

Happy Sport: Edukasi Aktivitas Fisik Sejak Dini bagi Siswa Sekolah Dasar

Happy Sport: Educating Elementary School Students on the Importance of Early Physical Activity

Reflina¹, Sulthon Zulkarnain Siregar¹, M Fauzan Zannurain¹, Putri Wardani¹, Indah Aini Wirdia¹, Muhammad Rijal Hasan Harahap¹

¹Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

ABSTRAK

Aktivitas fisik sejak usia sekolah dasar penting untuk mendukung kebugaran, perkembangan motorik, interaksi sosial, dan pembentukan kebiasaan hidup sehat. Artikel ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan program Happy Sport sebagai edukasi pentingnya aktivitas fisik sejak dini pada siswa SDN 055980 Aman Damai serta menafsirkan implikasi pedagogisnya. Kegiatan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR) sebagai kerangka partisipatif. Sosialisasi dilaksanakan pada siswa kelas VI B yang berjumlah 24 orang dan difasilitasi oleh mahasiswa Pendidikan Matematika UIN Sumatera Utara; tindak lanjut berupa senam bersama melibatkan warga sekolah. Data kegiatan bersumber dari observasi proses, respons lisan siswa, dan dokumentasi. Hasil deskriptif menunjukkan masih terdapat pemahaman yang sempit bahwa olahraga harus dilakukan dengan fasilitas khusus. Catatan kegiatan juga menunjukkan sekitar 90% siswa kelas sasaran melaporkan memiliki telepon genggam dan menggunakannya setelah pulang sekolah, sehingga keseimbangan antara aktivitas layar dan aktivitas gerak menjadi isu yang relevan. Program menghasilkan ruang dialog untuk memperluas pemahaman siswa bahwa berjalan, berlari, melompat, bermain aktif, dan senam merupakan bentuk aktivitas fisik yang dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan menegaskan pentingnya integrasi edukasi aktivitas fisik ke dalam budaya sekolah, meskipun perubahan perilaku jangka panjang belum diukur.

KATA KUNCI: Aktivitas fisik; olahraga anak; sekolah dasar; edukasi kesehatan; Participatory Action Research

ABSTRACT

Physical activity during elementary school years is important for physical fitness, motor development, social interaction, and the formation of healthy habits. This article describes the implementation of the Happy Sport program, which educated students at SDN 055980 Aman Damai about the importance of physical activity from an early age and examines its pedagogical implications. The activity used Participatory Action Research (PAR) as a participatory framework. The main socialization session involved 24 sixth-grade students and was facilitated by Mathematics Education students from UIN Sumatera Utara, followed by a school-wide group exercise activity. Data were drawn from process observations, students' oral responses, and activity documentation. Descriptive findings indicated that some students initially viewed sport as an activity that required specific facilities and equipment. Activity notes also indicated that approximately 90% of the target-class students reported owning mobile phones and using them after school, highlighting the need to balance screen-based routines with active movement. The program created a dialogic space to broaden students' understanding that walking, running, jumping, active play, and group exercise are accessible forms of physical activity. The findings support integrating physical-activity education into school routines, while long-term behavioral change was not measured.

KEYWORDS: Physical activity; children's sport; elementary school; health education; Participatory Action Research

ARTICLE HISTORY

Received: January 2024
Revised: February 2024
Accepted: February 2024
Published: 11 Maret 2024

CORRESPONDING AUTHOR

Reflina

Email: reflina@uinsu.ac.id

CITATION:

Reflina, R., Siregar, S. Z., Zannurain, M. F., Wardani, P., Wirdia, I. A., & Harahap, M. R. H. (2024). Happy Sport: Edukasi Aktivitas Fisik Sejak Dini bagi Siswa Sekolah Dasar. *Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.33487/mgr.v5i1.396>

COPYRIGHT:

This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License \(CC BY-SA\)](#).



PENDAHULUAN

Aktivitas fisik pada usia sekolah dasar tidak hanya berkaitan dengan kebugaran tubuh, tetapi juga menjadi bagian dari proses perkembangan motorik, sosial, emosional, dan pembentukan kebiasaan hidup sehat. Anak belajar mengelola tubuh, mengikuti aturan, bekerja

sama, menunggu giliran, berkomunikasi, dan menghadapi keberhasilan maupun kegagalan melalui permainan dan kegiatan gerak. Dalam lingkungan sekolah, pengalaman tersebut memiliki fungsi pendidikan karena aktivitas fisik dapat dipadukan dengan pembelajaran karakter dan interaksi sosial. Kamaruddin et al. (2023) menempatkan pendidikan jasmani sebagai salah satu konteks yang berkontribusi pada pengembangan karakter peserta didik sekolah dasar, sedangkan Dahlan et al. (2022) menekankan peran sekolah dan pendidikan jasmani dalam mendukung perkembangan kapasitas peserta didik secara lebih luas.

Kebutuhan untuk membiasakan aktivitas fisik semakin relevan ketika pola keseharian anak banyak berhadapan dengan aktivitas sedentari dan penggunaan perangkat digital. Kehadiran telepon genggam memberikan manfaat bagi komunikasi dan akses informasi, tetapi penggunaan yang dominan dapat mengurangi waktu bermain aktif apabila tidak diimbangi dengan rutinitas gerak. Mayar dan Sriandila (2021) mengingatkan bahwa perkembangan fisik-motorik anak membutuhkan stimulasi yang memadai, sedangkan Fitriani dan Adawiyah (2018) menempatkan aspek fisik-motorik sebagai bagian penting dari perkembangan anak. Perspektif ini menunjukkan bahwa aktivitas gerak sebaiknya tidak dipahami sebagai kegiatan tambahan, melainkan sebagai kebutuhan perkembangan yang perlu difasilitasi secara terencana.

Pada praktiknya, pemahaman anak mengenai olahraga tidak selalu luas. Olahraga kerap diasosiasikan dengan pertandingan, lapangan khusus, seragam, atau peralatan tertentu. Persepsi semacam ini dapat membuat anak menganggap aktivitas fisik hanya mungkin dilakukan ketika fasilitas formal tersedia. Padahal, berjalan, berlari, melompat, bermain kejar-kejaran, melakukan gerak berirama, dan senam merupakan bentuk aktivitas fisik yang dapat dilakukan dalam konteks keseharian. Saifuddin (2019) menekankan pentingnya aktivitas bermain dan bergerak bagi anak, sementara Nugraha (2015) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani pada usia dini perlu memberi kesempatan bagi anak untuk bergerak dan mengembangkan kemampuan fisiknya secara optimal.

Kondisi tersebut menjadi konteks pelaksanaan program Happy Sport di SDN 055980 Aman Damai. Program ini merupakan bagian dari Pengabdian Masyarakat Mandiri Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang dilaksanakan oleh mahasiswa Pendidikan Matematika. Kegiatan tidak hanya diarahkan pada penyampaian informasi mengenai manfaat olahraga, tetapi juga pada dialog dengan siswa untuk memperluas pemahaman bahwa aktivitas fisik dapat dilakukan melalui berbagai bentuk gerak sederhana yang dekat dengan kehidupan anak. Tindak lanjut program berupa senam bersama ditempatkan sebagai pengalaman langsung agar pesan yang disampaikan tidak berhenti pada pengetahuan verbal.

Pendekatan edukasi semacam ini relevan bagi sekolah dasar karena perubahan kebiasaan tidak cukup didorong melalui pesan normatif. Anak memerlukan contoh konkret, pengalaman menyenangkan, kesempatan bertanya, dan dukungan lingkungan sekolah. Soetjiningsih (2018) mengaitkan aktivitas fisik dengan kebutuhan stimulasi perkembangan, sementara Zubaida et al. (2022) menegaskan pentingnya pemasyarakatan olahraga untuk mendukung kesehatan. Sekolah dapat menjadi ruang strategis untuk membangun budaya bergerak karena kegiatan dapat dilakukan secara rutin, kolektif, dan terintegrasi dengan program pendidikan.

Kegiatan Happy Sport menghasilkan data yang terutama bersifat deskriptif. Karena tidak tersedia pengukuran pretest-posttest atau pemantauan perilaku jangka panjang, kajian ini tidak diarahkan untuk mengklaim efektivitas kausal. Fokus analisis adalah menjelaskan bagaimana edukasi aktivitas fisik dilaksanakan, respons apa yang muncul selama kegiatan, serta implikasi apa yang dapat dipertimbangkan oleh guru dan sekolah dasar. Pembedaan antara temuan deskriptif dan interpretasi pedagogis diperlukan agar kesimpulan tetap proporsional terhadap bukti yang tersedia.

Berdasarkan konteks tersebut, artikel ini bertujuan mendeskripsikan pelaksanaan Happy Sport sebagai program edukasi pentingnya aktivitas fisik sejak dini pada siswa sekolah dasar,

mengidentifikasi respons deskriptif siswa yang terdokumentasi selama kegiatan, dan membahas implikasinya bagi pengembangan budaya aktivitas fisik di sekolah.

METODE

Desain dan Konteks Kegiatan

Kegiatan menggunakan Participatory Action Research (PAR) sebagai kerangka partisipatif. PAR menempatkan keterlibatan komunitas sebagai bagian penting dalam proses identifikasi masalah, tindakan, dan refleksi (Faustyna, 2020). Dalam konteks program Happy Sport, partisipasi diwujudkan melalui interaksi langsung antara fasilitator dan siswa, sesi tanya jawab, serta aktivitas gerak bersama. Kegiatan dilaksanakan di SDN 055980 Aman Damai pada 15-21 Agustus 2023 sebagai bagian dari Pengabdian Masyarakat Mandiri UIN Sumatera Utara.

Partisipan dan Pelaksana

Sesi sosialisasi utama dilaksanakan pada siswa kelas VI B yang berjumlah 24 orang. Program pengabdian melibatkan 26 mahasiswa Pendidikan Matematika angkatan 2021, dengan lima mahasiswa bertugas langsung pada sesi sosialisasi: satu orang berperan sebagai pemateri dan mahasiswa lainnya membantu pengelolaan kelas. Tindak lanjut berupa senam bersama dilaksanakan pada apel pagi dan melibatkan siswa sekolah secara lebih luas. Analisis difokuskan pada kelas VI B karena respons deskriptif yang tersedia berasal dari kelas tersebut.

Prosedur Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas penyampaian materi, dialog dan tanya jawab, penegasan bentuk-bentuk aktivitas fisik yang mudah dilakukan, serta senam bersama sebagai tindak lanjut. Sosialisasi berlangsung pada jam pelajaran pertama setelah apel pagi dengan durasi sekitar 45-60 menit. Materi menekankan manfaat bergerak bagi kesehatan, pertumbuhan, kebugaran, dan kebiasaan hidup aktif. Setelah pemaparan, siswa diberi kesempatan menyampaikan pertanyaan. Salah satu respons penting muncul ketika seorang siswa menanyakan apakah olahraga harus dilakukan di lapangan dengan sepatu dan pakaian lengkap. Pertanyaan ini digunakan sebagai titik masuk untuk menjelaskan bahwa kegiatan sederhana seperti berjalan, berlari, bermain aktif, dan senam juga termasuk aktivitas fisik.

Tabel 1. Rangkaian Pelaksanaan Program Happy Sport

Tahap	Aktivitas Utama	Fokus Edukasi
Sosialisasi	Pemaparan mengenai pentingnya aktivitas fisik dan olahraga sejak dini	Kesehatan, pertumbuhan, kebugaran, dan kebiasaan hidup aktif
Dialog	Tanya jawab dengan siswa kelas VI B	Meluruskan persepsi bahwa olahraga harus menggunakan fasilitas khusus
Kontekstualisasi	Mengaitkan berjalan, berlari, melompat, permainan aktif, dan senam dengan aktivitas fisik	Mendekatkan konsep olahraga dengan kegiatan sehari-hari anak
Tindak lanjut	Senam bersama pada apel pagi	Memberi pengalaman gerak kolektif dan mendorong budaya aktif di sekolah

Sumber Data dan Analisis

Data yang tersedia dalam dokumentasi kegiatan bersifat deskriptif, meliputi pengamatan terhadap jalannya sosialisasi, respons lisan siswa selama sesi tanya jawab, informasi kebiasaan penggunaan telepon genggam yang disampaikan siswa, serta dokumentasi foto kegiatan. Data tersebut dianalisis secara deskriptif dengan mengelompokkan temuan ke dalam tema pemahaman tentang olahraga, kebiasaan aktivitas sehari-hari, bentuk partisipasi siswa, dan implikasi bagi praktik sekolah dasar. Karena kegiatan tidak menggunakan instrumen tes terstandar, skala sikap, ataupun pengukuran kebugaran, artikel ini tidak

melakukan pengujian statistik dan tidak menafsirkan temuan sebagai bukti perubahan perilaku jangka panjang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Edukasi dan Keterlibatan Siswa

Program Happy Sport dimulai dengan sosialisasi mengenai pentingnya aktivitas fisik bagi kesehatan dan perkembangan anak. Fasilitator menekankan bahwa kebiasaan bergerak sebaiknya dibangun sejak usia sekolah agar anak memiliki pengalaman positif terhadap aktivitas fisik. Kegiatan berlangsung secara komunikatif karena setelah penyampaian materi, siswa diberi ruang untuk bertanya dan menghubungkan materi dengan pengalaman mereka sendiri. Pendekatan ini penting pada pembelajaran sekolah dasar karena konsep kesehatan lebih mudah dipahami ketika dihubungkan dengan aktivitas konkret yang dilakukan anak sehari-hari.

Dokumentasi menunjukkan fasilitator berinteraksi langsung dengan siswa di ruang kelas dan tidak hanya menggunakan ceramah satu arah. Posisi dialogis tersebut memberikan peluang bagi guru atau fasilitator untuk mengidentifikasi cara berpikir siswa sebelum memberikan klarifikasi. Dalam pendidikan kesehatan, respons spontan siswa dapat menjadi data pedagogis yang bernilai karena menunjukkan bagian konsep yang masih perlu dijelaskan dengan bahasa yang lebih dekat dengan pengalaman anak.



Gambar 1. Sosialisasi pentingnya aktivitas fisik kepada siswa kelas VI B

Pemahaman Siswa tentang Makna Olahraga

Salah satu temuan paling informatif berasal dari pertanyaan siswa mengenai apakah olahraga harus dilakukan dengan bermain bola di lapangan serta menggunakan sepatu dan pakaian lengkap. Respons tersebut menunjukkan bahwa setidaknya sebagian siswa masih menghubungkan olahraga dengan kegiatan formal dan fasilitas tertentu. Pemahaman semacam ini berpotensi membatasi pilihan aktivitas anak, terutama ketika lingkungan rumah tidak memiliki lapangan atau peralatan olahraga.

Klarifikasi fasilitator memperluas konsep tersebut dengan menekankan bahwa aktivitas fisik dapat hadir dalam kegiatan sederhana, seperti berjalan, berlari, melompat, bermain kejar-kejaran, dan mengikuti senam. Penekanan ini selaras dengan kebutuhan perkembangan fisik-motorik anak. Fitriani dan Adawiyah (2018) menjelaskan pentingnya perkembangan fisik-

motorik pada usia dini, sedangkan Nugraha (2015) menempatkan pendidikan jasmani sebagai ruang untuk mengembangkan kemampuan gerak secara bertahap. Dari perspektif pendidikan sekolah dasar, pesan yang lebih inklusif tentang aktivitas fisik dapat membantu anak memahami bahwa bergerak tidak selalu membutuhkan biaya, perlengkapan khusus, atau kompetisi.

Penggunaan Gawai dan Kebutuhan Menyeimbangkan Aktivitas Harian

Catatan kegiatan menyebutkan bahwa sekitar 90% siswa dalam kelas sasaran menyatakan telah memiliki telepon genggam dan menggunakannya setelah pulang sekolah hingga menjelang malam. Angka tersebut berasal dari keterangan siswa selama kegiatan, bukan survei terstruktur, sehingga tidak tepat diperlakukan sebagai estimasi prevalensi yang dapat digeneralisasi. Meskipun demikian, informasi ini memberi petunjuk kontekstual bahwa aktivitas layar menjadi bagian kuat dari rutinitas harian siswa dan perlu diseimbangkan dengan kesempatan untuk bergerak.

Isu keseimbangan tersebut penting karena kesempatan bergerak berhubungan dengan perkembangan fisik dan sosial anak. Mayar dan Sriandila (2021) menekankan pentingnya pengembangan fisik-motorik sejak dini, sementara Saifuddin (2019) menempatkan permainan aktif di luar ruang sebagai salah satu bentuk aktivitas yang sesuai dengan karakteristik anak. Tantangan bagi sekolah bukan meniadakan teknologi, melainkan mengembangkan ritme harian yang memberi ruang cukup bagi aktivitas gerak, interaksi teman sebaya, dan pengalaman belajar di luar posisi duduk yang berkepanjangan.

Tabel 2. Temuan Deskriptif dan Implikasi Pedagogis

Temuan Deskriptif	Interpretasi	Implikasi bagi Sekolah Dasar
Sebagian siswa memandang olahraga memerlukan lapangan dan perlengkapan khusus	Konsep aktivitas fisik masih cenderung sempit	Guru perlu memberi contoh aktivitas gerak yang sederhana, murah, dan dekat dengan kehidupan anak
Sekitar 90% siswa kelas sasaran melaporkan memiliki telepon genggam*	Aktivitas layar merupakan bagian kuat dari rutinitas harian	Sekolah dapat membangun jeda aktif, permainan gerak, dan kegiatan fisik terjadwal
Siswa terlibat dalam tanya jawab	Dialog membantu mengungkap pemahaman awal siswa	Edukasi kesehatan sebaiknya memberi ruang pertanyaan dan refleksi, bukan hanya ceramah
Senam bersama dilaksanakan pada apel pagi	Rutinitas sekolah dapat menjadi titik masuk aktivitas fisik kolektif	Program sederhana dan berulang lebih realistis untuk membangun budaya bergerak

Catatan. *Persentase berasal dari keterangan informal siswa selama kegiatan, bukan survei terstandar.

Senam Bersama sebagai Tindak Lanjut Praktis

Pada hari berikutnya, program dilanjutkan dengan senam bersama pada apel pagi. Kegiatan ini penting karena memberikan contoh praktis bahwa aktivitas fisik dapat dilakukan secara kolektif, terstruktur, dan tanpa fasilitas kompleks. Senam juga memungkinkan seluruh siswa bergerak pada waktu yang sama sehingga pesan kesehatan yang disampaikan pada sesi kelas memperoleh penguatan melalui pengalaman langsung. Zubaida et al. (2022) menempatkan pemasyarakatan olahraga sebagai bagian dari upaya peningkatan kesehatan, sedangkan Kamaruddin et al. (2023) menunjukkan bahwa kegiatan pendidikan jasmani memiliki keterkaitan dengan aspek karakter dan perilaku sosial peserta didik.



Gambar 2. Senam bersama sebagai tindak lanjut program Happy Sport

Relevansi Pedagogis bagi Guru dan Sekolah

Temuan program menunjukkan bahwa edukasi aktivitas fisik akan lebih bermakna apabila memadukan pengetahuan, dialog, dan praktik. Pengetahuan memberi dasar mengenai manfaat bergerak; dialog membantu guru mengetahui persepsi siswa; sedangkan praktik memberi pengalaman nyata yang dapat diulang. Pola ini dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, proyek penguatan karakter, kegiatan kelas, maupun program kesehatan sekolah. Guru tidak selalu memerlukan program yang kompleks. Jeda gerak singkat, permainan tradisional, berjalan terarah, senam, atau tantangan aktivitas sederhana dapat menjadi bagian dari rutinitas sekolah sepanjang dilaksanakan secara aman dan sesuai usia.

Aspek lain yang menonjol adalah fungsi sosial aktivitas fisik. Permainan dan senam bersama memberi ruang untuk berinteraksi, mengikuti aturan, menyesuaikan gerak dengan kelompok, serta membangun rasa percaya diri. Kamaruddin et al. (2023) menempatkan pendidikan jasmani dalam hubungan dengan perkembangan karakter siswa sekolah dasar. Perspektif ini memperluas alasan mengapa sekolah perlu menyediakan waktu bergerak: manfaatnya bukan hanya mengurangi sedentari, tetapi juga memberi pengalaman sosial yang sulit digantikan oleh aktivitas individual berbasis layar.

Bagi keluarga dan sekolah, pesan yang lebih realistis adalah membangun keseimbangan, bukan mempertentangkan teknologi dengan olahraga. Telepon genggam dapat tetap digunakan untuk tujuan belajar atau komunikasi, sementara sekolah membantu siswa memiliki rutinitas gerak yang teratur. Program Happy Sport menunjukkan bahwa perubahan pemahaman dapat dimulai dari pertanyaan sederhana mengenai apa yang disebut olahraga dan dari pengalaman gerak yang menyenangkan. Kebiasaan sehat berpeluang tumbuh ketika pesan yang diterima anak konsisten antara sekolah, keluarga, dan lingkungan bermain.

Keterbatasan Kajian

Interpretasi hasil perlu dibatasi pada karakter data yang tersedia. Kegiatan dilaksanakan pada satu sekolah dan sesi sosialisasi utama berfokus pada satu kelas berjumlah 24 siswa.

Tidak terdapat pengukuran kondisi awal dan akhir, instrumen kebugaran, skala pengetahuan, atau observasi lanjutan yang dapat menunjukkan perubahan perilaku setelah program. Informasi mengenai kepemilikan dan penggunaan telepon genggam juga bersumber dari respons informal siswa. Atas dasar itu, artikel ini tidak menyimpulkan bahwa Happy Sport secara kausal meningkatkan kebugaran, kesehatan, atau karakter siswa.

Penelitian atau program lanjutan dapat memperbaiki desain evaluasi dengan menggunakan pretest-posttest pengetahuan, catatan aktivitas fisik, pedometer atau instrumen yang sesuai, observasi partisipasi, serta tindak lanjut beberapa minggu setelah intervensi. Pelibatan orang tua juga relevan untuk memahami pola aktivitas siswa di luar sekolah. Pengembangan semacam ini akan memungkinkan sekolah menilai bukan hanya penerimaan kegiatan, tetapi juga perubahan pengetahuan, kebiasaan, dan keterlibatan fisik secara lebih terukur.

KESIMPULAN

Program Happy Sport di SDN 055980 Aman Damai memperlihatkan bahwa edukasi aktivitas fisik dapat dilaksanakan melalui kombinasi sosialisasi, dialog, dan praktik gerak bersama. Respons siswa menunjukkan masih adanya pemahaman yang membatasi olahraga pada fasilitas dan perlengkapan tertentu, sementara catatan kegiatan mengenai penggunaan telepon genggam menegaskan pentingnya membantu siswa menyeimbangkan aktivitas layar dengan pengalaman bergerak. Klarifikasi bahwa berjalan, berlari, melompat, permainan aktif, dan senam merupakan bentuk aktivitas fisik memberi dasar pedagogis yang lebih inklusif dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa.

Kontribusi utama program terletak pada upaya menempatkan aktivitas fisik sebagai bagian dari budaya sekolah, bukan sekadar kegiatan kompetitif. Bagi guru sekolah dasar, kegiatan sederhana yang rutin dan menyenangkan dapat digunakan untuk mendukung kesehatan, perkembangan motorik, interaksi sosial, dan pembentukan kebiasaan aktif. Namun, bukti kegiatan masih bersifat deskriptif dan belum menunjukkan perubahan perilaku jangka panjang. Evaluasi berikutnya perlu menggunakan instrumen yang lebih terstruktur, melibatkan keluarga, dan melakukan pemantauan berkelanjutan agar dampak program dapat dinilai secara lebih kuat.

UCAPAN TERIMA KASIH / PENDANAAN / KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyampaikan terima kasih kepada SDN 055980 Aman Damai dan seluruh pihak yang mendukung pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Mandiri UIN Sumatera Utara. Kegiatan ini dilaksanakan dalam kerangka pengabdian masyarakat mandiri. Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam publikasi artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dahlan, F., Mahyuddin, R., & Muslim, M. (2022). The role of schools and physical education in supporting sports achievement: Literature review. *Jp.jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan)*, 6(1), 117-128.
- [2] Faustyna. (2020). *Metode penelitian kualitatif komunikasi (teori dan praktek)*. UMSU Press.
- [3] Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan fisik motorik anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(1), 25-34.
- [4] Kamaruddin, I., Susanto, N., Hita, I. P. A. D., Pratiwi, E. Y. R., Abidin, D., & Laratmase, A. J. (2023). Analysis of the influence physical education on character development of elementary school students. *At-Ta'dib*, 18(1), 10-17.
- [5] Mayar, F., & Sriandila, R. (2021). Pentingnya mengembangkan fisik motorik anak sejak dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 9769-9775.

- [6] Nugraha, B. (2015). Pendidikan jasmani olahraga usia dini. Jurnal Pendidikan Anak, 4(1).
- [7] Saifuddin, A. (2019). Pentingnya olahraga bagi anak. Pustaka Populer.
- [8] Soetjningsih, E. (2018). Manfaat olahraga bagi anak. Pustaka Pelajar.
- [9] Zubaida, I., Abi Fernanda, R., & Firdaus, W. W. N. (2022). Olahraga kesehatan: Memasyarakatkan olahraga untuk peningkatan kesehatan. Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA), 1(1), 11-17.