

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN HASIL BELAJAR PESERTA  
DIDIK KELAS XI SMA NEGERI 1  
KOTA SUNGAI PENUH**

Ade Wahyudi<sup>1</sup>, Bafirman<sup>2</sup>

Universitas Negeri Padang

**Abstrak**

Masalah dalam penelitian ini adalah dari hasil observasi yang telah peneliti lakukan peneliti menemukan bahwa hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik masih relatif rendah. Penyebab rendahnya hasil belajar ini diduga ada hubungannya dengan kebugaran jasmani peserta didik yang juga rendah. Oleh sebab itu peneliti ingin mengungkapkan apakah benar terdapat hubungan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh. Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh yang berjumlah sebanyak 193 orang. Teknik pengambilan sampel adalah dengan *total sampling* yaitu dengan mengambil semua populasi menjadi sampel dalam penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan korelasi product moment. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa: 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,595 > r_{tabel} 0,195$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$ . 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,540 > r_{tabel} 0,207$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$ .

***kata kunci: kebugaran jasmani, hasil belajar***

**Pendahuluan**

Pendidikan adalah komponen penting yang harus dimiliki oleh setiap bangsa, termasuk Indonesia. Melalui pendidikan diharapkan terciptalah generasi penerus yang bisa mengharumkan nama bangsa di kancah Internasional. Mengenai tujuan pendidikan pada jenjang pendidikan menengah juga dinyatakan dalam Peraturan Pemerintah No 17 Tahun 2010 tentang pengelolaan dan Penyelenggaraan Pendidikan (Materi Pelatihan Implementasi Kurikulum 2013 : 31) yaitu :



“Untuk membangun landasan bagi berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang ; (1) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia dan berkepribadian luhur, (2) Berilmu, cakap, kritis dan inovatif, (3) Sehat, mandiri, percaya diri dan ; (4)Toleran, peka, sosial dan demokratis serta bertanggung jawab”.

Berdasarkan tujuan yang dijabarkan bahwa jelas Pendidikan Nasional merupakan suatu usaha yang strategis untuk mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban sumber daya manusia. Selain memiliki tujuan yang hendak dicapai, pendidikan yang ada di Indonesia juga memiliki fungsi. Hal ini sejalan dengan yang telah dinyatakan dalam UU RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II pasal 3 dijelaskan bahwa:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggungjawab”.

Melalui pendidikan diharapkan siswa dapat menjadi manusia Indonesia yang cakap dan memiliki kemampuan yang dikuasai dibidangnya masing-masing. Sehingga apa yang telah dicita-citakan oleh pendahulu kita dulu dapat terwujud.

Berdasarkan hal yang dijabarkan sebelumnya, seorang guru yang mengajar pada jenjang Sekolah Menengah Atas, guru diharapkan mampu merancang model pembelajaran yang mengandung unsur-unsur karakteristik yang dimiliki oleh anak pada fase ini agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai, diantaranya adalah terjadinya perubahan tingkah laku dan berkembangnya kemampuan akademik yang dimiliki siswa.

Perubahan tingkah laku serta perkembangan kemampuan akademik yang dialami siswa selama mengikuti proses pembelajaran disekolah kemudian dituangkan dalam simbol, angka ataupun huruf yang melambangkan hasil yang telah dicapai siswa selama periode tertentu, yang mana inilah yang dimaksud dengan hasil belajar. Purwanto (2011:46) juga mengemukakan pendapatnya mengenai hasil belajar bahwa hasil belajar didefinisikan sebagai perubahan perilaku siswa akibat belajar. Perubahan perilaku disebabkan karena siswa

mencapai penguasaan atas sejumlah bahan yang diberikan dalam proses belajar mengajar.

Hasil belajar merupakan sesuatu yang telah dicapai oleh siswa setelah mengikuti proses belajar mengajar di sekolah. Hasil belajar yang baik adalah hasil belajar yang diperoleh siswa sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Hasil belajar siswa tersebut dapat diperoleh dengan mengadakan evaluasi, dimana evaluasi itu merupakan bagian dari kegiatan belajar mengajar. Seorang siswa dapat dikatakan berhasil dalam belajar apabila terjadi perubahan tingkah laku di dalam dirinya, baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan maupun dalam bentuk sikap dan nilai positif.

Peserta didik yang telah mengikuti proses pembelajaran di sekolah diharapkan dapat memperoleh hasil belajar yang maksimal dan memuaskan pada Ujian Nasional (UN), sehingga siswa juga dapat memperoleh pengalaman dan wawasan yang bermanfaat dalam kehidupan bermasyarakat serta untuk dapat melanjutkan pendidikan kejenjang berikutnya. Oleh karena itu, guru selaku tenaga pengajar dan pendidik sangat mengharapkan agar setiap siswa yang mengikuti proses pembelajaran memiliki keinginan yang kuat, serius, tekun serta rajin agar mendapatkan hasil belajar yang memuaskan.

Untuk mendapatkan hasil belajar yang memuaskan, setiap siswa harus memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar, diantaranya adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi prestasi belajarnya, diantara faktor internal yang dimaksud disini adalah kecerdasan emosional, bakat, minat, motivasi, tingkat kesegaran jasmani dan status gizi siswa.

sedangkan faktor eksternal yaitu faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prestasi belajar seseorang yang berasal dari luar diri siswa tersebut. Adapun yang termasuk ke dalam faktor eksternal ini adalah diantaranya sarana dan prasarana, kompetensi guru, letak geografis tempat tinggal, faktor ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sebagainya.

Kebugaran jasmani adalah kesanggupan yang dimiliki oleh seseorang dalam melakukan aktivitas tanpa merasakan kelelahan yang berarti. Kebugaran jasmani ini merupakan suatu kondisi di mana tubuh manusia mampu untuk melakukan



kegiatan dalam kehidupan sehari-hari secara efektif. Jasmani seseorang yang bugar, maka itu artinya manusia tersebut memiliki energi yang sangat cukup untuk melakukan kegiatan inti dan tambahan di kehidupan sehari-hari.

Moeloek dalam Agus (2012: 23) menegaskan bahwa kesegaran jasmani merupakan kesanggupan dan kemampuan tubuh dalam melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebanan fisik yang diberikan kepadanya (kerja) tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Manusia selalu mendambakan kepuasan dan kebahagiaan dalam hidupnya, begitu juga dengan peserta didik. Aktivitas belajar yang semakin hari semakin bertambah banyak membuat peserta didik berusaha keras untuk menjalaninya, maka dengan semakin keras peserta didik berusaha menjalani aktivitas belajar maka diperlukan jasmani yang sehat. Dengan jasmani yang sehat peserta didik tersebut akan lebih mudah melakukan aktivitas belajarnya dengan baik.

Selain itu SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh merupakan sekolah yang memiliki sarana dan prasarana yang cukup lengkap untuk pelaksanaan pembelajaran PJOK. Selain itu sekolah ini juga terletak ditempat yang cukup strategis, yaitu pusat Kota Sungai Penuh. Meskipun demikian hasil belajar PJOK yang diraih oleh siswa di sekolah ini masih tergolong rendah.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal pengamat bersama wali kelas di sekolah tersebut yaitu Bapak Niko Pradana dan rekan-rekannya pada tanggal 2 Oktober 2018 menerangkan bahwa masih ada hasil belajar siswa untuk mata pelajaran yang diikuti sertakan dalam Ujian Nasional (UN) yang belum mencapai batas Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75.

Permasalahan ini didapatkan berdasarkan observasi yang telah pengamat lakukan pada siswa kelas XI yang terdiri dari enam kelas di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh ini. Dari 383 orang peserta didik kelas XI yang terdaftar aktif pada tahun ajaran 2018/2019 hanya sebanyak hanya sebanyak 234 orang atau 61,10% peserta yang mendapatkan nilai di atas batas yang telah ditentukan. Sisanya sebanyak 149 orang atau 38,90% peserta didik belum mampu mencapai hasil belajar seperti yang telah ditetapkan. Apabila fenomena ini tetap terjadi tanpa ada tindak lanjutnya, maka sangat dikhawatirkan pada ujian akhir nanti akan banyak peserta didik dari sekolah ini yang bisa saja tidak akan lulus pada ujian akhir.

Seperti yang telah dijabarkan di atas, permasalahan ini diduga disebabkan oleh faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa yaitunya faktor intrinsik (kecerdasan emosional, bakat, minat, motivasi, tingkat kebugaran jasmani dan status gizi) dan juga faktor ekstrinsik (sarana dan prasarana, kompetensi guru, letak geografis sekolah, ekonomi keluarga, pendidikan orang tua, lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah). Berdasarkan hal tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian terkait rendahnya hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh. Melalui penelitian ini nantinya peneliti berharap dapat memecahkan dan mencari solusi terhadap permasalahan yang sedang terjadi.

### **Metodologi Penelitian**

Desain dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Lutan (2007:199) menjelaskan “penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara variabel-variabel tanpa mencoba untuk mempengaruhi variabel tersebut, serta tidak dapat mengungkapkan sebab-sebab hubungannya”.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh yang berjumlah 383 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono dalam Mukhsin, Mappigau dan Tenriawaru, 2017:190). Sampelnya adalah semua peserta didik kelas XI sebanyak 193 orang. peserta didik kelas IPA sebanyak 103 orang dan peserta didik kelas IPS sebanyak 90 orang.

Data kebugaran jasmani dalam penelitian ini dikumpulkan melalui tes TKJI dan data hasil belajar didapatkan dari nilai murni sebelum dilakukan remedial terhadap 6 mata pelajaran yang nantinya akan di UN kan.

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan Korelasi Sederhana sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n(\sum X^2) - (\sum X)^2\}\{n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2\}}}$$



Keterangan :

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara gejala x dan y

$\sum xy$  = Jumlah produk x dan y

X = Nilai variabel x

Y = Nilai Variabel y

$X^2$  = Nilai Variabel x yang dikuadratkan

$Y^2$  = Nilai variabel y yang dikuadratkan

### Hasil Penelitian

#### 1. Hubungan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Jurusan IPA terhadap Rata-rata Hasil Belajar yang Masuk dalam Ujian Nasional di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh Provinsi Jambi

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan signifikan antara kebugaran jasmani ( $X_1$ ) dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan (Y). Untuk mengetahui hubungan ini dilakukan analisis korelasi sederhana. Rangkuman hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 17. Rangkuman Uji Hipotesis antara Kebugaran Jasmani ( $X_1$ ) dan Hasil Belajar Mata Pelajar yang di UN kan (Y)**

$r_{xy1}$	$r^2$	Korfesien Determinasi	$t_{hitung}$	Taraf signifikan $\alpha = 0,05$ ( $t_{tabel}$ )	Keterangan
0,595	0,354	$0,354 \times 100\%$ = 35,4%	7,43	1,67	Signifikan

Hasil perhitungan pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan adalah positif, hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh  $r_{hitung}$  sebesar 0,595 dan  $r_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 0,195 dengan demikian  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Sedangkan  $t_{hitung}$  sebesar 7,43 dan  $t_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 1,67 dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh.

**2. Hubungan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Jurusan IPS terhadap Rata-rata Hasil Belajar yang Masuk dalam Ujian Nasional di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh Provinsi Jambi**

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan signifikan antara kebugaran jasmani ( $X_1$ ) dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan ( $Y$ ). Untuk mengetahui hubungan ini dilakukan analisis korelasi sederhana. Rangkuman hasil perhitungan dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 24. Rangkuman Uji Hipotesis antara Kebugaran Jasmani ( $X_1$ ) dan Hasil Belajar Mata Pelajar yang di UN kan ( $Y$ )**

$r_{xy1}$	$r^2$	Koefisien Determinasi	$t_{hitung}$	Taraf signifikan $\alpha = 0,05$ ( $t_{tabel}$ )	Keterangan
0,540	0,291	$0,291 \times 100\% = 29,1\%$	6,01	1,67	Signifikan

Hasil perhitungan pada tabel di atas menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan adalah positif, hal ini terlihat bahwa dari analisis statistik yang dilakukan diperoleh  $r_{hitung}$  sebesar 0,540 dan  $r_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 0,207 dengan demikian  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Sedangkan  $t_{hitung}$  sebesar 6,01 dan  $t_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 1,67 dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar Mata Pelajaran yang di UN kan peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh.

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan beberapa waktu lalu mengenai hubungan kebugaran jasmani terhadap hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh kelas XI IPA didapatkan nilai  $r_{hitung}$  0,595 >  $r_{tabel}$  0,195 dalam taraf  $\alpha = 0,05$ . Sedangkan  $t_{hitung}$  sebesar 7,43 dan  $t_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 1,67 dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh. Untuk hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh kelas XI IPS didapatkan nilai  $r_{hitung}$  0,540 >  $r_{tabel}$



0,207 dalam taraf  $\alpha = 0,05$ . Sedangkan  $t_{hitung}$  sebesar 6,01 dan  $t_{tabel}$  dalam taraf  $\alpha = 0,05$  sebesar 1,67 dengan demikian  $t_{hitung} > t_{tabel}$ . Ini berarti terdapat hubungan yang berarti antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh.

Hasil belajar adalah hasil dari proses pembelajaran yang dijalani oleh seseorang, khususnya peserta didik di bangku sekolah. Hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh anak setelah melalui kegiatan belajar menurutnya juga anak-anak yang berhasil dalam belajar ialah berhasil mencapai tujuan-tujuan pembelajaran atau tujuan instruksional. Hasil belajar merupakan tingkat penguasaan yang dicapai oleh siswa dalam mengikuti program belajar mengajar, sesuai dengan tujuan yang ditetapkan. Hasil belajar yang diperoleh oleh setiap peserta didik antara yang satu dengan yang lainnya. Ada peserta didik yang mendapatkan hasil belajar tinggi dan ada pula yang mendapatkan hasil belajar yang rendah. Hal ini adalah hal yang wajar terjadi pada seorang peserta didik. Perbedaan hasil belajar yang diperoleh oleh peserta didik itu dipengaruhi oleh beberapa faktor yang secara garis besar dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor-faktor tersebut sangat mempengaruhi upaya pencapaian hasil belajar siswa dan dapat mendukung terselenggaranya kegiatan proses pembelajaran, sehingga dapat tercapai tujuan pembelajaran. Mengenai faktor yang mempengaruhi hasil belajar ini dijelaskan oleh Sabri (2010:59-60) bahwa:

"1) Faktor internal siswa a) Faktor fisiologis siswa, seperti kondisi kesehatan dan kebugaran fisik, serta kondisi panca inderanya terutama penglihatan dan pendengaran. b) Faktor psikologis siswa, seperti minat, bakat, intelegensi, motivasi, dan kemampuan-kemampuan kognitif seperti kemampuan persepsi, ingatan, berpikir dan kemampuan dasar pengetahuan yang dimiliki. 2) Faktor-faktor eksternal siswa a) Faktor lingkungan siswa Faktor ini terbagi dua, yaitu pertama, faktor lingkungan alam atau non sosial seperti keadaan suhu, kelembaban udara, waktu (pagi, siang, sore, malam), letak madrasah, dan sebagainya. Kedua, faktor lingkungan sosial seperti manusia dan budayanya. b) Faktor instrumental Yang termasuk faktor instrumental antara lain gedung atau sarana fisik kelas, sarana atau alat pembelajaran, media pembelajaran, guru, dan kurikulum atau materi pelajaran serta strategi pembelajaran".



Seperti yang kita lihat di atas, bahwa faktor kebugaran jasmani termasuk kedalam salah satu faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar seseorang. Kebugaran jasmani terkait erat dengan keadaan kesehatan seseorang. Kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas dan pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, sehingga tubuh masih memiliki simpanan tenaga untuk mengatasi beban tambahan. Pekerjaan dan tugas yang dimaksud disini bukan hanya semata-mata yang ada kontak langsung dengan fisik saja seperti berolahraga atau mengangkat benda-benda dirumah ketika beberes. Namun aktivitas belajar juga termasuk pekerjaan dan tugas sehari-hari yang rutin dilakukan oleh setiap individu yang berada pada masa atau jenjang pendidikan. Oleh karena itu memiliki kebugaran jassmani yang baik akan sangat banyak manfaatya bagi seorang peserta didik. Apabila ia memiliki kebugaran jasmani yang buruk maka ia akan mudah terserang penyakit, efek lanjutanya adalah peserta didik tersebut akan jarang masuk sekolah, ketinggalan pelajaran dan kemudian ia tidak mengerti lagi dengan materi yang diajarkan. Ujung-ujungnya akan berpengaruh terhadap pencapaian hasil belajarnya.

### **Kesimpulan**

Berikut kesimpulanya:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,595 > r_{tabel} 0,195$ . Artinya kebugaran jasmani yang dimiliki oleh peserta didik kelas IPA berhubungan dengan pencapain hasil belajarnya, khususnya mata pelajaran yang di UN kan.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kebugaran jasmani dengan hasil belajar peserta didik kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh didapatkan nilai  $r_{hitung} 0,540 > r_{tabel} 0,207$ . Artinya kebugaran jasmani yang dimiliki oleh peserta didik kelas IPS dengan pencapain hasil belajarnya, khususnya mata pelajaran yang di UN kan.



### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan yang telah disebutkan di atas, ada beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini untuk perbaikan dimasas yang akan datang, diantaranya adalah:

1. Peserta didik, agar selalu memperhatikan kebugaran jasmani yang dimiliki dan berada dalam kondisi jasmani yang baik agar dapat mengikuti proses pembelajaran secara berkesinambungan tanpa adanya rasa lelah yang berlebihan serta terhindar dari berbagai penyakit yang dapat merugikan sebagai seorang peserta didik yang akan mengikuti ujian akhir.
2. Orang tua, agar memperhatikan dan turut serta menjaga kebugaran jasmani anak-anaknya dalam rangka mencapai hasil belajar yang maksimal.
3. Guru, memberikan edukasi serta pemahaman kepada peserta didik agar senantiasa menjaga kesehatan dan kebugaran jasmaninya agar mampu mengikuti proses pembelajaran secara lancar.
4. Kepala Sekolah, mendukung semua program dan rencana yang disusun oleh guru dan orang tua dalam rangka meningkatkan hasil belajar peserta didik dengan jalan menjaga kebugaran jasmani anak-anak tersebut.

### **Daftar Rujukan**

- Agus, Apri. (2012). *Olahraga Kebugaran Jasmani*. Padang: Sukabina Press.
- Anni, Chatarina Tri. (2002). *Psikologi Belajar*. Semarang: UPT UNNES
- Hamalik, Oemar. (2004). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ismaryati. 2008. *Tes Pengukuran Olahraga*. Surakarta: UPT Peberbit dan Percetakan UNS.
- Lutan, Rusli. (2001). *Asas-Asas Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Yulistira.
- Nashar (2004). *Peranan Motivasi dan Kemampuan Awal*. Jakarta: Delia Press
- Pekik, Djoko Irianto. (2004). *Bugar dan Sehat Dengan Olahraga*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Purwanto, Ngalm. (2010). *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.



- Roji. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas VII*. Jakarta: Erlangga.
- Slameto. (2013). *Belajar & Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana, Nana. (2010). *Dasar-dasar Proses Belajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sudjana (2013). *Dasar-dasar Proses Belajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugihartono, dkk. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Sugiyono. (2014) *.Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif, R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suharjana (2011). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.
- Suprijono, Agus. 2011. *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta: Gramedia Pustaka
- Sutrisno, Budi & Bazin, Muhamad Khafadi. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kemendiknas 2010
- Suyono. (2011). *Belajar dan Pembelajaran: Teori dan Konsep Dasar*. Bandung: Rosdakarya.
- Wahjoedi. 2000. *Landasan Pendidikan Jasmani*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Wiarso, Giri. (2013). *Fisiologi dan Olahraga*. Jogjakarta: Graha Ilmu.
- YanciJavier dkk. (2013). *Effect of Different Contextual Interference Training on StraightSprinting and Agility Performan of Primary School Students*. Faculty of Physical Activity and Sport Science University of Basque Country. Diakses tanggal 24 Oktober 2018.
- Yulianti, Adhiningsih., Damayati, Ratih Putri dan Rosiana Nita Maria. 2017. *Kebugaran Jasmani dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar*. Jurnal Jurusan Politeknik Negeri Jember **Seminar Nasional Hasil Penelitian 2017**, ISBN : 978-602-14917-5-1  
[https://www.researchgate.net/publication/328767360\\_Kebugaran\\_Jasmani\\_dan\\_Prestasi\\_Belajar\\_Anak\\_Sekolah\\_Dasar/download](https://www.researchgate.net/publication/328767360_Kebugaran_Jasmani_dan_Prestasi_Belajar_Anak_Sekolah_Dasar/download)
- Lestudy. 2013. *Kepribadian dan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMKN 3 Pontianak*. Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan Ilmu Keolahragaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak



[.https://media.neliti.com/media/publications/217313-kepribadian-dan-hasil-belajar-pendidikan.pdf](https://media.neliti.com/media/publications/217313-kepribadian-dan-hasil-belajar-pendidikan.pdf)

Mukhsin, Raudhah., Mappigau, Palmarudi dan Tenriawaru Andi Nixia. 2017. *Pengaruh Orientasi Kewirausahaan terhadap Daya Tahan Hidup Usaha Mikro Kecil dan Menengah Kelompok Pengolahan Hasil Perikanan Di Kota Makasar*. Jurnal Analisis, Desember 2017, Vol. 6 No. 2: 188 – 193  
ISSN 2303-100X

<http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/ef79bd330d16ba9fda32510e0a581953.pdf>

