

Pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap Minat Siswa Kelas II Mengikuti Senam di SDN 54 Banda Aceh

Tria Oktayoga Laroosa¹, Tawakal², Munzir³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bina Bangsa Getsempena, Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No. 34, Rukoh, Kec. Syiah Kuala, Kota Banda Aceh, Aceh 23112
triaoktalaroosa@gmail.com

Abstract

Low student interest in gymnastics activities is a challenge in physical education, evidenced by a lack of enthusiasm, participation, and engagement during sessions. This situation highlights the need for instructional innovation through the use of "Tabola Bale" gymnastics, which incorporates popular, energetic music that is easy for children to follow. This study aimed to analyze the effect of Tabola Bale gymnastics on the interest of second-grade students in gymnastics activities at SD Negeri 54 Banda Aceh. A quantitative approach using a quasi-experimental method was employed. The population consisted of 106 students, with a sample of 60 students selected via cluster sampling. Data were collected through questionnaires and observations, then analyzed using descriptive statistics, the Shapiro–Wilk normality test, Levene's homogeneity test, and an Independent Samples t-test with the aid of IBM SPSS Statistics. The results showed that the mean interest score for the experimental class was 19.97, higher than the control class score of 18.24. The data were normally distributed and homogeneous, with significance values exceeding 0.05 in both cases. Hypothesis testing yielded a significance value of 0.036 ($p < 0.05$), indicating a significant effect of Tabola Bale gymnastics on student interest. Observational data also revealed that the implementation of Tabola Bale gymnastics fell into the "very good" category. The study concludes that Tabola Bale gymnastics is effective in increasing the interest of second-grade students in gymnastics activities at SD Negeri 54 Banda Aceh.

Keywords: Tabola Bale Gymnastics, Student Interest, Physical Education, Elementary School

Abstrak

Rendahnya minat siswa sekolah dasar dalam mengikuti kegiatan senam menjadi salah satu kendala dalam pelaksanaan pendidikan jasmani, yang ditunjukkan oleh kurangnya antusiasme, partisipasi, dan keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Kondisi tersebut mendorong perlunya inovasi pembelajaran melalui penggunaan Senam *Tabola Bale* yang memanfaatkan irama musik populer, energik, dan mudah diikuti anak. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (quasi experiment). Populasi berjumlah 106 siswa, sedangkan sampel sebanyak 60 siswa dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Data dikumpulkan melalui angket dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro–Wilk, uji homogenitas Levene, serta *Independent Samples t-test* dengan bantuan IBM SPSS Statistics. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor minat kelas eksperimen sebesar 19,97, lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol sebesar 18,24. Data berdistribusi normal dan homogen dengan nilai signifikansi masing-masing di atas 0,05. Uji hipotesis memperoleh nilai signifikansi 0,036 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa. Hasil observasi juga memperlihatkan pelaksanaan Senam *Tabola Bale* berada pada kategori sangat baik. Penelitian ini menyimpulkan bahwa Senam *Tabola Bale* efektif meningkatkan minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh.

Kata kunci: Senam *Tabola Bale*, Minat Siswa, Pendidikan Jasmani, Sekolah Dasar

Copyright (c) 2026 Tria Oktayoga Laroosa, Tawakal, Munzir

✉Corresponding author: Tria Oktayoga Laroosa

Email Address: triaoktalaroosa@gmail.com (Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No. 34, Kota Banda Aceh, Aceh)

Received 22 June 2026, Accepted 28 June 2026, Published 04 July 2026

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang berperan mengembangkan kemampuan fisik, mental, sosial, dan karakter peserta didik secara seimbang. Pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran, tetapi juga

membentuk sikap disiplin, kerja sama, dan kepercayaan diri melalui aktivitas fisik yang terencana (Mumtazza et al., 2024). Pencapaian tujuan tersebut bergantung pada keterlibatan aktif siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Minat yang tinggi terhadap aktivitas jasmani menjadi faktor penting agar tujuan pendidikan jasmani dapat diwujudkan secara optimal di lingkungan sekolah dasar.

Kebugaran jasmani menjadi salah satu sasaran utama pendidikan jasmani karena berkaitan dengan kemampuan siswa menjalankan aktivitas sehari-hari secara efektif. Kebugaran tersebut mencakup komponen *health-related fitness* dan *skill-related fitness* yang meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi, serta kelincahan (Togatorop et al., 2024). Pengembangan seluruh komponen tersebut membutuhkan aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dan menyenangkan agar siswa terdorong mengikuti pembelajaran secara sukarela (Ma'arif et al., 2022; Priyohutomo et al., 2022). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa strategi pembelajaran yang menarik berperan penting dalam meningkatkan partisipasi peserta didik.

Senam merupakan salah satu aktivitas pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif untuk mengembangkan kemampuan motorik, kebugaran, serta koordinasi gerak siswa. Perkembangan senam dari masa Yunani Kuno hingga menjadi bagian kurikulum pendidikan modern menunjukkan bahwa aktivitas ini memiliki nilai edukatif yang kuat dalam membentuk kesehatan jasmani dan keseimbangan perkembangan peserta didik (Hidayat, 2016; Mahendra, 2017). Penerapan senam di Indonesia juga terus berkembang sebagai materi pembelajaran PJOK pada jenjang sekolah dasar hingga menengah (Rosdiani, 2018). Keberhasilan pelaksanaan senam tetap dipengaruhi oleh ketertarikan siswa dalam mengikuti setiap rangkaian gerakan yang diberikan.

Minat siswa mengikuti kegiatan senam dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya penggunaan musik sebagai pengiring gerakan. Musik dengan tempo yang cepat, irama yang ceria, serta tingkat familiaritas yang tinggi mampu meningkatkan suasana hati, mengurangi persepsi kelelahan, dan mendorong siswa bergerak lebih aktif selama kegiatan berlangsung (Abolghasemi et al., 2024). Fenomena tersebut terlihat pada Senam *Tabola Bale* yang memanfaatkan lagu populer dengan irama energik sehingga mudah diikuti oleh anak-anak. Hasil observasi awal di SD Negeri 54 Banda Aceh menunjukkan bahwa sebagian siswa cenderung pasif ketika mengikuti senam rutin, sedangkan penggunaan Senam *Tabola Bale* mampu meningkatkan antusiasme, partisipasi, dan semangat gerak mereka selama kegiatan berlangsung (Laroosa, 2026).

Manfaat senam tidak terbatas pada peningkatan kebugaran fisik, tetapi juga mendukung perkembangan psikologis, kemampuan kognitif, dan pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Aktivitas senam mampu meningkatkan suasana hati, mengurangi kecemasan, memperkuat kemampuan motorik, serta membangun kesiapan belajar peserta didik melalui gerakan yang terstruktur (Rahmanudidin, 2022). Pemilihan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar menjadi faktor penting dalam menumbuhkan minat mengikuti aktivitas fisik. Kondisi tersebut menegaskan perlunya inovasi pembelajaran senam yang lebih menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan perkembangan peserta didik.

Penelitian mengenai penggunaan musik dalam pembelajaran senam telah banyak dilakukan. Aspriza et al. (2022) membuktikan bahwa media musik *remix* berpengaruh signifikan terhadap minat siswa dalam senam ritmik. Anggrain et al. (2024) menunjukkan bahwa pembelajaran senam irama mampu meningkatkan minat dan hasil belajar siswa sekolah dasar, sedangkan Elia et al. (2025) menegaskan pentingnya strategi pembelajaran yang menarik untuk meningkatkan minat peserta didik terhadap senam irama. Ketiga penelitian tersebut belum mengkaji pemanfaatan Senam *Tabola Bale* sebagai media pembelajaran berbasis lagu populer pada siswa sekolah dasar dengan pendekatan eksperimen, sehingga masih terdapat celah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut.

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh. Penggunaan lagu yang populer, energik, dan mudah diikuti dipandang mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan sehingga mendorong keterlibatan aktif siswa selama kegiatan berlangsung. Temuan penelitian diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam pemanfaatan media senam berbasis musik populer sebagai strategi untuk meningkatkan minat siswa mengikuti aktivitas fisik di sekolah dasar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen semu (*quasi experiment*) untuk menguji pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti mengukur hubungan sebab-akibat antara variabel bebas dan variabel terikat melalui analisis data numerik secara objektif. Populasi penelitian berjumlah 106 siswa kelas II, sedangkan sampel sebanyak 60 siswa dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui angket dan observasi untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat minat siswa selama mengikuti kegiatan senam. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro–Wilk, uji homogenitas *Levene's Test*, serta *Independent Samples t-test* dengan bantuan IBM SPSS Statistics guna mengetahui signifikansi pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa (Creswell & Poth, 2020; Moleong, 2021; Sugiyono, 2022).

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 54 Banda Aceh dengan melibatkan 60 siswa kelas II yang terbagi ke dalam kelas kontrol dan kelas eksperimen. Pelaksanaan penelitian diawali dengan kegiatan senam sesuai perlakuan pada masing-masing kelompok. Setelah kegiatan selesai, seluruh responden diminta mengisi angket untuk mengukur tingkat minat mereka dalam mengikuti kegiatan senam. Data penelitian juga diperkuat melalui observasi langsung terhadap aktivitas siswa selama pelaksanaan senam guna memperoleh gambaran mengenai antusiasme, partisipasi, dan respons siswa

terhadap kegiatan yang diberikan. Seluruh data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial untuk mengetahui pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa mengikuti kegiatan senam.

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif Minat Siswa

Indikator	Kelas Kontrol	Kelas Eksperimen
Rata-rata (<i>Mean</i>)	18,24	19,97
Standar Deviasi	3,090	3,136

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor minat siswa pada kelas eksperimen sebesar 19,97, sedangkan rata-rata kelas kontrol sebesar 18,24. Selisih rata-rata sebesar 1,73 poin menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti Senam *Tabola Bale* memiliki tingkat minat yang lebih tinggi dibandingkan siswa pada kelas kontrol. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan Senam *Tabola Bale* mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik sehingga mendorong siswa untuk berpartisipasi lebih aktif dalam kegiatan senam.

Sementara itu, nilai standar deviasi pada kelas kontrol sebesar 3,090 dan kelas eksperimen sebesar 3,136 menunjukkan bahwa penyebaran skor minat pada kedua kelompok relatif serupa. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa variasi data antarresponden tidak berbeda secara mencolok sehingga hasil pengukuran pada kedua kelompok memiliki tingkat konsistensi yang baik.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas dan Uji Independent Samples t-test

Pengujian	Hasil
Shapiro-Wilk kelas kontrol	0,064
Shapiro-Wilk kelas eksperimen	0,070
Levene's Test	0,818
<i>Sig.</i> (2-tailed)	0,036
Keputusan	H ₀ ditolak, H ₁ diterima

Hasil uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,064 pada kelas kontrol dan 0,070 pada kelas eksperimen. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Pengujian homogenitas melalui *Levene's Test* menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,818 yang menunjukkan bahwa varians kedua kelompok bersifat homogen. Terpenuhinya kedua asumsi tersebut memungkinkan analisis dilanjutkan menggunakan *Independent Samples t-test*.

Hasil pengujian hipotesis memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,036 ($p < 0,05$), sehingga H₀ ditolak dan H₁ diterima. Hasil ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata minat siswa pada kelas kontrol dan kelas eksperimen. Berdasarkan nilai rata-rata yang lebih tinggi pada kelas eksperimen, Senam *Tabola Bale* terbukti memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh.

Tabel 3. Hasil Observasi Pelaksanaan Senam

Jenis Observasi	Rata-rata	Kategori
Senam Anak Indonesia Hebat	1,60	Kurang
Senam <i>Tabola Bale</i>	4,00	Sangat Baik
Observasi Umum Lapangan	3,40	Baik

Hasil observasi memberikan gambaran yang sejalan dengan hasil analisis statistik. Pelaksanaan Senam Anak Indonesia Hebat memperoleh rata-rata skor 1,60 dengan kategori kurang, yang menunjukkan bahwa antusiasme, fokus, ekspresi, dan respons siswa selama kegiatan masih relatif rendah. Sebaliknya, pelaksanaan Senam *Tabola Bale* memperoleh rata-rata skor 4,00 dengan kategori sangat baik. Seluruh aspek observasi, meliputi antusiasme siswa, partisipasi gerak, respons terhadap musik, ekspresi kegembiraan, dan ketertarikan siswa menunjukkan hasil yang optimal selama kegiatan berlangsung.

Hasil observasi umum lapangan juga memperoleh rata-rata skor 3,40 dengan kategori baik. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi lingkungan pembelajaran, kesiapan sarana, serta penggunaan musik sebagai pengiring gerakan mampu menciptakan suasana belajar yang lebih kondusif dan menyenangkan. Kesesuaian antara hasil observasi dan hasil pengujian statistik semakin memperkuat bahwa Senam *Tabola Bale* efektif meningkatkan minat siswa dalam mengikuti kegiatan senam.

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Senam *Tabola Bale* memberikan pengaruh positif terhadap minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh. Temuan tersebut dibuktikan melalui hasil *Independent Samples t-test* yang memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,036 ($p < 0,05$), sehingga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelas kontrol dan kelas eksperimen. Rata-rata skor minat siswa pada kelas eksperimen sebesar 19,97 lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol sebesar 18,24 dengan selisih 1,73 poin. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa penerapan Senam *Tabola Bale* mampu meningkatkan ketertarikan siswa terhadap aktivitas senam sehingga mereka lebih aktif mengikuti setiap rangkaian kegiatan yang diberikan. Menurut Field (2018), *Independent Samples t-test* digunakan untuk membandingkan rata-rata dua kelompok yang saling independen guna mengetahui ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan secara statistik. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh Senam *Tabola Bale* terhadap minat siswa dapat diterima.

Peningkatan minat siswa dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui karakteristik Senam *Tabola Bale* yang memadukan gerakan sederhana dengan iringan musik yang populer, energik, dan mudah dikenali oleh peserta didik. Musik yang memiliki tempo dinamis mampu membangun suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan sehingga siswa terdorong mengikuti gerakan tanpa merasa terbebani. Kondisi tersebut selaras dengan teori Slameto (2020) yang menyatakan bahwa minat merupakan rasa suka dan ketertarikan terhadap suatu aktivitas yang ditunjukkan melalui perhatian, keterlibatan, serta keinginan untuk melaksanakan aktivitas tersebut secara sukarela. Ketika pembelajaran dikemas dalam suasana yang menyenangkan, siswa cenderung menunjukkan motivasi intrinsik yang lebih tinggi sehingga partisipasi mereka dalam kegiatan pembelajaran juga mengalami peningkatan. Karakteristik tersebut sangat sesuai dengan peserta didik sekolah dasar yang lebih mudah tertarik pada aktivitas belajar yang bersifat aktif, atraktif, dan menyenangkan.

Temuan penelitian juga diperkuat oleh hasil observasi selama pelaksanaan kegiatan senam. Pelaksanaan Senam *Tabola Bale* memperoleh rata-rata skor 4,00 dengan kategori sangat baik, sedangkan Senam Anak Indonesia Hebat hanya memperoleh rata-rata skor 1,60 dengan kategori kurang. Perbedaan tersebut terlihat pada aspek antusiasme siswa, partisipasi gerak, respons terhadap musik, ekspresi kegembiraan, dan ketertarikan siswa selama mengikuti kegiatan. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengikuti gerakan secara aktif, memperhatikan instruksi guru, serta menunjukkan ekspresi senang ketika musik *Tabola Bale* diputar. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan musik tidak hanya meningkatkan minat belajar, tetapi juga mampu menciptakan interaksi pembelajaran yang lebih hidup. Keselarasan antara hasil observasi dan hasil angket menunjukkan bahwa peningkatan minat siswa terjadi secara nyata baik berdasarkan persepsi siswa maupun pengamatan langsung selama kegiatan berlangsung.

Hasil penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Aspriza et al. (2022) yang menyimpulkan bahwa penggunaan media musik *remix* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan minat siswa dalam pembelajaran senam ritmik. Persamaan kedua penelitian terletak pada pemanfaatan musik sebagai media yang mampu meningkatkan ketertarikan peserta didik terhadap aktivitas senam. Musik berfungsi sebagai stimulus yang membantu membangun suasana belajar menjadi lebih menyenangkan sehingga siswa lebih mudah mengikuti setiap gerakan. Temuan penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Anggrain et al. (2024) yang menunjukkan bahwa pembelajaran senam irama mampu meningkatkan minat dan hasil belajar siswa sekolah dasar melalui aktivitas yang menarik dan menyenangkan. Kesamaan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan unsur musik dalam pembelajaran pendidikan jasmani merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan kualitas keterlibatan peserta didik.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Elia et al. (2025) yang menemukan bahwa rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran senam dipengaruhi oleh kurang menariknya metode yang digunakan guru. Penelitian tersebut menegaskan bahwa guru memiliki peran penting dalam merancang strategi pembelajaran yang mampu membangkitkan ketertarikan siswa terhadap aktivitas senam. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu terletak pada media pembelajaran yang digunakan. Penelitian sebelumnya lebih berfokus pada penggunaan musik secara umum atau strategi pembelajaran senam irama, sedangkan penelitian ini memanfaatkan Senam *Tabola Bale* yang berasal dari lagu populer dan telah dikenal luas oleh anak-anak melalui media sosial. Kebaruan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan tren musik yang dekat dengan kehidupan peserta didik dapat menjadi alternatif inovasi pembelajaran pendidikan jasmani yang relevan dengan perkembangan zaman.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi bahwa guru PJOK perlu mengembangkan pembelajaran yang adaptif terhadap karakteristik peserta didik agar minat belajar dapat terus ditingkatkan. Penggunaan media yang dekat dengan kehidupan siswa, seperti musik populer yang dikemas dalam bentuk senam kreasi, mampu menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan tanpa mengurangi tujuan pembelajaran pendidikan jasmani. Kondisi tersebut tidak

hanya berdampak pada meningkatnya minat siswa, tetapi juga mendorong keterlibatan aktif, keberanian bergerak, dan suasana belajar yang lebih kondusif. Oleh karena itu, Senam *Tabola Bale* dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif inovasi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar untuk meningkatkan minat siswa mengikuti kegiatan senam sekaligus mendukung tercapainya tujuan pembelajaran secara lebih efektif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa Senam *Tabola Bale* berpengaruh positif dan signifikan terhadap minat siswa kelas II dalam mengikuti kegiatan senam di SD Negeri 54 Banda Aceh. Temuan tersebut dibuktikan melalui hasil uji *Independent Samples t-test* yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kelas kontrol dan kelas eksperimen, disertai peningkatan rata-rata skor minat siswa pada kelas eksperimen dibandingkan kelas kontrol. Hasil observasi juga memperlihatkan bahwa penerapan Senam *Tabola Bale* mampu meningkatkan antusiasme, partisipasi aktif, respons terhadap musik, serta keterlibatan siswa selama kegiatan senam berlangsung. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media pembelajaran berbasis musik populer yang sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar dapat menciptakan suasana belajar yang lebih menarik, menyenangkan, dan interaktif. Dengan demikian, Senam *Tabola Bale* layak dijadikan sebagai salah satu alternatif inovasi pembelajaran PJOK, khususnya dalam kegiatan senam, untuk meningkatkan minat siswa sekaligus mendukung tercapainya tujuan pembelajaran pendidikan jasmani secara lebih efektif.

REFERENSI

- Abolghasemi, R., Karimi, M., Hosseini, A., & Rahimi, S. (2024). Pengaruh tempo musik terhadap motivasi dan aktivitas fisik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 9(2), 112–123.
- Anggrain, C., Wahyuni, D., Novitasari, R., & Fauzan, A. (2024). Upaya meningkatkan minat siswa SD dalam pembelajaran PJOK (senam irama). *Jurnal Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar*, 6(1), 45–56.
- Aspriza, M., Saputra, R., Kurniawan, I., & Hidayat, F. (2022). Pengaruh media musik remix terhadap minat siswa dalam materi senam ritmik pada pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2), 87–98.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2020). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Elia, M., Pratiwi, D., Maharani, R., & Saputra, N. (2025). Analisis minat peserta didik kelas V terhadap kegiatan pembelajaran senam irama. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 10(1), 55–67.
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). Sage Publications.
- Hidayat, A. (2016). *Sejarah dan Perkembangan Senam*. Kencana.
- Laroosa, T. O. (2026). *Hasil Observasi Awal di SDN 54 Banda Aceh*.
- Ma'arif, M. R., Syarifuddin, A., Hidayati, N., & Oktaviani, R. (2022). Peningkatan kebugaran jasmani

melalui aktivitas senam pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 21–32.

Mahendra, A. (2017). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar*. FPOK UPI.

Moleong, L. J. (2021). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.

Mumtazza, A., Farhan, M., Putri, N., & Akbar, R. (2024). Peran pendidikan jasmani dalam perkembangan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak*, 13(2), 101–114.

Priyohutomo, A., Prasetyo, Y., Ramadhan, F., & Saputra, A. (2022). Pengaruh aktivitas fisik terhadap kebugaran jasmani peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(3), 133–145.

Rahmanudidin. (2022). *Kebugaran Jasmani dan Kesehatan Anak*. Bumi Aksara.

Rosdiani, D. (2018). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Alfabeta.

Slameto. (2020). *Belajar & Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*. Rineka Cipta.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Togatorop, S., Prabowo, E., Lestari, M., & Siahaan, D. (2024). Komponen kebugaran jasmani dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(1), 72–84.