



Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa SMA Negeri 8 Bone

Relation Of Physical Fitness Level To Physical Education Learning Out Comes To Student Senior High School 8 Bone

Risnawati^{1*}, Amri Rahman², Sahabuddin³

¹²³Prodi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

¹²³Jalan Wijaya Kusuma Raya No. 14 (Kampus FIK Banta-Bantaeng) Kota Makassar, Sulawesi Selatan, 90222

¹risnawat@gmail.com, ²amri.rahman@unm.ac.id, ³sahabuddin@unm.ac.id

Received: 05 Februari 2022; **Reviewed:** 02 March 2022; **Accepted:** 13 March 2022;

Published: 21 March 2022

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga pada siswa SMA Negeri 8 Bone. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan suatu variabel bebas yaitu tingkat kesegaran jasmani dengan satu variabel terikat yaitu Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 8 Bone. Secara random sampling dipilih sampel sebanyak 35 orang siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif persentase dan analisis korelasi (r) pada taraf signifikan $\alpha_{0,05}$, dengan menggunakan bantuan computer melalui program SPSS. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil: ada keterkaitan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga, terbukti dengan nilai koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh = 0,339, dengan (R_o) = 0,580 ($P < 0,05$) dan nilai F_{hitung} 16,717 ($P < 0,05$). Untuk tingkat kesegaran jasmani hasil analisis persentase pada umumnya 91% atau masuk kategori sedang. Sedangkan data hasil belajar pendidikan jasmani dan olahraga hasil analisis persentase pada umumnya 31% atau masuk kategori sedang.

Kata Kunci: Tingkat Kesegaran Jasmani; Hasil Belajar; Pendidikan Jasmani

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia yang berimandan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa (Masakke and Prihatno 2017) dan berbudi pekerti luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri serta rasa tanggung jawab pada bangsa dan Negara (Sahudin Wibowo 2017). Untuk mencapai tujuan tersebut maka pendidikan nasional harus diselenggarakan secara terpadu dan diarahkan pada peningkatan kualitas (Pahliwandari 2016) serta pemerataan pendidikan, terutama

peningkatan kualitas pendidikan di sekolah-sekolah yang merupakan awal dari pembentukan manusia Indonesia (Prakoso and Hartoto 2015) seutuhnya guna dapat memenuhi kebutuhan pembangunan nasional (Yogantoro and Ferianto 2016). Pengajaran penjasorkes disekolah merupakan salah satu usaha untuk menanamkan kebiasaan hidup berolahraga siswa didalam kehidupan sehari-hari agar dapat tubuh dan berkembang secara harmonis (Nurul 2018). Karena dengan pengetahuan tentang jasmani yang sehat memungkinkan terjadi perubahan sikap dan perilaku kearah kognitif, psikomotor, dan afektif yang bermanfaat bagi siswa (Sepriadi, Zalfendi, and Mardayanti 2018), baik terhadap masalah kesehatannya maupun terhadap pertumbuhan dan perkembangan fisiknya (Sahabuddin, Hakim, and Syahrudin 2020). Untuk itu sangat penting mengarahkan pada pentingnya berolahraga, meningkatkan bahwa seseorang akan mampu melakukan aktivitas dengan baik jika ia memiliki tingkat kesegaran yang baik (Wibowo 2019). Jika seseorang sadar akan pentingnya olahraga dalam kehidupannya sehari-hari, maka ia akan meluangkan waktunya untuk berolahraga agar tubuh selalu sehat, bugar dan aktivitas belajar siswa berjalan dengan lancar (Ikhsan and Argantos 2019).

Peningkatan belajar jasmani diharapkan dapat ditransfer secara positif ke dalam kemampuan belajar kognitif (Arifin 2018). Hal ini diharapkan tercermin dari meningkatkan hasil prestasi belajar siswa. Melalui pendidikan jasmani dan olahraga diharapkan para siswa dapat lebih mudah menguasai konsep-konsep dan keterampilan yang lainnya (Taqwim, Winarno, and Roesdiyanto 2020), sehingga terjadi transfer hasil belajar pendidikan jasmani yang positif terhadap penguasaan konsep-konsep dan keterampilan lainnya (Hambali, Kusmaedi, and Jajat 2019). Jika hasil belajar pendidikan jasmani baik, secara otomatis tingkat kesegaran tubuh juga baik dan akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa (Fahrizqi et al. 2020). Namun permasalahan yang dihadapi pada umumnya kurangnya pemahaman siswa tentang maksud dan tujuan pendidikan jasmani sehingga pada proses pembelajaran belum semua antusias untuk beraktivis jasmani (Sahabuddin, Hakim, and Bismar 2020).

Untuk mencapai hasil belajar penjasorkes yang baik, siswa harus mampu mengembangkan penguasaan teknik-teknik dasar berbagai cabang olahraga yang diajarkan (Supriyadi and Muhammad suhd 2020). Oleh sebab itu siswa merupakan titik sentral bagi setiap upaya pendidikan, sehingga program pembelajaran tidak lepas dari pertimbangan siswa itu sendiri. Pertimbangan ini mencakup jenis kelamin dan tingkat usia serta karakteristik pertumbuhan dan perkembangan fisik siswa (Abduh, Humaedi, and Agusman 2020). Kesegaran jasmani diberi arti sebagai berbagai aspek kualitas hidup yang sangat berhubungan dengan keadaan status kesehatan jasmani yang positif (Kamaruddin 2018). Kesegaran jasmani ini merupakan sari utama dan cikal bakal dari kesegaran secara umum,

jadi apabila seseorang dalam keadaan segar, salah satu aspek pokok yang nampak adalah keadaan penampilan jasmaninya. Dengan demikian seseorang tidak dapat mencapai kesegaran secara menyeluruh atau umum tanpa didasari oleh keadaan kesegaran jasmani yang baik. Hal ini penelitian yang akan dilaksanakan di SMAN 8 Bone. Salah satu sekolah yang memiliki prestasi yang baik. Prestasi itu didukung oleh kesegaran jasmani yang dimiliki siswa. Kesegaran jasmani memang kunci dari keberhasilan siswa dalam kehidupan sehari-hari dan lingkungan sekolah. Yang berperan untuk meningkatkan kemampuan belajar sehingga dapat mencapai prestasi yang baik. Selain itu permasalahan yang sering muncul dalam pada siswa adalah kurangnya pemahaman tentang pentingnya tubuh bugar dan sehat, pada hal jika siswa bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maka siswa akan memperoleh prestasi dan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik disekolah.

METODE

Adapun variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: variabel bebas atau variabel pengaruh pada penelitian ini adalah: tingkat kesegaran jasmani dan variabel terikat atau variabel terpengaruh pada penelitian ini adalah hasil belajar Penjasorkes. Menurut Sugiyono (2010) memberikan pengertian bahwa: “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi dapat disimpulkan populasi adalah keseluruhan subyek yang dimasukkan untuk diselidiki dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 8 BONE. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti, apabila subyek kurang dari 100, lebih baik semua, sehingga penelitiannya berupa penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil 10-15% atau 20-25% (Suharsimi Arikunto,1998). Sampel yang dimaksud adalah siswa SMAN 8 Bone yang berjumlah 35 orang. Dengan menggunakan teknik random sampling. Random sampling merupakan suatu teknik pengambilan data atau elemen secara acak, dimana setiap elemen atau anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah mencatat hasil-hasil tes kesegaran jasmani dan hasil belajar Penjasorkes diambil dari nilai raport. Pelaksanaan pengukuran kesegaran jasmani digunakan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI). Tes ini merupakan suatu rangkaian tes, oleh karena itu semua butir tes harus dilaksanakan dalam satu satuan waktu. Sebelum melaksanakan tes pengukuran suatu responden diberi penjelasan tentang maksud, tujuan dan kegunaan tes kesegaran jasmani yang akan

dilakukan, serta cara melakukan masing-masing butir tes tersebut. Untuk memperoleh data hasil belajar diperoleh dari dokumentasi.

Tabel 1.
Norma Penilaian Tes Kesegaran Jasmani Indonesia

NO	Jumlah Nilai	Klasifikasi
1	22–25	Baik Sekali (BS)
2	18–21	Baik (B)
3	14–17	Sedang (S)
4	10–13	Kurang (K)
5	5–9	Kurang Sekali (KS)

Sumber: TKJI(2010: 24-25)

Data hasil belajar penjasorkes oleh para siswa dapat diperoleh dari nilai yang ada pada buku rapor siswa. Untuk hasil belajar siswa menggunakan klasifikasi penilaian nilai rapor Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) 2006. Klasifikasi nilai rapor dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 2.
Norma klasifikasi penilaian nilai rapor

Nilai Rapor	Klasifikasi	Keterangan
86–100	Baiksekali	A
71–85	Baik	B
56–70	Cukup	C
41–44	Kurang	D
<40	Sangat Kurang	E

Data yang diperoleh dalam penelitian ini yakni, tingkat kesegaran jasmani dan hasil belajar siswa SMA Negeri 8 Bone. Data variabel-variabel penelitian tersebut, selanjutnya akan dianalisis dengan teknik deskripsif maupun statistik inferensial untuk menguji kebenaran hipotesis. Seluruh rangkaian analisis data statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan program pengelolaan data yang sudah paten yaitu program statistik SPSS. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui hubungan fungsional (kausal) variabel bebas terhadap variabel terikat. Oleh karena itu dalam penelitian ini terdiri dari satu variabel bebas yaitu tingkat kesegaran jasmani serta satu variabel terikat yaitu hasil belajar, sehingga analisis regresi linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data variabel-variabel penelitian yang diperoleh yaitu tingkah kesegaran jasmani dan data hasil belajar penjasorkes pada siswa SMA Negeri 8 Bone. Data variabel-variabel penelitian yang terkumpul, selanjutnya dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan rumus statistik yang diuraikan dalam table-tabel berikut. Hasil-hasil analisis deskriptif secara lengkap terdapat dalam **Tabel 3** berikut:

Tabel 3.
Hasil analisis deskriptif data variabel-variabel penelitian

Nilai Statistik	N	Mean	SD	Variance	Min.	Max.	Range
Data kesegaran jasmani	35	15.571	1.065	1.134	13.00	18.00	5.00
Data hasil belajar penjasorkes	35	76.686	5.395	29.104	68.00	90.00	22.00

Hasil **Tabel 3** diatas, maka dapat dikemukakan gambaran data tiap variable sebagai berikut: Untuk data tingkat kesegaran jasmani, diperoleh nilai rata-rata 15,57 deviasi 1.065, variasi 1.134, nilai minimum 13.00, dan nilai maksimum 18.00, rentang 5.00. Untuk data hasil belajar penjasorkes, diperoleh nilai rata-rata 76,686, standar deviasi 5.395, varians 29.104, nilai minimum 68.00 dan nilai minimum 90.00, rentang 22.00

Tabel 4.
Hasil uji normalitas data tiap variabel

Variabel	Absolut	Positif	Negatif	KS-Z	Prob.	Ket.
Tingkat Kesegaran jasmani	0,201	0,201	-0.182	1.188	0.119	Normal
Hasil Belajar	0.083	0.083	-0.363	0.489	0.971	Normal

Berdasarkan **Tabel 4** diatas, maka dapatlah diperoleh gambaran bahwa pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogorow Smirnov menunjukkan hasil sebagai berikut: Untuk data tingkat kesegaran jasmani, diperoleh nilai $KS-Z = 1.188$ ($P > 0,05$) berarti hal ini menunjukkan bahwa data tersebut mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal. Untuk hasil belajar penjasorkes, diperoleh nilai $KS-Z = 0,489$ ($P > 0,05$) berarti hal ini menunjukkan bahwa data tersebut mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

Tabel5.
Persentasi Frekuensi Data Hasil Kesegaran Jasmani

Kriteria	Interval Hasil	Frekuensi	Persen(%)
Baik Sekali	22-25	-	-
Baik	18-21	2	6%
Sedang	14-17	32	91%
Kurang	10-13	1	3%
Kurang Sekali	5-9	-	-

Berdasarkan **Tabel 5** diatas tentang hasil penelitian tes kesegaran jasmani yang diperoleh pada siswa SMA Negeri 8 Bone, nampak bahwa dari 35 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik sebanyak 2 orang (6%), klasifikasi sedang sebanyak 32 orang (91%), klasifikasi kurang sebanyak 1 orang (3%), baik sekali dan kurang sekali tidak ada. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada umumnya hasil tes tingkah kesegaran jasmani pada SMA Negeri 8 Bone dapat dikatogerikan sedang.

Tabel 6.
Persentasi Frekuensi Data Hasil Belajar Penjasorkes

Kriteria	Interval Hasil	Frekuensi	Persen (%)
Baik Sekali	> 88	1	3%
Baik	83-87	4	11%
Sedang	78-82	11	31%
Kurang	73-77	10	29%
Kurang Sekali	68-72	9	26%

Berdasarkan **Tabel 6** diatas tentang hasil penelitian hasil belajar penjas yang diperoleh pada siswa SMA Negeri 8 Bone, nampak bahwa 35 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik sekali sebanyak 1 orang (3%), klasifikasi baik sebanyak 4 orang (11%), klasifikasi sedang sebanyak 11 orang (31%), klasifikasi kurang sebanyak 10 orang (29%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 9 orang (26%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa padaumumnya hasil belajar penjasorkes pada siswa SMA Negeri 8 Bone dapat dikategorikan sedang.

Tabel 7.
Hasil Korelasi Tingkah Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes.

Variabel	N	R	R ²	F	P	KET.
Tingkat Kesegaran Jasmani & Hasil Belajar Penjasorkes	35	0.580	0.336	16.717	0.000	Signifikan

Berdasarkan **Tabel 7** diatas, terlihat bahwa hasil perhitungan korelasi pearson diperoleh nilai (R) = 0,580 dan nilai Rsquare (R²) = 0,336 setelah dilakukan uji signifikan atau uji keberartian dengan menggunakan uji F regresi diperoleh nilai F hitung = 16.717 (P<0,05). Maka Ho ditolak dan H1 diterima, berarti ada keterkaitan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes siswa SMA Negeri 8 Bone. Nilai koefisien determinasi (Rsquare) yang diperoleh = 0,336, ini berarti bahwa 33,60% dijelaskan oleh tingkat kesegaran jasmani yang terdiri lari cepat 50 meter, gantung siku tekuk, baring duduk, loncat tegak dan lari 1000 meter, sedangkan sisinya 66,40% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diamati dalam penelitian ini. Hal ini mengandung makna, bahwa siswa memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik maka akan diikuti dengan hasil belajar penjasorkes yang baik pula. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian harus di uji kebenerannya melalui data empiris. Setelah dilakukan pengujian dengan menggunakan uji kolerasi pearson yang dilanjutkan dengan uji F regresi, maka diperoleh hasil seperti berikut ini: Dari hasil analisis data diperoleh nilai Rhitung (R) = 0,580 (P<0,05). Maka Ho ditolak dan H1 diterima, berarti ada keterkaitan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila siswa memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik maka akan diikuti dengan hasil belajar penjasorkes yang baik pula.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan ada keterkaitan yang signifikan antara tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar penjasorkes. Hasil yang diperoleh tersebut apabila dikaitkan dengan kerangka berpikir ataupun teori-teori yang mendasarinya, pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung teori yang ada. Berdasarkan hasil analisis tingkat kesegaran jasmani siswa SMA Negeri 8 Bone nampak bahwa dari 35 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik 2 orang (6%), klasifikasi sedang sebanyak 32 orang (91%), klasifikasi kurang sebanyak 1 orang (3%). Baik sekali dan kurang sekali tidak ada. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada umumnya hasil tes tingkat kesegaran jasmani pada siswa SMA Negeri 8 Bone dapat kategorikan sedang. Sedangkan hasil penelitian hasil belajar penjasorkes yang diperoleh siswa SMA Negeri 8 Bone, dampak bahwa dari 35 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik sekali sebanyak 1 orang (3%), klasifikasi baik sebanyak 4 orang (11%), klasifikasi sedang sebanyak 11 orang (31%), klasifikasi kurang sebanyak 10 orang (29%), klasifikasi kurang sekali sebanyak 9 orang (26%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pada umumnya hasil belajar penjasorkes pada siswa SMA Negeri 8 Bone dapat dikategorikan sedang.

Untuk meningkatkan hasil belajar yang baik dibutuhkan tingkat kesegaran jasmani yang lebih baik pula. Olahraga yang teratur dapat bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan. Sebagai contoh, seorang yang sudah terbiasa olahraga secara teratur, ia akan memiliki tingkat kebugaran yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang tidak terbiasa berolahraga. Orang yang sering melakukan latihan kebugaran jasmani (olahraga) akan terhindar dari kelemahan fisik. Kebugaran jasmani (*Physical fitness*) merupakan salah satu aspek fisik dari kebugaran menyeluruh (*total fitness*). Kebugaran jasmani memberikan kesanggupan kepada peserta didik untuk melakukan pekerjaan produktif sehari-hari tanpa adanya kelelahan berlebihan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya dengan baik ataupun dalam melakukan pekerjaan yang mendadak. Sedangkan hasil belajar penjasorkes dapat diartikan sebagai suatu nilai baik itu berupa angka atau huruf yang melambangkan tingkat keberhasilan peserta didik dalam mengembangkan dan meningkatkan kemampuan fisik, mental, gerak, sosial dan spritualnya, setelah meningkatkan program belajar penjasorkes dalam jenjang tertentu dan jangka waktu yang tertentu pula.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: Ada hubungan yang signifikan antar tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar Penjasorkes siswa SMA Negeri 8 Bone.

Berdasarkan analisis data dan kesimpulan, maka dapat dikemukakan saran–saran sebagai berikut: Bagi para guru Penjasorkes, direkomendasikan bahwa kiranya dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar Penjasorkes, hendaknya perlu memperhatikan tingkat kesegaran jasmani yang baik untuk mendukung hasil belajar Penjasorkes yang baik. Bagi para siswa, direkomendasikan bahwa perlu membekali diri mengenai pengetahuan tentang pentingnya mengembangkan dan memiliki tingkat kesegaran jasmani yang baik. Bagi para guru pendidikan jasmani, agar hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan dalam mengajarkan Penjasorkes, sehingga hasil pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Abduh, Ikhwan, Humaedi Humaedi, and Muhammad Agusman. 2020. "Analisis Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Siswa." *JOSSAE: Journal of Sport Science and Education* 5(2):75. doi: <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n2.p75-82>.
- Arifin, Zainul. 2018. "Pengaruh Latihan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) Terhadap Tingkat Kebugaran Siswa Kelas V Di MIN Donomulyo Kabupaten Malang." *Journal AL-MUDARRIS* 1(1):22. doi: 10.32478/al-mudarris.v1i1.96.
- Fahrizqi, Eko Bagus, Imam Mahfud, Rizki Yuliandra, and Aditya Gumantan. 2020. "Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Olahraga Selama New Normal Pandemi Covid-19." *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education* 8(2):53–62.
- Hambali, Ricky Malik, Nurlan Kusmaedi, and Jajat Jajat. 2019. "Tingkat Kebugaran Jasmani Lansia Dikaji Berdasarkan Tingkat Partisipasi Dan Gender." *Jurnal Keolahragaan* 5(2):1. doi: 10.25157/jkor.v5i2.2150.
- Ikhsan, Amirul, and Argantos. 2019. "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan." *JP&O (Jurnal Pendidikan Dan Olahraga), Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang* 2(1):171–76.
- Kamaruddin, Ilham. 2018. "Analisis Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sd Negeri Bawakaraeng III Makassar." *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation* 1(2):85. doi: 10.26858/sportive.v1i2.6393.
- Masakke, Imanuel Sunaryono, and Junaidi Budi Prihatno. 2017. "Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Antara Siswa Yang Merokok Dengan Siswa Yang Tidak Merokok Di SMAN 11 Surabaya Tahun 2017." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 05(02):186–91.
- Nurul, Moh. 2018. "Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Arosbaya Dan SMP Negeri 6 Bangkalan." *Journal of Sport Athleticism in Theachin and Revreation on Interdisciplinary Analysis* 1(1):1–7.
- Pahliwandari, Rovi. 2016. "Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Basket Dengan Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 3(1):44–53.
- Prakoso, Damar Puspo, and Setiyo Hartoto. 2015. "Pengukuran Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli Di SMS DR. Soetomo Surabaya." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* Volume 3:9–13.
- Sahabuddin, Hikmad Hakim, and Ahmad Rum Bismar. 2020. "Analisis Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Terhadap Motor Ability Dan Hasil

- Belajar Pada Siswa SD Negeri Di Kabupaten Pinrang." *JCESPORT, Ubharajaya* 1(1):35–48. doi: <https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.84>.
- Sahabuddin, Hikmad Hakim, and Syahrudin. 2020. "Kontribusi Motor Educability Terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai Pada Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran* 6(2):449–65. doi: 10.29407/js_unpgri.v6i2.14564.
- Sahudin Wibowo, Agung. 2017. "Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 4(2):390–95.
- Sepriadi, Sepriadi, Zalfendi Zalfendi, and Mardayanti Mardayanti. 2018. "Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas Unggul Dan Kelas Reguler Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 4 Kota Pariaman." *Sporta Saintika* 3(1):400. doi: 10.24036/sporta.v3i1.60.
- Supriyadi, Muhammad, and Muhammad suhd. 2020. "Perbedaan Kesegaran Jasmani Antara Siswa Yang Berekonomi Tinggi Dengan Siswa Berekonomi Rendah Di Sma Negeri 5 Lubuklinggau." *Jurnal Kesehatan Jasmani, Kesehatan Rekreasi* 1(1):1–5.
- Taqwim, Revandi Imana, M. E. Winarno, and Roesdiyanto Roesdiyanto. 2020. "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan." *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan* 5(3):110–16. doi: 10.17977/jptpp.v5i3.13303.
- Wibowo, Tri Yayan. 2019. "Perbedaan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas Atas Daerah Rawan Bencana Balikpapan Dan Palu." *Journal of Chemical Information and Modeling* 5(9):1689–99.
- Yogantoro, Zulu Siwi, and Bambang Ferianto. 2016. "Perbandingan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII Di Sekolah Menengah Pertama Negeri Dataran Tinggi Dan Daerah Pesisir." *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 4(2):657–62.