

Sosialisasi Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar) Berbasis Budaya Sunda bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Karawang

Ega Trisna Rahayu*, Rina Syafrida, Septiaji Raka Siwi

Universitas Singaperbangsa Karawang, Karawang, Jawa Barat, Indonesia

*Penulis korespondensi: ega.trisna.rahayu@staff.unsika.ac.id

Dikirim : 23 Desember 2024

Direvisi : 14 Februari 2025

Diterima : 15 Februari 2025

Abstrak: *Sosialisasi Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar) bertujuan untuk mengenalkan dan melestarikan budaya Sunda di lingkungan sekolah dasar dengan fokus pada peran guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Senam yang diadaptasi dari budaya Sunda dapat menjadi metode yang efektif untuk mengintegrasikan unsur-unsur tradisional dalam pembelajaran fisik. Hasil yang dicapai menunjukkan bahwa senam Sigempar dapat menjadi alat yang efektif untuk memperkenalkan dan melestarikan budaya Sunda kepada anak serta meningkatkan keterampilan motorik dan kebugaran fisik. Kegiatan ini memiliki potensi besar untuk diterapkan lebih luas sebagai bagian dari kurikulum pendidikan jasmani di sekolah-sekolah dasar di seluruh Jawa Barat dan bahkan Indonesia. Hal ini melibatkan guru PJOK yang memiliki peran penting dalam sosialisasi senam budaya Sunda, meskipun tantangan, seperti keterbatasan pengetahuan budaya dan kurangnya materi pelatihan perlu diatasi. Temuan ini menyarankan perlunya peningkatan pemahaman guru PJOK mengenai budaya lokal untuk mendukung keberlanjutan penerapan senam budaya Sunda di sekolah dasar.*

Kata kunci: *budaya Sunda, guru PJOK sekolah dasar, senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan, sosialisasi*

Abstract: *The socialization of the Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar) Gymnastics aims to introduce and preserve Sundanese culture in the elementary school environment, with a focus on the role of Physical Education, Sports and Health (PJOK) teachers. Gymnastics adapted from Sundanese culture can be an effective method for integrating traditional elements in physical learning. The results show that gymnastics can be an effective tool for introducing and preserving Sundanese culture to children, as well as improving motor skills and physical fitness. This activity has great potential to be implemented more widely, as part of the physical education curriculum in elementary schools throughout West Java and even Indonesia. This involves PJOK Teachers having an important role in the socialization of Sundanese cultural gymnastics, although challenges such as limited cultural knowledge and lack of training materials need to be overcome. These findings suggest the need to increase PJOK teachers' understanding of local culture to support the continued implementation of Sundanese cultural gymnastics in elementary schools.*

Keywords: *Ibing Gending Murangkalih Parahyangan gymnastics, elementary schools physical education teachers, socialization, Sundanese culture*

1. Pendahuluan

Indonesia diakui sebagai negara adidaya di bidang budaya oleh UNESCO. Perbedaan menjadi keniscayaan di Indonesia sebagai negara yang memiliki hampir 18.000 pulau, 1.300 lebih suku bangsa, lebih dari 1.200 bahasa, 6 agama, dan ratusan penganut kepercayaan. Oleh karena itu, toleransi menjadi pilar wajib penyokong perbedaan tersebut. Satu manfaat yang didapat dari ditetapkannya budaya Indonesia sebagai warisan dunia oleh UNESCO adalah meningkatnya jumlah kunjungan wisatawan asing ke Indonesia. Peningkatan sebesar 20% di sektor pariwisata adalah salah satu manfaat dari ditetapkannya beberapa budaya Indonesia sebagai warisan dunia oleh UNESCO (Akhmad & Yuliati, 2022).

Sejalan dengan hal itu, visi dan misi 20 tahun ke depan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan melalui Ditjen Kebudayaan ialah Indonesia bahagia, berlandaskan keanekaragaman budaya yang mencerdaskan, mendamaikan, dan membuat masyarakat sejahtera. Indonesia sangat kaya budaya daerah. Budaya daerah termasuk di dalamnya tradisi merupakan kekayaan bangsa sehingga sudah seharusnya dilestarikan. Tradisi dan budaya tersebut diwariskan secara turun-temurun dan diciptakan oleh nenek moyang kita sebagai sarana untuk pemujaan kepada Sang Pencipta, sebagai hiburan dan rekreasi. Tradisi dan budaya tersebut berupa bahasa, kesusasteraan, seni musik, lagu, tarian, mainan, rumah adat, permainan, olahraga, kuliner, dan sebagainya. Apabila dibiarkan, maka tidak mustahil warisan asli budaya tradisional akan punah dengan cepat (Sunarsih dkk., 2023).

Keragaman budaya Indonesia sangat besar dengan berbagai bentuk kearifan dan karya budaya sehingga menjadikan kebudayaan sebagai langkah pijak dalam pembangunan adalah sebuah kepatutan. Walau demikian, tanpa arah yang jelas, dasar pijakan tersebut akan perlahan bermetamorfosa tanpa bentuk sehingga dikhawatirkan tidak lagi menjadi kekuatan. Kebudayaan Indonesia diberi payung hukum pada tanggal 27 April 2017. Undang-Undang No 5 tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan menjadi dasar hukum untuk melestarikan dan memajukan kebudayaan Indonesia dengan bunyi “Negara memajukan kebudayaan Nasional Indonesia di tengah peradaban dunia dan menjadikan kebudayaan sebagai investasi untuk membangun masa depan dan peradaban bangsa demi terwujudnya tujuan nasional sebagaimana diamanatkan oleh Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945”. Setelah UU No 5 tahun 2017 tentang Pemajuan Kebudayaan disahkan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI, melalui Direktorat Jenderal Kebudayaan terus berupaya untuk membangun ekosistem kebudayaan Indonesia sebagai dasar hidup dan pembangunan bangsa. Berangkat

dari pernyataan “*Negara tidak menciptakan kebudayaan, masyarakat yang menciptakan*”, maka negara mulai memfasilitasi upaya-upaya penyusunan rancangan kebudayaan sebagai haluan Indonesia. Menempatkan budaya sebagai landasan pembangunan berarti setiap lini pembangunan Indonesia harus arif terhadap budaya itu sendiri. Kebudayaan sejatinya mencakup semua aspek dalam kehidupan manusia. Maka sudah seyogyanya, kebudayaan dilibatkan dalam setiap sektor pembangunan.

Mengenalkan budaya pada anak usia dini dapat dilakukan melalui memperlihatkan gambar kesenian, mengajarkan permainan tradisional, mengajak untuk mengunjungi museum atau situs bersejarah, dan sebagainya (Kartini dkk., 2023). Jika anak sudah mengetahui dan memahami keberagaman budaya yang dimiliki negaranya sendiri, hal tersebut dapat menumbuhkan rasa percaya diri pada anak sehingga kemungkinan kecil anak terpapar pada budaya asing lainnya. Jika sejak dini, anak sudah mampu mempraktikkan salah satu seni budaya yang ia ketahui, seperti dapat menarik tarian daerahnya, dapat bermain seni dari macam-macam daerahnya, dari situlah hal tersebut dapat menumbuhkan rasa cintanya pada bangsanya sendiri. Selain menumbuhkan rasa cinta terhadap bangsa dan negaranya melalui beragam seni budaya tersebut, orang tua dapat memberi pengertian dan dukungan pada anak mengenai seni apa yang ingin dikembangkan. Selain itu, orang tua dapat memberikan sebuah kesempatan pada anak untuk memilih atau memutuskan sendiri seni budaya yang ia ingin perdalam, hal ini juga akan melahirkan sikap tanggung jawab pada anak untuk menjaga budaya yang terdapat di negara itu sendiri. Maka, betapa pentingnya mengenalkan budaya bangsa sejak dini, karena generasi bangsa adalah pewaris negeri.

Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga Kabupaten Karawang disusun dengan mengacu kepada visi dan misi Pemerintah Kabupaten sehingga dalam pelaksanaannya terjadi saling menguatkan dan bersinergi untuk menumbuhkan dan mewujudkan masyarakat Kabupaten Karawang yang mandiri, maju, adil, dan makmur. Oleh karena itu, Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga Kabupaten Karawang menetapkan visi dan misi yang relevan dengan visi dan misi Pemerintah Kabupaten dan strategis dengan kondisi pendidikan, pemuda, dan olah raga di Kabupaten Karawang saat ini. Adapun visi Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olah Raga yang telah ditetapkan tersebut adalah sebagai berikut: “Terwujudnya Masyarakat Kabupaten Karawang yang Cerdas, Terampil, Berbudi Pekerti Luhur, dan Kompetitif”.

Berdasarkan hal tersebut, upaya untuk meningkatkan potensi Kabupaten Karawang pada bidang Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, melalui Program Hibah Pengabdian Kepada

Masyarakat Skema Peningkatan Keberdayaan Mitra (PkM) nonproduktif ekonomi di Universitas Singaperbangsa Karawang mengusulkan inovasi senam yang dibuat khusus untuk anak usia dini yang diiringi musik tradisional di Jawa Barat. Sementara itu, sampai saat ini belum ada senam berbasis pengenalan budaya yang diciptakan khusus untuk anak usia dini di Jawa Barat sehingga senam yang dibawa oleh para instruktur masih senam anak pada umumnya, gerakan dan musik belum mengarah pada kekhasan budaya Jawa Barat.

Perkembangan fisik motorik adalah kontrol gerakan tubuh melalui aktivitas saraf dan otot yang terkondisi (Maghfiroh dkk., 2019). Aktivitas fisik motorik didefinisikan sebagai aktivitas melalui gerakan dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Aktivitas fisik motorik merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang profesional dan memadai pada dominan-dominan pembelajaran, yaitu ranah psikomotor. Aktivitas fisik motorik pada hakikatnya merupakan proses pendidikan yang melalui aktivitas jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral serta untuk membina kesehatan dan kesadaran tentang lingkungan hidup. Aspek motorik adalah gerak yang memungkinkan seluruh anggota tubuh melakukan, sedangkan dalam perkembangan fisik motorik merupakan suatu proses pembelajaran untuk memaksimalkan gerak anggota tubuh (Sa'diyah, 2013). Kelebihan aspek perkembangan fisik motorik memberikan anak pengalaman untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar sehingga menempatkan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada posisi yang strategis sebagai media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, dan keterampilan motorik. Sehubungan dengan hal ini, dalam aspek fisik motorik, keterampilan yang muncul pada anak akan terus berkembang apabila mereka banyak terlibat secara intens dalam aktivitas fisik (Figuerroa & An, 2017).

Peningkatan pada kemampuan motorik kasar anak usia dini dapat dicapai dengan bantuan guru yang melakukan inovasi media pembelajaran. Teori belajar melalui lingkungan belajar yang inovatif merupakan teori konstruktivisme yang melihat perkembangan anak melalui pembelajaran (Rahayu, 2016). Penggunaan inovasi media pembelajaran dalam aktivitas fisik motorik merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh guru dalam rangka meningkatkan motivasi belajar anak usia dini, hal tersebut dilakukan oleh karena guru terkadang menemui anak yang kurang termotivasi dan bosan selama proses belajar mengajar (Enright & Sullivan, 2012). Salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik anak usia dini yang

dikaitkan dengan pelestarian budaya melalui pengenalan lagu-lagu daerah, yaitu melalui aktivitas ritmik atau senam. Senam merupakan kegiatan menggerakkan seluruh anggota badan dengan teknik dan gerakan yang tepat (Lestarinigrum, 2019).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa implementasi senam irama di Indonesia dalam rangka meningkatkan kemampuan fisik motorik dan pengenalan budaya bagi anak usia dini saat ini masih minim. Belum ada senam berbasis pengenalan budaya yang diciptakan khusus untuk anak usia dini di Indonesia, khususnya di Jawa barat. Selama ini, senam yang dibawakan oleh para instruktur masih senam anak pada umumnya, gerakan dan musik belum mengarah pada kekhasan budaya kearifan lokal sehingga untuk mengisi kekosongan tersebut, peneliti melalui Program Hibah Penelitian Terapan di Universitas Singaperbangsa Karawang mengusulkan inovasi senam yang dibuat khusus untuk anak usia dini yang diiringi musik tradisional Jawa Barat yang dinamakan "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" berbasis budaya Sunda.

Salah satu upaya untuk melestarikan budaya pada anak usia dini, yaitu melalui pengenalan lagu-lagu daerah. Lagu daerah yang peneliti pilih adalah lagu anak dalam bahasa sunda. Sehubungan dengan hal ini, lagu dipercaya sebagai medium yang tepat untuk membangun karakter anak. Oleh sebab itu, karakter kesundaan coba dibangun dengan memopulerkan lagu-lagu Sunda untuk anak-anak. Komposisi lagunya dikreasi dalam kawih Sunda yang telah akrab di masyarakat Jawa Barat. Lebih lanjut, akan terasa menyenangkan jika lagu-lagu tradisional tersebut diimplementasikan melalui kegiatan lain yang bermanfaat bagi anak, salah satunya adalah melalui aktivitas gerak.

Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan atau disingkat "Senam Sigempar" merupakan senam ibing bagi anak usia dini yang dibuat diiringi lagu berirama gamelan sunda bertujuan untuk mengenalkan dan melestarikan budaya sunda (Jawa Barat) sedari dini. Rangkaian gerakan senam dibalut dengan gerakan ibing penca yang merupakan gerakan jurus-jurus pukulan atau pencak silat khas Jawa Barat yang diberi waditra (instrumen gamelan) atau kawih sunda. Ibing pencak disusun dari beragam jurus aplikasi dengan memperhatikan unsur estetika sehingga Senam Sigempar dapat dikategorikan sebagai upaya untuk mengenalkan dan melestarikan budaya Jawa Barat di tatar pasundan. Manfaat lain dari Senam Sigempar, yaitu bertujuan untuk meningkatkan atau mempertahankan kemampuan fisik motorik anak usia 5-8 tahun.

2. Metode

Program Hibah Pengabdian Kepada Masyarakat Skema Peningkatan Keberdayaan Mitra (PkM) nonproduktif ekonomi bertema “Sosialisasi Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar) Berbasis Budaya Sunda Bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Karawang”. Kegiatan tersebut memberikan informasi terkait sosialisasi senam tersebut dalam aktivitas fisik motorik anak usia dini memberikan solusi permasalahan yang dihadapi mitra dalam implementasi keilmuan yang dimiliki oleh masing-masing anggota.

Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa dengan menggunakan metode penyuluhan atau sosialisasi. Pelaksanaan program ini disusun secara sistematis agar tujuan dari program ini tercapai, seperti survei lokasi PkM yang terletak di dinas pendidikan pemuda dan olahraga. Penyusunan program kerja pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilakukan setelah mengetahui potensi dan permasalahan yang ada pada subbidang pendidikan sekolah dasar. Sehubungan dengan hal ini, persiapan kegiatan PkM dikoordinasikan oleh semua pihak dalam kelompok PkM sehingga pelaksanaan PkM dilakukan sesuai dengan *rundown* kegiatan yang telah dibuat. Terakhir, penulisan laporan PkM sebagai langkah administratif dalam suatu kegiatan.

Evaluasi pelaksanaan program dan tindak lanjut pelaksanaan program dilakukan melalui pengukuran pemahaman mitra yang ditunjukkan dalam Tabel 1.

3. Hasil dan Diskusi

Kegiatan pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Singaperbangsa Karawang (Unsika) menggelar acara dengan tema “Sosialisasi Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar) Berbasis budaya Sunda bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar”.

Latar belakang terciptanya senam ini adalah teridentifikasi dari implementasi senam Irama di Indonesia dalam rangka meningkatkan kemampuan motorik kasar dan pengenalan budaya bagi anak usia dini saat ini masih minim. Belum ada senam berbasis pengenalan budaya yang diciptakan khusus untuk anak usia dini khususnya di Jawa Barat sehingga untuk mengisi kekosongan tersebut dirancang sebuah senam yang bernama Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan atau disingkat “Senam Sigempar”. Senam ini merupakan senam ibing bagi anak usia dini tingkat akhir dan SD tingkat awal yang dibuat mencakup gerakan

pemanasan, inti, dan pendinginan yang diiringi lagu tradisional: (a) Cing Cangkeling, (b) Oray-Orayan, (c) Tokecang, (d) Manuk Dadali, dan (e) Pileuleuyan yang bertujuan untuk mengenalkan dan melestarikan budaya Sunda di Jawa Barat. Rangkaian gerakan senam dipadukan dengan gerakan ibing pencak khas Jawa Barat yang diiringi dengan alat musik gamelan, sehingga Senam Sigempar selain bertujuan untuk meningkatkan motorik kasar anak, juga diharapkan dapat dilihat sebagai upaya memperkenalkan dan melestarikan budaya Jawa Barat.

Tabel 1. Evaluasi Pelaksanaan Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)

No	Program	Evaluasi Program
1.	Pemahaman tentang Urgensi Aktivitas Fisik Motorik pada Siswa Sekolah Dasar	Evaluasi yang dilakukan terkait sosialisasi "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Karawang dilakukan melalui penyampaian materi terkait urgensi aktivitas fisik motorik pada siswa sekolah dasar.
2.	Persiapan Penyusunan Gerakan "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda	Evaluasi penyusunan gerakan "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda, yaitu dengan cara melatih guru dalam memahami dan melakukan gerakan senam tersebut.
3.	Pelaksanaan Sosialisasi "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda Bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Karawang	Evaluasi sosialisasi "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar di Kabupaten Karawang, yaitu dengan cara memberikan modul gerakan "Senam Sigempar".

Senam Sigempar dirancang untuk mengembangkan keterampilan motorik anak sekaligus memberikan pemahaman awal mengenai budaya lokal (Sunda) di Jawa Barat melalui gerakan-gerakan yang terinspirasi oleh warisan budaya Parahyangan. Anak PAUD tingkat akhir dan SD tingkat awal tidak hanya mendapatkan manfaat fisik, tetapi juga dibekali pengetahuan dan apresiasi terhadap budaya Sunda. Gerakan-gerakan ibing pencak silat khas Jawa Barat pada senam ini dipadukan dengan irama gamelan Sunda yang menciptakan perpaduan antara olahraga dan pelestarian budaya sehingga dalam kebermanfaatannya Senam Sigempar tidak hanya mengembangkan aspek fisik, tetapi juga mengasah kemampuan koordinasi gerak serta

kecerdasan kinestetik anak-anak yang sangat penting dalam perkembangan motorik anak.

Program Sosialisasi "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" Berbasis Budaya Sunda bagi Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar" ini dilaksanakan di Kabupaten Karawang bersamaan dengan pelaksanaan perkemahan terpadu dalam rangka memperingati hari jadi Pramuka ke-63 yang diadakan oleh Kwartir Ranting, Kecamatan Klari, Kabupaten Karawang di Desa Belendung. Ketua Kwartir Ranting Klari, Sarma, S.Pd., menjelaskan bahwa perkemahan ini melibatkan ratusan peserta baik guru maupun siswa dari berbagai sekolah dasar dan menengah di Kecamatan Klari, Ciampel, Purwasari, dan Cikampek. Atmosfer perkemahan yang menyenangkan pada sesi senam pagi menciptakan suasana belajar yang interaktif dan menggugah minat (Al Qusyaeri dkk., 2022). Sehubungan dengan hal ini, anak-anak pun dapat lebih mengenal budaya Sunda, terlebih melalui gerakan Senam Sigempar.

Terciptanya program Senam Sigempar tidak hanya mendukung kesehatan dan perkembangan fisik anak, tetapi juga berkontribusi pada pelestarian budaya lokal sebagai bentuk dukungan akademisi di bidang Pendidikan Jasmani di Indonesia yang diakui sebagai negara adidaya budaya oleh The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). Tingkat partisipasi yang tinggi serta respon positif dari masyarakat menandakan bahwa kegiatan ini memiliki potensi besar untuk diterapkan lebih luas sebagai bagian dari kurikulum pendidikan jasmani di sekolah-sekolah dasar di seluruh Jawa Barat dan bahkan Indonesia sehingga pada akhirnya program hibah Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) Unsika melalui skema Peningkatan Keberdayaan Mitra nonproduktif ekonomi di Kabupaten Karawang berupaya untuk memberikan sumbangsih nyata dalam membina generasi muda yang tidak hanya sehat secara fisik, tetapi juga memiliki kesadaran tinggi akan pentingnya menjaga dan melestarikan kebudayaan. Pada akhirnya, melalui pengenalan budaya sejak dini, anak-anak diharapkan tumbuh dengan rasa percaya diri dan cinta tanah air yang kuat; sekaligus menjaga dan melestarikan warisan budaya bangsa di masyarakat. Gambar 1 memperlihatkan foto dokumentasi selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 1. Pelaksanaan Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat skema peningkatan keberdayaan mitra (PkM) nonproduktif ekonomi merupakan salah satu komponen dalam tridarma perguruan tinggi yang dilakukan oleh civitas academica Universitas Singaperbangsa Karawang. Berkaitan dengan hal ini, keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (PkM) diharapkan mampu membantu guru Pendidikan Jasmani dalam tingkat sekolah dasar untuk mengimplementasikan penerapan "Senam Ibing Gending Murangkalih Parahyangan (Sigempar)" berbasis budaya Sunda.

Daftar Referensi

- Akhmad, N.M. & Yuliati. 2023. Kerjasama Indonesia-Kamboja dalam Sektor Pariwisata Melalui Hubungan Bilateral dan Organisasi Wilayah ASEAN Tahun 1955-2018, *Jurnal Integrasi dan Harmoni Inovatif Ilmu-ilmu Sosial*, 2(10), 936–944.
- Al Qusyaeri, M.M., Yuda, A.K., Gani, R.A., & Resita, C. 2022. Model Senam Petani bagi Siswa SMA/SMK Melalui Multimedia Interaktif, *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 11(1), 49–62.
- Enright, E. & Sullivan, M.O. 2012. Physical Education “in All Sorts of Corners”: Student Activists Transgressing Formal Physical Education Curricular Boundaries, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 83(2), 37–41.
- Figuerola, R. & An, R. 2017. Motor Skill Competence and Physical Activity in Preschoolers: A Review, *Maternal and Child Health Journal*, 21(1), 136–146.

- Kartini, U., Fatkhurrohman, I., & Rondli, W.S. 2023. Pengembangan Metode Cerita Gambar Berbasis *Website* Interaktif dalam Kemampuan Bahasa Lisan dan Budaya Lokal bagi Anak PAUD, *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 9(2), 1112–1120.
- Lestarinigrum, A. 2019. Pengaruh Senam Bebek Berenang terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 3-4 Tahun, *Efektor*, 6(1), 1–6.
- Maghfiroh, L., Wulandari, T.R., & Maningtyas, R.T. 2019. Penerapan Permainan Lompat Ceria untuk Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK PKK 3 Gunungsari Pasuruan, *Jurnal PAUD: Kajian Teori dan Praktik Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 1–10.
- Rahayu, E.T. 2016. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani: Implementasi pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, *Alfabeta*, Bandung, 18.
- Sa'diyah, C. 2013. Penerapan permainan loncat karet gelang untuk meningkatkan motorik kasar pada anak kelompok B TK Islam Mutiara Surabaya, *PAUD Teratai*, 2(2), 1-8.
- Sunarsih, N.M., Meliani, N.K.D., & Rasiani, N.M. 2023. Peningkatan Pemahaman Kebudayaan Tradisional Bali untuk Siswa SD di Lingkungna Kelurahan Abianbase, *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 51–59.