

Analisis Keterampilan Gerak Non lokomotor Siswa Kelas II melalui Permainan Estafet Bola di Sekolah Dasar

Anesti Pratiwi^{a,1,*}, M. Syafruddin Kuryanto^{a,2}, Lintang Kironoratri^{a,3}

^a Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Muria Kudus, Jawa Tengah, 53927, Indonesia

¹ 201933065@std.umk.ac.id; ² syafruddin.kuryanto@umk.ac.id; ³ lintang.kironoratri@umk.ac.id

* corresponding author

ARTICLE INFO

Article history

Received 2026-07-26

Revised 2026-08-09

Accepted 2026-08-20

Keywords

Non-locomotor Movement
Ball Relay Game
Second-Grade Students
Physical Education
SD Negeri Kuwu 1

Kata kunci

Gerak Non lokomotor
Permainan
Estafet Bola
Siswa Kelas II
Pendidikan Jasmani
SD Negeri Kuwu 1

ABSTRACT

This study aims to analyze the non-locomotor movement skills of second-grade students at SD Negeri Kuwu 1 during a ball relay game and to identify the factors influencing these skills. The study employs a qualitative approach with a descriptive method. The subjects consisted of 19 students selected using purposive sampling (a type of non-probability sampling). Data were collected through observation, semi-structured interviews, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman model, with validity verified through triangulation. The results indicate that most students were capable of performing non-locomotor movements such as bending, twisting, arm circling, flexing, and maintaining balance although some students still required guidance regarding coordination and balance. These skills were influenced by individual factors, the school environment, family and social factors, and Physical Education (PJOK) instruction. The ball relay game has the potential to support the development of students' non-locomotor movement skills.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis keterampilan gerak non lokomotor siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1 dalam permainan estafet bola serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 19 siswa yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* jenis *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semi terstruktur, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman dengan uji keabsahan melalui triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu melakukan gerakan non lokomotor seperti membungkuk, berputar, mengayunkan lengan, menekuk, dan menjaga keseimbangan, meskipun beberapa siswa masih memerlukan bimbingan dalam koordinasi dan keseimbangan. Keterampilan tersebut dipengaruhi oleh faktor individu, lingkungan sekolah, keluarga dan sosial, serta pembelajaran PJOK. Permainan estafet bola berpotensi mendukung pengembangan keterampilan gerak non lokomotor siswa.

Artikel ini open akses sesuai dengan lisensi [CC-BY-SA](#)



PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran wajib yang diselenggarakan pada setiap jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga menengah atas. PJOK berfungsi untuk mengembangkan keterampilan motorik dasar siswa, salah satunya keterampilan

gerak non lokomotor. Pada masa kanak-kanak, penguasaan keterampilan gerak semakin banyak dikuasai, dan semakin tinggi keterlibatan anak dalam aktivitas yang mendukung gaya hidup aktif. Keterlibatan dalam aktivitas fisik tidak hanya berperan dalam pencegahan obesitas, tetapi berkontribusi pada pengembangan kemampuan kognitif (Rusmiyadi et al., 2021). Selain itu, menurut (Syafruddin et al., 2023), pendidikan jasmani di sekolah dasar bertujuan untuk memberikan pengalaman belajar gerak yang sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak. Dengan demikian, kemampuan motorik anak dapat berkembang secara maksimal.

Gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu gerak lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif. Gerak non lokomotor adalah gerakan yang tidak melibatkan perpindahan tubuh dari satu tempat ke tempat lain, seperti menghindar, menekuk, memutar, mengayunkan tubuh, menggoyangkan tubuh, menarik, mendorong, dan lain sebagainya. Keterampilan ini menjadi dasar bagi penguasaan keterampilan gerak yang lebih kompleks di jenjang berikutnya. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan gerak non lokomotor perlu diberikan melalui kegiatan pembelajaran yang menarik dan bermakna bagi siswa (Yunardi et al., 2024).

Salah satu bentuk kegiatan yang dapat menstimulasi keterampilan gerak non lokomotor adalah melalui permainan. Permainan tidak hanya memberikan kesenangan bagi anak, tetapi mendorong anak menjadi aktif, belajar membangun kerjasama, berkomunikasi, mengikuti aturan, serta mengembangkan rasa percaya diri dan tanggung jawab (Ervanda & Z, 2020). Permainan estafet bola merupakan salah satu permainan sederhana yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar karena melibatkan aktivitas fisik ringan, kerjasama kelompok, serta berbagai gerakan non lokomotor dalam pelaksanaannya.

Gerak non lokomotor adalah gerakan yang tidak berpindah tempat. Menurut Saputra dalam Hidayat (2019), gerak non lokomotor merupakan gerakan yang dilakukan di tempat tanpa ada ruang gerak yang melibatkan kemampuan seperti menekuk, meregang, mendorong, menarik, mengangkat, melipat, memutar, melingkar, dan mengayunkan. Menurut David L. Gallahue dan John G. Ozmun (2006), gerak non lokomotor atau stabilitas adalah gerakan yang dilakukan oleh tubuh tanpa berpindah tempat, di mana kompetensi keseimbangan harus tetap terjaga.

Gallahue dan Ozmun (2006) membagi gerak non lokomotor menjadi beberapa keterampilan, yaitu: (1) menghindar (*dodging*), yang melibatkan pergeseran cepat dari satu sisi ke sisi lain; (2) membungkuk (*bending*), yaitu menggerakkan tubuh atau anggota tubuh ke arah bawah atau samping; (3) berputar dan memutar (*twisting*), gerakan memutar tubuh pada sumbu tertentu; (4) menggoyangkan tubuh; (5) meregangkan otot (*stretching*); (6) menarik dan mendorong (*pulling and pushing*); serta (7) keseimbangan kaki (*static balance*). Indikator-indikator tersebut menjadi acuan dalam menganalisis keterampilan gerak non lokomotor siswa dalam penelitian ini.

Permainan estafet bola merupakan jenis permainan yang melibatkan tim atau kelompok yang

secara berurutan mengantarkan benda dari satu titik ke titik yang lain dalam jarak tertentu. Permainan estafet bola dilakukan dengan gerak tubuh seperti berlari dengan memegang bola untuk dipindahkan dari satu anak ke anak yang lain (Jafar & Aisyah, 2022). Permainan estafet bola adalah variasi permainan estafet yang menggunakan bola sebagai objek yang harus diberikan dari peserta satu ke peserta lainnya dalam tim (Prasetyo, 2022).

Bermain estafet bola bermanfaat bagi anak usia sekolah dasar karena melatih ketangkasan, mengembangkan koordinasi, melatih kecepatan, mengajarkan sikap kerjasama, meningkatkan kelincahan, serta membantu mengembangkan keterampilan motorik kasar. Permainan ini sangat sesuai digunakan sebagai media pengembangan keterampilan gerak non lokomotor karena dalam pelaksanaannya siswa secara alami melakukan berbagai gerakan seperti membungkuk, memutar badan, mengayunkan lengan, dan menjaga keseimbangan saat menerima maupun memberikan bola. Manfaat permainan estafet bola antara lain sebagai berikut (Sri Wahyuningsih, 2019) yaitu membangun sportifitas anak, melatih kemampuan mengamati, mengasah kepekaan anak, sebagai media bersosialisasi dengan teman, anak belajar bernyanyi mencocokkan ritme lagu dengan gerakan tangan. Selain itu, ada faktor yang mempengaruhi seperti faktor individu, faktor lingkungan sekolah, faktor keluarga dan sosial, serta faktor pembelajaran PJOK.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan di SD Negeri Kuwu 1 peneliti menemukan beberapa permasalahan dalam pembelajaran PJOK, khususnya terkait keterampilan gerak non lokomotor siswa. Permasalahan tersebut antara lain: sebagian siswa belum mampu melakukan gerak non lokomotor dengan baik, koordinasi gerak masih rendah, serta keterbatasan sarana dan prasarana pembelajaran PJOK. Jumlah alat yang tersedia terbatas sehingga siswa menunggu giliran cukup lama, yang berdampak pada kurangnya kesempatan berlatih gerak non lokomotor. Selain itu, dari sisi guru masih terdapat keterbatasan waktu pembelajaran sehingga latihan gerak non lokomotor belum optimal.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan keterampilan siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1 dalam melakukan setiap jenis gerakan non lokomotor pada permainan estafet bola; dan (2) mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan gerak non lokomotor siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1 dalam permainan estafet bola.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan secara mendalam keterampilan gerak non lokomotor siswa kelas II dalam permainan estafet bola, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya, tanpa menguji hipotesis maupun menganalisis hubungan sebab-akibat (Ardiansyah et al., 2023).

Subjek dan Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Kuwu 1 yang beralamat di Desa Kuwu, Kecamatan Dempet, Kabupaten Demak. Subjek penelitian adalah siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1, yang berjumlah 19 siswa, terdiri dari 9 siswa laki-laki dan 10 siswa perempuan berusia 8 tahun. Permainan dilakukan secara berkelompok dengan 4-5 orang per kelompok. Pemilihan lokasi dan karakteristik subjek dipilih secara sengaja (*Purposive Sampling*) berdasarkan relevansi dengan tujuan penelitian, bukan secara acak. Teknik ini termasuk dalam kategori sampling non-probabilitas, yaitu pemilihan sampel pada kriteria tertentu. Dalam hal ini, sampel yang dipilih adalah siswa kelas II yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Berdasarkan pada temuan permasalahan nyata terkait keterampilan gerak non lokomotor siswa serta kesesuaian dengan fokus penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: (1) Observasi partisipan, peneliti terlibat langsung dalam kegiatan pembelajaran PJOK untuk mengamati keterampilan gerak non lokomotor siswa dalam permainan estafet bola; (2) Wawancara semi terstruktur, dilakukan terhadap guru PJOK dan siswa kelas II; serta (3) Dokumentasi, berupa foto, video, catatan lapangan, daftar hadir, dan dokumen lain yang relevan (Sugiyono, 2022). Penelitian dilaksanakan dalam dua kali pertemuan pembelajaran, yaitu pada tanggal 8 Januari 2026 dan 15 Januari 2026.

Keabsahan Data dan Analisis

Keabsahan data dijamin melalui triangulasi sumber (guru PJOK dan siswa), triangulasi teknik (observasi, wawancara, dan dokumentasi), dan triangulasi waktu (pengumpulan data pada dua waktu berbeda). Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman melalui tiga tahapan: reduksi data (merangkum dan memfokuskan data), penyajian data (dalam bentuk naratif dan tabel), dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Sugiyono, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi lokasi penelitian

SD Negeri Kuwu 1 merupakan sekolah dasar negeri yang terletak di lingkungan pedesaan Kecamatan Dempet, Kabupaten Demak. Sekolah ini memiliki 13 ruang kelas, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang guru, 1 ruang gudang, dan 4 kamar mandi siswa, serta lapangan sekolah yang digunakan untuk berbagai aktivitas fisik. Jumlah seluruh siswa SD Negeri Kuwu 1 adalah 303 siswa, yang terdiri dari 154 siswa laki-laki dan 149 siswa perempuan. Dimana jumlah siswa laki-laki lebih banyak dari siswa perempuan, Sementara itu, siswa kelas II berjumlah 19 siswa, serta subjek melibatkan guru PJOK. Visi sekolah adalah “Mencetak generasi yang beriman, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, cinta tanah air dan bangsa, berbudaya, berakhlak mulia, cerdas, jujur, dan bertanggung jawab.”

Keterampilan Gerak Non lokomotor Siswa dalam Permainan Estafet Bola

Berdasarkan hasil observasi pada pertemuan pertama (8 Januari 2026), peneliti memberikan penjelasan mengenai gerak dasar non lokomotor kepada siswa kelas II. Siswa terlihat sangat antusias mengikuti pembelajaran karena berkaitan dengan pelajaran olahraga. Pada pertemuan kedua (15 Januari 2026), kegiatan pembelajaran difokuskan pada praktik gerak non lokomotor dalam permainan estafet bola. Siswa melakukan berbagai jenis gerak non lokomotor, seperti menekuk, memutar badan, mengayunkan lengan, membungkuk, serta menjaga keseimbangan tubuh dalam posisi tertentu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik kelas II SD Negeri Kuwu 1 telah melakukan berbagai keterampilan gerak non lokomotor secara alami dalam permainan, namun sebelum diberikan penjelasan sebagian besar siswa belum memahami istilah dan manfaat gerak non lokomotor tersebut. Guru PJOK menyatakan: "*Anak-anak sebenarnya sudah sering melakukan gerak non lokomotor, baik saat pelajaran PJOK maupun saat bermain, hanya saja mereka belum mengetahui istilah dan manfaat dari gerakan tersebut.*" Selain itu diperkuat dengan wawancara pada salah satu anak di kelas II selaku peserta didik responden 1 mengatakan: "*Saya tidak tahu namanya, tapi saya sering melakukan gerakan membungkuk, mengayunkan tangan, memutar badan dan menjaga keseimbangan tubuh*".

Guru PJOK menyampaikan bahwa sebagian siswa sudah mampu melakukan gerak non lokomotor dengan cukup baik, namun masih terdapat beberapa peserta didik yang belum bisa melakukan gerakan secara tepat dan terkoordinasi. Hal ini disebabkan oleh perbedaan kemampuan motorik dan tingkat konsentrasi peserta didik. Berikut pernyataan dari guru PJOK: "*Kemampuan anak-anak itu berbeda-beda, ada yang cepat menangkap gerakan, ada juga yang harus diulang dan diberi contoh berkali-kali*". Selain itu diperkuat dengan wawancara pada salah satu anak di kelas II selaku peserta didik, Responden 1 mengatakan:

"Saya bisa melakukan gerakannya, tapi harus dilakukan berulang-ulang".

Responden 2 mengatakan:

"Saya bisa melakukan gerakan dengan cepat dan tepat"

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan gerak non lokomotor setiap peserta didik dipengaruhi oleh kemampuan motorik dan tingkat konsentrasi yang berbeda. Oleh karena itu, guru perlu memberikan latihan dan pendampingan secara bertahap agar seluruh siswa dapat menguasai gerakan dengan baik.

Guru PJOK mengatakan bahwa sebagian peserta didik sudah bisa melakukan gerakan secara tepat dan terkoordinasi.

"Ada sebagian siswa yang kesulitan dalam melakukan gerakan keseimbangan mungkin karena kurang konsentrasi dan lebih sering bercanda dengan teman atau tatanan barisan yang tidak sesuai dengan tinggi badan peserta didik".

Selain itu, diperkuat dengan wawancara pada salah satu anak di kelas II selaku peserta didik, Responden 1:

"Saya sulit melakukan gerakan karena teman yang didepan cukup tinggi, sehingga saya kesulitan untuk menerima bola dari teman".

Responden 2 mengatakan:

"Saya bisa menjaga keseimbangan karena punya tinggi badan yang sama".

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan menjaga keseimbangan siswa dipengaruhi oleh konsentrasi dan susunan barisan saat permainan. Barisan yang sesuai memudahkan siswa melakukan gerakan dengan baik.

Guru PJOK mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi siswa dalam melakukan gerak non lokomotor: *"Kemampuan gerak non lokomotor siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kemampuan individu, lingkungan sekolah, keluarga, serta pembelajaran PJOK yang diberikan kepada siswa"*. Selain itu diperkuat dengan wawancara pada salah satu anak di kelas II selaku peserta didik.

Responden 1 mengatakan:

"Saat bermain estafet bola di lapangan, saya merasa terganggu karena cuaca yang panas."

Responden 2 mengatakan:

"Saya senang bermain estafet bola di lapangan karena tempatnya lebih luas sehingga lebih leluasa bergerak."

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan gerak non lokomotor siswa dipengaruhi oleh faktor individu, lingkungan, dan proses pembelajaran. Selain itu, kondisi lapangan dan cuaca juga memengaruhi kenyamanan siswa saat mengikuti permainan estafet bola, sehingga dapat berdampak pada pelaksanaan gerak non lokomotor. Setelah diberikan penjelasan dan praktik secara langsung, peserta didik mulai mampu melakukan gerak non lokomotor dengan lebih terarah dan percaya diri.

Temuan ini sejalan dengan pendapat David L. Gallahue (2019) yang menyatakan bahwa gerak non lokomotor merupakan bagian dari fundamental movement skills yang berfungsi untuk melatih kontrol tubuh dan keseimbangan. Anak usia sekolah dasar sering melakukan gerakan tersebut, tetapi tetap memerlukan pembelajaran yang terstruktur agar keterampilannya berkembang secara optimal.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru PJOK SD Negeri Kuwu 1, diketahui bahwa proses pembelajaran PJOK khususnya pada materi gerak non lokomotor berlangsung dengan suasana yang menyenangkan dan mampu meningkatkan antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran. Salah satu metode yang digunakan adalah permainan estafet bola yang dinilai menarik sehingga siswa menjadi lebih aktif dan bersemangat selama kegiatan belajar berlangsung.

Hasil wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa permainan estafet bola memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan karena melibatkan kerjasama tim. Sebagian besar siswa telah terbiasa melakukan berbagai gerak non lokomotor, seperti membungkuk, memutar badan, mengayunkan lengan, dan menjaga keseimbangan tubuh, baik saat pembelajaran PJOK maupun dalam aktivitas sehari-hari. Namun demikian, masih terdapat beberapa siswa yang belum memahami istilah serta manfaat gerak non lokomotor meskipun telah sering melakukannya.

Guru PJOK menjelaskan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan gerak non lokomotor berbeda-beda. Sebagian siswa mampu melakukan gerakan dengan baik, cepat, dan tepat, sedangkan sebagian lainnya masih memerlukan bimbingan, contoh, serta pengulangan agar dapat melakukan gerakan dengan benar. Kesulitan yang dialami siswa umumnya berkaitan dengan kemampuan menjaga keseimbangan, tingkat konsentrasi, serta perbedaan tinggi badan antar siswa saat pelaksanaan permainan estafet bola.

Selain faktor kemampuan individu, terdapat beberapa faktor lain yang memengaruhi kemampuan gerak non lokomotor siswa, yaitu lingkungan sekolah, lingkungan keluarga dan sosial, serta proses pembelajaran PJOK yang diterapkan oleh guru. Ketersediaan fasilitas dan kondisi lingkungan belajar juga turut memengaruhi kenyamanan siswa dalam mengikuti pembelajaran. Meskipun fasilitas yang tersedia belum sepenuhnya memadai, siswa mengaku lebih nyaman melakukan permainan estafet bola di lapangan karena memiliki ruang gerak yang lebih luas.

Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa permainan estafet bola memberikan pengaruh positif terhadap pembelajaran gerak non lokomotor pada siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1. Permainan ini tidak hanya membantu meningkatkan keterampilan gerak non lokomotor, tetapi juga meningkatkan motivasi belajar, pemahaman materi, serta partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran. Setelah memperoleh penjelasan dan praktik secara langsung, siswa menunjukkan pemahaman yang lebih baik serta sikap yang positif terhadap pembelajaran gerak non lokomotor.

Faktor-Faktor yang Memengaruhi Keterampilan Gerak Non lokomotor

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK, faktor yang memengaruhi keterampilan gerak non lokomotor siswa dalam permainan estafet bola meliputi empat aspek utama. Pertama, faktor individu yang meliputi perbedaan perkembangan fisik, kemampuan motorik, keseimbangan, konsentrasi, dan keberanian peserta didik. Hal ini sesuai dengan pendapat Richard A. Schmidt dan Timothy D. Lee (2019) yang menyatakan bahwa kemampuan gerak dipengaruhi oleh kondisi individu serta pengalaman belajar yang diperoleh.

Kedua, faktor lingkungan sekolah, khususnya ketersediaan fasilitas dan kualitas suasana pembelajaran. Keterbatasan alat yang tersedia di SD Negeri Kuwu 1 menyebabkan siswa harus menunggu giliran cukup lama, sehingga mengurangi kesempatan berlatih. Menurut Husdarta (2021), pembelajaran PJOK yang dirancang dengan baik dan didukung sarana yang memadai dapat

meningkatkan keterampilan gerak dasar peserta didik. Ketiga, faktor keluarga dan lingkungan sosial. Anak yang terbiasa melakukan aktivitas fisik di rumah dan lingkungan sekitar cenderung memiliki keterampilan gerak yang lebih baik. Keempat, faktor pembelajaran PJOK itu sendiri, yang mencakup metode pengajaran, variasi aktivitas, dan penerapan permainan terstruktur dalam pembelajaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik kelas II SD Negeri Kuwu 1 melakukan berbagai keterampilan gerak non lokomotor selama permainan estafet bola. Gerakan memutar badan dilakukan ketika peserta didik mengarahkan tubuh ke teman untuk menerima atau mengoper bola. Gerakan mengayunkan lengan terlihat saat peserta didik mengoper bola ke teman berikutnya. Gerakan menekuk dilakukan dengan menekuk siku dan lutut saat menerima bola agar lebih mudah dikendalikan. Gerakan membungkuk tampak ketika peserta didik mengambil bola yang berada di bawah atau hampir terjatuh. Gerakan menjaga keseimbangan dilakukan agar tubuh tetap stabil saat menerima, membawa, dan mengoper bola sehingga permainan dapat berlangsung dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan sebagai berikut. Pertama, keterampilan gerak non lokomotor siswa kelas II SD Negeri Kuwu 1 berada pada kategori cukup hingga baik. Gerakan memutar badan, mengayunkan lengan, menekuk, membungkuk, serta menjaga keseimbangan sudah dapat dilakukan oleh sebagian besar siswa, meskipun masih terdapat beberapa siswa yang perlu peningkatan dalam aspek koordinasi dan keseimbangan. Siswa belum sepenuhnya memahami istilah dan manfaat gerak non lokomotor sebelum diberikan pembelajaran terstruktur. Kedua, permainan estafet bola terbukti mampu menstimulasi keterampilan gerak non lokomotor siswa, khususnya dalam kemampuan mengayun, membungkuk, berputar, keseimbangan kaki, dan menekuk. Aktivitas permainan yang bersifat kompetitif dan menyenangkan mendorong siswa untuk bergerak lebih aktif dan termotivasi. Ketiga, faktor yang memengaruhi keterampilan gerak non lokomotor siswa meliputi faktor individu, lingkungan sekolah, keluarga dan sosial, serta faktor pembelajaran PJOK. Disarankan kepada guru PJOK untuk lebih sering mengintegrasikan permainan yang kaya akan gerakan non lokomotor dalam rencana pembelajaran, serta memberikan perhatian khusus kepada siswa yang masih mengalami kesulitan. Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai agar setiap siswa memperoleh kesempatan berlatih yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, O., Hayati, T., & Nursihah, A. (2022). Hubungan Antara Aktivitas Dalam Bermain Estafet Bola Dengan Kecerdasan Kinestetik Anak. *AL IHSAN :Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3 (2), 70-81. <https://ejournal.uniib.ac.id/index.php/alihsan/article/view/1597>

- Dike, I. M., Putra, M. F., & Wandik, Y. (2023). Gerak Dasar dan Permainan Tradisional. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 22(4), 210-222. <http://dx.doi.org/10.20527/multilateral.v22i4.16466>
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. G. (2006). *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*. New York: McGraw-Hill.
- Ma'rifah, N., Rahmi, A., Isnawati., Aghnaita., Saudah., & Muzakki. (2022). Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Pendampingan Permainan Estafet Bola. *KREASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 7-11. <https://doi.org/10.51529/kjpm.v2i1.438>
- Prasetyo, A. J. (2022). *Permainan Estafet Bola dan Pengembangan Gerak Anak*. Skripsi. Universitas Muria Kudus.
- Rusmiyadi, R., Ma'mun, S., & Asroriyah, A. (2021). Analisis Gerak Dasar Fundamental Pada Siswa Kelas Atas Sekolah Dasar. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 141. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal/article/view/5555/3427>
- Saputri, D. N., Ardiyanto, A., & Prasetyo, S. A. (2024). Analisis Keterampilan Gerak Dasar Peserta Didik Kelas 2B. *Jurnal Cerdas Mendidik*, 3(1). <https://journal.upgris.ac.id/index.php/cm/article/view/18562>
- Taufik, M. I., Sonjaya, A. R., & Arifin, Z. (2026). Pengaruh permainan bola kecil terhadap peningkatan keterampilan motorik kasar pada siswa sekolah dasar. *Jendela Olahraga*, 11(2), 179–186. <https://doi.org/10.26877/jo.v11i2.450>
- Widodo, A., et al. (2020). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa PGSD Selama Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Kemampuan Gerak Non Lokomotor. *Bravo's Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, 8(4), 188-196. <https://doi.org/10.32682/bravos.v8i4.1728>
- Yunardi, Y., Rijaluddin, K., & Temmassonge, A. (2024). Pelatihan Gerak Lokomotor, Non Lokomotor dan Manipulatif. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 5(01), 119-126. <https://doi.org/10.53690/ipm.v5i01.372>