



Pengaruh Permainan Tradisional Balakeh Terhadap Gerak Dasar Siswa Tunagrahita Ringan di SDN Gayungan 2/423 Surabaya

Dwi Hatmono¹, Doni Satria Nugraha², Dwi Sudiyanto Z³, Dwiki Syaibatul H⁴, Ega Masitha Surya A⁵, Heryanto Nur Muhammad⁶, Mohammad Hoiri⁷

¹⁻⁵ Pendidikan Profesi Guru PJOK Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁶ PJKR Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

⁷ SDN Gayungan 2/423 Surabaya, Indonesia

Email: dwi_hatmono94@gmail.com¹, donisatrian22@gmail.com², dwisudiyanto7273@gmail.com³, dwikyshift@gmail.com⁴, abrahamega98@gmail.com⁵, heryantomuhammad@unesa.ac.id⁶, hoirimoh@gmail.com⁷

Abstract: This study aims to investigate the impact of the traditional game Balakeh on the improvement of basic motor skills in students with mild intellectual disabilities at SDN Gayungan 2 Surabaya. The research employed a Classroom Action Research (CAR) approach with a One-Group Pretest-Posttest Design, involving 12 students with mild intellectual disabilities from grades 4, 5, and 6. The study was conducted in two cycles, each consisting of planning, implementation, observation, and reflection. The instruments used to measure basic motor skills included the Zig-Zag Run Test (agility), Static Flexibility Test (flexibility), and Standing Stork Test (balance). The results showed a significant improvement in all three aspects of motor skills after the implementation of the Balakeh game. On agility, the average time decreased from 11.13 seconds to 10.56 seconds, flexibility increased from 20.96 cm to 22.23 cm, and balance improved from 16.52 seconds to 17.45 seconds. The percentage of students meeting the completion criteria also increased, with agility reaching 83.33%, flexibility 91.67%, and balance 75%. These findings indicate that the Balakeh game is effective in enhancing basic motor skills in students with mild intellectual disabilities and can be integrated into adaptive PJOK education for children with special needs.

Keyword: Traditional Game, Balakeh, Basic Motor Skills, Mild Intellectual Disabilities, Physical Education, Inclusion, Adaptive Learning.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Balakeh terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar siswa tunagrahita ringan di SDN Gayungan 2 Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan desain One-Group Pretest-Posttest Design, yang melibatkan 12 siswa tunagrahita ringan dari kelas 4, 5, dan 6. Penelitian dilakukan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur keterampilan motorik dasar mencakup Zig-Zag Run Test (kelincahan), Static Flexibility Test (kelentukan), dan Standing Stork Test (keseimbangan). Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada ketiga aspek keterampilan motorik dasar setelah penerapan permainan Balakeh. Pada aspek kelincahan, waktu rata-rata menurun dari 11,13 detik menjadi 10,56 detik, kelentukan meningkat dari 20,96 cm menjadi 22,23 cm, dan keseimbangan meningkat dari 16,52 detik menjadi 17,45 detik. Persentase ketuntasan siswa juga meningkat, dengan kelincahan mencapai 83,33%, kelentukan 91,67%, dan keseimbangan 75%. Hasil ini menunjukkan bahwa permainan Balakeh efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik dasar siswa tunagrahita ringan dan dapat diintegrasikan dalam pembelajaran PJOK adaptif untuk anak-anak berkebutuhan khusus.

Kata Kunci: Permainan Tradisional, Balakeh, Gerak Dasar, Tunagrahita Ringan, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Inklusi, Pembelajaran Adaptif.

1. LATAR BELAKANG

Pendidikan memegang peran yang sangat penting dalam pembangunan suatu bangsa karena berfungsi untuk membentuk individu yang cerdas, berkarakter, dan memiliki daya saing tinggi. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan bertujuan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, dan mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Prinsip ini berlaku untuk seluruh warga negara tanpa terkecuali, termasuk peserta didik penyandang disabilitas. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2016 tentang Penyandang Disabilitas yang menegaskan bahwa penyandang disabilitas berhak mendapatkan pendidikan yang bermutu di semua jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tanpa diskriminasi.

Salah satu komponen penting dalam pendidikan dasar adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). PJOK berperan tidak hanya dalam membangun kebugaran jasmani, tetapi juga dalam menanamkan nilai-nilai sosial seperti sportivitas, kerja sama, dan inklusivitas. Melalui kegiatan PJOK, peserta didik dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik dan keterampilan motorik dasar yang penting untuk kehidupan sehari-hari. Bagi anak penyandang disabilitas intelektual, seperti tunagrahita ringan, pembelajaran PJOK adaptif menjadi instrumen penting dalam mendukung perkembangan motorik dan sosial mereka. Anak dengan tunagrahita ringan biasanya mengalami hambatan dalam koordinasi gerak, kelincahan, dan keseimbangan, sehingga diperlukan strategi pembelajaran yang kreatif dan menyenangkan.

Permainan tradisional merupakan salah satu alternatif pendekatan pembelajaran yang mudah diterapkan, bernilai edukatif, dan dapat diakses oleh semua kalangan. Balakeh, sebagai bentuk permainan tradisional lokal, berpotensi mendukung pengembangan aspek motorik anak melalui aktivitas fisik yang melibatkan gerakan seperti berlari, melompat, melempar, dan menangkap. Pengamatan awal peneliti di SDN Gayungan 2/423 Surabaya menunjukkan bahwa beberapa siswa tunagrahita ringan mengalami kesulitan dalam melakukan gerak dasar, seperti berlari zig-zag atau menjaga keseimbangan saat berdiri satu kaki. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada pemanfaatan permainan Balakeh sebagai sarana pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa tunagrahita ringan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur efektivitas permainan tradisional Balakeh dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar siswa tunagrahita ringan di SDN Gayungan

2/423 Surabaya. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan model pembelajaran PJOK yang adaptif, inklusif, dan berbasis kearifan lokal.

2. KAJIAN TEORITIS

Pendidikan Jasmani Adaptif

Pendidikan jasmani adaptif adalah bentuk modifikasi dari pembelajaran PJOK yang dirancang untuk memenuhi kebutuhan peserta didik dengan keterbatasan fisik, intelektual, atau sosial. Menurut Astuti dan Sugiarto (2017), pendidikan jasmani adaptif bertujuan untuk memastikan partisipasi aktif siswa berkebutuhan khusus dalam aktivitas jasmani yang disesuaikan dengan kemampuan mereka. Dalam praktiknya, pendekatan ini menggabungkan prinsip individualisasi, modifikasi aktivitas, dan dukungan lingkungan yang ramah disabilitas.

Tunagrahita Riingan dan Perkembangan Motorik

Tunagrahita ringan adalah kondisi keterbatasan intelektual dengan IQ antara 50–70, yang menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan kognitif dan motorik. Anak tunagrahita ringan cenderung mengalami kesulitan dalam mengontrol gerakan tubuh secara efisien, sehingga membutuhkan latihan fisik terstruktur yang sesuai (Sari & Lestari, 2019). Kesulitan ini dapat menghambat partisipasi mereka dalam aktivitas jasmani jika tidak ditangani dengan pendekatan yang tepat.

Permainan Tradisional Sebagai Media Pembelajaran

Permainan tradisional merupakan bagian dari budaya lokal yang mengandung unsur edukatif dan sosial. Permainan seperti Balakeh memadukan elemen kompetisi, kolaborasi, dan aktivitas fisik yang beragam. Sujarwo, Sulastri, dan Sari (2021) menyatakan bahwa permainan tradisional efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan, termasuk dalam hal koordinasi dan keseimbangan. Hal ini diperkuat oleh Kurniawati (2022) yang menekankan bahwa permainan tradisional mampu menciptakan pembelajaran yang bermakna karena bersifat kontekstual, menyenangkan, dan memperkuat identitas budaya.

Gerak Dasar dalam Pendidikan Jasmani

Gerak dasar merupakan keterampilan motorik fundamental yang mencakup gerakan lokomotor (misalnya berlari, melompat), non-lokomotor (misalnya menekuk, memutar), dan manipulatif (misalnya melempar, menangkap). Keterampilan ini menjadi fondasi bagi

perkembangan gerak yang lebih kompleks (Widodo & Sugianto, 2017). Pelatihan gerak dasar secara konsisten dan menyenangkan terbukti efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, termasuk yang memiliki hambatan intelektual.

Penelitian Terkait

Penelitian oleh Yulianingsih et al. (2020) menunjukkan bahwa penggunaan permainan tradisional dalam pembelajaran PJOK adaptif mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan secara signifikan. Demikian pula studi oleh Putri & Saputra (2021) mengungkapkan bahwa pendekatan pembelajaran yang mengintegrasikan budaya lokal dapat meningkatkan minat belajar dan keterlibatan siswa dalam aktivitas jasmani. Hal ini memperkuat pentingnya penggunaan metode pembelajaran berbasis permainan tradisional yang kontekstual dan menyenangkan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Setiap siklus terdiri atas empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Desain penelitian menggunakan One-Group Pretest-Posttest Design, yaitu dengan memberikan tes awal (pretest), pemberian perlakuan (treatment), dan tes akhir (posttest) kepada satu kelompok tanpa menggunakan kelompok kontrol.

Subjek dalam penelitian ini adalah 12 peserta didik tunagrahita ringan dari kelas 4, 5, dan 6 di SDN Gayungan 2/423 Surabaya. Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2024/2025. Perlakuan yang diberikan pada penelitian ini adalah permainan tradisional *Balakeh*, yang diterapkan dalam kedua siklus secara konsisten. Permainan ini digunakan sebagai metode pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar, meliputi kelincahan, kelentukan, dan keseimbangan.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga jenis pengukuran yang disesuaikan dengan aspek kemampuan gerak dasar yang diteliti. Untuk mengukur kelincahan peserta didik, digunakan Zig-Zag Run Test, yaitu tes yang menguji kemampuan bergerak cepat dan lincah dalam pola zig-zag di antara rintangan. Untuk mengukur kelentukan, digunakan Static Flexibility Test – Hip and Trunk, yang menguji fleksibilitas tubuh bagian pinggul dan batang tubuh dengan mengukur sejauh mana peserta didik dapat membungkukkan badan ke depan dalam posisi statis. Sedangkan untuk mengukur keseimbangan, digunakan Standing Stork Test, yaitu tes keseimbangan statis dengan

mengukur durasi peserta didik mampu berdiri bertumpu pada satu kaki dengan posisi stabil. Semua instrumen ini digunakan pada saat pretest dan posttest untuk melihat perubahan kemampuan gerak dasar setelah perlakuan diberikan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tes keterampilan gerak dasar (pretest dan posttest) serta observasi aktivitas pembelajaran. Data hasil pretest dan posttest digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan gerak dasar peserta didik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sedangkan data observasi digunakan untuk melihat keaktifan dan partisipasi siswa selama proses pembelajaran berlangsung.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Data hasil tes pretest dan posttest dihitung rata-ratanya untuk melihat peningkatan kemampuan gerak dasar siswa. Persentase ketuntasan belajar dihitung berdasarkan jumlah siswa yang mencapai nilai di atas Kriteria Ketuntasan Minimum (KKM). Pengolahan data dilakukan secara manual tanpa menggunakan bantuan perangkat lunak statistik seperti Excel, melainkan dengan menghitung nilai rata-rata, persentase, dan selisih peningkatan nilai secara langsung.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan tradisional Balakeh terhadap peningkatan aspek keterampilan motorik dasar, yaitu kelincahan, kelentukan, dan keseimbangan, pada siswa tunagrahita ringan kelas 4, 5, dan 6 di SDN Gayungan 2/423 Surabaya. Untuk memperoleh data yang relevan, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif melalui pengukuran pretest dan posttest yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan berupa pembelajaran dengan permainan Balakeh. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel untuk mempermudah interpretasi.

Tabel 1. Rata-Rata Hasil Pretest dan Posttest

No	Aspek yang Diukur	Rata-rata Pretest	Rata-rata Posttest	Peningkatan
1	Kelincahan	11,13 detik	10,56 detik	0,57 detik lebih cepat
2	Kelentukan	20,96 cm	22,23 cm	1,27 cm lebih baik
3	Keseimbangan	16,52 detik	17,45 detik	0,93 detik lebih lama

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa terdapat peningkatan pada ketiga aspek motorik dasar setelah siswa mendapatkan perlakuan melalui permainan Balakeh. Pada aspek kelincahan, rata-rata waktu lari zig-zag siswa menurun dari 11,13 detik menjadi 10,56 detik. Penurunan waktu tersebut menunjukkan adanya peningkatan dalam kemampuan siswa untuk berpindah arah secara cepat dan efisien. Kelincahan yang membaik ini mengindikasikan bahwa permainan Balakeh telah memberikan stimulus yang cukup terhadap sistem neuromuskular siswa, khususnya yang berkaitan dengan koordinasi dan kecepatan gerak.

Pada aspek kelentukan, terjadi peningkatan dari 20,96 cm menjadi 22,23 cm dalam tes sit and reach. Hal ini menandakan bahwa fleksibilitas tubuh siswa mengalami perbaikan setelah mengikuti rangkaian kegiatan permainan. Gerakan-gerakan dalam Balakeh yang melibatkan aktivitas membungkuk, menjangkau, dan memutar tubuh memberikan efek peregangan yang meningkatkan rentang gerak otot dan sendi siswa.

Aspek keseimbangan juga mengalami kemajuan yang signifikan, terlihat dari peningkatan rata-rata waktu berdiri satu kaki dari 16,52 detik menjadi 17,45 detik. Ini menunjukkan bahwa permainan Balakeh membantu memperkuat otot-otot penyangga tubuh serta meningkatkan kemampuan proprioseptif siswa. Perbaikan ini sangat penting bagi siswa tunagrahita ringan yang umumnya mengalami hambatan dalam mengontrol postur dan koordinasi tubuh.

Untuk mengukur efektivitas lebih lanjut, dilakukan analisis terhadap ketuntasan belajar siswa berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Data ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Persentase Ketuntasan Pretest dan Posttest

No	Aspek yang Diukur	Ketuntasan Pretest	Ketuntasan Posttest
1	Kelincahan	25%	83,33%
2	Kelentukan	41,67%	91,67%
3	Keseimbangan	33,33%	75%

Peningkatan ketuntasan pada ketiga aspek juga menunjukkan perubahan yang signifikan. Pada kelincahan, hanya 3 dari 12 siswa yang mencapai KKM saat pretest, namun setelah mengikuti pembelajaran dengan permainan Balakeh, 10 siswa berhasil mencapainya. Hal yang sama terjadi pada kelentukan, dari hanya 5 siswa menjadi 11 siswa yang tuntas. Pada keseimbangan, terdapat peningkatan dari 4 siswa menjadi 9 siswa yang mencapai KKM.

Data ini mengindikasikan bahwa pendekatan pembelajaran dengan media permainan tradisional dapat memberikan dampak positif terhadap hasil belajar siswa, bahkan untuk siswa dengan kebutuhan khusus seperti tunagrahita ringan. Permainan Balakeh yang dikembangkan secara adaptif berhasil menciptakan situasi belajar yang lebih menyenangkan, interaktif, dan bermakna bagi peserta didik.

Analisis lebih lanjut terhadap peningkatan individu siswa disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. Persentase Peningkatan Kelincahan, Kelentukan, dan Keseimbangan

No	Nama	Kelincahan (%)	Kelentukan (%)	Keseimbangan (%)
1	Juna	5,00%	6,82%	6,16%
2	Randu	4,98%	6,15%	5,79%
3	Kaisya	6,14%	6,52%	5,91%
4	Lala	5,24%	5,63%	5,65%
5	Nana	5,54%	5,36%	5,32%
6	Mahen	5,26%	5,26%	4,79%
7	Bintang	5,23%	5,76%	5,77%
8	Greta	4,95%	6,52%	5,34%
9	Arvano	4,79%	6,06%	5,60%
10	Alea	5,51%	6,82%	6,27%
11	Dika	5,50%	5,88%	5,77%
12	Reva	5,09%	5,53%	5,02%

Rata-rata peningkatan pada aspek kelincahan mencapai **5,26%**, kelentukan **6,08%**, dan keseimbangan **5,62%**. Secara umum, peningkatan ini menunjukkan konsistensi bahwa permainan Balakeh berdampak positif pada hampir semua siswa. Meskipun variasi peningkatan tiap siswa tidak terlalu besar, tetapi hal ini sudah mencerminkan kemajuan yang berarti mengingat keterbatasan perkembangan motorik yang dialami siswa tunagrahita ringan.

Temuan ini memperkuat teori pembelajaran motorik yang menyatakan bahwa pembelajaran akan lebih efektif apabila dilakukan dalam suasana yang menyenangkan dan penuh keterlibatan aktif. Seperti yang diungkapkan oleh Sukintaka (2011), permainan merupakan metode alami bagi anak untuk belajar menggerakkan tubuh, mengembangkan koordinasi, serta memperkuat otot-otot utama. Selain itu, menurut Sujarwo et al. (2021), permainan tradisional memiliki nilai adaptif yang tinggi karena mudah dimodifikasi sesuai kemampuan peserta didik, termasuk anak berkebutuhan khusus.

Dengan demikian, pembelajaran PJOK berbasis permainan tradisional seperti Balakeh tidak hanya mendorong siswa untuk aktif bergerak, tetapi juga meningkatkan motivasi belajar mereka. Suasana yang tidak menekan, penuh keceriaan, dan dilandasi dengan prinsip inklusivitas sangat membantu siswa tunagrahita ringan dalam mengeksplorasi potensi fisik mereka.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional Balakeh efektif digunakan sebagai alternatif strategi pembelajaran PJOK yang adaptif dan inklusif. Hal ini sangat relevan dengan kebutuhan pendidikan masa kini yang menekankan pada keberagaman pendekatan serta pemenuhan hak belajar bagi semua anak, termasuk mereka yang memiliki keterbatasan kognitif atau motorik.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa permainan Balakeh memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan motorik dasar siswa tunagrahita ringan kelas 4, 5, dan 6 di SDN Gayungan 2 Surabaya. Terdapat peningkatan yang signifikan pada ketiga aspek keterampilan motorik dasar, yaitu kelincuhan, kelentukan, dan keseimbangan. Rata-rata waktu kelincuhan menurun, yang menunjukkan peningkatan kecepatan dan kelincuhan siswa. Kemampuan kelentukan juga meningkat, mencerminkan peningkatan fleksibilitas tubuh siswa. Begitu pula dengan kemampuan keseimbangan yang mengalami perbaikan dalam hal waktu bertahan.

Selain itu, persentase ketuntasan siswa terhadap Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) juga menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan peningkatan ketuntasan pada ketiga aspek keterampilan motorik dasar setelah perlakuan permainan Balakeh. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa berhasil mencapai target yang ditetapkan dalam setiap aspek.

Peningkatan yang terjadi pada masing-masing aspek keterampilan motorik dasar dapat dikaitkan dengan karakteristik permainan Balakeh yang menyenangkan dan melibatkan gerakan dinamis, yang sesuai dengan prinsip-prinsip pembelajaran PJOK untuk anak berkebutuhan khusus. Aktivitas permainan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk aktif bergerak, mengulang gerakan, dan memperoleh pengalaman yang memperkaya perkembangan motorik mereka.

Dengan demikian, permainan Balakeh dapat dianggap sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan kelincuhan, kelentukan, dan keseimbangan siswa tunagrahita ringan, serta dapat diintegrasikan dalam pembelajaran PJOK untuk anak-anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan simpulan tersebut, disarankan kepada guru PJOK untuk memanfaatkan permainan tradisional seperti Balakeh sebagai bagian dari strategi pembelajaran yang lebih adaptif dan kontekstual. Penerapan permainan ini dapat membantu meningkatkan motivasi belajar, partisipasi aktif, serta keterampilan motorik dasar peserta didik. Sekolah juga diharapkan mendukung implementasi metode ini melalui penyediaan sarana prasarana serta penguatan kapasitas guru dalam mengelola pembelajaran inklusif. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan dalam jangka waktu yang lebih panjang dan melibatkan subjek penelitian yang lebih luas, serta mengeksplorasi pengaruh permainan tradisional terhadap aspek perkembangan lain seperti sosial-emosional atau kognitif siswa.

DAFTAR REFERENSI

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, R., & Sugiarto, T. (2017). Pendidikan jasmani adaptif: Strategi pembelajaran untuk anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 25–32.
- Depdiknas. (2008). *Pendidikan jasmani adaptif*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Luar Biasa.
- Farah, A., Agustiyawati, Rizki, A., Widiyanti, R., Wibowo, S., Tulalessy, C., Herawati, F., & Maryanti, T. (2022). *Panduan pendidikan inklusif*. Kepala Pusat Kurikulum dan Pembelajaran Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kemdikbudristek.
- Hidayat, R., & Arifin, A. (2020). Pemanfaatan permainan tradisional sebagai media pembelajaran motorik anak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 121–130.
- Huda, M. (2013). *Model-model pembelajaran aktif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kurniawati, D. (2022). Pengembangan model pembelajaran permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan motorik anak tunagrahita ringan. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 18(2), 105–115.
- Lie, A. (2002). *Cooperative learning: Mempraktikkan cooperative learning di ruang-ruang kelas*. Jakarta: Grasindo.
- Manna, D., Dzakiyyah, N., Suhartini, B., Budiyanti, E. S., & Keolahragaan, J. I. (2024). Permainan tradisional terhadap pendidikan. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 148–157.
- Natal, Y. R., Nafsia, A., Ngonu, M. R., & Eno, P. (2024). Perkembangan fisik motorik. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 3, 1074–1084.
- Putri, A., & Saputra, D. (2021). Pembelajaran PJOK berbasis budaya lokal untuk siswa berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 9(1), 47–55.
- Rahmawati, D., & Suryani, N. (2018). Efektivitas permainan tradisional terhadap peningkatan keterampilan motorik anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar*, 5(3), 201–208.
- Ria, A., Damanik, A., & Hasibuan, A. R. (2024). Peran pendidikan jasmani dan kesehatan dalam pendidikan nasional di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(UUD 1945), 25–30.
- Sari, M., & Lestari, R. (2019). Karakteristik anak tunagrahita ringan dalam pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Luar Biasa*, 6(1), 15–22.
- Sari, M., Nazirun, N., & Gazali, N. (2024). Pendidikan jasmani adaptif: Olahraga untuk anak berkebutuhan khusus. *Insan Cendekia Mandiri Group*.
- Sari, S. F. M., Binahayati, B., & Taftazani, B. M. (2017). Pendidikan bagi anak tuna grahita (Studi kasus tunagrahita sedang di SLB N Purwakarta). *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 217–222. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14273>
- Somantri, T. (2006). *Psikologi anak luar biasa*. Bandung: Refika Aditama.

- Sudjana, D., & Rivai, A. (2011). *Penilaian hasil belajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarwo, S., Rachmadi, R., & Nurani, Y. (2021). Pemanfaatan permainan tradisional dalam meningkatkan kemampuan motorik siswa berkebutuhan khusus. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 9(1), 45–52.
- Sutarto, D. (2010). *Pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus*. Malang: UM Press.
- Suwandari, L., Sulistyorini, I. W., & Pratiwi, D. E. (2022). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani adaptif cabang olahraga bulutangkis bagi anak tunagrahita ringan. *Jurnal Kewarganegaraan*, 6(4), 6753–6757.
- Widodo, S., & Sugianto, A. (2017). Gerak dasar dalam pembelajaran PJOK di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 2(2), 89–98.
- Yulianingsih, T., Prasetyo, B., & Anjani, R. (2020). Pengaruh permainan tradisional terhadap kemampuan motorik kasar anak tunagrahita ringan. *Jurnal Inklusi Pendidikan*, 4(1), 33–42.