

## HUBUNGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI DAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN HASIL BELAJAR MATA PELAJARAN PENJAS PADA KURIKULUM 2013

Suci Nanda Sari<sup>1</sup>, Tjung Hauw Sin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Padang, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Padang, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Negeri Padang, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Padang, Indonesia

[suci16@fik.unp.ac.id](mailto:suci16@fik.unp.ac.id), [thj\\_sin@yahoo.com](mailto:thj_sin@yahoo.com)

### Abstract

The problem in this research is the not optimal student learning outcomes in Physical Education subjects. The research objective is to see the relationship between the level of physical fitness and learning motivation with learning outcomes in Physical Education subjects in the 2013 curriculum. This research is correlational. The population in this study were junior high school students in the city of Padang. The sample collection technique used random purposive sampling, amounting to 32 students. The test instruments were the TKJI test, motivation questionnaire analysis, and physical education learning outcomes scores. The analysis technique uses correlation with SPSS version 16. The results of the study at the significant level  $\alpha = 0.05$  are 1) There is a significant relationship between the level of physical fitness and the learning outcomes of Physical Education subjects in the 2013 curriculum. 2) There is a significant relationship between learning motivation and learning outcomes of Physical Education subjects in the 2013 curriculum. 3) There is a significant relationship between the level of physical fitness and learning motivation with learning outcomes in Physical Education subjects in the 2013 curriculum.

**Keywords:** Physical Fitness Level, Learning Motivation, Learning Outcomes

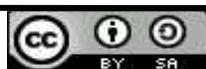
### Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah tidak maksimalnya hasil belajar siswa dalam mata pelajaran penjas. Tujuan penelitian yaitu melihat hubungan tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. Penelitian ini merupakan korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP di Kota Padang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan random purposive sampling yang berjumlah 32 siswa. Instrument tes yaitu tes TKJI, analisis angket motivasi, dan nilai hasil belajar penjas. Teknik analisis menggunakan correlation dengan SPSS versi 16. Hasil penelitian pada taraf signifikan  $\alpha = 0.05$  adalah 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013.

**Kata Kunci :** Tingkat Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar, Hasil Belajar

### PENDAHULUAN

Pelajaran pendidikan jasmani kerap kali disebut sebagai pelajaran favorit siswa sekolah, karena pembelajaran pendidikan jasmani itu menyenangkan dan tidak membuat bosan. Dengan berbagai macam variasi bentuk permainan yang tidak mengidahkan tujuan pembelajaran menjadikan pembelajaran pendidikan jasmani ini semakin menarik dan ditunggu-tunggu siswa



di sekolah. Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran di sekolah yang merupakan media pendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap sportifitas, pembiasaan pola hidup sehat dan pembentukan karakter (mental, emosional, spiritual dan sosial) dalam rangka mencapai tujuan sistem pendidikan Nasional (Lacy & Williams, 2018). Pendidikan jasmani merupakan satu mata pelajaran yang diberikan dan merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Bailey, 2018; D'isanto, 2019). Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari (Lacy & Williams, 2018). Ruang lingkup pendidikan jasmani 1) Permainan dan olahraga, 2) Aktivitas pengembangan, 3) Aktivitas senam, 4) Aktivitas ritmik, 5) ktivitas air, 6) Pendidikan luar sekolah, dan 7) Kesehatan (Bailey, 2018; Horvat et al., 2019).

Salah satu bentuk pelajaran pada pelajaran penjas adalah, kebugaran jasmani (D'isanto, 2019). Kebugaran jasmani sangat penting dimiliki siswa untuk meningkatkan hasil belajar pada mata pelajaran penjas (Chen et al., 2018). Tingkat kebugaran jasmani adalah kesanggupan tubuh untuk melakukan aktivitas tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Seseorang yang bugar berarti ia tidak mudah lelah dan capek, sehingga ia dapat mengerjakan pekerjaan sehari-hari secara optimal, tidak malas bahkan berhenti sebelum waktunya (Hervás et al., 2018; Zhang et al., 2018).

Kebugaran jasmani itu penting bagi siswa karena aktifitas siswa pada saat ini begitu padat apalagi kurikulum 13 sekarang menuntut siswa belajar 8 jam/hari disekolah (Arabmokhtari et al., 2018). Keadaan demikian menyebabkan siswa harus memiliki kondisi kebugaran jasmani yang baik. Maka dari itu pentingnya pendidikan jasmani terutama aktifitas kebugaran jasmani untuk siswa dalam mengikut proses belajar terutama mata pelajaran penjas (D. A. S. Silva et al., 2018). Kurikulum 2013 merupakan kurikulum yang sedang dalam tahap perencanaan dan saat ini sedang dalam proses pelaksanaan oleh pemerintah, karena ini merupakan perubahan dari struktur kurikulum KTSP (Jin et al., 2018). Perubahan ini dilakukan karena banyaknya masalah dan salah satu upaya untuk memperbaiki kurikulum yang kurang tepat (Shimon, 2019). Pada kurikulum k 13 mata pelajaran PJOK mempelajari beberapa cabang olahraga seperti Atletik, Bola Besar, Bola kecil, Renang, Pencak silat, dan lain sebagainya. Pencapaian tujuan dari pembelajaran PJOK adalah anak riang gembira dan Badannya sehat karena guru mengkombinasikan pembelajaran dalam bentuk permainan yang menarik. Dengan kegiatan tersebut tanpa sadar siswa bergerak aktif dan kesegaran jasmaninya meningkat. Selain dari itu pembelajaran dalam bentuk permainan juga akan memberikan motivasi pada siswa untuk turut aktif dalam kegiatan tersebut.

Motivasi adalah suatu energi penggerak, pengarah dan memperkuat tingkah laku (Riyoko et al., 2019). Motivasi belajar dapat dilihat dari karakter tingkah laku siswa yang menyangkut minat, ketajaman perhatian, konsentrasi dan tekun mencapai tujuan (Fatchurrochman, 2011). Motivasi adalah gejala psikologis dalam bentuk dorongan yang timbal balik pada diri seseorang baik sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu (Appova & Arbaugh, 2018). Motivasi belajar merupakan keseluruhan daya



penggerak didalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki dapat tercapai (A. D. A. De Silva et al., 2018). Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual yang berperan dalam menimbulkan gairah belajar serta perasaan senang dan bersemangat untuk belajar (Zeyer, 2018). Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah energi pendorong semangat yang berasal dari diri seseorang untuk melakukan suatu kegiatan dengan senang dan tanpa beban.

Kunci kesuksesan dalam sebuah pendidikan dan pembelajaran tidak lain adalah seorang guru. Guru memiliki peran yang sangat penting dalam sebuah pendidikan (Allin, 2018). Mau tidak mau sebagai seorang guru kita dituntut untuk mengaplikasikan Kurikulum 2013 ini dalam sebuah pembelajaran (Maulana et al., 2018). Pembahasan kali ini terkait dengan kurikulum 2013 yang berbasis karakter dan kompetensi yang mewajibkan anak untuk aktif dalam pembelajaran (Budiadnyana, 2019). Kurikulum 2013 memiliki empat aspek penilaian, yaitu aspek pengetahuan, aspek keterampilan, aspek sikap, dan perilaku. Kurikulum 2013 yang berbasis karakter dan kompetensi lahir sebagai jawaban terhadap berbagai kritikan terhadap kurikulum 2006, serta sesuai dengan perkembangan kebutuhan dan dunia kerja (Kurniawan, 2018). Kurikulum 2013 merupakan salah satu upaya pemerintah untuk mencapai keunggulan masyarakat bangsa dalam penguasaan teknologi seperti yang digariskan dalam haluan negara. Pengembangan kurikulum 2013 didasari oleh pemikiran tentang tantangan masa depan, persepsi masyarakat pengetahuan dan pedagogi, kompetensi masa depan, serta fenomena negatif yang mengemuka (Irmawati et al., 2018).

Setelah peneliti observasi dan wawancara dengan guru olahraga, pada kurikulum 13 siswa dituntut untuk belajar mandiri, dan banyak dihabiskan dengan teori sedangkan mata pelajaran penjas paling utama adalah praktek. Hal ini menyebabkan tingkat kebugaran jasmani siswa menurun sehingga mengakibatkan tidak maksimalnya hasil belajar pada mata pelajaran penjas. Untuk meningkatkan kebugaran jasmani maka dibutuhkan motivasi belajar pada siswa. Oleh sebab itu peneliti tertarik ingin meneliti tentang Hubungan tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013.

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasi yang merupakan salah satu teknik analisis dalam statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel yang bersifat kuantitatif (Hasanah, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP di Kota Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Menurut Notoatmodjo (2010), *purposive sampling* adalah pengambilan sampel yang berdasarkan atas pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya. *Purposive sampling* disebut juga sebagai *judgmental sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan *judgement* (penilaian) dari peneliti mengenai anggota populasi mana saja yang memenuhi kriteria untuk dijadikan sebagai sampel. Maka dari itu, agar tidak menjadi subjektif, peneliti harus mempunyai latar belakang pengetahuan terkait kriteria sampel yang diambil agar tujuan penelitian dapat tercapai. Sampel dalam penelitian berjumlah 32 siswa. Instrument tes yaitu tes TKJI, analisis angket motivasi, dan nilai hasil belajar penjas. Teknik analisis menggunakan correlation dengan SPSS versi16.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang didapatkan dihitung menggunakan Test correlation SPSS dan didapatkan hasil sebagai berikut :

**Tabel 1.** Test Correlation

Variabel	X <sub>1</sub>	X <sub>2</sub>	Y
X <sub>1</sub>	-	0.083	0.844
X <sub>2</sub>	0.083	-	0.676
Y	0.844	0.676	-

### 1. Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Penjas

Berdasarkan hasil tingkat kebugaran jasmani yang dikumpulkan melalui hasil tes kebugaran jasmani Indonesia (TKJI), terhadap sampel 32 orang, terlihat hasil tertinggi 57.43 dan nilai terendah adalah 29.82, rata-rata sebesar 49.94, dan standar deviasi sebesar 5.79.

**Tabel 2.** Penilaian Tingkat Kebugaran Jasmani

No	Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Kumulatif (%)	Kategori
1	65 ≥	3	8.33	Baik Sekali
2	55 - 65	9	25.00	Baik
3	45 - 55	10	33.33	Sedang
4	35 - 45	9	30.56	Kurang
5	35 ≤	1	2.78	Kurang Sekali
	<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan pada tabel 2 dari 32 siswa, 3 orang (8.33%) dengan kelas interval 65 ≥ pada kategori baik sekali, 9 orang (25%) dengan kelas interval 55 – 65 pada kategori baik, 10 orang (33.33%) dengan kelas interval 45 – 55 pada kategori sedang, 9 orang (30.56%) dengan kelas interval 35 – 45 pada kategori kurang, dan 1 orang (2.78%) dengan kelas interval 35 ≤ pada kategori kurang seekali.

Berdasarkan tabel tersebut terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai probabilitas  $0.844 > 0.05$ , maka  $H_0$  diterima  $H_a$  ditolak. Hasil analisis menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. Selanjutnya dapat dilihat dari hasil analisis dengan rumus  $0.844^2 \times 100\% = 71.23\%$  maka terdapat sumbangan sebanyak 71.23% oleh tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013.

### 2. Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Penjas

Berdasarkan hasil motivasi belajar yang dikumpulkan melalui hasil tes analisis angket, terhadap sampel 32 orang, terlihat hasil tertinggi 66.11 dan nilai terendah adalah 29.57, rata-rata sebesar 49.90, dan standar deviasi sebesar 10.26.

**Tabel 2.** Penilaian Motivasi Belajar

No	Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Kumulatif (%)	Kategori
1	58.33 ≥	0	0.00	Baik Sekali

2	52.78 - 58.33	11	36.11	Baik
3	47.22 - 52.78	14	44.44	Sedang
4	41.67 - 47.22	4	11.11	Kurang
5	35 ≤	3	8.33	Kurang Sekali
	Jumlah	32	100	

Berdasarkan pada tabel 2 dari 32 siswa, 0 orang (0.00%) dengan kelas interval  $58.33 \geq$  pada kategori baik sekali, 11 orang (36.11%) dengan kelas interval 52.78 - 58.33 pada kategori baik, 14 orang (44.44%) dengan kelas interval 47.22 - 52.78 pada kategori sedang, 4 orang (11.11%) dengan kelas interval 41.67 - 47.22 pada kategori kurang, dan 3 orang (8.33%) dengan kelas interval  $35 \leq$  pada kategori kurang sekali.

Berdasarkan tabel 3 terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai probabilitas  $0.676 > 0.05$ , maka  $H_0$  diterima  $H_a$  ditolak. Hasil analisis menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. Selanjutnya dapat dilihat dari hasil analisis dengan rumus  $0.676^2 \times 100\% = 45.70\%$  maka terdapat sumbangan sebanyak 45.70% oleh motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013.

### 3. Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Penjas

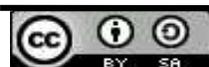
Berdasarkan hasil tingkat kebugaran jasmani yang dikumpulkan melalui hasil tes nilai rapor mata pelajaran penjas, terhadap sampel 32 orang, terlihat hasil tertinggi 65.88 dan nilai terendah adalah 18.24, rata-rata sebesar 48.70, dan standar deviasi sebesar 9.65.

Tabel 3. Penilaian Hasil Belajar

No.	Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Kumulatif (%)	Kategori
1	$65 \geq$	0	0.00	Baik Sekali
2	55 - 65	12	38.89	Baik
3	45 - 55	13	38.89	Sedang
4	35 - 45	4	13.89	Kurang
5	$35 \leq$	3	8.33	Kurang Sekali
	Jumlah	32	100	

Berdasarkan pada tabel 3 dari 32 siswa, 0 orang (0.00%) dengan kelas interval  $65 \geq$  pada kategori baik sekali, 12 orang (38.89%) dengan kelas interval 55 - 65 pada kategori baik, 13 orang (38.89%) dengan kelas interval 45 - 55 pada kategori sedang, 4 orang (13.89%) dengan kelas interval 35 - 45 pada kategori kurang, dan 3 orang (8.33%) dengan kelas interval  $35 \leq$  pada kategori kurang seekali.

Berdasarkan tabel 3 terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai probabilitas  $0.083 > 0.05$ , maka  $H_0$  diterima  $H_a$  ditolak. Hasil analisis menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013. Selanjutnya dapat dilihat dari hasil analisis dengan



rumus  $0.083^2 \times 100\% = 0.69\%$  maka terdapat sumbangsih sebanyak 0.69% oleh motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013, sisanya dari faktor luar.

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang telah dijabarkan diatas, ternyata cukup besar sumbangsih dari kebugaran terhadap hasil belajar penjas yaitu 71,23 %. Senada dengan itu (Behzadnia et al., 2018) mengatakan tingkat kebugaran jasmani adalah salah satu yang paling utama untuk meningkatkan hasil belajar siswa terutama pada mata pelajaran penjas, apabila tingkat kebugaran jasmani siswa menurun maka siswa tidak konsentrasi dalam belajar dan malas dalam melaksanakan pembelajaran. Jika tubuhnya kuat dan bugar maka kondisi siswa akan siap menerima pembelajaran dengan baik. Memiliki tubuh yang bugar merupakan dambaan setiap orang terutama di usia produktif. Orang yang memiliki tubuh yang bugar akan mampu bekerja secara *fulltime* dengan penuh semangat dan menghasilkan sesuatu yang maksimal. Kebugaran jasmani adalah kemampuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan, serta masih memiliki cadangan tenaga untuk mengisi waktu luang dan kegiatan-kegiatan yang bersifat mendadak. Kebugaran jasmani dapat diperoleh dengan perencanaan sistematis melalui pemahaman penerapan pola hidup sehat yang meliputi: makan, istirahat dan berolahraga. Untuk itu guru penjas / PJOK perlu memperhatikan bagaimana kondisi kebugaran yang dimiliki siswanya guna kelancaran proses pembelajaran di sekolah.

Selain tingkat kebugaran didapatkan juga bahwa motivasi belajar sangat berperan penting dalam pencapaian hasil belajar yang baik. Pada hasil penelitian yang telah di uraikan sebelumnya, bahwa motivasi belajar memiliki sumbangsih sebesar 45,70 % terhadap hasil belajar siswa. Motivasi belajar tidak hanya didapat dari cara guru mengajar akan tetapi bisa dari lingkungan teman sekolah dan keluarga. Semisal contoh dengan dipenuhinya keperluan siswa belajar maka juga akan memotivasi siswa dalam belajar. Motivasi belajar sangat perlu dalam proses belajar baik disekolah maupun dirumah (Sitompul et al., 2018). Seseorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam belajar suatu keterampilan tentu akan lebih cepat mendapatkan dan menguasai keterampilan teknik dalam belajar daripada orang yang rendah atau kurang motivasi (Dawadi, 2018). Maka dari itu dengan motivasi belajar yang baik akan memudahkan guru memberikan materi dan siswa menerima materi dalam proses pembelajaran khususnya pembelajaran PJOK di sekolah. Selain itu motivasi belajar yang tinggi akan menyebabkan siswa ikut aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Dengan hasil penelitian yang telah diperoleh menunjukkan bahwa pentingnya kebugaran dan motivasi untuk diperhatikan karena akan sangat berpengaruh terhadap proses pembelajaran yang dilakukan di sekolah. Seperti yang diungkapkan (Nosa & Septian, 2013) bahwa Seseorang yang bugar berarti ia tidak mudah lelah dan capek, sehingga ia dapat mengerjakan pekerjaan sehari-hari secara optimal, tidak malas bahkan berhenti sebelum waktunya. Dan didukung oleh motivasi belajar berperan sebagai stimulus untuk merangsang minat dan gairah belajar peserta didik khususnya di Sekolah (Dahlin et al., 2018). Jadi Melihat dan memahami tingkat kebugaran jasmani dan motivasi siswa sangatlah penting, karena akan berpengaruh besar saat pembelajaran. Dengan motivasi yang tinggi tetapi kebugarannya rendah maka siswa tidak akan dapat mengikuti pembelajaran dengan baik begitu pula



sebaliknya, sehingga tujuan pembelajaran dan hasil belajar tidak akan tercapai dengan maksimal.

### KESIMPULAN

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan yaitu : 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013, dengan hasil ( $0.844 > 0.05$ ). 2) Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013, dengan hasil ( $0.676 > 0.05$ ). 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kebugaran jasmani dan motivasi belajar dengan hasil belajar mata pelajaran penjas pada kurikulum 2013, dengan hasil ( $0.083 > 0.05$ ).

### SARAN

1. Bagi guru olahraga untuk menyajikan pembelajaran olahraga secara menarik dan menyenangkan sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan baik
2. Motivasi belajar bagi siswa sangat penting di upayakan oleh guru karena apabila siswa sudah termotivasi maka siswa akan bersemangat mengikuti pembelajaran
3. Penjagaan kondisi kebugaran siswa Sangat dibutuhkan karena untuk meningkatkan hasil belajar siswa disekolah
4. Bagi guru dan pelatih olahraga sebaiknya melihat dan memahami bagaimana tingkat kebugaran dan motivasi yang dimiliki oleh siswa / anak latihnya, sehingga akan memudahkan dalam pemberian materi saat pembelajaran ataupun latihan
5. Bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan sampel yang lebih besar sehingga akan lebih akurat hasil penelitian yang dicapai

### DAFTAR PUSTAKA

- Allin, H. P. (2018). *Pelaksanaan Pembelajaran Penjas Melalui Pendekatan Sientifik/K13 di SMPNegeri 19 Padang Kecamatan Bungus Teluk Kabung*. Universitas Negeri Padang.
- Appova, A., & Arbaugh, F. (2018). Teachers' motivation to learn: implications for supporting professional growth. *Professional Development in Education*, 44(1), 5–21.
- Arabmokhtari, R., Khazani, A., Bayati, M., Barmaki, S., & Fallah, E. (2018). Relationship between body composition and cardiorespiratory fitness in students at postgraduate level. *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences*, 20(2).
- Bailey, R. (2018). Sport, physical education and educational worth. *Educational Review*, 70(1), 51–66.
- Behzadnia, B., Adachi, P. J. C., Deci, E. L., & Mohammadzadeh, H. (2018). Associations between students' perceptions of physical education teachers' interpersonal styles and students' wellness, knowledge, performance, and intentions to persist at physical activity: A self-determination theory approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 39, 10–19.
- Budiadnyana, A. A. N. (2019). Perbandingan Sistem Penjas Dan Olahraga (Thailand Dan Indonesia). *Indonesian Education, Management and Sports Anthology*.
- Chen, W., Hammond-Bennett, A., Hypnar, A., & Mason, S. (2018). Health-related physical fitness and physical activity in elementary school students. *BMC Public Health*, 18(1), 195.
- D'isanto, T. (2019). *Physical and sport education between Italian academic system and European Research Council structure panel*.
- Dahlin, K. B., Chuang, Y.-T., & Roulet, T. J. (2018). Opportunity, motivation, and ability to learn from failures and errors: Review, synthesis, and ways to move forward. *Academy of*



- Management Annals*, 12(1), 252–277.
- Dawadi, S. (2018). *The Impact of the School Leaving Certificate Examination on English Language Teaching and Student Motivation to Learn English*.
- De Silva, A. D. A., Khatibi, A., & Azam, S. M. F. (2018). Do the demographic differences manifest in motivation to learn science and impact on science performance? Evidence from Sri Lanka. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 16(1), 47–67.
- Fatchurrochman, R. (2011). *Pengaruh motivasi berprestasi terhadap kesiapan belajar, pelaksanaan prakerin dan pencapaian kompetensi mata pelajaran produktif. Volume VII*, 164–174.
- Hasanah, H. (2017). Teknik-teknik observasi (sebuah alternatif metode pengumpulan data kualitatif ilmu-ilmu sosial). *At-Taqaddum*, 8(1), 21–46.
- Hervás, G., Ruiz-Litago, F., Irazusta, J., Fernández-Atutxa, A., Fraile-Bermúdez, A. B., & Zarrazquin, I. (2018). Physical activity, physical fitness, body composition, and nutrition are associated with bone status in university students. *Nutrients*, 10(1), 61.
- Horvat, M., Croce, R. V., Pesce, C., & Fallaize, A. E. (2019). *Developmental and adapted physical education: Making ability count*. Routledge.
- Irmawati, N., Salim, A., & Himawanto, D. A. (2018). Developing Character Of Children With Mental Disabilities In Sport Learning. *Jurnal Pendidikan*, 5(2).
- Jin, J., Yun, J., & Agiovlasitis, S. (2018). Impact of enjoyment on physical activity and health among children with disabilities in schools. *Disability and Health Journal*, 11(1), 14–19.
- Kurniawan, R. (2018). *Penerapan SEM (Sport Education Model) dalam Konteks Kurikulum 2013*.
- Lacy, A. C., & Williams, S. M. (2018). *Measurement and evaluation in physical education and exercise science*. Routledge.
- Maulana, P., Rusilowati, A., & Soegiyanto, S. (2018). The Development of Psychomotor Assessment Instrument Long Jump on Penjaskes Subjects of Class VIII. *Journal of Educational Research and Evaluation*, 7(2), 163–173.
- Nosa, S., & Septian, A. (2013). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Pemain Persatuan Sepakbola Indonesia Lumajang. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1).
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Riyoko, E., Rezeki, M. T., & Arafat, Y. (2019). *MOTIVASI SISWA SEKOLAH MENENGAN PERTAMA DALAM*. 1(2), 91–95.
- Setiawan, A. R. (2019). *Biografi Eny Rochmawati Octaviani*.
- Shimon, J. M. (2019). *Introduction to teaching physical education: Principles and strategies*. Human Kinetics, Incorporated.
- Silva, D. A. S., Chaput, J.-P., Katzmarzyk, P. T., Fogelholm, M., Hu, G., Maher, C., Olds, T., Onywera, V., Sarmiento, O. L., & Standage, M. (2018). Physical education classes, physical activity, and sedentary behavior in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 50(5), 995–1004.
- Sitompul, R. S., Astalini, A., & Alrizal, A. (2018). Deskripsi Motivasi Belajar Fisika Siswa Kelas X Mia Di Sman 9 Kota Jambi. *Edufisika: Jurnal Pendidikan Fisika*, 3(2), 22–31.
- Zeyer, A. (2018). Gender, complexity, and science for all: Systemizing and its impact on motivation to learn science for different science subjects. *Journal of Research in Science Teaching*, 55(2), 147–171.
- Zhang, M., Schumann, M., Huang, T., Törmäkangas, T., & Cheng, S. (2018). Normal weight obesity and physical fitness in Chinese university students: an overlooked association. *BMC Public Health*, 18(1), 1334.

