

EFEKTIVITAS MODEL PEMBELAJARAN BERBASIS LITERASI MOTORIK DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR PJOK KELAS V

Ma'ruf Fahrudin¹, Meirizal Usra², Wahyu Indra Bayu³, Hartati⁴, Herri Yusfi⁵

Universitas Sriwijaya Palembang^{1,2,3,4,5}

maruffahrudin354@gmail.com¹

ABSTRAK

Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar berperan penting dalam pengembangan kemampuan motorik dan karakter peserta didik, namun hasil pra penelitian menunjukkan rendahnya motivasi dan hasil belajar peserta didik akibat pendekatan pembelajaran yang masih konvensional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran berbasis literasi motorik terhadap motivasi belajar dan hasil belajar PJOK, serta pengaruhnya secara simultan. Penelitian menggunakan desain eksperimen *one group pretest–posttest* dengan sampel seluruh peserta didik kelas V SD Negeri Talang Nyamuk berjumlah 30 siswa. Data dikumpulkan melalui angket motivasi belajar PJOK dan tes keterampilan passing bawah bola voli yang valid dan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan *paired sample t-test* dan *MANOVA repeated measures* pada taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik berpengaruh signifikan terhadap peningkatan motivasi dan hasil belajar PJOK, baik secara parsial maupun simultan. Dengan demikian, model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif digunakan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK di Sekolah Dasar.

Kata Kunci: Hasil Belajar, Literasi Motorik, Motivasi.

ABSTRACT

Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning in elementary schools plays an important role in developing students' motor skills and character; however, the results of the preliminary study indicate low levels of students' motivation and learning outcomes due to the continued use of conventional instructional approaches. This study aims to examine the effect of a motor literacy-based learning model on students' learning motivation and PJOK learning outcomes, as well as its simultaneous effect on both variables. The study employed a one-group pretest–posttest experimental design with a sample consisting of all 30 fifth-grade students of SD Negeri Talang Nyamuk. Data were collected using a PJOK learning motivation questionnaire and a volleyball underhand passing skill test that were valid and reliable. Data analysis was conducted

using a paired sample t-test and repeated measures MANOVA at a significance level of 0.05. The results indicate that the implementation of the motor literacy-based learning model has a significant effect on improving students' motivation and PJOK learning outcomes, both partially and simultaneously. Therefore, the motor literacy-based learning model is effective in enhancing the quality of PJOK learning in elementary schools.

Keywords: *Learning Outcomes, Motor Literacy, Motivation.*

PENDAHULUAN

Masa Sekolah Dasar merupakan fase krusial dalam tumbuh kembang anak karena menjadi fondasi awal pembentukan pengetahuan, keterampilan, dan karakter. Pendidikan pada jenjang ini berperan strategis dalam pembangunan bangsa serta berkontribusi terhadap perkembangan fisik, intelektual, sosial, dan moral individu (Hartati et al., 2024). Anak usia 6–12 tahun mengalami perkembangan pesat pada berbagai aspek perkembangan, sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran penting dalam mengembangkan kemampuan motorik dasar, membiasakan pola hidup sehat, serta menanamkan nilai sportivitas dan kerja sama (Pongpalilu et al., 2023). Pembelajaran PJOK tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga pada pengembangan keterampilan gerak, pembentukan karakter, dan penanaman kesadaran hidup sehat sejak dini melalui pengalaman belajar yang menyeluruh, mencakup aspek fisik, emosional, dan sosial peserta didik (Siregar et al., 2024); (Ginanjari et al., 2024).

Keberhasilan pembelajaran PJOK sangat dipengaruhi oleh faktor internal peserta didik, khususnya motivasi belajar. Motivasi belajar merupakan energi psikologis yang berfungsi menggerakkan, mengarahkan, dan mempertahankan perilaku belajar peserta didik untuk mencapai tujuan pembelajaran (Nasir & Asri, 2023). Pada jenjang Sekolah Dasar, motivasi belajar sangat dipengaruhi oleh karakteristik perkembangan anak yang berada pada tahap operasional konkret, sehingga pembelajaran perlu dirancang secara kontekstual, menarik, dan melibatkan aktivitas fisik secara langsung (Slavin, 2018). Dalam konteks PJOK, motivasi belajar berperan penting dalam mendorong keterlibatan aktif peserta didik dalam aktivitas gerak serta keberanian menghadapi tantangan fisik.

Hasil pra penelitian di SD Negeri Talang Nyamuk menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik kelas V memiliki motivasi belajar PJOK yang rendah hingga sangat rendah, ditandai dengan perilaku pasif, minimnya antusiasme, serta rendahnya keterlibatan dalam aktivitas jasmani. Kondisi tersebut berdampak langsung pada hasil belajar yang belum optimal, baik pada ranah kognitif maupun psikomotorik, sebagaimana terlihat dari capaian nilai Sumatif Akhir Semester yang masih berada di bawah Kriteria Ketuntasan Minimum. Fenomena ini mengindikasikan adanya kelemahan dalam pendekatan pembelajaran yang masih didominasi metode konvensional, seperti ceramah dan pemberian tugas, tanpa mempertimbangkan karakteristik dan gaya belajar peserta didik yang beragam. Padahal, peran guru sebagai

pengembang pembelajaran sangat menentukan dalam merancang aktivitas yang menarik, efektif, dan mampu meningkatkan motivasi serta hasil belajar peserta didik (Hartati et al., 2017).

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa rendahnya motivasi, minat, dan keterlibatan peserta didik berdampak pada pencapaian hasil belajar PJOK yang tidak optimal (Trimantara, 2020); (Irawan et al., 2024). PJOK masih sering dipersepsikan sebagai mata pelajaran pelengkap akibat metode pembelajaran yang monoton, keterbatasan sarana, serta kurangnya perhatian terhadap aspek psikologis peserta didik (Galeko & Lengmani, 2025). Kondisi ini diperparah dengan pembelajaran yang lebih menekankan aspek teknis keterampilan olahraga dan mengabaikan dimensi afektif serta kognitif peserta didik (Siagian et al., 2025).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan inovasi pembelajaran yang mampu meningkatkan keterlibatan emosional dan motivasi intrinsik peserta didik. Salah satu pendekatan yang relevan adalah model pembelajaran berbasis literasi motorik. Literasi motorik bertujuan membentuk individu yang memiliki kompetensi gerak, pengetahuan, kepercayaan diri, dan motivasi untuk terlibat dalam aktivitas fisik secara bermakna sepanjang hayat (Whitehead, 2010). Pendekatan ini tidak hanya menekankan pada pelaksanaan gerak, tetapi juga pemahaman, refleksi, dan internalisasi nilai aktivitas fisik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa literasi motorik efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik, kebugaran jasmani, serta kebiasaan hidup aktif anak (Fajarwati & Arini, 2023); (Haris et al., 2025). Namun demikian, kajian yang secara spesifik menelaah pengaruh model pembelajaran berbasis literasi motorik terhadap motivasi dan hasil belajar PJOK peserta didik Sekolah Dasar masih terbatas.

Kebaruan (novelty) penelitian ini terletak pada pengujian empiris pengaruh model pembelajaran berbasis literasi motorik terhadap motivasi dan hasil belajar PJOK secara simultan pada peserta didik kelas V Sekolah Dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh model pembelajaran berbasis literasi motorik terhadap motivasi belajar, hasil belajar PJOK, serta pengaruhnya secara simultan. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian pembelajaran PJOK berbasis literasi motorik sebagai pendekatan holistik yang mengintegrasikan ranah kognitif, afektif, dan psikomotorik. Secara praktis, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi guru, sekolah, dan pemangku kepentingan pendidikan dalam merancang pembelajaran PJOK yang lebih inovatif, bermakna, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik Sekolah Dasar.

KAJIAN TEORI

Model pembelajaran berbasis literasi motorik dirancang untuk menumbuhkan dan meningkatkan kompetensi gerak peserta didik dengan cara yang terarah, aman, bermakna, serta memperhatikan keseimbangan aspek kognitif, afektif, sosial, dan fisik. Melalui pendekatan ini, peserta didik tidak hanya belajar menguasai berbagai bentuk

gerakan, tetapi juga memahami makna dan manfaat gerak bagi kesehatan, interaksi sosial, dan pengembangan diri, sehingga terbentuk kepribadian yang aktif, mandiri, dan berorientasi pada gaya hidup sehat sepanjang hayat (Valle-Muñoz et al., 2025).

Physical literacy merupakan konsep multidimensional yang mencakup kompetensi gerak, sikap dan motivasi (afektif), kemampuan berpikir kritis (kognitif), serta pengetahuan dan pemahaman terhadap aktivitas fisik. Karakteristiknya yang lintas usia menjadikan literasi fisik sebagai pendekatan pembelajaran yang holistik, karena mengembangkan aspek fisik, psikologis, dan sosial peserta didik secara terpadu. Literasi motorik tidak hanya menilai performa gerak, tetapi juga kesadaran, pemaknaan, dan partisipasi aktif individu dalam aktivitas jasmani sepanjang hayat (Edwards et al., 2017).

Konsep motor literasi atau *physical literacy* menempatkan keterampilan motorik sebagai fondasi penting bagi pembentukan pengetahuan dan kecakapan hidup peserta didik. Melalui penguasaan gerak yang baik, siswa mampu mengambil keputusan cerdas dan adaptif ketika berinteraksi dengan lingkungan fisik. Pendekatan ini tidak hanya menekankan keterampilan gerak, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif dan sadar dalam aktivitas fisik yang bermakna. Secara konseptual, literasi fisik mencakup dimensi emosional berupa motivasi dan rasa percaya diri, dimensi fisik berupa kompetensi gerak yang terampil, serta dimensi kognitif berupa pemahaman terhadap tujuan, manfaat, dan nilai aktivitas jasmani dalam kehidupan sehari-hari (Arufe-Giráldez et al., 2023).

Berdasarkan pendapat di atas, dinyatakan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik merupakan pendekatan pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengembangan kompetensi gerak secara menyeluruh dan bermakna. Model ini tidak hanya menekankan aspek keterampilan motorik, tetapi juga mengintegrasikan dimensi kognitif, afektif, sosial, dan fisik secara seimbang. Melalui pembelajaran yang aman, terarah, dan kontekstual, peserta didik diarahkan untuk memahami makna serta manfaat aktivitas fisik bagi kesehatan, interaksi sosial, dan pembentukan karakter aktif serta mandiri. Secara konseptual, literasi motorik atau *physical literacy* bersifat multidimensional dan lintas usia, mencakup kemampuan gerak, motivasi, pengetahuan, serta pemahaman terhadap aktivitas fisik sebagai bagian dari gaya hidup sehat sepanjang hayat. Dengan demikian, model pembelajaran berbasis literasi motorik berfungsi membangun kesadaran, kemampuan reflektif, dan keterlibatan aktif peserta didik dalam aktivitas jasmani, sekaligus mendukung pengembangan holistik yang mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial dalam pembelajaran PJOK.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan desain one group pretest–posttest pada seluruh peserta didik kelas V SD Negeri Talang Nyamuk yang berjumlah 30 siswa sebagai sampel jenuh, dilaksanakan pada September–Oktober 2025. Penelitian diawali dengan pretest untuk mengukur motivasi belajar PJOK dan keterampilan passing bawah bola voli, dilanjutkan dengan pemberian

perlakuan berupa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik selama beberapa pertemuan, dan diakhiri dengan posttest untuk melihat perubahan yang terjadi. Data dikumpulkan melalui angket motivasi belajar (afektif) dan tes praktik *passing* bawah bola voli (psikomotorik) yang telah memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Uji *paired sample t-test* digunakan untuk menguji peningkatan motivasi dan hasil belajar secara parsial, sedangkan MANOVA *repeated measures* digunakan untuk menguji pengaruh model pembelajaran secara simultan terhadap kedua variabel, dengan taraf signifikansi 5% dan dilengkapi perhitungan *effect size* untuk mengetahui besarnya pengaruh perlakuan.

HASIL PENELITIAN

Hasil Data Motivasi Belajar

Berdasarkan data motivasi belajar 30 peserta didik, diperoleh bahwa pada *pretest* nilai maksimum sebesar 85, nilai minimum 66, modus 77 dan 81, median 77,5, rentang 19, serta nilai rata-rata 76,9. Sementara itu, pada *posttest* nilai maksimum meningkat menjadi 99, nilai minimum 76, modus 91, median 91, rentang 23, dan nilai rata-rata 90,17. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan yang jelas pada motivasi belajar peserta didik setelah perlakuan diberikan. Jelasnya perhatikan tabel berikut.

Tabel 1
Motivasi Belajar

No	Keterangan	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	Sampel (N)	30	30
2	Nilai maksimum	85	99
3	Nilai minimum	66	76
4	Modus	77 dan 81	91
5	Median	77,5	91
6	Rentang	19	23
7	Rata-rata	76,9	90,2

Hasil Data *Passing* Bawah Bola Voli

Data hasil belajar keterampilan *passing* bawah bola voli dari 30 peserta didik, diperoleh bahwa pada *pretest* nilai maksimum sebesar 10, nilai minimum 4, modus 7 dan 8, median 8, rentang 6, serta nilai rata-rata 7,60. Selanjutnya, pada *posttest* nilai maksimum meningkat menjadi 15, nilai minimum 8, modus 11, median 11, rentang 7, dan nilai rata-rata 10,73. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan *passing* bawah bola voli peserta didik setelah diberikan perlakuan pembelajaran. Jelasnya perhatikan tabel berikut.

Tabel 2
Passing Bawah Bola Voli

No	Keterangan	Pretest	Posttest
1	Sampel (N)	30	30
2	Jarak lari terjauh	10	15
3	Jarak lari terdekat	4	8
4	Modus	7 dan 8	11
5	Median	8	11
6	Rentang	6	7
7	Rata-rata	7,6	10,7

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis 1 dilakukan untuk mengetahui efektivitas model pembelajaran berbasis literasi motorik dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas V pada mata pelajaran PJOK di SD Negeri Talang Nyamuk. Pengujian ini dilakukan dengan membandingkan skor motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik. Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS melalui uji *paired sample t-test*, yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* motivasi belajar peserta didik.

Tabel 3
Hasil Uji Hipotesis 1 (uji-t) keluaran SPSS
Paired Samples Test

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1 Post - Pre	13.1400	2.0063	.3663	12.3908	13.8892	35.872	29	.000	

(Sumber: pengolahan data primer, 2025)

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis 1 menggunakan uji *paired sample t-test*, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Nilai rata-rata selisih antara skor *posttest* dan *pretest* motivasi belajar peserta didik sebesar 13,14 dengan nilai t_{hitung} sebesar 35,872 pada derajat kebebasan (df) 29. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik. Jadi, model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas V pada mata pelajaran PJOK di SD Negeri Talang Nyamuk.

Setelah pengujian hipotesis 1, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis 2 yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas model pembelajaran berbasis literasi motorik

dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik pada materi passing bawah bola voli mata pelajaran PJOK kelas V di SD Negeri Talang Nyamuk. Pengujian hipotesis ini dilakukan dengan membandingkan nilai pretest dan posttest hasil belajar peserta didik menggunakan bantuan program SPSS melalui analisis *paired sample t-test*.

Tabel 4
Hasil Uji Hipotesis 2 (uji-t) keluaran SPSS
Paired Samples Test

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1 Post - Pre	3.133	.730	.133	2.861	3.406	23.500	29	.000	

(Sumber: pengolahan data primer, 2025)

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis 2 menggunakan uji *paired sample t-test*, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Nilai rata-rata selisih antara skor *posttest* dan *pretest* hasil belajar peserta didik pada materi *passing* bawah bola voli sebesar 3,133 dengan nilai t hitung sebesar 23,500 pada derajat kebebasan (df) 29. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil belajar peserta didik sebelum dan sesudah penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta didik kelas V pada materi *passing* bawah bola voli mata pelajaran PJOK di SD Negeri Talang Nyamuk.

Pengujian hipotesis 3 dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh secara simultan model pembelajaran berbasis literasi motorik terhadap motivasi dan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V di SD Negeri Talang Nyamuk. Pengujian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan serta besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat secara simultan. Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS yang meliputi pengujian prasyarat (uji normalitas multivariat, uji outlier multivariat, uji korelasi antar variabel terikat, dan uji Sphericity). Setelah terpenuhinya uji prasyarat dilanjutkan analisis MANOVA *repeated measures*, serta uji univariat (*Tests of Within-Subjects Effects*), dan penghitungan *effect size* menggunakan nilai *Partial Eta Squared* (η^2_p).

Hasil pengujian normalitas multivariat melalui SPSS hasil perhitungan jarak Mahalanobis (MAH_1), diperoleh nilai minimum sebesar 0,036 dan nilai maksimum sebesar 9,589. Sebagai kriteria pengambilan keputusan, nilai MAH_1 dibandingkan dengan nilai χ^2 ($\alpha = 0,001$; $df = 2$) $\approx 13,82$. Berdasarkan hasil uji jarak Mahalanobis, dinyatakan bahwa data memenuhi asumsi normalitas multivariat, karena seluruh nilai

Mahalanobis lebih kecil dari nilai Chi-Square pada taraf signifikansi yang ditetapkan. Oleh karena itu, data layak digunakan untuk analisis statistik MANOVA.

Setelah dilakukan pengujian normalitas multivariat, dilanjutkan pengujian korelasi antar variabel terikat juga menggunakan bantuan SPSS diperoleh koefisien $r = 0,696$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) pada jumlah sampel $N = 60$. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara motivasi belajar dan hasil belajar. Hubungan positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi motivasi belajar peserta didik, maka semakin tinggi pula hasil belajar yang dicapai, dan sebaliknya. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,01 menandakan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat signifikan secara statistik, sehingga korelasi yang terjadi bukan disebabkan oleh faktor kebetulan.

Berdasarkan terpenuhinya asumsi normalitas multivariat serta adanya korelasi yang signifikan antar variabel terikat, tahap analisis selanjutnya adalah melakukan uji Sphericity. Uji ini bertujuan untuk memastikan kesamaan varians perbedaan antar pasangan variabel terikat sebagai prasyarat dalam analisis statistik lanjutan, khususnya analisis multivariat atau *repeated measures*, sehingga hasil analisis yang diperoleh dapat diinterpretasikan secara optimal. Uji *Sphericity* dianalisis menggunakan program SPSS menunjukkan hasil *Bartlett's Test of Sphericity*, diperoleh nilai *Approximate Chi-Square* sebesar 38,147 dengan derajat kebebasan ($df = 1$) dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa matriks korelasi antar variabel bukan merupakan matriks identitas, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antar variabel yang dianalisis. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 mengindikasikan bahwa asumsi *sphericity* terpenuhi, sehingga varians perbedaan antar pasangan variabel terkait dapat dianggap sama. Dengan demikian, data penelitian memenuhi prasyarat untuk dilakukan analisis statistik lanjutan, khususnya analisis multivariat atau *repeated measures*. Selain itu, nilai *Kaiser-Meyer-Olkin* (KMO) sebesar 0,500 menunjukkan bahwa tingkat kecukupan sampel berada pada kategori cukup, sehingga data layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Setelah data penelitian dinyatakan memenuhi seluruh uji prasyarat analisis, meliputi normalitas multivariat, korelasi antar variabel terikat, serta uji sphericity, tahap analisis selanjutnya adalah melakukan uji MANOVA *repeated measures*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui perbedaan dan perubahan yang terjadi pada lebih dari satu variabel terikat secara simultan berdasarkan pengukuran berulang, sehingga pengaruh perlakuan yang diberikan dapat dianalisis secara komprehensif dan akurat. Uji MANOVA *repeated measures* juga menggunakan bantuan SPSS yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5
Multivariate Tests^b

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	.996	7151.292 ^a	2.000	57.000	.000
	Wilks' Lambda	.004	7151.292 ^a	2.000	57.000	.000
	Hotelling's Trace	250.923	7151.292 ^a	2.000	57.000	.000
	Roy's Largest Root	250.923	7151.292 ^a	2.000	57.000	.000
Tes	Pillai's Trace	.659	55.122 ^a	2.000	57.000	.000
	Wilks' Lambda	.341	55.122 ^a	2.000	57.000	.000
	Hotelling's Trace	1.934	55.122 ^a	2.000	57.000	.000
	Roy's Largest Root	1.934	55.122 ^a	2.000	57.000	.000

a. Exact statistic

b. Design: Intercept + Tes

Hasil uji MANOVA repeated measures pada tabel Multivariate Tests, diperoleh hasil pengujian terhadap efek Tes menggunakan beberapa kriteria statistik multivariat, yaitu *Pillai's Trace*, *Wilks' Lambda*, *Hotelling's Trace*, dan *Roy's Largest Root*. Hasil analisis menunjukkan bahwa untuk efek Tes, nilai Pillai's Trace sebesar 0,659 dengan nilai $F = 55,122$, derajat kebebasan (df hipotesis = 2; df error = 57), serta nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil yang konsisten juga ditunjukkan oleh kriteria lainnya, yaitu *Wilks' Lambda* = 0,341, *Hotelling's Trace* = 1,934, dan *Roy's Largest Root* = 1,934, yang seluruhnya memiliki nilai signifikansi $p = 0,000$. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 pada seluruh kriteria uji multivariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara multivariat pada variabel terikat yang dianalisis berdasarkan pengukuran *pretest-posttest*. Selain itu juga, hasil uji MANOVA repeated measures yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan, analisis dilanjutkan dengan uji lanjut *effect size* menggunakan bantuan SPSS. Uji *effect size* dilakukan untuk mengetahui besar kecilnya pengaruh perlakuan terhadap variabel terikat secara simultan, sehingga hasil analisis tidak hanya menggambarkan signifikansi statistik, tetapi juga memberikan gambaran mengenai makna praktis dan kekuatan pengaruh dari perlakuan yang diberikan.

Berdasarkan hasil analisis MANOVA repeated measures, diperoleh nilai *Partial Eta Squared* (η^2p) sebesar 0,659 pada seluruh kriteria uji multivariat, yaitu *Pillai's Trace*, *Wilks' Lambda*, *Hotelling's Trace*, dan *Roy's Largest Root*. Nilai tersebut menunjukkan besarnya pengaruh faktor *pretest-posttest* terhadap variabel terikat secara simultan. Mengacu pada kriteria interpretasi *effect size*, nilai $\eta^2p \geq 0,14$ dikategorikan sebagai pengaruh besar. Dengan demikian, nilai *Partial Eta Squared* sebesar 0,659 mengindikasikan bahwa faktor Tes memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap perubahan variabel motivasi belajar dan hasil belajar secara bersamaan. Selain itu, nilai

signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) pada seluruh kriteria uji menegaskan bahwa pengaruh tersebut signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan atau perubahan yang terjadi pada variabel terikat tidak hanya bermakna secara statistik, tetapi juga memiliki makna praktis yang kuat dalam konteks penelitian.

PEMBAHASAN

Model Pembelajaran Berbasis Literasi Motorik Berpengaruh Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas V

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas V pada mata pelajaran PJOK. Temuan ini dibuktikan melalui hasil pengujian hipotesis 1 menggunakan analisis *paired sample t-test* yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor motivasi belajar peserta didik sebelum dan sesudah penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik. Peningkatan motivasi belajar tersebut mengindikasikan bahwa pembelajaran PJOK yang dirancang secara aktif, bermakna, dan melibatkan peserta didik secara langsung mampu mendorong keterlibatan belajar yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data motivasi belajar awal peserta didik kelas V pada mata pelajaran PJOK berada pada nilai rata-rata 77,8 dengan kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik, peserta didik secara umum telah memiliki motivasi yang cukup baik dalam mengikuti pembelajaran PJOK. Motivasi awal tersebut terutama terlihat pada aspek ketekunan, usaha, dan sikap dalam menghadapi kesulitan, di mana peserta didik menunjukkan kemauan untuk berlatih, tidak mudah menyerah, serta memiliki keyakinan bahwa keterampilan gerak dapat ditingkatkan melalui latihan yang berkelanjutan. Namun demikian, pada aspek kesiapan dan kedisiplinan belajar masih ditemukan beberapa indikator dengan kategori sedang, seperti konsistensi kehadiran dan pengelolaan waktu belajar. Hal ini mengindikasikan bahwa motivasi awal peserta didik belum sepenuhnya stabil dan masih memerlukan penguatan melalui proses pembelajaran yang mampu menumbuhkan komitmen, tanggung jawab, serta keterlibatan belajar yang lebih konsisten. Setelah diterapkan model pembelajaran berbasis literasi motorik, motivasi belajar peserta didik mengalami peningkatan yang signifikan dengan nilai rata-rata mencapai 90,0 dan berada pada kategori sangat tinggi. Peningkatan ini terlihat merata pada seluruh aspek motivasi, mulai dari kesiapan mengikuti pembelajaran, ketekunan berlatih, sikap positif dalam menghadapi kesulitan, hingga perhatian dan keterlibatan aktif dalam proses pembelajaran. Peserta didik tampak lebih disiplin, lebih antusias mengikuti pembelajaran PJOK, serta menunjukkan kemauan yang kuat untuk terus memperbaiki keterampilannya.

Secara teoretis, peningkatan motivasi belajar tersebut terjadi karena literasi motorik (*physical literacy*) menekankan pengembangan motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman yang memungkinkan individu untuk

terlibat secara aktif dalam aktivitas fisik sepanjang hayat (Whitehead, 2010). Pembelajaran berbasis literasi motorik tidak hanya berorientasi pada pencapaian keterampilan gerak, tetapi juga pada pembentukan sikap positif dan motivasi intrinsik peserta didik terhadap aktivitas jasmani. Ketika peserta didik merasa mampu, percaya diri, dan memahami makna aktivitas fisik yang dilakukan, maka motivasi belajarnya akan meningkat secara alami.

Temuan ini sejalan dengan (Cairney et al., 2019) yang menyatakan bahwa literasi motorik memiliki hubungan yang kuat dengan motivasi belajar, keterlibatan aktif, dan keberlanjutan partisipasi peserta didik dalam pembelajaran PJOK. Peserta didik yang memiliki literasi motorik yang baik cenderung menunjukkan rasa senang, minat, dan dorongan internal untuk terlibat dalam aktivitas fisik, sehingga pembelajaran PJOK tidak lagi dipandang sebagai kewajiban, melainkan sebagai kebutuhan dan pengalaman yang bermakna. Demikian juga temuan (Adi S. et al., 2025) bahwa peserta didik dengan tingkat literasi motorik yang lebih baik cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi, karena mereka memahami tujuan dan makna dari aktivitas yang dilakukan. Hal yang serupa dikemukakan (Utama et al., 2023) bahwa partisipasi aktif dalam aktivitas fisik mampu merangsang minat, perhatian, dan keterlibatan emosional peserta didik, yang selanjutnya membantu meningkatkan motivasi belajar secara keseluruhan.

Penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik juga memberikan pengalaman belajar yang menekankan keterpaduan antara aktivitas fisik dan proses kognitif. Peserta didik tidak hanya melakukan gerakan, tetapi juga memahami tujuan gerak, aturan permainan, serta manfaat aktivitas yang dilakukan. Menurut (Ennis, 2015), pembelajaran PJOK yang bermakna (*meaningful physical education*) dapat meningkatkan motivasi belajar karena peserta didik merasa aktivitas yang dilakukan relevan, menantang, dan memberikan pengalaman keberhasilan. Kondisi ini mendorong peserta didik untuk terlibat secara aktif dan antusias selama proses pembelajaran.

Selain itu, model pembelajaran berbasis literasi motorik bersifat student-centered, sehingga peserta didik diberi kesempatan untuk bereksplorasi, bekerja sama, mengambil keputusan, dan merefleksikan pengalaman belajarnya. Pendekatan ini selaras dengan *Self-Determination Theory* yang dikemukakan oleh (Deci & Ryan, 2000), yang menyatakan bahwa motivasi belajar akan meningkat apabila kebutuhan dasar peserta didik terhadap otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial terpenuhi. Lingkungan belajar PJOK yang memberikan kesempatan berpartisipasi aktif dan umpan balik positif akan menumbuhkan motivasi intrinsik, ketekunan, serta sikap positif terhadap pembelajaran.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh temuan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa pemahaman peserta didik terhadap pentingnya literasi gerak dalam kehidupan sehari-hari menunjukkan peningkatan yang sejalan dengan bertambahnya motivasi belajar pada mata pelajaran PJOK. Peserta didik tidak hanya memahami konsep literasi gerak secara teoritis, tetapi juga mampu mengaitkannya

dengan aktivitas fisik yang mereka lakukan, sehingga menumbuhkan minat, kesadaran, dan kemauan untuk terlibat aktif dalam pembelajaran. Kondisi ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang diterapkan berhasil mendorong motivasi belajar peserta didik sekaligus menumbuhkan kesadaran akan pentingnya menjalani pola hidup aktif dan sehat sejak usia sekolah (Salahudin et al., 2025). Demikian juga studi (Siagian et al., 2025) bahwa literasi gerak tidak hanya meningkatkan keterampilan motorik dasar, tetapi juga memfasilitasi perkembangan aspek kognitif dan afektif yang mendukung motivasi, kepercayaan diri, serta pengambilan keputusan yang sehat terkait aktivitas fisik.

Berdasarkan hasil penelitian dan dukungan teori serta temuan penelitian terdahulu, dinyatakan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas V pada mata pelajaran PJOK. Model ini tidak hanya membantu peserta didik dalam mengembangkan kemampuan gerak, tetapi juga menumbuhkan motivasi, kepercayaan diri, dan sikap positif terhadap pembelajaran PJOK. Oleh karena itu, model pembelajaran berbasis literasi motorik layak diterapkan sebagai alternatif pembelajaran PJOK di sekolah dasar untuk meningkatkan kualitas proses dan hasil pembelajaran.

Model Pembelajaran Berbasis Literasi Motorik Berpengaruh Terhadap Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas V

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan dampak positif terhadap peningkatan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V. Peningkatan ini tercermin dari perbedaan yang signifikan antara kemampuan awal dan kemampuan akhir peserta didik setelah mengikuti pembelajaran dengan pendekatan literasi motorik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK yang dirancang secara terarah, aktif, dan bermakna mampu meningkatkan pemahaman serta penguasaan keterampilan peserta didik secara lebih optimal.

Penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan dampak positif terhadap peningkatan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V karena model ini menempatkan peserta didik sebagai subjek aktif dalam pembelajaran melalui pengalaman gerak yang bermakna. Aktivitas fisik yang dikemas dalam bentuk permainan mendorong keterlibatan kognitif, afektif, dan psikomotor secara terpadu sehingga proses belajar menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Selain itu juga, aktivitas pembelajaran melatih koordinasi mata dan tangan, ketepatan gerak, serta konsentrasi peserta didik. Peserta didik tidak hanya mempraktikkan keterampilan dasar gerak, tetapi juga belajar mengambil keputusan secara cepat dan tepat. Kondisi tersebut membantu peserta didik memahami konsep gerak dengan lebih baik sehingga penguasaan keterampilan dasar PJOK meningkat (Prasetyo et al., 2025).

Berdasarkan data statistik, nilai rata-rata hasil belajar peserta didik mengalami peningkatan dari 7,60 pada *pretest* menjadi 10,73 pada *posttest*. Peningkatan ini

menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis literasi motorik mampu membantu peserta didik memahami konsep dasar passing bawah bola voli secara lebih mendalam. Peserta didik tidak lagi sekadar meniru contoh gerakan dari guru, tetapi mampu mengaitkan prinsip gerak dengan praktik yang dilakukan. Menurut (Whitehead, 2010), literasi gerak (*physical literacy*) pada peserta didik merupakan konsep fundamental dalam pendidikan jasmani yang mencakup motivasi, kepercayaan diri, kompetensi gerak, pengetahuan, dan pemahaman untuk terlibat secara aktif dalam aktivitas fisik sepanjang hayat. Literasi gerak tidak hanya memandang keterampilan motorik sebagai tujuan akhir pembelajaran, tetapi sebagai sarana untuk membentuk individu yang sadar akan pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan, kebugaran, dan kualitas hidup.

Peningkatan nilai minimum dari 4 pada *pretest* menjadi 8 pada *posttest* mengindikasikan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan dampak yang signifikan bagi peserta didik dengan kemampuan awal rendah. Hal ini terjadi karena pembelajaran dirancang secara bertahap dan kontekstual, sehingga peserta didik diberi kesempatan untuk memahami gerakan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Proses refleksi dan umpan balik yang diberikan selama pembelajaran membantu peserta didik memperbaiki kesalahan gerak secara berkelanjutan. Sejalan dengan pendapat (Goodway et al., 2012), penguasaan keterampilan motorik dasar yang baik akan mempermudah peserta didik dalam mempelajari keterampilan olahraga spesifik serta meningkatkan keberhasilan belajar PJOK. Dengan kata lain, literasi gerak berperan sebagai jembatan antara kemampuan gerak dasar dan pencapaian hasil belajar yang optimal.

Selain itu, peningkatan nilai maksimum dari 10 menjadi 15 menunjukkan bahwa peserta didik dengan kemampuan lebih baik juga memperoleh ruang untuk mengembangkan keterampilannya secara optimal. Model pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan tantangan yang bervariasi melalui eksplorasi gerak dan latihan berulang yang bermakna, sehingga peserta didik mampu mencapai performa gerak yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan pendapat (Ennis, 2015), bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang bermakna (*meaningful physical education*) dapat meningkatkan hasil belajar karena peserta didik terlibat secara aktif dalam proses kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK yang berorientasi pada literasi motorik dan aktivitas bermakna mampu meningkatkan hasil belajar peserta didik sekolah dasar. Penelitian (Dudly et al., 2020) menunjukkan bahwa pendekatan literasi motorik berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kompetensi gerak dan pemahaman konsep PJOK. Demikian pula, penelitian (Putri et al., 2022) menyimpulkan bahwa pembelajaran PJOK yang mengintegrasikan aktivitas motorik bermakna dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik secara signifikan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan hasil belajar PJOK peserta didik

kelas V. Pembelajaran yang menekankan pada pengalaman gerak yang bermakna, pemahaman konsep, serta keterlibatan aktif peserta didik terbukti mampu meningkatkan kualitas hasil belajar PJOK. Oleh karena itu, penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik direkomendasikan sebagai salah satu pendekatan pembelajaran yang inovatif dan relevan untuk meningkatkan hasil belajar PJOK di sekolah dasar.

Model Pembelajaran Berbasis Literasi Motorik Secara Simultan Berpengaruh Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar PJOK Peserta Didik Kelas V

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik berpengaruh secara simultan terhadap motivasi belajar dan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V SD Negeri Talang Nyamuk. Kesimpulan ini diperoleh setelah seluruh uji prasyarat analisis terpenuhi, meliputi uji normalitas multivariat, korelasi antar variabel terikat, dan uji sphericity. Hasil uji normalitas multivariat berdasarkan jarak Mahalanobis menunjukkan bahwa seluruh data berada dalam batas normal, sehingga layak dianalisis menggunakan MANOVA. Selain itu, korelasi yang positif dan signifikan antara motivasi belajar dan hasil belajar mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut saling berkaitan dan berkembang secara bersamaan. Uji sphericity yang signifikan semakin menegaskan bahwa data memenuhi asumsi untuk analisis multivariat lanjutan.

Berdasarkan hasil uji MANOVA repeated measures, seluruh kriteria uji multivariat menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,05$. Hal ini menandakan adanya perbedaan yang signifikan secara simultan pada motivasi belajar dan hasil belajar PJOK antara pretest dan posttest, sehingga perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh nyata terhadap kedua variabel terikat. Besarnya pengaruh perlakuan diperkuat oleh hasil uji *effect size* dengan nilai *Partial Eta Squared* (η^2p) sebesar 0,659, yang termasuk dalam kategori pengaruh besar. Temuan ini menunjukkan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik memiliki dampak yang kuat dan bermakna secara praktis dalam meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar PJOK peserta didik secara bersamaan. Jadi, penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dalam meningkatkan motivasi dan hasil belajar PJOK secara simultan, sehingga layak dijadikan alternatif strategi pembelajaran PJOK di sekolah dasar.

Pengaruh simultan tersebut terjadi karena model pembelajaran berbasis literasi motorik menempatkan peserta didik sebagai pusat pembelajaran melalui keterlibatan aktif dalam aktivitas gerak yang terstruktur, variatif, dan bermakna. Peserta didik tidak hanya melakukan aktivitas fisik secara mekanis, tetapi juga didorong untuk memahami tujuan gerak, mengaitkan pengalaman motorik dengan konsep pembelajaran, serta merefleksikan proses belajar yang dialami. Kondisi ini mampu meningkatkan rasa senang, percaya diri, dan keterlibatan emosional peserta didik, yang pada akhirnya berdampak langsung pada peningkatan motivasi belajar.

Peningkatan motivasi belajar tersebut selanjutnya berkontribusi terhadap peningkatan hasil belajar PJOK, karena peserta didik yang termotivasi cenderung lebih

fokus, aktif, dan konsisten dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini sejalan dengan pendapat (Hidi & Renninger, 2006), motivasi dan minat belajar yang berkembang secara positif akan mendorong keterlibatan belajar yang lebih mendalam dan berdampak langsung pada pencapaian hasil belajar. Dalam konteks PJOK, pembelajaran berbasis literasi motorik mampu menciptakan pengalaman belajar yang bermakna, sehingga peserta didik terdorong untuk memahami, mempraktikkan, dan mengembangkan keterampilan gerak secara optimal.

Selain itu, pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan ruang bagi peserta didik untuk mengaitkan pengalaman gerak dengan pemahaman konsep dan refleksi diri. Hal ini sejalan dengan pendapat (Kirk, 2013), menyatakan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani yang berorientasi pada pengalaman belajar bermakna dapat meningkatkan motivasi sekaligus hasil belajar peserta didik. Dengan demikian, penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik tidak hanya meningkatkan capaian akademik PJOK, tetapi juga memperkuat motivasi belajar sebagai fondasi pembelajaran jangka panjang.

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis dan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik berpengaruh signifikan terhadap motivasi dan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V di SD Negeri Talang Nyamuk. Model ini terbukti efektif dalam menciptakan proses pembelajaran PJOK yang aktif, bermakna, dan berorientasi pada pengembangan peserta didik secara holistik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran berbasis literasi motorik efektif dapat meningkatkan motivasi belajar PJOK peserta didik kelas V di SD Negeri Talang Nyamuk. Peningkatan motivasi ditunjukkan oleh perubahan kategori dari tinggi menjadi sangat tinggi, yang tercermin pada aspek kesiapan belajar, ketekunan berlatih, perhatian, dan keterlibatan aktif peserta didik selama pembelajaran. Selanjutnya, model pembelajaran berbasis literasi motorik terbukti efektif dalam meningkatkan hasil belajar PJOK, khususnya pada materi passing bawah bola voli. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest pada nilai rata-rata, nilai minimum, dan nilai maksimum, sehingga menunjukkan peningkatan pemahaman konsep gerak dan ketepatan pelaksanaan keterampilan passing bawah. Secara simultan, model pembelajaran berbasis literasi motorik berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar dan hasil belajar PJOK peserta didik kelas V. Hasil analisis MANOVA repeated measures menunjukkan nilai signifikansi $p < 0,05$ dengan nilai Partial Eta Squared (η^2p) sebesar 0,659 yang termasuk kategori pengaruh besar, sehingga dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran berbasis literasi motorik memberikan dampak yang kuat dan bermakna dalam meningkatkan motivasi dan hasil belajar PJOK secara bersamaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi S., Soenyoto, T., Yuwono, C., & Nurhasono, T. (2025). Exploring Physical Literacy, Physical Activity, Motivation, and Learning Outcomes in Elementary School Physical Education. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 6(1), 66–76. [https://doi.org/0.25299/es:ijope.2025.vol6\(1\).17879](https://doi.org/0.25299/es:ijope.2025.vol6(1).17879)
- Arufe-Giráldez, V., Sanmiguel-Rodríguez, A., Ramos-Álvarez, O., & Navarro-Patón, R. (2023). News of the Pedagogical Models in Physical Education -A Quick Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 20(3), 1–22. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032586>
- Cairney, J., Dudley, D. A., Kwan, M., & Bulten, R. (2019). Physical Literacy, Physical Activity and Health: Toward an Evidence-Informed Conceptual Model. *Sports Medicine*, 49(3), 371–383. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01063-3>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dudly, D., Cairney, J., Wainwright, N., Kriellaars, D., & Mitchell, D. (2020). Critical Considerations for Physical Literacy Policy in Public Health, Recreation, Sport, and Education Agencies. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(2), 224–231. <https://doi.org/10.1080/00336297.2016.1268967>
- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, Foundations and Associations of Physical Literacy: A Systematic Review. *Sports Med*, 47, 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
- Ennis, C. D. (2015). Knowledge, transfer, and innovation in physical literacy curricula. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2), 119–124. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.001>
- Fajarwati, A., & Arini, I. (2023). Model Pembelajaran Berbasis Lokomotor dalam Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Journal of Education Research*, 4(1), 317–324. <https://doi.org/10.37985/jer.v4i1.162>
- Galeko, M., & Lengmani, P. L. (2025). Motivasi Siswa Dalam Pelaksanaan Pelajaran PJOK: Kajian Literatur Perspektif Teori Self-Determination. *Jurnal Sinergi Olahraga Dan Rekreasi*, 1(1), 19–25. <https://doi.org/10.71094/jsor.v1i1.13>
- Ginanjar, S., Faridah, E., Kusmiyati, Iffah, N., Halim, A., Nova, A., S, A., Ginting, A., Manalu, N., Surimeirian, M. A., Fadhilah, M. E., Tajuddin, A. I., Indarto, P., Hardiyanto, L. P., Murtadho, A., Kurniawati, A., Indrakasih, Apriliyanto, R., Hasanah, I., ... Irfan. (2024). *Sehat dan Bugar Melalui Pendidikan Jasmani dan Olahraga* (A. Wijayanto, B. Priyono, M. S. Taufik, A. Syaifuddin, & H. Kodrat (eds.)). Akademia Pustaka. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11387822>
- Goodway, J. D., Ozmun, J. C., & Gallahue, D. L. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults*. McGraw-Hill Education.
- Haris, I. N., Yulianto, A. G., Rosti, Ernawati, & Khartha, A. (2025). Peran Literasi fisik dalam Pengembangan Motorik Anak Usia Dini. *Biomatika : Jurnal Ilmiah*

- Fakultas Keguruan Serta Ilmu Pendidikan*, 11(1), 44–51.
<https://doi.org/10.35569/biormatika.v11i1.2274>
- Hartati, Ar., D. A., & Syafaruddin. (2024). Development of Digital-Based PJOK Subject Teachbooks. *Halaman Olahraga Nusantara (HON)*, 7(2), 498–508.
<https://doi.org/10.31851/hon.v7i2.16231>
- Hartati, Aryanti, S., & Khadafi, A. R. (2017). Development Learning Model Variation Techniques of Volley Ball Services Using Visual Audio Media. *Proceedings of the 2nd International Conference on Sports Science, Health and Physical Education (ICSSHPE 2017)*, 53–58.
- Hidi, S., & Renninger, K. A. (2006). The Four-Phase Model of Interest Development. *Educational Psychologist*, 41(2), 111–127.
https://doi.org/10.1207/s15326985ep4102_4
- Irawan, D. C., Aziz, M. Z., & Wibisono, I. G. A. B. (2024). Hubungan antara Motivasi Siswa dengan Efektivitas Pembelajaran Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 105–115. <https://doi.org/10.54284/jopi.v3i2.303>
- Kirk, D. (2013). Educational Value and Models-Based Practice in Physical Education. *Educational Philosophy and Theory*, 45(9), 973–986.
<https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785352>
- Nasir, A., & Asri. (2023). *Belajar dan Pembelajaran*. KBM Indonesia.
- Pongpalilu, F., Hamsiah, A., Raharjo, Sabur, F., Nurlela, L., Akbar, J. S., Hakim, L., Waliulu, H., Hasanah, N., Maruddani, R. T. J., Suroso, Winata, E. Y., & Tresnawati, S. (2023). *Perkembangan Peserta Didik (Teori & Konsep Perkembangan Peserta Didik Era Society 5.0)*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Prasetyo, D. A., Basri, M. H., & Mas'odi. (2025). Efektivitas Pembelajaran Berbasis Permainan dalam Pengembangan Keterampilan Motorik Pada Pendidikan PJO. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, 2(3), 187–192.
<https://doi.org/10.61650/jptk.v2i3.762>
- Putri, M. A., Hidayah, N., & Pramono. (2022). Pengembangan Model Pembelajaran Fisik Motorik untuk Meningkatkan Literasi Gerak Dasar Lokomotor Anak Usia Dini. *Cakrawala: Jurnal Pendidikan*, 16(2), 131–142.
<https://doi.org/10.24905/cakrawala.v16i2.350>
- Salahudin, Satriawan, R., Shandi, S. A., Furkan, Irawan, E., Mulyadin, Anhar, & Nurfaigah. (2025). Peningkatan Literasi Gerak dan Pembelajaran PJOK yang Menyenangkan Dalam Program Penjas Berbagi. *TAROA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 117–124. <https://doi.org/10.52266/taroa.v3i1>
- Siagian, M. I., Ayu, M. S., Maulida, F., & Claudia, A. D. (2025). Jejak Literasi Gerak Dalam Pembelajaran PJOK Untuk Meningkatkan Kesadaran Tubuh Siswa Sekolah Dasar Melalui Studi Literatur Sistematis. *JiIC: Jurnal Intlek Insan Cendikia*, 2(6), 11651–11657.

<https://jicnusantara.com/index.php/jiic/article/view/3801>

- Siregar, H. L., Maya, M. D., Rif'an, M., Asmon, S. R. D., Fadilah, R., & Siregar, F. S. (2024). Analisis Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD 060877 Medan Perjuangan. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2713–2718. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1134>
- Slavin, R. E. (2018). *Cooperative Learning Teori & Praktik*. Nusa Media.
- Trimantara, I. K. B. (2020). Implementasi Model Pembelajaran TAI untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(1), 16–23.
- Utama, D. D. P., Doewes, M., Ekawati, F. F., & Németh, Z. (2023). Student Learning Motivation in Physical Education Learning Based on Physical Activity: A High School Analysis Study. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(2), 123–138. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v3i2.445>
- Valle-Muñoz, V. M., Mendoza-Muñoz, M., & Villa-González, E. (2025). Physical Literacy as a Pedagogical Model in Physical Education. *Children*, 12(1008), 1–27. <https://doi.org/10.3390/children12081008>
- Whitehead, M. (2010). *Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203881903>