan yaitu 85%, apabila dikonversikan dengan kriteria tingkat penguasaan kompetensi yang berlaku di SD Negeri 2 Kaliadem untuk mata pelajaran penjasorkes berada pada rentang 0-55 dalam katagori Sangat Kurang. Nilai rata-rata siswa secara klasikal yang mencapai 68% bila dikonversikan ke dalam tingkat penguasaan kompetensi yang berlaku di SD Negeri 2 Kaliadem untuk mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berada pada rentang 66-75 dalam kategori Cukup.

Solusi yang tepat untuk meningkatkan hasil belajar khususnya pada pembelajaran Penjasorkes. Adapun metode pembelajaran yang diterapkan yaitu metode demonstrasi dengan pertimbangan bahwa metode ini mampu memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai proses sesuatu yang telah didemonstrasikan. Metode merupakan situasi penyajian bahan pelajaran dengan memeragakan atau mempertunjukkan kepada siswa tentang situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari baik sebenarnya maupun tiruan yang sering disertakan dengan penjelasan lisan (Dapiha, 2019; Hernawati, 2018). Metode demonstrasi adalah metode yang dalam pelajarannya dengan cara memeragakan baik itu oleh siswa maupun guru (Khoiro & Akhwani, 2021; Suardana, 2019). Metode demonstrasi dapat meningkatkan perhatian siswa akan lebih mudah dipusatkan pada hal-hal yang penting yang sedang dibahas, sehingga memungkinkan terjadinya proses belajar anak yang optimal. Metode demonstrasi dapat mengurangi kesalahan pengertian anak dengan guru bila dibandingkan dengan metode ceramah dan tanya jawab, karena dengan demonstrasi siswa akan dapat mengamati sendiri proses dari sesuatu pelajaran. Metode demonstrasi memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendiskusikan apa yang telah didemonstrasikan atau dapat juga melatih penguasaan atau keterampilan tertentu sebagai tindak lanjut dari demonstrasi. Kelebihan metode demonstrasi yaitu: siswa akan memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai proses sesuatu yang telah didemonstrasikan, perhatian siswa akan lebih mudah dipusatkan pada hal-hal yang penting yang sedang dibahas, sehingga memungkinkan terjadinya proses belajar anak yang optimal, dapat mengurangi kesalahan pengertian anak dengan guru bila dibandingkan dengan metode ceramah dan tanya jawab, karena dengan demonstrasi siswa akan dapat mengamati sendiri proses dari sesuatu pelajaran, akan dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendiskusikan apa yang telah didemonstrasikan atau dapat juga melatih penguasaan atau keterampilan tertentu sebagai tindak lanjut dari demonstrasi.

Beberapa temuan sebelumnya menyatakan penerapan model pembelajaran *Problem Based Learning* dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar permainan tolak peluru (Suardana, 2019). Metode pembelajaran role playing dan demonstrasi terhadap hasil belajar IPS di sekolah dasar (Khoiro & Akhwani, 2021). Motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan agama islam meningkat dengan menggunakan metode demonstrasi (Ayatullah, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis metode demonstrasi untuk meningkatkan hasil belajar penjasorkes siswa kelas VI SD. Adanya penelitian ini diharapkan siswa dapat meningkatkan semangat dalam mengikuti pelajaran karena pembelajaran sangat menarik untuk dilaksanakan, bagi guru, untuk menambah alternatif di dalam menerapkan teknik mengajar di lapangan, sehingga pembelajaran menjadi lebih variatif.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 2 Kaliaseem dengan alamat dusun Enjung Sangiang Desa Kaliaseem, kecamatan Banjar kabupaten Buleleng. Penelitian ini dilaksanakan pada semester II tahun pelajaran 2019/2020 selama 4 bulan dari bulan Januari sampai dengan April 2020. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VI yang berjumlah 23 orang, terdiri dari 11 orang laki-laki dan 12 orang perempuan. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dari siklus pertama ditemukan kelebihan dan kekurangan dari perbaikan yang telah dilaksanakan. Dari kekurangan yang ditemukan dari siklus pertama, maka penelitian dilanjutkan pada siklus berikutnya atau siklus ke dua. PTK dilaksanakan melalui proses pengkajian berdaur, yang terdiri dari 4 tahap, yaitu merencanakan, melakukan tindakan, mengamati, dan melakukan refleksi, seperti pada [Gambar 1](#).



Gambar 1. Rancangan PTK

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan sesuai dengan rancangan penelitian seperti pada gambar di atas. Penelitian ini dimulai pada siklus I dimulai dengan perencanaan seperti membuat RPP yang sesuai dengan sintaks metode demonstrasi, menyiapkan media, sarana dan prasarana yang diperlukan, menyiapkan lembar observasi siswa. Pada tahap pelaksanaan, proses pembelajaran dengan berpedoman pada RPP yang telah disusun sebelumnya. Secara garis besar proses pembelajaran adalah menyampaikan tujuan pelajaran yang akan dicapai pada kegiatan pembelajaran dan menekankan pentingnya topic yang akan dipelajari dan memotivasi siswa. Siswa mula-mula mengamati apa yang dicontohkan oleh guru. Ada anak yang cukup satu kali saja ada juga yang harus mengamati berulang-ulang. Mendemonstrasikan cara-cara senam dasar guling ke belakang kepada siswa kelas VI agar siswa dapat mencontoh gerakan yang diberikan guru kepada siswa tersebut, setelah mendemonstrasikan menyuruh siswa untuk melakukan tahapan-tahapan yang telah dilaksanakan oleh guru, mengamati apa yang telah didemonstrasikan oleh guru kemudian siswa mencoba apa yang telah diperagakannya. Seluruh anak mencoba melakukan senam dasar guling belakang, guru menghentikan latihan untuk memberikan koreksi. Kesalahan-kesalahan ditujukan secara umum saja memperjelas contoh yang telah didemonstrasikan. Bila perlu diberikan demonstrasikan senam lagi. Pengulangan-pengulangan terhadap latihan harus terus menerus berjalan meskipun koreksi terus dilakukan, anak-anak tidak boleh terganggu konsentrasinya, koreksi secara individual/perorangan kesalahan kesalahan terhadap perorangan perlu ditujukan dan diperbaiki. Apabila kesalahan tidak terjadi lagi, dapat diharapkan bentuk latihan/gerak akan menjadi otomatis. Artinya gerakan dapat dilakukan tanpa berpikir lagi, gerak sudah menjadi satu dengan dirinya.

Observasi dan evaluasi merupakan suatu cara untuk mengamati atas hasil atau dampak dari tindakan yang dilaksanakan atau ditekankan terhadap siswa. Fungsi observasi atau evaluasi adalah untuk mendokumentasikan implikasi tindakan yang diberikan kepada subjek. Refleksi merupakan suatu upaya mengkaji, melihat, dan mempertimbangkan atas hasil atau dampak dari tindakan berbagai kriteria. Setelah dilakukan evaluasi pembelajaran, kekurangan yang dialami siswa dalam proses pembelajaran, maka peneliti mencari solusi pemecahan masalah yang menghambat dalam proses pembelajaran. Hasil belajar penjas kes siswa dilakukan ketika proses pengambilan nilai. alat yang digunakan yaitu format assesmen penjas kes dengan memberikan penilaian/skor yang sesuai dengan kemampuan siswa berdasarkan *assesment* hasil belajar penjas kes. Hasilnya dikumpulkan pada setiap akhir siklus untuk mengetahui siswa

mana yang mendapatkan nilai terbaik. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif. Adapun langkah-langkahnya adalah menghitung rata-rata hasil belajar siswa, daya serap siswa dan menghitung tingkat ketuntasan belajar siswa. Adapun asesmen yang dipakai dalam pengambilan data disajikan pada [Tabel 1](#).

Tabel 1. Lembar Observasi Siswa

No	Nama Siswa	Aspek yang diamati									Skor	Nilai	Ket
		Sikap Awal			Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir				
		3	2	1	4	3	2	1	2	1			
1	A												
2	B												
3	dst												

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian dengan penerapan metode demonstrasi dalam pembelajaran penjasorkes pada siswa kelas VI SD Negeri 2 Kaliaseh disajikan pada [Tabel 2](#).

Tabel 2. Hasil Belajar

No	Uraian	Nilai awal	Siklus I	Siklus II	Peningkatan
1	Jumlah	1522	1667	1878	211
2	Rata-rata	66	72	82	9
3	Daya Serap	66%	72%	82%	9%
4	Ketuntasan Belajar	35%	57%	91%	35%

Berdasarkan [Tabel 2](#), pada prasiklus, hasil belajar diperoleh dari pembelajaran awal. Hasil belajar prasiklus dengan rata-rata 66, daya serap 66% dengan ketuntasan belajar sebesar 35%, bila hasil belajar ini dibandingkan dengan indikator keberhasilan dalam penelitian ini, maka hasil belajar tersebut masih belum memenuhi indikator tersebut. Rendahnya hasil belajar pada observasi awal disebabkan oleh pembelajaran yang diciptakan oleh guru kurang mendukung adanya proses atau latihan gerakan yang mudah dimengerti oleh siswa. Materi senam guling belakang lebih banyak diberikan dalam bentuk uraian-uraian dengan sedikit demonstrasi dari guru, sehingga siswa menjadi kurang memperoleh informasi yang jelas dengan gerakan senam guling belakang yang benar. Pada siklus I, hasil belajarnya dengan rata-rata 72 daya serap 72% dengan ketuntasan belajar sebesar 57%. Hasil belajar ini belum memenuhi indikator keberhasilan karena gerakan-gerakan yang didemonstrasikan guru belum sepenuhnya diperhatikan oleh siswa, masih banyak gerakan yang kurang tepat dengan gerakan dasar senam guling belakang. Hal ini terlihat dari banyak yang melenceng ke kiri atau ke kanan, perhatian siswa masih terganggu oleh siswa yang nakal yang suka mengganggu temannya, koreksi guru kurang mendapat perhatian dari siswa, siswa yang perempuan masih kurang berani melakukan gerakan senam guling belakang karena takut.

Pada siklus II, hasil belajar siswa dengan rata-rata 82 daya serap 82% dengan ketuntasan belajar sebesar 91%, bila hasil belajar ini bila dibandingkan dengan indikator keberhasilan yakni hasil belajar sebesar 75, daya serap sebesar 75% dengan ketuntasan belajar sebesar 85%, maka hasil belajar ini telah memenuhi indikator keberhasilan. Adapun penyebab hasil belajar siswa sudah meningkat karena siswa telah fokus pada gerakan-gerakan yang didemonstrasikan oleh guru, gerakan-gerakan siswa terutamanya pada gerakan akhir sudah lebih baik dibandingkan dengan gerakan akhir pada siklus I, siswa yang nakal sudah lebih baik karena diberikan kesempatan menjadi contoh untuk mendemonstrasikan gerakan senam guling belakang, koreksi-koreksi yang diberikan guru telah diperhatikan oleh siswa, dan siswa yang perempuan sudah lebih berani untuk melakukan gerakan senam lantai guling belakang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan metode demonstrasi dalam pembelajaran penjasorkes dapat meningkatkan hasil belajar. Peningkatan hasil belajar siswa disebabkan oleh penerapan metode demonstrasi memiliki beberapa keunggulan yakni metode demonstrasi mampu: memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai proses sesuatu yang telah didemonstrasikan. Meningkatkan perhatian siswa akan lebih mudah dipusatkan pada hal-hal yang penting yang sedang dibahas, sehingga memungkinkan terjadinya proses belajar anak yang optimal, dapat mengurangi kesalahan pengertian anak dengan guru bila dibandingkan dengan metode ceramah dan tanya jawab, karena dengan demonstrasi siswa akan

dapat mengamati sendiri proses dari sesuatu pelajaran (Rizkiana et al., 2016; Susiyanti, 2017). Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mendiskusikan apa yang telah didemonstrasikan atau dapat juga melatih penguasaan atau keterampilan tertentu sebagai tindak lanjut dari demonstrasi (Khoiro & Akhwani, 2021; Suardana, 2019).

Langkah-langkah pembelajaran senam dasar dengan metode demonstrasi adalah mengamati. Anak mula-mula mengamati apa yang dicontohkan oleh guru. Ada anak yang cukup satu kali saja ada juga yang harus mengamati berulang-ulang. Guru mendemonstrasikan cara-cara senam dasar kepada siswa kelas VI agar siswa dapat mencontoh gerakan yang diberikan guru kepada siswa tersebut. Kedua mencoba, siswa mencoba apa yang telah diperagakannya. Ketiga, dikoreksi secara klasikal, setelah seluru anak mencoba melakukan senam dasa, guru menghentikan latihan untuk memberikan koreksi. Kesalahan-kesalahan di tujukan secara umum saja memperjelas contoh yang telah di demostrasikan. Bila perlu diberikan demostrasikan senam lagi yaitu dengan kegiatan mengulang-ulang. Pengulangan-pengulangan terhadap latihan harus terus menerus berjalan meskipun koreksi terus dilakukan, anak-anak tidak boleh terganggu kosentrasinya. Kelima koreksi secara individual, koreksi perorangan kesalahan kesalahan terhadap perorangan perlu ditujukan dan diperbaiki. Keenam otomatisasi, Apabila kesalahan tidak terjadi lagi, dapat diharapkan bentuk latihan / gerak akan menjadi otamatis. Artinya gerakan dapat dilakukan tanpa berpikir lagi, gerak sudah menjadi satu dengan dirinya.

Peningkatan hasil belajar siswa dengan penerapan metode demonstrasi diperkuat dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar. model pembelajaran *Problem Based Learning* dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar permainan tolak peluru (Suardana, 2019). Metode pembelajaran role playing dan demonstrasi terhadap hasil belajar IPS di sekolah dasar (Khoiro & Akhwani, 2021). Motivasi dan hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan agama islam meningkat dengan menggunakan metode demonstrasi (Ayatullah, 2018). Berdasarkan hasil dan pembahasan, implementasi metode demonstrasi untuk meningkatkan hasil belajar penjasorkes siswa kelas VI SD Negeri 2 Kaliaseem dinyatakan berhasil. Implikasi penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa dalam memahami materi serta mencoba secara langsung.

4. SIMPULAN

Implementasi metode demonstrasi dapat meningkatkan hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VI SD Negeri 2 Kaliaseem. Adapun saran-saran yang bisa dikemukakan dalam penelitian ini adalah bagi guru untuk menerapkan metode demonstrasi pada pembelajaran penjasorkes karena dapat meningkatkan hasil belajar. Bagi sekolah, agar menjadikan hasil penelitian ini sebagai pedoman dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

5. DAFTAR RUJUKAN

- Ayatullah, A. (2018). Upaya Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Menggunakan Metode Demonstrasi dan Media Nyata pada Kelas IV SDN 3 Sepit Tahun Pelajaran 2017/2018. *Fondatia: Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 61 – 82. <https://doi.org/10.36088/fondatia.v2i2.127>.
- Dapiha, D. D. (2019). “Penerapan Metode Demonstrasi dalam Pembelajaran IPA untuk Meningkatkan Hasil Belajar di Kelas IV SD Negeri 11 Ujan Mas.” *Jurnal PGSD*, 12(1), 22–27. <https://doi.org/10.33369/pgsd.12.1.22-27>.
- Gandasari, M. F. (2019). Pengembangan model pembelajaran tematik pendidikan jasmani olahraga kesehatan untuk kelas 2 sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 22–27. <https://doi.org/10.21831/jpji.v15i1.25489>.
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60–73. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575.
- Hernawati, E. (2018). Meningkatkan Hasil Belajar Fisika Melalui Penggunaan Metode Demonstrasi dan Media Audiovisual pada Siswa Kelas X MAN 4 Jakarta. *Andragogi: Jurnal Diklat Teknis Pendidikan Dan Keagamaan*, 6(2), 118–131. <https://doi.org/10.36052/andragogi.v6i2.60>.
- Hidayat, A. (2017). Peningkatan Aktivitas Gerak Lokomotor, Nonlokomotor Dan Manipulatif Menggunakan Model Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 21. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8175>.
- Khoiro, D. M., & Akhwani, A. (2021). Studi Komparasi Metode Pembelajaran Role Playing dan Demonstrasi Terhadap Hasil Belajar IPS di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3352 – 3363. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1359>.

- Lestari, K. R. (2013). Model Pembelajaran Kooperatif STAD untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Senam Lantai. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Undiksha*, 1(1), 1-10. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJP/article/view/333>.
- Raibowo, S., Nopiyanto, Y. E., & Muna, M. K. (2019). Pemahaman Guru PJOK Tentang Standar Kompetensi Profesional. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.31258/jope.2.1.10-15>.
- Rizkiana, F., Dasna, I. W., & Marfu'ah, S. (2016). Pengaruh Praktikum Dan Demonstrasi Dalam Pembelajaran Inkuiri Terbimbing Terhadap Motivasi Belajar Siswa Pada Materi Asam Basa Ditinjau Dari Kemampuan Awal. *Jurnal Pendidikan : Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 1(3), 354 - 362. <https://doi.org/10.17977/jp.v1i3.6161>.
- Salmawati, Rahayu, T., & Lestari, W. (2017). Journal of Physical Education and Sports Kontribusi Kompetensi Pedagogik , Kompetensi Profesional dan Motivasi Kerja terhadap Kinerja Guru Penjasorkes SMP di Kabupaten Pati Abstrak. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(18), 198-204.
- Suardana, P. (2019). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dengan Metode Demonstrasi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Permainan Tolak Peluru. *Journal of Education Action Research*, 3(3), 270-277. <https://doi.org/10.23887/jeaar.v3i3.17974>.
- Susiyanti, E. (2017). Penggunaan Metode Demonstrasi dan Media Nyata untuk Meningkatkan Hasil Belajar IPA Tentang Struktur Akar Pada Siswa Kelas IV SDN 11 Tebatkarai Kabupaten Kepahiang. *Jurnal PGSD: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 10(1), 18-21. <https://doi.org/10.1016/j.addr.2018.07.012>.
- Sutini, A. (2018). Meningkatkan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional. *Cakrawala Dini: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 67-77. <https://doi.org/10.17509/cd.v4i2.10386>.
- Wulandari, M., Asmawi, M., & Karnadi, K. (2021). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Bermain melalui Keterampilan Gerak Dasar Anak Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1706-1717. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.965>.
- Wyn, N., Asriningsih, N., Sujana, I. W., Ayu, I. G., & Sri, P. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran PBL terhadap Hasil Belajar Senam Lantai Ditinjau dari Minat Belajar Peserta Didik. 26(2), 260-267. <https://doi.org/10.23887/mi.v26i2.35626>.