

## Physical Literacy Mentoring Based On Traditional Sports Activities For Students

Kusnandar<sup>1</sup>, Didik Rilastiyo Budi<sup>2\*</sup>, Panuwun Joko Nurcahyo<sup>3</sup>, Muhamad Syafei<sup>4</sup>, Kuntarto<sup>5</sup>, Ayu Rizky Febriani<sup>6</sup>, Rindha Widyaningsih<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia

<sup>7</sup>Universitas Islam Negeri Prof. Kiai H Saifuddin Zuhri Purwokerto, Indonesia

Email: kusnandar@unsoed.ac.id, didik.rilastiyo.budi@unsoed.ac.id, panuwun.nurcahyo@unsoed.ac.id, muh.syafei@unsoed.ac.id, kuntarto@unsoed.ac.id

 <https://doi.org/10.36526/gandrung.v6i1.4387>

**Abstract:** *The problems that occur at the Darul Abror Islamic Boarding School in Purwokerto are low physical literacy and the tendency of students to ignore physical activity. The solution offered in community service activities is to provide physical literacy assistance based on traditional sports activities. The methods used in this Community Service activity consist of Community Education and Mentoring. Community Service activities were carried out in 8 (eight) meeting sessions starting from the preliminary, implementation, evaluation and follow-up stages. The results of Community Service activities based on the physical activity questionnaire show that the majority of students at the Darul Abror Islamic Boarding School rarely do sports activities. There are 2% of students who do sports activities 3-4 times a week, while the other 10% of students do light sports activities 1-2 times a week. The remaining 88% have never done any sports activities at all. Traditional sports practices are carried out by students by carrying out traditional sports competitions consisting of sack races and beam relay races. It is hoped that with this activity, students can develop healthy living habits and be active in sports.*

**Keyword:** *Physical Literacy; Traditional Sports Activities; Islamic boarding school; Santri*

### Pendahuluan

*Physical Literacy* di dunia modern menjadi hal yang penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan generasi muda yang memiliki kecakapan yang bervariasi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh pengabdian menunjukkan bahwa keterampilan motorik dan kebugaran jasmani yang baik berhubungan erat dengan kualitas IQ yang dimiliki (Nurcahyo et al., 2021). Kualitas gerak dari anak pada zaman sekarang juga banyak dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Hasil penelitian serupa juga menunjukkan bahwa keberbakatan anak ditentukan oleh pengalaman gerak yang dialami oleh anak di lingkungan sekolah dan tempat tinggal (Budi et al., 2019; Kusnandar et al., 2021; Syafei et al., 2020).

Pentingnya aktivitas olahraga tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan gerak saja, akan tetapi olahraga juga berperan penting dalam kondisi kesehatan dan kebugaran seseorang. Penggunaan gadget sebagai sarana informasi dan hiburan banyak menggantikan berbagai aktivitas

fisik. Hal ini menyebabkan persoalan serius terhadap kebugaran jasmani. Riset pendukung lainnya adalah didasarkan atas hasil penelitian tim pengabdian yang mengidentifikasi tingginya risiko cedera olahraga yang disebabkan oleh kualitas gerak dan kebugaran yang rendah. Tingginya risiko cedera juga disebabkan kondisi indeks massa tubuh yang tidak normal. Hasil riset tersebut menunjukkan bahwa risiko cedera pada siswa di wilayah Purwokerto berada pada kategori yang cukup tinggi (Kusnandar et al., 2020; Syafei et al., 2020). Berdasarkan hasil ini maka rekomendasi yang diberikan adalah tingkat kebugaran jasmani siswa di Kabupaten Banyumas perlu ditingkatkan secara terprogram (M. N. H. Kusuma et al., 2019; Suhartoyo et al., 2019).

Capaian yang baik untuk pendidikan jasmani yaitu mendorong individu agar memiliki kemampuan untuk memahami, berkomunikasi, memotivasi serta menerapkan pengetahuan dan menganalisis berbagai gerakan dengan berbagai cara dan berbagai macam, kemampuan untuk memahami, berkomunikasi dan menunjukkan gerak dan percaya diri, kompeten, fleksibilitas, kreatif atau diistilahkan dengan *physical literacy* (Rasnita et al., 2021). Salah satu metode yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan *physical literacy* adalah melalui olahraga tradisional.

Permainan tradisional yang merupakan salah satu kearifan lokal bangsa yang saat ini mulai terkikis zaman mulai kembali dimunculkan dan sedang dipertahankan keberadaannya. Olahraga tradisional merupakan sebuah permainan atau olahraga yang turun temurun dari nenek moyang yang di dalamnya mengandung berbagai unsur dan memiliki nilai yang memiliki manfaat besar bagi yang memainkannya. Olahraga tradisional terwujud dalam bentuk permainan atau olahraga anak-anak yang beredar secara lisan di antara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun temurun serta banyak mempunyai variasi (Azim et al., 2023).

Pada zaman dahulu olahraga tradisional dijadikan sebagai rekreasi untuk memperoleh kesenangan, olahraga tradisional ini dipercayai mengandung nilai yang diciptakan oleh leluhur nenek moyang sebagai sarana pembelajaran bagi anak-anak (Rasnita et al., 2021). Bahkan dalam perspektif Islam sendiri, olahraga merupakan kegiatan yang disarankan oleh Rasulullah. Bahkan Nabi Muhammad SAW mengucap "*hiburlah dirimu dengan permainan, karena aku tidak suka kekerasan untuk dilihat dalam agamamu*". Berpartisipasi dalam kegiatan olahraga merupakan kegiatan yang sehat dan menyehatkan, dimana jika seseorang hamba sehat, maka dia dapat unggul dalam olahraga dan memiliki performa yang lebih baik (Akbar & Doewes, 2018). Hasil penelitian dari tim pengabdian menunjukkan bahwa aktivitas olahraga tradisional dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan (Kusnandar et al., 2019).

Peningkatan *physical literacy* melalui kegiatan permainan tradisional merupakan perpaduan

kegiatan yang mendatangkan dua manfaat sekaligus, yaitu memberikan kesadaran dan ajakan pola hidup sehat dengan aktivitas fisik serta dapat melestarikan kebudayaan bangsa. Kegiatan *physical literacy* tidak selalu harus disajikan dalam ruang lingkup yang kaku dan serius. Pada dasarnya olahraga yang baik adalah yang mampu meningkatkan kadar endorphine dalam darah sehingga mampu mereduksi stress. *Physical literacy* melalui permainan tradisional sesuai diterapkan di berbagai lingkup dan jenjang Pendidikan. Kegiatan ini tidak semata hanya sesuai untuk kalangan anak-anak di sekolah, namun dapat pula diaplikasikan dalam setting Tingkat Pendidikan tinggi maupun informal semacam pondok pesantren.

Lembaga pendidikan pondok pesantren merupakan wadah pendidikan yang tidak hanya bekal ilmu duniawi, pesantren juga mengajarkan ilmu ukhrowi. Dalam pesantren juga diselipkan makna-makna kedisiplinan, kerja sama, saling menghargai dan sikap sosial yang tinggi, yang mana terdapat juga dalam nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga (Soekardi & Fakhruddin, 2017). Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga pendidikan yang tersebar di seluruh Indonesia, tidak terkecuali di Kabupaten Banyumas. Pondok Pesantren didirikan dengan tujuan untuk mencerdaskan generasi penerus bangsa, dengan pondasi utama yaitu keagamaan dan keimanan kepada Tuhan. Pondok pesantren memberikan ilmu dan pengetahuan kepada santri melalui jalur keagamaan tanpa menyampingkan pokok-pokok pendidikan secara umum.

Salah satu pondok pesantren yang memiliki permasalahan terkait *Physical literacy* yaitu Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto. Melihat dari *background* pondok pesantren yang menjadikan pendidikan agama sebagai dasar utama pelaksanaan pendidikan yang diberikan kepada santri, maka seringkali pendidikan literasi gerak atau *Physical literacy* menjadi kurang diperhatikan. Praktisi dan akademisi melalui perguruan tinggi bidang keolahragaan juga masih sangat minim melakukan kegiatan seminar dan pelatihan mengenai aktivitas olahraga dan kesehatan di lingkungan pondok pesantren.

Rendahnya *physical literacy* berdampak terhadap terganggunya pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik dan mental anak. Problem ini merupakan persoalan krusial yang dapat mengganggu proses pendidikan dan mewujudkan generasi emas. Kegiatan anak yang lebih terfokus pada perkembangan kognitif menyebabkan Indonesia menjadi salah satu negara yang paling enggan beraktivitas fisik.

Permasalahan yang terjadi di Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto adalah adanya kecenderungan santri untuk mengabaikan aktivitas fisik. Mereka terlalu terfokus dengan kegiatan yang minim gerak. Kegiatan semacam mengaji, tadarus dan kegiatan keilmuan lebih banyak menekankan

pada aktivitas duduk dalam waktu yang lama. Rendahnya pemahaman dan pengabaian terhadap *physical literacy* dapat diamati melalui kurangnya aktivitas fisik dan olahraga.

## Metode

Pentingnya aktivitas olahraga tidak hanya dapat meningkatkan keterampilan gerak saja, akan tetapi olahraga juga berperan penting dalam kondisi kesehatan dan kebugaran seseorang. Penggunaan gadget sebagai sarana informasi dan hiburan banyak menggantikan berbagai aktivitas fisik. Hal ini menyebabkan persoalan serius terhadap kebugaran jasmani. Berdasarkan hasil ini maka rekomendasi yang diberikan adalah tingkat kebugaran jasmani siswa di Kabupaten Banyumas perlu ditingkatkan secara terprogram (M. N. H. Kusuma et al., 2019; Suhartoyo et al., 2019).

Diperlukan adanya Kerjasama berbagai elemen masyarakat termasuk di dalamnya adalah perguruan tinggi. Kehadiran perguruan tinggi melalui Tim Pengabdian Kepada Masyarakat turut andil membantu mengatasi problematika melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi dan pendampingan. Berdasarkan gambaran mengenai permasalahan dan solusi permasalahan yang ditawarkan maka pemecahan masalah di Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto dapat diamati pada Tabel 1 berikut:

**Tabel 1.** Pemecahan Masalah *Physical Literacy* di Pondok Pesantren Darul Abror

Permasalahan	Pemecahan	Peserta Kegiatan
Kurangnya pemahaman mengenai <i>physical literacy</i> di lingkungan Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto	Memberikan edukasi melalui kegiatan ceramah, diskusi dan tanya jawab	1. Santri 2. Ustad/Pengajar 3. Pengurus Pondok
Belum telaksananya program aktivitas fisik dan olahraga kesehatan yang secara terprogram di lingkungan Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto	Memberikan pendampingan penyusunan program <i>physical literacy</i> melalui festival <i>Traditional Sports Activities</i>	1. Santri 2. Ustad/Pengajar 3. Pengurus Pondok

Metode PKM yang akan digunakan dalam kegiatan pelatihan dan pendampingan ini terdiri dari Pendidikan Masyarakat dan Pendampingan. Dalam metode Pendidikan masyarakat dilaksanakan dengan memberikan edukasi, ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab. Alat bantu yang digunakan

adalah laptop, LCD, dan materi sesuai dengan bidang keahlian masing-masing anggota Tim Pengabdian. Adapun metode kedua yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah melalui kegiatan pendampingan.

Metode Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan metode edukasi kepada masyarakat melalui pemberian materi dan penerapan permainan tradisional secara langsung oleh Tim Pengabdian. Pada tahap awal para peserta dibekali pengetahuan melalui kegiatan ceramah dan diskusi, kemudian dilanjutkan dengan tahap implementasi literasi gerak kepada santri melalui praktek permainan tradisional.

Kegiatan pendampingan *Physical literacy* dilakukan sebanyak 8 (Delapan) sesi pertemuan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Tahap awal kegiatan dengan pengenalan, menyampaikan maksud tujuan dan merumuskan tujuan kegiatan Bersama, dan merancang kegiatan.
2. Analisa pemahaman dan kemampuan awal mitra dalam hal ini santri di Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto mengenai *physical literacy* dengan melaksanakan *pre-test*.
3. Memberikan edukasi dan pemahaman mengenai *physical literacy* melalui *Traditional Sports Activities* di Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto oleh Tim Pengabdian.
4. Melakukan evaluasi kegiatan dengan melaksanakan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pemahaman santri mengenai *physical literacy*.
5. Melaksanakan pendampingan Tahap 1 berupa Tahap Perencanaan. Tahap perencanaan mencakup pemetaan masalah terkait *physical literacy*.
6. Melaksanakan pendampingan Tahap 2 berupa pelaksanaan berbagai aktivitas olahraga tradisional untuk meningkatkan ketertarikan santri begaya hidup sehat dan aktif melalui aktivitas fisik dan olahraga.
7. Melaksanakan pendampingan Tahap 3 berupa pelaksanaan implementasi olahraga tradisional di lingkungan Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto yang diikuti oleh santri.
8. Melaksanakan kegiatan penutupan dan evaluasi kegiatan untuk mengetahui efektivitas pelaksanaan pendampingan.

**Tabel 2.** Durasi Pelaksanaan Kegiatan PKM

<b>Kegiatan Pendampingan</b>	<b>Waktu</b>	<b>Pelaksana</b>
Observasi awal	29 Juli 2024, Pukul 08.00-12.00 WIB (1 Hari)	Tim Pengabdi
Pree Test dan Edukasi	9 Agustus 2024, Pukul 08.00-12.00 WIB (1 hari)	Tim Pengabdi, Mahasiswa, Pengelola Ponpes, Santri
Pendampingan tahap 1 dan Post test	9 Agustus 2024, Pukul 13.00-16.00 WIB (1 hari)	Tim Pengabdi, Mahasiswa, Pengelola Ponpes, Santri
Pendampingan tahap 2: Praktek Olahraga Tradisional	10 Agustus 2024, Pukul 08.00-12.00 WIB (1 hari)	Tim Pengabdi, Mahasiswa, Pengelola Ponpes, Santri
pendampingan Tahap 3: Implementasi tradisional di lingkungan Pondok	11-18 Agustus 2024, Pukul 07.00-09.00 WIB dan 16.00-17.00 WIB (7 Hari)	Tim Pengabdi, Mahasiswa, Pengelola Ponpes, Santri

## Hasil dan Diskusi

Kegiatan hari pertama dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2024. Pelaksanaan kegiatan berupa pemberian edukasi kepada para peserta santri mengenai literasi gerak dan olahraga tradisional. Kegiatan pemberian edukasi dilaksanakan di Masjid Pondok Pesantren Darul Abror dengan melibatkan peserta, pengelola dan pengajar Ponpes Darul Abror. Kegiatan ini berlangsung mulai pagi hari pukul 08.00 WIB hingga sore hari pukul 16.00 WIB.

Kegiatan pada hari kedua dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2024 bertempat di lapangan Ponpes Darul Abror. Pada hari kedua kegiatan berupa implementasi olahraga tradisional. Kegiatan hari kedua dimulai pukul 13.00 WIB hingga pukul 17.00 WIB. Kegiatan ini diikuti oleh seluruh peserta dengan antusias setelah sehari sebelumnya mendapatkan materi.

Pelaksanaan kegiatan PkM diawali dengan melakukan analisis pemahaman dan kemampuan awal mitra dilaksanakan dengan menyelenggarakan *pre-test*. Pada tahap ini seluruh peserta diminta untuk mengisi angket mengenai pola dan gaya hidup sehat. Aspek yang dinilai dalam *pre-test* mencakup data demografi, data antropometri, aktivitas fisik, kebiasaan berolahraga, intensitas berolahraga, dan pola hidup sehat.



**Gambar 1.** Tes Kebiasaan Aktifitas Fisik Santri

Tahap edukasi merupakan tahap inti dari kegiatan PkM di Ponpes Darul Abror. Pada tahap edukasi materi disampaikan oleh para pemateri yang merupakan Tim Pengabdian yang terdiri dari dosen Jurusan Pendidikan Jasmani dan dosen Agama. Ketua tim Pengabdi yaitu Kusnandar, S.Pd., M.Kes. Materi edukasi yang disampaikan oleh tim pengabdi yaitu membahas mengenai manfaat kegiatan olahraga, kiat berolahraga bagi santri, Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Olahraga dan Psikologis, Olahraga dan Agama serta Olahraga Tradisional.

Pemberian materi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran berolahraga secara teratur, terutama bagi santri yang lebih banyak beraktivitas dengan duduk. Selain manfaat olahraga, materi pada sesi ini membahas mengenai hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum berolahraga.



**Gambar 2.** Materi Edukasi Olahraga bagi Santri

Tahap Pendampingan, berupa pelaksanaan implementasi olahraga tradisional di lingkungan Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto yang diikuti oleh santri. Pada kegiatan Pendampingan dilaksanakan praktek olahraga tradisional berupa balap karung dan estafet pindah balok. Dengan praktek Olahraga tradisional, Santri dapat aktif bergerak dan melakukan aktivitas olahraga.



**Gambar 3.** Praktik Olahraga Tradisional oleh Santri

Pemberian materi edukasi yang disampaikan oleh tim Pengabdian Universitas Jenderal Soedirman, kepada santri di Pondok Pesantren darul Abror Purwokerto, Serta dilanjutkan dengan taham pendampingan dengan melakukan praktik olahraga tradisional, diharapkan dapat menjadi motivasi kepada santri dan pengurus pondok pesantren untuk menerapkan program aktivitas olahraga dan kesehatan yang terprogram. Aktivitas olahraga dan kesehatan yang terprogram dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran seseorang (Adhariah, 2018; Kusnandar et al., 2019; Yudho et al., 2020), tidak terkecuali santi. Sehingga santri dapat memiliki tubuh yang sehat dan buga, untuk menunjang aktivitas keagamaan dan sosial di masyarakat.

Aktivitas olahraga kesehatan melalui permainan tradisional memiliki banyak manfaat. Selain sebagai salah satu uoaya pembudayaan gerak dan olahraga, pemanfaatan aktivitas olahraga tradisional juga dapat digunakan sebagai salah satu upaya pelestarian budaya dan kearifan lokal yang dimiliki masyarakat Indonesia (Azim et al., 2023; Kusuma et al., 2019). Oleh karena itu, olahraga tradisional perlu dikenalkan kepada masyarakat.

## Kesimpulan

Hasil kegiatan PkM di Ponpes Darul Abror meliputi edukasi tentang literasi gerak dan olahraga tradisional. Kegiatan hari pertama dilaksanakan di masjid ponpes, sedangkan hari kedua di lapangan ponpes. Implementasi olahraga tradisional seperti balap karung dan estafet pindah balok dilakukan pada hari kedua. Analisis awal dilakukan melalui pre-test yang menilai data demografi, antropometri, aktivitas fisik, dan pola hidup sehat. Materi edukasi disampaikan oleh Tim Pengabdian mulai dari manfaat olahraga, kiat berolahraga bagi santri, hingga pola hidup bersih dan sehat. Melalui pendampingan, santri aktif bergerak dan berpartisipasi dalam olahraga tradisional seperti balap karung dan estafet pindah balok. Harapannya, kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran santri tentang pentingnya berolahraga secara teratur untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran serta mendorong implementasi program olahraga dan kesehatan yang terencana di pondok pesantren.

## Ucapan Terimakasih

Terimakasih kami sampaikan kepada Universitas Jenderal Soedirman, melalui LPPM Unsoed yang telah memberikan dana hibah Pengabdian Kepada Masyarakat, melalui dana BLU Unsoed skema Pengabdian kepada Masyarakat Berbasis Riset dengan nomor Kontrak: 26.219/UN23.35.5/PT.01/II/2024. Tim pengabdian juga menyampaikan terimakasih kepada pimpinan dan santri Pondok Pesantren Darul Abror Purwokerto yang telah bersedia bekerjasama dan menjadi mitra dalam pelaksanaan kegiatan PkM.

## Daftar Referensi

- Adhariah, I. (2018). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa. *Ibtida'i*, 5(2).
- Akbar, R. N., & Doewes, M. (2018). Olahraga Di Lingkungan Pondok Pesantren. *Olahraga Di Lingkungan Pondok Pesantren*, 1(1), 4–7.
- Azim, A., Moh, L., Isnaini, Y., & Hidayatullah, M. R. (2023). Peran Olahraga Tradisional dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Santri di Pondok Pesantren Nu Darussalam Al-Falah Desa Bukit Tinggi Kecamatan Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 9(1), 129–138.
- Budi, D. R., Kusuma, M. N. H., Syafei, M., & Stephani, M. R. (2019). *The Analysis of Fundamental Movement Skill in Primary School Student in Mountain Range*. 11(Icsshpe 2018), 195–198. <https://doi.org/10.2991/icsshpe-18.2019.56>
- Kusnandar, Budi, D. R., Listiandi, A. D., Festiawan, R., Nurcahyo, P. J., Syafei, M., & Ngadiman.

- (2020). BOLA VOLI: BAGAIMANAKAH KONDISI INDEKS MASSA TUBUH ATLET ? *Sporta Sainika*, 5(2), 95–106.
- Kusnandar, Friskawati, G. F., Kharisman, V. A., & Budi, D. R. (2021). Elementary Student's Physical Activity during Pandemic Covid 19. *Annals of Tropical Medicine & Public Health*, 24(03), 10–16. <https://doi.org/10.36295/asro.2021.24329>
- Kusnandar, Purnamasari, D. U., Nurcahyo, P. J., & Darjito, E. (2019). Pengaruh Permainan Tradisional Banyumas Gol-Golan Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Di Kabupaten Banyumas. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(1), 18–26. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1996>
- Kusuma, I. J., Nurcahyo, P. J., & Alivian, G. N. (2019). Komponen Biomotor Dominan Pada Permainan Tradisional Dul-Dulan Khas Banyumas. *Physical Activity Journal*, 1(1), 44. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.2000>
- Kusuma, M. N. H., Syafei, M., & Rilastiyo, D. (2019). The Effect of Nutritional Status, Level of Physical Activity and Hemoglobins on Physical Endurance. *JUARA : Jurnal Olahraga*. <https://doi.org/10.33222/juara.v4i2.607>
- Kusuma Wardani Soekardi & Fakhrudin. (2017). Kajian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Pondok Pesantren Askhabul Kahfi Kota Semarang. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 57–65.
- Nurcahyo, P. J., Kusnandar, K., Budi, D. R., Listiandi, A. D., Kurniawati, H., & Widyaningsih, R. (2021). Does Physical Fitness Correlate with IQ? A Study among Football Student Athletes. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 6(2).
- Rasnita, R. M., Triansyah, A., & Hidasari, F. P. (2021). Pengaruh permainan tradisional terhadap physical literacy siswa menengah pertama. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 10(12), 1–8.
- Syafei, M., Budi, D. R., Himawan Kusuma, M. N., & Listiandi, A. D. (2020). Identifikasi Keberbakatan Menggunakan Metode Australian Sport Search Terhadap Kesesuaian Cabang Olahraga Pada Anak Sekolah Dasar. *Physical Activity Journal*. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2285>
- Suhartoyo, T., Budi, D. R., Kusuma, M. N. H., Syafei, M., Listiandi, A. D., & Hidayat, R. (2019). Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMP Di Daerah Dataran Tinggi Kabupaten Banyumas. *Physical Activity Journal*. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2019.1.1.1995>
- Syafei, M., Budi, D. R., Listiandi, A. D., Festiawan, R., Kusnandar, K., Nurcahyo, P. J., Stephani, M. R., & Qohhar, W. (2020). Functional Movement Screening: An Early Detection of The Student Injury

Risk in Sport Class. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 5(2), 182–191.  
<https://doi.org/10.17509/jpjo.v5i2.25466>

Yudho, F. H. P., Rahadian, A., Aryani, M., Afriyuardi, A. R., & Pratama, A. K. (2020). Tingkat Persepsi dan Ketertarikan Masyarakat Dalam Aktivitas Fisik Berirama Dalam Menjaga Kebugaran Fisik. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5, 125–133.