



Available Online at <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed>
Jurnal Speed (Sport, Physical Education and Empowerment), Volume 6 (1), Mei 2023

EFEKTIFITAS TACTIKAL GAMES MODEL DALAM KURIKULUM MERDEKA PADA PEMBELAJARAN PERMAINAN TRADISIONAL TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA

Terbit Surya¹, Ega Trisna Rahayu², Resty Gustiawati³

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Universitas Singaperbangsa Karawang

1910631070015@student.unsika.ac.id

ega.trisna.rahayu@staff.unsika.ac.id

resty.gustiawati@fkip.unsika.ac.id

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu kejenuhan model pembelajaran actual yang digunakan sehingga saat pembelajaran berlangsung mereka tidak fokus dan merasa jenuh serta rendahnya tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 1 Cabangbungin. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendapati seberapa efektif model permainan taktis pada pembelajaran mandiri untuk membantu siswa SMP mempelajari permainan tradisional dan meningkatkan kebugaran jasmaninya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen jenis pra-ekperimental dengan desain *one group pre-test post-test design*. Sampel menggunakan teknik sampel jenuh dimana bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel yaitu sebanyak 24 anak. Hasil penelitian diperoleh menggunakan uji normalitas dengan data Pre-Test = $0,139 > 0,05$ dan Post-Test = $0,563 > 0,05$ hasil penelitian tersebut menunjukkan data berdistribusi normal dan melalui perhitungan uji homogenitas menunjukkan nilai $\text{sig} = 0,729 > 0,05$ bahwa data pretest dan posttest menyatakan data homogen, selanjutnya uji hipotesis menggunakan uji-t. Diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat ditarik kesimpulan bahwasanya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test, pada uji efektifitas peningkatan N-Gain skor sebesar 0,54, atau peningkatannya berkategori efektif. Dapat disimpulkan bahwa taktikal games model efektif untuk diterapkan pada pembelajaran penjas.

Kata kunci: Taktikal Games Model, Kurikulum Merdeka, Permainan Tradisional, Kebugaran Jasmani

ABSTRACT

The problem in this study is the saturation of the actual learning model used so that when learning takes place they are not focused and feel bored and the low level of physical fitness of students at SMP Negeri 1 Branch Bungin. The purpose of this study is to find out how effective the tactical game model is in self-learning to help junior high school students learn traditional games and improve their physical fitness. The study used a quantitative approach to the pre-experimental type experimental method with a one group pre-test post-test design. The sample uses a saturated sample technique where if all members of the population are used as a sample, there are 24 children. The research results were obtained using the normality test with data Pre-Test = $0.139 > 0.05$ and Post-Test = $0.563 > 0.05$ the results of the study showed that the data were normally distributed and through the calculation of the homogeneity test showed a sig value = $0.729 > 0.05$ that the pretest and posttest data indicated homogeneous data, then test the hypothesis using the t-test. It is known that the value of Sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$, it can be concluded that there is a significant difference between the results of the pre-test and post-test, in the effectiveness test the increase in the N-Gain score is 0.54, or the increase is categorized as effective. It can be concluded that tactical games are effective models to be applied to physical education learning.

Keywords: Tactical Games Model, Free Curriculum, Traditional Games, Physical Fitness

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran yang disebut dengan pendidikan lazimnya dilakukan oleh lembaga formal, maka kedua istilah tersebut tidak akan pernah dapat dipisahkan. Pendidikan dan pembelajaran adalah sinonim, keduanya kuat dalam bidangnya masing-masing. Pendidikan memainkan peran penting dalam meningkatkan standar sumber daya manusia di seluruh dunia. Menurut Mustafa (2022) pendidikan disempurnakan dengan berbagai cara di berbagai bangsa. Pendidikan saat ini sedang menjadi masalah krusial yang dihadapi oleh berbagai negara berkembang tidak terkecuali Indonesia, (Apriliasari et al., 2022) Namun, sektor pendidikan juga diatur oleh undang-undang di Indonesia, khususnya undang-undang yang ditujukan untuk memajukan pendidikan dan menyelesaikan masalah. Menurut Lengkana & Sofa (2017) salah satu indikator kemajuan pendidikan Indonesia terdapat pada undang-undang. Hal ini karena amanat UUD 1945 yang mengamanatkan agar bangsa mencerdaskan warganya. Akibatnya, pemerintah mengerahkan berbagai upaya agar dapat terealisasikan tujuan pendidikan. Hal ini sejalan dengan Seodjatmiko (2015) singkatan dari pendidikan jasmani, bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui permainan dan olahraga yang berhubungan dengan aktivitas fisik atau olahraga. Pada dewasa ini manusia tidak bisa terlepas dari kegiatan berolahraga, entah itu untuk meningkatkan performa maupun menjaga kondisi fisik agar senantiasa fit (Mahardhika et al., 2022)

Istilah "pendidikan jasmani dan kesehatan" disingkat menjadi "PENJAS". Ini mengacu pada pengembangan keterampilan dalam berpikir kritis, kebugaran fisik, keterampilan sosial, keterampilan motorik, penalaran, perilaku emosional, moral, dan stabilitas. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan Maulana dan Kiram (2019) tentang bagaimana pendidikan jasmani menggabungkan aspek pola hidup sehat, kesehatan lingkungan, dan kegiatan kesehatan yang terencana secara sistematis dengan olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan. Purwanto dkk (2020) mendefinisikan olahraga sebagai "serangkaian gerakan yang teratur dan berkesinambungan", dan olahraga yang teratur akan menyebabkan peningkatan.

Penjasorkes mencakup kegiatan yang berkaitan dengan aspek intelektual, mental, dan spiritual siswa dan merupakan bagian dari proses pengembangan keterampilan. Rizki & Yuwono (2021) Pendidikan jasmani merupakan komponen penting dalam pembelajaran sekolah. Setelah kegiatan jasmani selesai, maka dilakukan upaya terencana dalam pendidikan jasmani untuk menciptakan suasana yang mendorong siswa untuk menunjukkan perilaku yang positif. Menurut Bahari dkk (2015) kebugaran jasmani merupakan tanda keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani. Menurut Setyaningsih & Yuliandi (2019) seorang peserta didik yang mempunyai fisik yang baik akan dapat melaksanakan pekerjaannya dengan baik. Permainan tradisional merupakan salah satu jenis materi dalam pendidikan jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. senada dengan Romadona Aldiansyah (2020) mereka mengajarkan sportivitas dan kerjasama selain permainan tradisional yang mengajarkan gerak fisik seperti lari, lompat, dan lempar. Diharapkan dengan bermain akan membuat siswa senang, bersemangat, dan bugar sehingga memungkinkan mereka mencapai tujuan pembelajaran dengan sebaik-baiknya. Menurut Kurniati (dalam Ramadona Aldiansyah, 2020) bahwa permainan tradisional adalah kegiatan permainan yang tumbuh dan berkembang di suatu wilayah tertentu, sarat dengan nilai budaya dan nilai kehidupan masyarakat, serta diwariskan secara turun-temurun.

Siswa di SMP Negeri 1 Cabangbungin belum mengikuti tes kebugaran jasmani guna mendapati tingkat kebugaran jasmani seorang peserta didik, sesuai dengan observasi dan wawancara yang dilakukan di lapangan. Kurangnya variasi model pembelajaran di SMP menyebabkan siswa yang mengikuti kegiatan pendidikan jasmani kurang bersemangat dan tidak fokus saat guru menyampaikan materi. Penerapan kurikulum mandiri merupakan salah satu cara sistem pendidikan Indonesia saat ini berkembang. Kurikulum Mandiri tentunya tetap dilaksanakan karena diyakini sebagai solusi mengatasi krisis belajar Indonesia, sebagaimana disampaikan Kemendikbud (dalam Fahlevi, 2022) Jika dibandingkan dengan kurikulum lain, Kurikulum Merdeka memiliki keunggulan tersendiri. fitur uniknya sendiri, seperti model pembelajaran Project Based Learning (PjBL) dan penekanan pada penerapan pendekatan pembelajaran dengan fokus pada peserta didik. Apalagi ditambah dengan

minimnya kemampuan guru dalam berkreasi membuat media pembelajaran yang mampu menarik minat anak untuk bermain dan sekaligus belajar, menjadi penyebab yang memperparah keadaan. (Syafri et al., 2022)

Model pembelajaran taktis merupakan bagian dari model pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pembelajaran melalui permainan atau games. Ginanjar (2019) mengatakan bahwa model pembelajaran taktis bekerja paling baik ketika keterampilan psikomotor ditekankan terlebih dahulu, baru kemudian diikuti oleh keterampilan kognitif. Oleh karena itu, keterampilan kognitif dapat membantu dalam meningkatkan keterampilan psikomotorik. Ranah kognitif yang mendukung kemampuan gerak dalam situasi permainan melalui penggunaan ranah psikomotor digunakan dalam model pembelajaran taktis untuk memecahkan masalah dalam permainan atau taktik. Penelitian Oman tentang hubungan model pembelajaran dengan keterampilan motorik. Menurut Oman (dalam Aprianti, 2020) mengungkapkan bahwa model pembelajaran direct instruction dan permainan taktis berdampak pada kebugaran jasmani.

Penulis bermaksud melakukan penelitian dengan tujuan ingin mengetahui efektifitas tactical games model dalam kurikulum merdeka pada pembelajaran permainan tradisional terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa sekolah menengah pertama” berdasarkan uraian latar belakang di atas.

METODE

Sugiyono (2019:2) mengatakan dengan adanya penggunaan metode, permasalahan dalam penelitian yang dikaji dapat terselesaikan. dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan melakukan tahapan treatment kepada peserta didik.

Jenis penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif metode eksperimen jenis pra-eksperimental dengan desain *one group pre-test post-test design*. Dalam hal ini, tujuannya yaitu untuk melihat apakah permainan tradisional dengan model pembelajaran permainan-taktis dan desain satu kelompok dengan tes awal dan akhir (*one group pretest-posttest design*) dapat membantu siswa kelas VII SMP Negeri 1 Cabangbungin mendapatkan dalam bentuk kebugaran jasmani yang lebih baik.

Populasi

Sugiyono (dalam Rachmawati, 2018) Dimungkinkan untuk menarik kesimpulan tentang populasi dengan merujuknya sebagai area generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang dipilih peneliti untuk dipelajari. Penelitian ini hanya mengikutsertakan 24 siswa kelas VII. Jika seluruh populasi digunakan sebagai sampel, maka terdapat 24 anak dalam sampel yang menggunakan teknik sampel jenuh

Teknik Pengumpulan Data

Antara sampel laki-laki dan perempuan, metode pengumpulan data dilaksanakan dalam beberapa tahap. Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) yang juga dikenal sebagai nama lari jarak pendek, tes gantung siku, baring duduk, loncat tegak, dan lari jarak menengah. menjadi instrumen penelitian (Bahari et al., 2015)

**Tabel 1. Nilai TKJI
Untuk usia 13-15 tahun Budiwanto (dalam Jannah & Winarno, 2022)**

No	Jumlah Nilai TKJI	Klasifikasi
1	22-25	Baik Sekali
2	18-21	Baik
3	14-17	Sedang
4	10-13	Kurang
5	5-9	Kurang Sekali

Analisa data

Untuk analisa data menggunakan step-setep sebagai berikut: pre-test, pemberian perlakuan, dan post-test, Test setiap sampel dengan instrumen TKJI pada akhir proses pengumpulan data. Instrumen TKJI digunakan untuk meringkas data yang diperoleh untuk menentukan skor masing-masing siswa (Nursena & Hamdani, 2019). Uji N-Gain Score kemudian digunakan untuk mengevaluasi keefektifan model pembelajaran yang digunakan dalam penelitian ini.

Tabel 2. Kriteria tingkat N-gain Hake (dalam Wahab et al., 2021)

Rata-rata	Kriteria
$g > 0,7$	Sangat Efektif
$0,3 \leq g \leq 0,7$	Efektif
$0 < g < 0,3$	Kurang Efektif
$g \leq 0$	Sangat Tidak Efektif

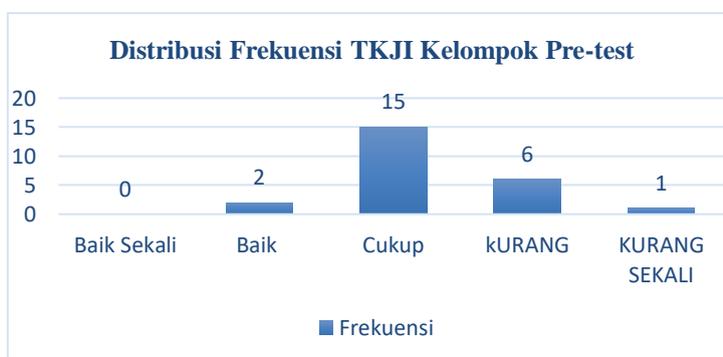
HASIL dan PEMBAHASAN

Analisis deskriptif data pretest tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VII SMP Negeri 1 Cabangbungin menghasilkan skor maksimal 19, skor minimal 8, skor rata-rata 14,38, skor median 14,00, sedang skor 14, dan nilai standar deviasi 2,223. Tabel distribusi berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi TKJI Kelompok Pre test.

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	22-25	0	0%	Baik Sekali
2	18-21	2	8%	Baik
3	14-17	15	63%	Sedang
4	13 - 10	6	25%	Kurang
5	5-9	1	4%	Kurang Sekali
Total		24	100%	

Berikut diagram batang darai hasil distribusi frekuensi tkji kelompok pre-test :



Berdasarkan data saat pre-test , tabel 3 terlihat bahwa 24 siswa kelas VII Smp Negeri 1 Cabangbungin memiliki kalsifikasi kebugaran jasmani yang sangat baik tersebut 0 siswa (0%) ,memiliki kategori baik 2 siswa (8%), memiliki kategori sedang 15 siswa (63%), memiliki kategori rendah 6 siswa (25%),memiliki kategori sangat rendah 1 siswa (4%). Sebagian besar siswa SMP Negeri 1 Cabangbungin

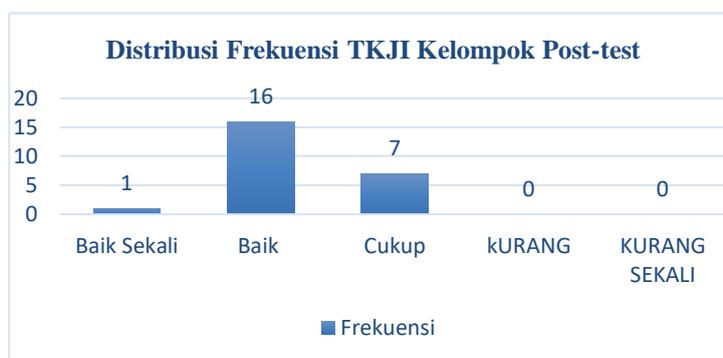
memiliki tingkat kebugaran jasmani sedang pada saat mengikuti pre-test, dengan frekuensi tertinggi pada kelas interval 14-17 atau kategori sedang.

Analisis deskriptif data postes tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VII SMP Negeri 1 Cabangbungin menghasilkan skor maksimal 23, skor minimal 15, rata-rata 18,96, median 19,00, modus 19, dan standar deviasi 1,899. Tabel distribusi berikut diturunkan.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi TKJI Kelompok Post test.

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	22-25	1	4%	Baik Sekali
2	18-21	16	67%	Baik Sekali
3	14-17	7	29%	Sedang
4	13 - 10	0		Kurang
5	5-9	0		Kurang Sekali
Total		24	100%	

Berikut diagram batang darai hasil distribusi frekuensi tkji kelompok post-test :



Berdasarkan data saat posttest, tabel 4 terlihat bahwa 24 siswa kelas VII SMP Negeri 1 Cabang Bungin memiliki tingkat kebugaran jasmani yang sangat baik sebanyak 1 siswa (4%), kategori sedang sebanyak 16 siswa (67%), kategori kurang sebanyak 7 siswa (29%), dan kategori sangat sedikit sebanyak 0 siswa (0%). Sebagian besar siswa di SMP Negeri 1 Cabangbungin memiliki tingkat kebugaran jasmani yang baik pada saat post-test dengan frekuensi tertinggi pada kelas interval 18-21 atau dalam kategori baik.

Uji normalitas dan homogenitas, juga dikenal sebagai uji asumsi atau uji persyaratan analisis, dilakukan sebelum analisis statistik. Hasil uji normalitas dan homogenitas menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test homogen ($\text{sig} = 0,05$)

Tabel 5. Hasil perhitungan uji normalitas

No	Variabel	Asymp.Sig	Kesimpulan
1	Pre-Test	0,139	Normal
2	Post-Test	0,563	Normal

Berdasarkan Hasil analisis data menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,139 untuk hasil Pre-Test dan 0,563 untuk Post-Test. dapat disimpulkan untuk pengujian kenormalan data hasil Pre-Test = 0,139 > 0,05 maka data hasil Pre-Test berdistribusi normal. untuk yang kedua diperoleh nilai hasil pengujian kenormalan data Post-Test = 0,563 > 0,05 maka data hasil Post-Test berdistribusi normal. Mekan dapat dilanjutkan ke penguujian parametric.

Tabel 6. Hasil perhitungan uji homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig
.122	1	46	.729

Berdasarkan analisis data menggunakan formula uji levene dengan nilai sig = 0,729 dan nilai alpha = 0,05. dikarenakan nilai sigifikansi lebih besar dari nilai alpha maka dapat disimpulkan nilai pre-test dan post-test memiliki variasi yang sama yaitu homogen.

Tabel 7. Rangkuman Hasil analisis uji-t

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pre-Test - Post-Test	-17.507	23	.000

Telah ditetapkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test pada pembelajaran olahraga tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa dapat diterima.

Tabel 8. Rangkuman Hasil analisis uji-Ngain skor

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ngain_Skor	24	.30	1.00	.5475	.15954
Ngain_Persent	24	30.00	100.00	54.7535	15.95355
Valid (listwise)	N 24				

Berdasarkan hasil analisis Model pembelajaran permainan taktis dinyatakan efektif karena menurut analisis nilai rata-rata N-Gain keseluruhan pada uji peningkatan N-Gain sebesar 0,54 atau peningkatannya Efektif sehingga, disimpulkan bahwa model pembelajaran taktikal game efektif.

Pendekatan Taktis mengajarkan proses pembelajaran keterampilan teknis secara bersamaan dalam permainan yang mirip dengan permainan sebenarnya bukan pada bagian teknis yang terpisah. pembelajaran menggarisbawahi cara paling umum untuk menggabungkan strategi dan prosedur permainan secara bersamaan (Lantu, 2022). Model pembelajaran strategi penanganan masalah dalam permainan atau strategi melibatkan ruang mental yang membantu pengembangan kapasitas dalam situasi permainan dengan memanfaatkan area psikomotorik. Ketika siswa belajar menggunakan model pembelajaran taktis dengan ranah kemampuan motorik atau ranah psikomotor, mereka mendapatkan ranah afektif.

Alhasil, dengan menggunakan model pembelajaran taktis dapat membantu memecahkan masalah yang sudah ada. Selain itu, model ini dapat membantu siswa mengembangkan pengetahuannya terlebih dahulu yang kemudian dituangkan ke dalam permainan, serta dapat memfasilitasi minat belajar melalui penggunaan permainan (Ginjar, 2019). Siswa masih "memainkan permainan", tetapi mereka sedang mengembangkan keterampilan dan strategi penting pada usia yang tepat. Model pembelajaran permainan taktis adalah nama lain dari model pembelajaran taktis karena penerapan model tersebut menggambarkan situasi pertandingan (Nurhayati, 2019). Kebugaran jasmani siswa dapat ditingkatkan melalui permainan tradisional yang sangat berkorelasi dengan model pembelajaran taktik. olahraga ini. Menurut Sumardiyanto (dalam Arifin & Haris, 2018) permainan tradisional merupakan kegiatan jasmani yang dilaksanakan dengan sadar dan sengaja serta memakai aturan-aturan berdasarkan norma-norma sosial.

Arifin & Haris (2018) mengatakan bahwa permainan tradisional dapat dimainkan oleh anak-anak dengan menggunakan alat sederhana dan tanpa mesin asalkan sehat. Anak-anak dapat belajar pelajaran berharga tentang nilai-nilai dan norma-norma luhur melalui permainan tradisional, yang membantu mereka menemukan keseimbangan dalam kesulitan hidup. Di sekolah menengah pertama, permainan tradisional dapat dijadikan salah satu alternatif pendidikan jasmani. Permainan tradisional tidak memiliki aturan sebanyak kompetisi karena memiliki unsur permainan.

Suharyana (2013:6). Kesegaran jasmani setiap orang dilihat dari berbagai faktor yang saling berinteraksi satu sama lain yang berhubungan dengan aktifitas fisiknya. Merujuk pada penelitian yang

dilaksanakan oleh Departemen Kesehatan California Sharkey (dalam Suharjana, 2013) ada tujuh kebiasaan yang dapat membantu Anda berumur panjang dan hidup sehat: olahraga teratur, tidur cukup, makan sarapan sehat, mengontrol berat badan, menjauhi narkoba dan rokok, serta tidak minum alkohol.

SIMPULAN

Uji peningkatan N-Gain menghasilkan nilai rata-rata N-Gain secara keseluruhan sebesar 0,54, atau peningkatan sedang/0,3 g 0,7, menunjukkan bahwa model pembelajaran permainan taktis efektif diterapkan menjadi variasi pembelajaran pendidikan jasmani yang diterapkan di sekolah, agar kegiatan belajar mengajar menjadi efektif dan efisien sebagai tindakan untuk memecahkan masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Kesimpulan ini didasarkan pada analisis keefektifan penggunaan model permainan taktis dalam kurikulum mandiri terhadap kebugaran jasmani siswa

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti, d. (2020). Pengaruh model pembelajaran dan status berat terhadap keterampilan bermain dan kebugaran jasmani. *Jurnal penelitian pendidikan*, 20(2), 213–224. <https://doi.org/10.17509/jpp.v20i2.19127>
- Apriliasari, D., Purbangkara, T., Kurniawan, F., Universitas, U., Jalan, S., & Telukjambe, H. S. R. (2022). Pengaruh Metode Discovery Learning dan Persepsi Kinestetik Terhadap Hasil Pembelajaran Bola Voli. *Jspeed*, 5(20), 113–120.
- Arifin, I. T., & haris, i. N. (2018). Pengaruh penerapan permainan tradisional terhadap kebugaran jasmani siswa kelas viii smpn 1 ciasem kabupaten subang (studi eksperimen pada siswa kelas viii smpn 1 ciasem). *Jurnal biomekanika*, 4(1), 1–7. <http://ejournal.unsub.ac.id/index.php/fkip/article/view/222>
- Bahari, f., hanief, y. N., & junaidi, s. (2015). Analisis tingkat kebugaran jasmani siswa kelas atas ditinjau dari keikutsertaan dalam ekstrakurikuler. *Jendela olahraga*, 05(02), 89–97.
- Fahlevi, m. R. (2022). Kajian project based blended learning sebagai model pembelajaran pasca pandemi dan bentuk implementasi kurikulum merdeka. *Jurnal sustainable*, 5, 230–249.
- Ginangjar, a. (2019). Model pembelajaran taktis dan motivasi belajar terhadap kebugaran jasmani siswa smk. *Jurnal kependidikan*, 2, 409–419.
- Jannah, u., & winarno, m. (2022). Survei kualitas kebugaran jasmani peserta ekstrakurikuler di smp negeri 8 kota malang. *Sport science and health*, 4(2), 146–155. <https://doi.org/10.17977/um062v4i22022p146-155>
- Kurniawan, m. R., & suroto. (2014). Penerapan media audio visual terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok siswa kelas iv sdn bibis 113 surabaya tahun ajaran 2013-2014 muhamat rizal kurniawan suroto abstrak. *Jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan*, 559–563.
- Lantu, s. (2022). Meningkatkan hasil belajar siswa melalui pendekatan taktis pada permainan bola voly mata pelajaran penjaskes. *Jurnal pengabdian masyarakat*, 02(89), 909–920.
- Lengkana, a. S., & sofa, n. S. N. (2017). Kebijakan pendidikan jasmani dalam pendidikan. *Jurnal olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Mahardhika, D. B., Aminudin, R., Universitas, U., Jalan, S., & Telukjambe, H. S. R. (2022). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Dasar Chest Pass Bola Basket pada Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sukatani. *Jspeed*, 5(November), 153–159.
- Maulana, a., & kiram, y. (2019). Tingkat kebugaran jasmani siswa kelas x sma negeri 2 koto baru kabupaten dharmastraya. *Jurnal jpdo*, 2(1), 24–28.
- Mustafa, p. S. (2022). Peran pendidikan jasmani untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional. *Jurnal ilmiah wahana pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Nurhayati, m. (2019). Implementasi model pembelajaran tactical game terhadap hasil belajar teknik dasar passing bawah permainan bola voli. *Jurnal educatio fkip unma*, 53(9), 1689–1699.
- Purwanto, d., murtono, t., & akbar, m. (2020). Perbedaan tingkat kepercayaan diri dan motivasi mengikuti kegiatan dalam olahraga bulutangkis pada siswa perbedaan tingkat kepercayaan diri dan motivasi mengikuti kegiatan dalam olahraga bulutangkis pada siswa. *Journal sport sciences and physical education*, 0383, 113–121.
- Rachmawati, d. W. (2018). Sekolah smk swakarya palembang penelitian. 5(2), 111–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.36706/jp.v5i2.6600>

- Ramadona aldiansyah, a. (2020). Pengaruh permainan tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani siswa kelas vii smp negeri 51 palembang. *Jurnal halaman olahraga*, 3(i), 9–20.
- Rizki, w. K., & yuwono, c. (2021). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di era pandemi pada sekolah dasar di kecamatan kalinyamatan jepara. *Indonesian journal for physical education and sport*, 2(1), 327–335. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Seodjatmiko, a. N. (2015). Membentuk karakter siswa sekolah dasar menggunakan pendidikan jasmani dan olahraga. *Journal of physical education health and sport*, 2(2), 57–64.
- Setyaningsih, p., & yuliandi, r. (2019). Perbandingan tingkat kebugaran siswa yang mengikuti dan tidak mengikuti kegiatan sanggar tari. *Altius: jurnal ilmu olahraga dan kesehatan*, 8(1), 1–8. <https://doi.org/10.36706/altius.v8i1.8238>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d* (sutopo (ed.); 1 s.d. 28). Alfabeta.
- Suharjana. (2013). *Kebugaran jasmani* (1st ed.). Jogja global media.
- Syafrida, R., Rahayu, E. T., & Akmalia, D. N. (2022). Pengaruh Media Paper Plate terhadap Fisik Motorik Halus pada Anak Usia Dini. *Jspeed*, 5(November), 127–134.
- Wahab, a., junaedi, & muh.azhar. (2021). Efektivitas pembelajaran statistika pendidikan menggunakan uji peningkatan n-gain di pgmi. *Jurnal basicedu*, 5(2), 1039–104.