

Pendekatan Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Siswa

Muhamad Fikri Multazam Setiawan^{1*}, Carsiwan¹, Muhammad Dzikry Abdullah Al Ghazaly¹, Resty Sriayu Rahmadayanti²

¹Universitas Pendidikan Indonesia

²Universitas Singaperbangsa Karawang

*Corresponding Author: fikrimultazam78@gmail.com

Abstrak

Pendekatan bermain dianggap sebagai metode yang efektif untuk mengatasi tantangan pembelajaran yang monoton dan kurang menarik dalam konteks Penjas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani (Penjas) dan dampaknya terhadap peningkatan motivasi serta hasil belajar siswa. Penelitian ini dipandu oleh protokol PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses*) dan menggunakan *platform covidence* untuk memfasilitasi proses peninjauan. Sumber data dilakukan melalui database Google Scholar dengan sumber artikel menggunakan aplikasi Harzing's Publish or Perish. Dari 437 artikel yang di temukan, 10 artikel dipilih untuk dianalisis secara sistematis. Hasil dari tinjauan artikel yang masuk inklusi, bahwa pendekatan bermain merupakan salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK).

Kata Kunci: Pendekatan Bermain; Pendidikan Jasmani; Motivasi dan Hasil Belajar Siswa

Received: 18 Mar 2025; Revised: 9 Apr 2025; Accepted: 19 Apr 2025; Available Online: 30 Apr 2025

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani memiliki peran sentral dalam pengembangan keterampilan fisik, kesehatan, dan nilai-nilai sosial siswa melalui kegiatan olahraga. Dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, tidak hanya keterampilan fisik yang perlu dikembangkan, tetapi juga motivasi siswa untuk berpartisipasi aktif dalam aktivitas fisik yang menyenangkan dan mengedepankan pengalaman positif (Harris, 2017). Oleh karena itu, pendekatan bermain menjadi salah satu metode yang diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan dan kegembiraan siswa dalam kegiatan fisik. Pendekatan ini mengintegrasikan elemen-elemen permainan yang tidak hanya mengasah keterampilan teknis, tetapi juga membangun aspek sosial seperti kerjasama, komunikasi, dan rasa percaya diri siswa (Anderson, 2020).

Secara teoretis, pendekatan bermain berlandaskan pada teori motivasi intrinsik, yang menyatakan bahwa partisipasi dalam aktivitas fisik yang menyenangkan dapat mendorong keterlibatan yang lebih tinggi dan meningkatkan prestasi (Deci, 2023). Dalam konteks ini, pembelajaran yang mengintegrasikan elemen permainan dianggap lebih efektif dalam membangkitkan motivasi intrinsik siswa, karena permainan memberikan pengalaman yang tidak monoton dan menyenangkan (McMahon, 2022). Konsep ini sejalan dengan teori konstruktivisme, yang menekankan pembelajaran aktif, di mana siswa membangun pengetahuan dan keterampilan mereka melalui pengalaman langsung yang relevan dan menyenangkan (Vygotsky, 1978).

Penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani seharusnya juga memperhatikan pentingnya keseimbangan antara keterampilan motorik dasar dan pengembangan pengetahuan tentang kesehatan serta nilai-nilai sosial. (Bryant & Eamon, 2018) mengemukakan bahwa tantangan utama dalam implementasi pendekatan ini adalah bagaimana menyelaraskan kegiatan bermain dengan tujuan pembelajaran yang lebih luas. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi siswa, tantangan dalam memastikan keberlanjutan dan pengukuran hasil belajar yang konkret tetap menjadi isu yang perlu diperhatikan (Griggs & Hart, 2022).

Hasil belajar dalam pendidikan jasmani, sebagaimana dijelaskan oleh (Suryani, 2017), mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Sebagai contoh, keberhasilan dalam menguasai keterampilan motorik, memahami konsep kebugaran, serta mengembangkan sikap sosial yang positif dapat menjadi indikator utama

dalam menilai hasil belajar. Oleh karena itu, hasil belajar dalam pendidikan jasmani tidak hanya bergantung pada aspek keterampilan fisik, tetapi juga pada kemampuan siswa dalam mengaplikasikan pengetahuan dan membangun interaksi sosial yang sehat (Rachmawati & Aisyah, 2019).

Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji penerapan pendekatan bermain dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan fokus pada peningkatan motivasi dan hasil belajar siswa. Dengan menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR), penelitian ini akan mengidentifikasi dan mengevaluasi bukti-bukti empiris terkait efektivitas pendekatan bermain dalam konteks pendidikan jasmani, serta memberikan rekomendasi yang dapat diimplementasikan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah-sekolah. Beberapa studi sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh (Vaughn et al, 2019) dan (McMahon, 2022), menunjukkan bahwa integrasi permainan dalam pembelajaran dapat memperkuat keterlibatan siswa dan memperbaiki hasil belajar fisik mereka. Namun, penting untuk diingat bahwa tantangan dalam implementasi pendekatan ini tetap ada, terutama dalam hal penyusunan kurikulum yang efektif dan penyediaan sumber daya yang memadai (Griggs & Hart, 2022).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode systematic literature review (SLR) yang dianalisis melalui penelitian kuantitatif. SLR adalah pendekatan yang terstruktur dan komprehensif untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis penelitian yang relevan mengenai topik tertentu. Proses ini melibatkan pengembangan protokol, penggunaan database dan istilah pencarian spesifik, serta penerapan kriteria inklusi dan eksklusi untuk memilih studi yang sesuai.

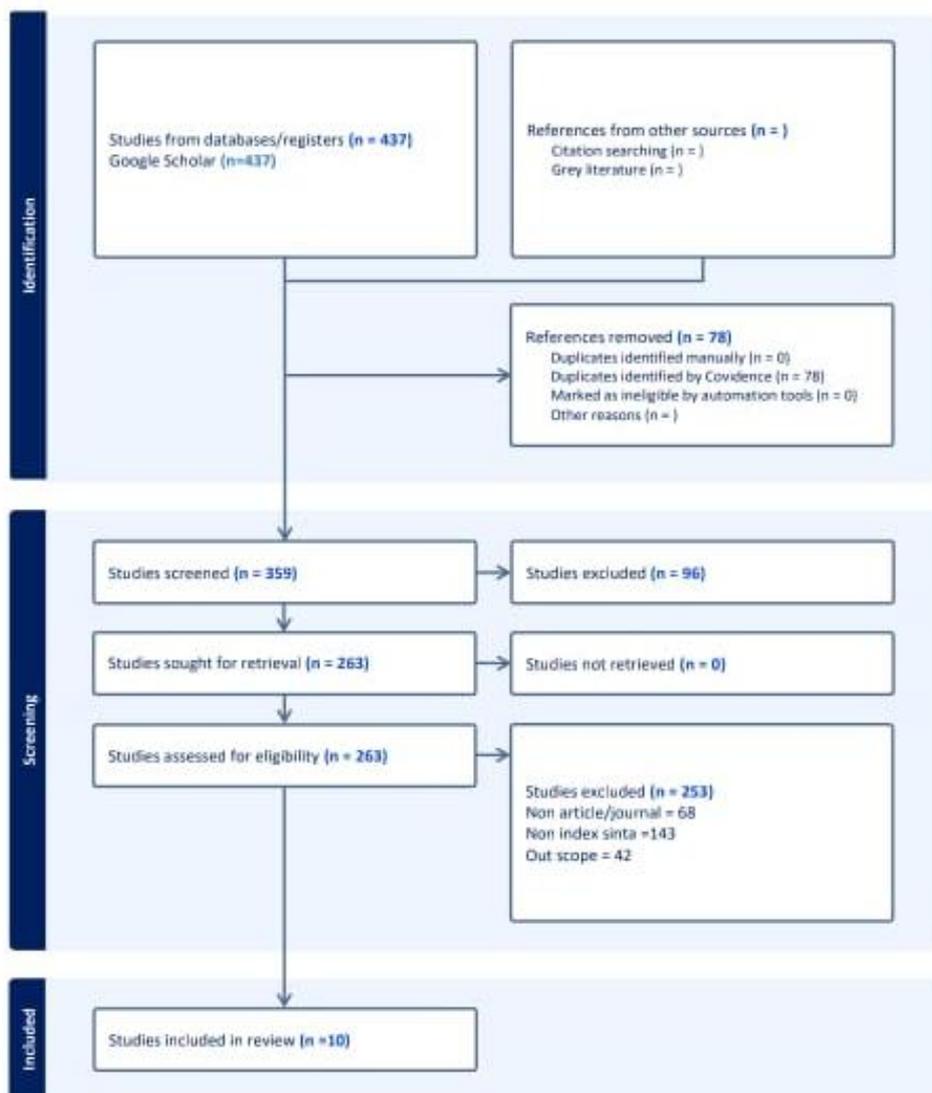
Data dikumpulkan melalui Google Cendekia dan Harzing's Publish or Perish untuk mengakses literatur yang relevan. Selanjutnya, alat Covidence digunakan untuk memfasilitasi proses screening dan seleksi literatur, termasuk mengimpor kutipan, menghapus duplikat, dan mencatat keputusan peninjau.

Analisis data dilakukan dengan mengikuti pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) untuk memastikan bahwa proses tinjauan sistematis sesuai dengan standar yang berlaku. Basis data dalam penelitian ini menggunakan Google Scholar.

Tabel 1. Ringkasan Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tipe	Inklusi	Eksklusi
Jenis Artikel	Studi Berupa Artikel Jurnal Penelitian.	Studi Selain Artikel Jurnal Penelitian.
Scope Bahasan	Studi yang membahas pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.	Selain Studi yang membahas pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa.
Indeks	Sinta.	Non- Sinta.
Tahun Terbit	Tahun 2015-2024	Diluar Tahun 2015-2024
Bahasa	Artikel dalam Bahasa Indonesia atau bahasa yang relevan bagi peneliti.	Artikel yang tidak bisa diakses oleh peneliti.
Jenis Studi	Studi Empiris (Eksperimen, Survei, Studi Kasus).	Review, Editorial, Opini, Studi Teoritis Tanpa Data Empiris.
Aksesibilitas	Artikel yang Tersedia Secara Penuh Teks (<i>Open Access</i> atau Melalui Langganan)	Artikel yang Hanya Tersedia sebagai Abstrak atau tidak Dapat Diakses Sepenuhnya

Setelah melewati tahap penyaringan dokumen, Berikut ini adalah diagram alur PRISMA (Gambar 1)



Gambar 1. Proses Pencarian dan Seleksi Studi Menggunakan PRISMA Flowchart

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pemetaan artikel yang dilakukan dengan menggunakan tinjauan pustaka sistematis, dari 437 artikel mengenai pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa. 10 artikel dimasukkan dalam proses tinjauan akhir. Di bawah ini adalah hasil pemetaan berdasarkan kriteria yang telah ditentukan. Bagian hasil berisi hasil identifikasi dari berbagai literatur yang relevan dengan tujuan penelitian.

Tabel 2. Gambaran Umum Artikel yang Disertakan

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
1	Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Gerak Dasar Lari	(Semakur, 2020)	Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora	Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian dilakukan selama siklus siklus, tiap 1 siklus 1 kali	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran dengan pendekatan bermain meningkatkan motivasi belajar gerak dasar lari siswa, sehingga dapat meningkatkan rerata

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
	Pada Siswa Kelas V Sd Katolik 041 Talibura			pertemuan. Data motivasi diperoleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data menggunakan deskriptif kualitatif.	kecepatan lari 50 m dari siklus I sebesar 9,75 (kategori baik) meningkat menjadi 9,46 (kategori baik) pada siklus II. Sedangkan jumlah siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 14 anak (58,33, 65 %) setelah siklus II yang tuntas menjadi 22 anak (91,66 %) maka telah melampaui ketuntasan individu kategori baik dan ketuntasan klasikal sebesar 75 %.
2	Peningkatan Hasil Belajar Menggiring Bola Pada Permainan Sepakbola Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Sekolah Dasar	(Aditya et al., 2019)	Jurnal Ilmiah Stok Bina Guna Medan	Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan (Action Research), dengan disain kemmis dan taggart	Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: (1) dengan pola pendekatan bermain untuk pendidikan jasmani, siswa dapat belajar dengan lebih efektif dan efisien, dan meningkatkann hasil belajar menggiring bola. (2) dengan pola pendekatan bermain, siswa lebih termotifasi serta aktif dalam mengikuti proses pembelajaran.
3	Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan	(Fikri et al., 2022)	Jurnal Pendidikan Dan Olahraga	Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi (pengamatan), dan refleksi	Berdasarkan dari hasil penelitian diatas, bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
4	Implementasi Pendekatan Taktis Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Motivasi, Kebugaran Jasmani Dan Kemampuan Motorik	(Rokhayati, 2016)	Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan bentuk Non equivalent Pretest-Posttest Control Group Design.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) peningkatan motivasi belajar siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran taktis lebih baik daripada siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran konvensional, 2) peningkatan kebugaran jasmani siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran taktis lebih baik daripada siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran konvensional. 3) peningkatan kemampuan motorik siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran taktis lebih baik daripada siswa yang diajar melalui pendekatan pembelajaran konvensional.
5	Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Melalui Pendekatan Permainan Dalam Pembelajaran Penjas	(Panjaitan & Fardana, 2023)	Gelandang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga	Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature intregative,	pemberian permainan di dalam pembelajaran olahraga merupakan salah satu bentuk inovasi guru dalam meningkatkan motivasi dan ketercapaian pembelajaran
6	Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Melempar Melalui Pendekatan Bermain	(Angraeni & Sutiarysih, 2018)	Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia	Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang berlangsung dua siklus.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan hasil belajar peserta didik pada materi variasi gerak dasar melempar dengan pendekatan bermain.

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
					Hal ini terlihat dari hasil belajar pada siklus I yang menunjukkan 17 peserta didik mencapai ketuntasan sebesar 62,96% dengan nilai rata-rata 72 dan pada siklus II hasil belajar meningkat menjadi 88,89% dengan jumlah peserta didik yang mencapai ketuntasan sebanyak 24 dengan nilai rata-rata 79. Kata kunci: variasi melempar, pendekatan bermain, hasil belajar.
7	Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain	(Amirudin, 2019)	Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga	metode penelitian tindakan sebanyak dua siklus dengan rancangan kegiatan perencanaan, observasi, tindakan, dan refleksi.	Hasil penelitian menunjukkan dari tes awal hingga tes akhir. Hasil tes awal menunjukan nilai terendah yaitu 50 dan nilai tertinggi 80. Kemudian hasil tes akhir Pada siklus satu yaitu nilai terendah 55 dan nilai tertinggi 81 dan masih 60%. Pembelajaran akan semakin berubah atau meningkat pada siklus dua yaitu dengan nilai terendah 60 dan tertinggi 89, dengan persentase 87%, dan sudah memenuhi kriteria pencapaian dalam penelitian tindakan yaitu 80%. Simpulan dari penelitian ini adalah melalui pendekatan bermain berpengaruh positif dalam meningkatkan

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
					hasil belajar siswa, yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan.
8	Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Bolabasket Melalui Pendekatan Bermain One-Two Step Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 9 Semarang Tahun 2013	(Saleh, 2015)	Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations	Penelitian ini adalah tindakan kelas. Penelitian ini menggunakan siklus 2, dimana setiap siklus terdiri dari: 1) perencanaan, 2) pelaksanaan tindakan; 3) pengamatan; 4) refleksi. Penelitian yang dilakukan mencakup tiga domain, yaitu domain psikomotor, afektif, kognitif.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil pembelajaran berbaring permainan basket dengan media satu-dua langkah di kelas VIII C 9 Semarang SMP N dampak positif, seperti yang terlihat dalam hasil penguasaan siswa belajar yang melebihi yang telah ditetapkan KKM telah bertambah 75 dalam siklus pertama berupa kelengkapan studi mencapai 50%, sementara di kedua siklus mencapai 88.46% penguasaan belajar. Disimpulkan bahwa belajar permainan basket lay-up dengan menggunakan media dua-langkah memiliki efek positif, yang dapat meningkatkan hasil yang dapat memfasilitasi siswa untuk memahami dan melakukan langkahan belajar siswa berbaring dengan benar.
9	Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Dengan Pola Pendekatan Bermain Sd Al Hanief Kota Bekasi	(Bhayangkara, 2018)	Jendela Olahraga	Penelitian ini menggunakan Metode Penelitian Tindakan. Sumber data penelitian adalah siswa kelas II di SD Al hanief kota Bekasi, sebanyak 28 orang. Teknik pengumpulan data adalah tes awal, tes	Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan gerak lokomotor dari tes awal, tes akhir. Rata -rata hasil keterampilan siswa tes awal evaluator I: untuk

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
				siklus I dan tes siklus II keterampilan gerak lokomotor (jalan, lari, lompat). T	keterampilan berjalan 64,06, keterampilan lari 53,11 dan keterampilan melompat 50. Hasil evaluator 2: untuk keterampilan jalan 63, keterampilan berlari 53 dan keterampilan melompat 48. Untuk evaluator 3: keterampilan jalan 65,70, keterampilan berlari 53,39 dan keterampilan melompat 50,71. Pada pelaksanaan tes akhir yaitu siklus II terjadi peningkatan hasil keterampilan siswa dengan rata - rata, evaluator I: untuk keterampilan berjalan 89,88, keterampilan berlari 89,14 dan keterampilan melompat 88,7. Untuk evaluator 2: keterampilan berjalan 88,24, keterampilan berlari 89,03 dan keterampilan melompat 87,08. Untuk evaluator 3: untuk keterampilan berjalan 90,62, keterampilan berlari 88,97. Keterampilan melompat 88,92.
10	Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar	(Prasetyo, 2016)	Scholaria	Jenis penelitian yang dipakai adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan pada dua siklus untuk melihat peningkatan hasil belajar dan aktifitas siswa dalam mengikuti	Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hasil keterampilan lompat jauh gaya jongkok meningkat dari 36 % pada kondisi awal menjadi 60 % pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 84 % pada akhir siklus II. Sedangkan

No	Judul	Penulis	Jurnal	Metode	Hasil
				pembelajaran lompat jauh gaya jongkok melalui pendekatan bermain.	kemampuan siswa dalam melakukan rangkaian gerakan lompat jauh gaya jongkok meningkat dari 28 % pada kondisi awal menjadi 64 % pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 100 % pada akhir siklus II. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa penerapan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas 5 Sekolah Dasar Negeri Sonorejo 1 tahun pelajaran 2015

Berdasarkan hasil penelitian yang ditinjau dari 8 artikel tersebut, pembahasan dapat difokuskan pada pendekatan bermain yang dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani. Pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang penting dalam kurikulum sekolah dasar. Namun, pembelajaran PJOK seringkali dianggap sebagai mata pelajaran yang kurang menarik dan kurang efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam PJOK.

Dari 10 artikel yang telah disajikan, dapat dilihat bahwa pendekatan bermain merupakan salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam PJOK. Pendekatan bermain dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dan meningkatkan hasil belajar siswa. Dari sepuluh artikel tersebut menunjukkan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar siswa dalam PJOK. Berdasarkan analisis dari berbagai artikel yang telah disajikan, dapat disimpulkan bahwa pendekatan bermain merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Dari berbagai penelitian yang ditinjau, pendekatan ini terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan motorik dasar, seperti lari, menggiring bola, melempar, lompat jauh, lay up bola basket, dan gerak lokomotor. Selain itu, pendekatan bermain juga berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan kemampuan motorik secara keseluruhan.

Secara umum, artikel-artikel yang ditinjau menunjukkan bahwa pendekatan bermain tidak hanya meningkatkan aspek kognitif dan fisik siswa, tetapi juga membantu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan lebih terlibat. Hal ini pada gilirannya dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa untuk berpartisipasi lebih aktif dalam pembelajaran PJOK, yang akhirnya berdampak positif pada pencapaian hasil belajar mereka.

Dari keseluruhan artikel yang dianalisis, dapat dipahami bahwa penggunaan pendekatan bermain memberikan kontribusi signifikan dalam memperbaiki hasil belajar di berbagai cabang olahraga dan keterampilan motorik dasar di tingkat sekolah dasar dan menengah, serta membangun fondasi yang kuat bagi perkembangan fisik dan sosial siswa. Oleh karena itu, pendekatan bermain dapat dianggap sebagai strategi yang sangat efektif untuk diterapkan dalam pembelajaran PJOK guna mencapai tujuan pendidikan jasmani yang lebih optimal.

4. KESIMPULAN

Pendekatan bermain terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga (PJOK). Pendekatan ini mampu meningkatkan motivasi belajar, hasil belajar, dan kemampuan motorik siswa. Dengan pendekatan bermain, siswa menjadi lebih termotivasi dan aktif dalam pembelajaran, serta lebih terampil dalam melakukan gerakan-gerakan yang diperlukan dalam PJOK. Guru-guru PJOK sebaiknya mempertimbangkan penggunaan pendekatan bermain dalam proses pembelajaran, karena pendekatan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menarik bagi siswa. Hal ini dapat membantu mencapai tujuan pendidikan jasmani yang lebih optimal.

Daftar Pustaka

- Aditya, R., Nugroho, A., Hasil, P., & Menggiring, B. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Menggiring Bola Pada Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah*, 7(2), 75–78.
- Amirudin, A. (2019). Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 17(2). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5711>
- Anderson, C., J. P., & S. T. (2020). Integrating play-based learning in physical education: A strategy for promoting cooperation and confidenc. *Journal of Sport Education*, 34(2), 22–34.
- Anggraeni, D., & Sutiyarsih, S. (2018). Peningkatan hasil belajar gerak dasar melempar melalui pendekatan bermain. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(1), 11–17. <https://doi.org/10.21831/jppi.v14i1.21340>
- Bhayangkara, C. D. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Dengan Pola Pendekatan Bermain Sd Al Hanief Kota Bekasi. *Jendela Olahraga*, 3(1), 57–66. <https://doi.org/10.26877/jo.v3i1.2033>
- Bryant, P., & E. M. (2018). B Overcoming challenges in implementing play-based learning in physical education. *International Journal of Educational Research*, 77, 120–134.
- Deci, E. L., & R. R. M. (2023). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.
- Fikri, M., Khairudin, Rasyid, W., & Astuti, Y. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan. *JP&O: Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 5(6), 74–82.
- Griggs, J., & H. A. (2022). Challenges in sustaining play-based approaches in physical education: A critical review. *Journal of Sport and Social Issues*, 46(1), 34–45.
- Harris, A., & K. S. (2017). (2017). The role of physical education in promoting health and social values. *Journal of Physical Education*, 45(3), 1–10.
- McMahon, J., & S. R. (2022). Play as a motivator: Enhancing intrinsic motivation in physical education. . . *Journal of Educational Psychology*, 54(4), 1080–1092.
- Panjaitan, K., & Fardana, N. (2023). Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Melalui Pendekatan Permainan dalam Pembelajaran Penjas. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 7(1), 54–61. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v7i1.6857>
- Prasetyo, K. (2016). Penerapan Pendekatan Bermain Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(3), 196. <https://doi.org/10.24246/j.scholaria.2016.v6.i3.p196-205>
- Rachmawati, E., & A. N. (2019). Assessing the development of social attitudes and fitness concepts through physical education. *Journal of Physical Education*, 10(3), 45–46.
- Rokhayati, A. (2016). Implementasi Pendekatan Taktis dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Terhadap Motivasi, Kebugaran Jasmani dan Kemampuan Motorik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(2), 57. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v1i2.5664>
- Saleh, A. E. (2015). Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Bolabasket Melalui Pendekatan Bermain One-Two Step Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 9 Semarang Tahun 2013. *E-Jurnal Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(1), 1522–1528.

- Semakur, Y. (2020). Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Gerak Dasar Lari Pada Siswa Kelas V Sd Katolik 041 Talibura. *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 01(11), 1-8.
- Suryani, R. (2017). The components of physical education learning outcomes: Cognitive, affective, and psychomotor aspects. *Indonesian Journal of Physical Education*, 5(2), 58-70.
- Vaughn, D., M. L. , & H. S. (2019). The effect of play-based learning on student engagement and physical education outcomes. *Journal of Sport Education*, 38(1), 78-88.
- Vygotsky, L. S. (1978). Interaction between learning and development. In *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press., 79-91.