

## **PENGARUH PERMAINAN KASTI TERHADAP KEMAMPUAN GERAK DASAR SISWA SEKOLAH DASAR KELAS BAWAH**

Isti Dwi Puspita Wati<sup>1</sup>, Muhamad Ade Jaenudin<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Tanjungpura  
Email : isti.dwi.puspita.w@fkip.untan.ac.id

### **ABSTRAK**

Gerak dasar merupakan suatu kemampuan yang harus ditangani dengan cermat oleh guru pendidikan jasmani. Pemberian kesempatan untuk mempraktekkan kemampuan gerak merupakan kunci utama. Pendidikan jasmani memegang peran penting dalam upaya untuk memberikan kesempatan bergerak para siswa. Menjadi tugas dari guru untuk membuat siswa aktif dan bergerak sepanjang hayat. Tujuan penelitian ini untuk menguji pengaruh pembelajaran permainan tradisional kasti terhadap kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar kelas bawah. Penelitian dilakukan dengan True-eksperimen randomized pre test post test design. Partisipan terdiri atas 25 siswa sekolah dasar kelas rendah. Treatment dilakukan selama 16 kali pertemuan. Kemampuan gerak dasar dilakukan dengan melakukan tes dan pengukuran terhadap kemampuan lempar targer, lempar tangkap, memukul bola dan tes lari 50m. Data dianalisis dengan menggunakan uji-T. Hasil analisis menunjukkan angka signifikansi sebesar 0,494. Hal ini berarti bahwa pembelajaran permainan tradisional kasti tidak berpengaruh signifikan terhadap kemampuan gerak dasar. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah diperlukan adanya modifikasi terhadap proses pembelajaran agar tujuan dapat tercapai.

Kata kunci: Permainan kasti, Gerak dasar.

### **ABSTRACT**

Basic movement is an ability that physical education teachers must serve carefully. Providing opportunities to practice movement skills is the main key. Physical education plays an important role in efforts to provide opportunities for students to move. It is the teacher's job to make students active and move throughout their lives. The purpose of this study was to examine the effect of learning the traditional game of kasti on the basic abilities of lower grade elementary school students. The study was conducted with a True-experimental randomized pre-test post-test design. Participants consisted of 25 low-grade elementary school students. The treatment was carried out for 16 meetings. Basic movement ability is done by conducting tests and measurements of the ability to throw a target, throw a catch, hit a ball, and a 50m run test. Data were analyzed using the T-test. The results of the analysis show a significant level of 0.494. This means that learning the traditional game of kasti has no significant effect on basic skills. The conclusion that can be drawn from this research is that there is a need for modifications to the learning process so that goals can be achieved.

Key words : Kasti Game, Fundamental Movement.

## **PENDAHULUAN**

Keterampilan gerak dasar merupakan pondasi yang mengarah pada urutan gerakan khusus yang diperlukan untuk partisipasi yang memadai dalam banyak kegiatan fisik. Gerak dasar pada umumnya akan berkembang pada masa anak-anak, kemudian akan disempurnakan menjadi keterampilan khusus untuk olahraga. termasuk lokomotor (misalnya berlari dan melompat), manipulatif atau kontrol objek (misalnya menangkap dan melempar) dan kemampuan stabilitas (misalnya menyeimbangkan badan dan memutar)(Gallahue et al., 2006). Gerak dasar merupakan modal awal manusia untuk dapat mempertahankan diri.

Keterampilan gerak dasar diperoleh selama tahun-tahun awal sekolah. Anak-anak di Singapura menunjukkan kelambatan dalam keterampilan gerak dasar sehingga berdampak pada persepsi kompetensi olahraga, kesulitan dalam mengatasi ekspektasi pembelajaran gerakan di kemudian hari dan mengurangi motivasi selanjutnya untuk berpartisipasi dalam olahraga dan bermain (Mukherjee et al., 2017). Anak perempuan pada umumnya memiliki penguasaan keterampilan lokomotor yang lebih tinggi dan anak laki-laki memiliki penguasaan keterampilan pengendalian objek yang lebih tinggi (Hardy et al., 2010; Spessato et al., 2013). Status berat badan (BMI) secara signifikan memengaruhi kemampuan lari. Anak dengan BMI lebih besar akan memiliki tingkat penguasaan lari yang lebih rendah, jenis kelamin akan berpengaruh terhadap tendangan, lemparan, dan keseimbangan secara signifikan, dengan anak perempuan mengungguli keseimbangan dan anak laki-laki dalam tendangan dan lemparan (Bryant et al., 2014)

Meningkatkan kompetensi keterampilan gerakan dasar, terutama keterampilan pengendalian objek, dapat berkontribusi pada peningkatan level kebugaran jasmani anak-anak (Cohen et

al., 2014). Anak-anak secara alami dapat mengembangkan bentuk dasar dari pola gerakan fundamental, keterampilan yang lebih matang dapat dicapai dengan latihan yang tepat, dorongan, umpan balik dan instruksi yang tepat (Lubans et al., 2010). Untuk itu gerak dasar harus mendapat perhatian pada saat di sekolah. Guru pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam mengembangkan gerak dasar anak.

Program berbasis sekolah dan komunitas yang mencakup pengalaman belajar gerak dasar yang sesuai dengan perkembangan yang disampaikan oleh guru pendidikan jasmani atau guru kelas yang sangat terlatih secara signifikan meningkatkan dapat meningkatkan gerak dasar siswa pada kalangan remaja (Morgan et al., 2013). Efek positif dari intervensi memiliki implikasi untuk partisipasi aktivitas fisik jangka panjang dan kebugaran dengan manfaat kesehatan selanjutnya (Mitchell et al., 2013). Untuk itu diperlukan guru yang fokus untuk mengembangkan gerak dasar siswa.

Salah satu materi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani adalah mengembangkan gerak dasar siswa. Di sekolah dasar materi pengembangan gerak dasar ada di kelas bawah (kelas 1-3). Sifat dasar anak pada usia tersebut adalah bermain. Oleh karena itu diperlukan trik khusus untuk dapat membuat anak-anak senang dan bersedia melakukan semua intruksi dari guru. Disain pembelajaran gerak dasar harus disesuaikan untuk usia anak-anak yang masih senang dengan bermain.

Disain pembelajaran dengan bermain merupakan satu upaya yang cocok untuk siswa sekolah dasar kelas bawah. Penerapan pembelajaran dengan permainan lebih efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dibandingkan dengan pembelajaran tradisional (Ma'azi Azizah, 2016). Model pembelajaran lempar tangkap untuk siswa sekolah dasar dapat dikembangkan

dalam pembelajaran lempar tangkap untuk siswa kelas IV sekolah dasar (Sarmidi, 2017).

Permainan bola kasti merupakan salah satu permainan tradisional yang paling digemari oleh anak-anak. Dalam permainan kasti ini dapat mengembangkan gerak dasar siswa. Permainan bola kasti lebih besar pengaruhnya terhadap komponen fisik kecepatan lari, dibanding dengan komponen fisik keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi mata dan tangan (Riyanto, 2017).

Permainan kasti dilakukan oleh dua kelompok siswa, satu sebagai tim penyerang dan yang satu sebagai tim bertahan. Permainan dimulai dengan siswa memukul bola dengan pemukul agar dapat berlari ke base pertama atau bahkan langsung ke base kedua dan kemudian berlari kembali ke tempat asal dengan selamat. Sedangkan tim bertahan berusaha untuk mengambil bola dan melempar tepat ke pemukul, sedangkan teman tim yang lain menempatkan posisi untuk menangkap bola yang sekiranya gagal di pukul, mengambil bola, melempar ke teman satu tim dan menangkap bola kemudian jika diperlukan berlari untuk mematikan pemukul yang menuju base ataupun mencegah pemukul kembali ke tempat semula dengan melempar ke anggota badan pemukul. Keterampilan melempar, menangkap, lari dan lompat semua terkandung dalam permainan kasti. Tujuan penelitian ini untuk menguji pengaruh pembelajaran permainan tradisional kasti terhadap kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar kelas bawah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Metode eksperimen yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Peneliti sengaja

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

membangkitkan timbulnya suatu kejadian kemudian diteliti bagaimana akibatnya. Berdasarkan pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk melihat apakah terdapat pengaruh akibat dari variabel-variabel yang akan diteliti terhadap variabel terikat. Oleh karena itu penelitian ini menggunakan metode eksperimen bertujuan untuk mengambil benang merah mengenai faktor-faktor yang penting untuk dipertimbangkan dalam meningkatkan gerak dasar dengan permainan tradisional kasti siswa SDN Karyajaya Kecamatan Bojongpicung.

Penelitian eksperimen adalah suatu metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali." Mengenai penelitian eksperimen Sugiyono (2010, hlm. 73) membaginya ke dalam empat jenis yaitu "Pre-experimental Design, True Experimental Design, Factorial design, dan Quasiexperimental Design." Desain penelitian menggunakan The Randomized Pretest-Posttest Group design

Populasi memegang peranan penting dalam suatu penelitian, sebab populasi merupakan objek yang akan dipergunakan sebagai bahan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa laki-laki Sekolah Dasar Negeri Karyajaya, dengan menggunakan sampel siswa kelas rendah sekolah dasar (kelas 1-3 siswa SDN Karyajaya Kecamatan Bojongpicung). Jumlah sampel adalah 25 siswa. Pembelajaran permainan kasti dilakukan selama 16 kali pertemuan. Instrument penelitian adalah tes dan pengukuran terhadap tes kemampuan gerak dasar yang terdiri dari tes kecakapan (melempar, menangkap, memukul, dan lari). Analisis data dengan menggunakan uji t.

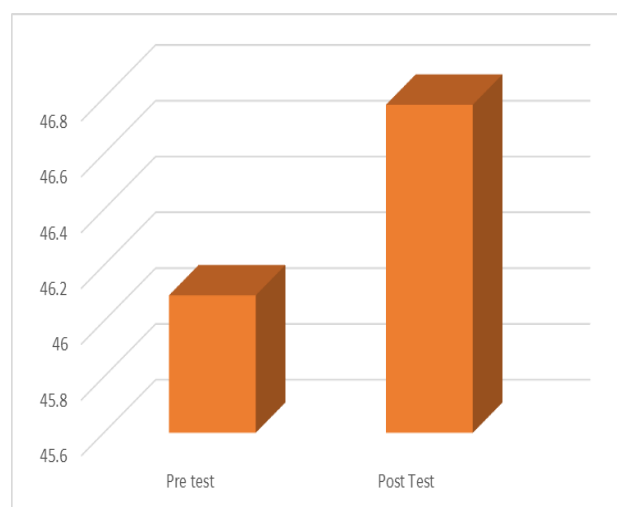
Penelitian ini berusaha untuk mendapatkan informasi secara ilmiah pengaruh permainan kasti konvensional terhadap gerak dasar. Gerak dasar yang digunakan dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa untuk melakukan

lempar tangkap, melempar bola ke target, memukul bola menggunakan stik dan lari 50 M. Treatment yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pembelajaran permainan kasti

Tabel 1 Diskriptif Hasil Penelitian Permainan Kasti Konvensional

	Pre test	Post Test
Mean	46.0925	46.7757
Simpangan baku	4.21735	3.87635
Selisih		0,6832

Berdasarkan data di atas dapat dijelaskan bahwa nilai rerata gerak dasar pada pre tes dan post tes secara berurutan 46.0925 dan 46.7757. Setelah diberikan perlakuan permainan kasti selama 14 kali pertemuan memiliki selisih 0,6832. Berdasarkan perhitungan data hasil penelitian hipotesis dalam penelitian ini kemudian akan dijawab. Hipotesis pertama dan kedua adalah: "Terdapat pengaruh yang signifikan pembelajaran permainan tradisional kasti terhadap gerak dasar siswa". Secara lebih jelas dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Grafik rata-rata kemampuan gerak dasar siswa

Tabel 2. Analisis Uji T

	Pre test	post test
Mean	46,09255	46,775702
Variance	17,78603683	15,02607377
Observations	25	25
Pearson Correlation	0,265231763	
df	24	
t Stat	-0,69521234	
P(T<=t) two-tail	0,493599068	
t Critical two-tail	2,063898562	

Berdasarkan Tabel 2 hasil analisis permainan kasti terhadap gerak dasar siswa kelas bawah sekolah dasar menunjukkan hasil signifikansi 0,494. Hal ini dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan hasil antara hasil pre test dan

hasil post test. Dilihat dari hasil analisis tersebut dapat dikatakan bahwa permainan kasti tidak dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa.

Permainan kasti merupakan permainan yang terdapat dalam kurikulum pendidikan jasmani. Biasanya dalam permainan kasti di sekolah menggunakan bola tenis. Mata pelajaran pendidikan jasmani diberikan di sekolah seminggu sekali selama 3 x 45 menit. Harapan yang ada adalah dengan mata pelajaran pendidikan jasmani siswa memiliki kesempatan untuk bergerak dengan terarah dan mampu meningkatkan segala aspek motoric siswa, dalam hal ini adalah gerak dasar.

Kesempatan bergerak yang terarah pada siswa kelas bawah sekolah dasar muncul pada kesempatan pembelajaran pendidikan jasmani. Minimnya kesempatan bergerak dengan terarah membuat gerak dasar siswa menjadi rendah. Pemberian perlakuan permainan kasti selama 16 kali pertemuan ternyata masih kurang berhasil untuk dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar. Hal ini terbukti dari hasil analisis uji beda dengan signifikansi 0,494. Signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa gerak dasar siswa sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan permainan kasti tidak berbeda signifikan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dengan pemberian permainan kasti akan memberikan dampak meningkatnya kemampuan gerak dasar siswa. Pengulangan teknik permainan kasti berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan SLB N Ungaran (Indardi, 2015). Selain itu permainan bola kasti lebih besar pengaruhnya terhadap komponen fisik kecepatan lari, dibanding dengan komponen fisik keseimbangan, kelincahan, dan koordinasi mata dan tangan (Pulung, 2014).

Jelas bahwa meskipun para guru mampu membuat peningkatan substansial dalam hasil siswa kemampuan gerak dasar siswa, temuan dari tinjauan ini menunjukkan bahwa komponen pelatihan guru dari intervensi

aktivitas fisik dan atau gerak dasar berbasis sekolah tidak hanya kurang dilaporkan tetapi juga kurang dipelajari (Lander et al., 2017). Hal ini membuat guru kurang memahami bagaimana meningkatkan keaktifan siswa dan memperbaiki kemampuan gerak dasar siswa.

Pembelajaran permainan kasti dilakukan pada lapangan dengan ukuran panjang 60 meter dan lebar 30 meter dengan 3 tiang hinggap, 5 meter untuk ruang tunggu, 5 meter untuk ruang pemukul, 5 meter untuk ruang pelempar dan 15 meter untuk ruang bebas. Untuk penyimpanan tiang 10 meter dari batas pemukul dan 10 meter dari batas akhir. Melihat kondisi lapangan permainan kasti yang panjang membuat siswa kelas bawah merasakan kelelahan, hal itu diketahui dari pelaksanaan permainan yang membuat siswa enggan untuk langsung kembali ke base awal setelah hinggap di base kedua atau bahkan ketiga. Sehingga kesempatan untuk mempraktekkan gerak dasar lari, lempar, tangkap dan pukul menjadi semakin berkurang.

Barnett et al.,(2016) menyimpulkan bahwa kemampuan gerak dasar merupakan fokus penting dalam Pendidikan Jasmani dan olahraga. Sehingga guru memiliki peran utama untuk dapat merangsang siswa memiliki kemampuan gerak dasar yang tinggi. Untuk itu diperlukan guru yang kreatif dan aktif sehingga siswa menjadi lebih tertantang dan tertarik dalam mengikuti mata pelajaran pendidikan jasmani. Fakta penting yang terjadi dilapangan adalah mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang kurang menyenangkan. Persepsi yang muncul dari treatment permainan kasti adalah bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang melelahkan dan tidak menyenangkan. Dengan persepsi yang muncul seperti itu maka membuat siswa kurang sungguh-sungguh selama melakukan. Permainan

kasti dalam penelitian ini tetap pada aturan dan segala perlengkapan yang lama maka, akan timbul persepsi negative pada diri anak bahwa olahraga itu melelahkan dan menyakitkan. Hal ini akan berdampak pada keikutsertaan siswa terutama putra pada pelajaran pendidikan jasmani.

Berdasarkan penelitian Hardy et al. (2013) mengatakan bahwa dari kurun waktu 1997 hingga 2004 telah terjadi peningkatan kompetensi siswa dalam hal berlari, lompat jauh, dan menangkap. Untuk anak laki-laki, kompetensi meningkat pada menendang dan melempar, namun pada usia sekolah menengah atas, kemampuan melempar pada anak perempuan akan menurun. Namun pada tahun 2004 hingga 2010. Kemampuan semua siswa meningkat, namun pada perempuan terjadi penurunan kemampuan melompat. Untuk itu modifikasi dalam pembelajaran permainan dirasa sangat perlu dilakukan untuk menggugah minat siswa agar tidak terjadi penurunan kemampuan.

Penerapan pembelajaran dengan permainan tradisional akan lebih efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dibandingkan dengan pembelajaran tanpa permainan tradisional (Azizah, 2016). Selain itu penerapan modifikasi alat bantu pembelajaran pemukul dan bola dapat meningkatkan hasil belajar pemukul bola kasti siswa kelas IV SD Negeri Tanamodindi (Lusye, 2016). Sejalan dengan penelitian yang sebelumnya Arifin (2014) mengemukakan bahwa permainan berburu rusa dapat meningkatkan hasil belajar dalam pembelajaran kasti di kelas IV siswa Negeri 02 Kecamatan Legokclile. Sehingga dapat dikatakan bahwa modifikasi dalam permainan sangat diperlukan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai. Selain itu dengan memberikan modifikasi terhadap permainan kasti akan membuat siswa merasa senang dan ingin melakukan kasti secara terus menerus. Keinginan untuk

aktif dalam permainan tersebutlah yang akan membuat siswa mengalami peningkatan dalam kemampuan gerak dasarnya.

Gerak dasar sangat diperlukan dalam upaya mempertahankan hidup dan juga menjadi pondasi dalam keterampilan olahraga selanjutnya. Oleh karena itu penguasaan gerak dasar sejak dini sangat diperlukan bagi anak-anak. Hal ini akan menentukan tingkat kesehatan anak untuk kehidupan yang selanjutnya (O'Brien et al., 2016)

## **PENUTUP**

Gerak dasar merupakan suatu kemampuan yang harus ditangani dengan cermat oleh guru pendidikan jasmani. Pemberian kesempatan yang sebanyak-banyaknya kepada siswa untuk mempraktekkan kemampuan gerak merupakan kunci utama dalam meraih kemampuan gerak dasar. Pemberian permainan kasti yang pakem tidak akan memberikan dampak signifikan terhadap kemampuan gerak dasar siswa kelas bawah, diperlukan adanya modifikasi agar siswa dapat memiliki kesempatan lebih banyak untuk mempraktekkan gerak dasar dengan senang dan gembira tanpa adanya kelelahan dan ketakutan terhadap rasa sakit yang akan dialami oleh karena bola yang dilemparkan ke tubuh siswa

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arifin, J. (2014). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Kasti Melalui Permainan Memburu Kijang Pada Siswa Kelas Iv Sd Negeri 02 Legokclile Kec. Bojong Kab. Pekalongan Tahun Ajaran 2012/2013. *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 3(8). <https://doi.org/10.15294/active.v3i8.3546>
- Azizah, I. M. (2016). Efektivitas Pembelajaran Menggunakan Permainan Tradisional Terhadap

- Motivasi Dan Hasil Belajar Materi Gaya Di Kelas IV MIN Ngronggot Nganjuk. *Jurnal Dinamika Penelitian*, 16(2).
- Barnett, L. M., Stodden, D., Cohen, K. E., Smith, J. J., Lubans, D. R., Lenoir, M., Iivonen, S., Miller, A. D., Laukkanen, A., Dudley, D., Lander, N. J., Brown, H., & Morgan, P. J. (2016). Fundamental movement skills: An important focus. *Journal of Teaching in Physical Education*. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2014-0209>
- Bryant, E. S., Duncan, M. J., & Birch, S. L. (2014). Fundamental movement skills and weight status in British primary school children. *European Journal of Sport Science*. <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.870232>
- Cohen, K. E., Morgan, P. J., Plotnikoff, R. C., Callister, R., & Lubans, D. R. (2014). Fundamental movement skills and physical activity among children living in low-income communities: A cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-11-49>
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. D. (2006). Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults, Seventh Edition. In *McGraw-Hill, New York; London*.
- Hardy, L. L., Barnett, L., Espinel, P., & Okely, A. D. (2013). Thirteen-year trends in child and adolescent fundamental movement skills: 1997-2010. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e318295a9fc>
- Hardy, L. L., King, L., Farrell, L., Macniven, R., & Howlett, S. (2010). Fundamental movement skills among Australian preschool children. *Journal of Science and Medicine in Sport*. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2009.05.010>
- Indardi, N. (2015). Pengulangan Teknik Permainan Kasti Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Ringan. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 2(1). <https://doi.org/10.15294/jpehs.v2i1.3942>
- Lander, N., Eather, N., Morgan, P. J., Salmon, J., & Barnett, L. M. (2017). Characteristics of Teacher Training in School-Based Physical Education Interventions to Improve Fundamental Movement Skills and/or Physical Activity: A Systematic Review. In *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0561-6>
- Lubans, D. R., Morgan, P. J., Cliff, D. P., Barnett, L. M., & Okely, A. D. (2010). Fundamental Movement Skills in Children and Adolescents. *Sports Medicine*, 40(12), 1019–1035. <https://doi.org/10.2165/11536850-000000000-00000>
- Lusyeh. (2016). Peningkatan Hasil Belajar Siswa Kelas IV SDN Tanamodindi dalam Memukul Bola Kasti dengan Menggunakan Modifikasi Alat Bantu Pemukul dan Bola. *Jurnal Kreatif Tadulako Online*.
- Ma'azi Azizah, I. (2016). Efektivitas Pembelajaran Menggunakan Permainan Tradisional Terhadap Motivasi Dan Hasil Belajar Materi Gaya Di Kelas Iv Min Ngronggot Nganjuk. *Jurnal Dinamika Penelitian*. <https://doi.org/10.21274/dinamika.2016.16.2.279-308>
- Mitchell, B., McLennan, S., Latimer, K., Graham, D., Gilmore, J., & Rush, E. (2013). Improvement of fundamental movement skills through support and mentorship of class room teachers. *Obesity Research and Clinical Practice*. <https://doi.org/10.1016/j.orcp.2011.11>

- .002
- Morgan, P. J., Barnett, L. M., Cliff, D. P., Okely, A. D., Scott, H. A., Cohen, K. E., & Lubans, D. R. (2013). Fundamental movement skill interventions in youth: A systematic review and meta-analysis. In *Pediatrics*.  
<https://doi.org/10.1542/peds.2013-1167>
- Mukherjee, S., Ting Jamie, L. C., & Fong, L. H. (2017). Fundamental Motor Skill Proficiency of 6- to 9-Year-Old Singaporean Children. *Perceptual and Motor Skills*, 124(3), 584–600.  
<https://doi.org/10.1177/0031512517703005>
- O' Brien, W., Belton, S., & Issartel, J. (2016). The relationship between adolescents' physical activity, fundamental movement skills and weight status. *Journal of Sports Sciences*.  
<https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1096017>
- Pulung, R. (2014). Pengaruh Permainan Bola Kasti Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Umum (General Motor Ability). *Jurnal Sport Area*.
- Riyanto, P. (2017). Pengaruh Permainan Bola Kasti Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Umum (General Motor Ability). *JOURNAL SPORT AREA*.  
[https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2\(1\).593](https://doi.org/10.25299/sportarea.2017.vol2(1).593)
- Sarmidi, S. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Gerak Dasar Lempar Tangkap Untuk Siswa Sekolah Dasar Di Daerah Pasang Surut Kecamatan Takisung Kabupaten Tanah Laut. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2).  
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4246>
- Spessato, B. C., Gabbard, C., Valentini, N., & Rudisill, M. (2013). Gender differences in Brazilian children's fundamental movement skill performance. *Early Child Development and Care*.  
<https://doi.org/10.1080/03004430.2012.689761>