



Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Rekreasi Melalui Metode Modifikasi Permainan Siswa Kelas VII.2 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kapur IX

Aldi Saputra¹, Atradinal², Khairuddin³, Muhammad Arnando⁴

¹²³⁴Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
aldisaputra17123@gmail.com, atradinal@fik.unp.ac.id, khairuddin@fik.unp.ac.id,
muhammadarnando@fik.unp.ac.id,
Korespondensi : khairuddins2@fik.unp.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.11.2024.1018>

Kata kunci : Hasil Belajar, Modifikasi Permainan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Abstrak : Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) melalui metode modifikasi permainan masih belum diterapkan oleh guru dalam mata pelajaran PJOK sehingga siswa kurang aktif dan merasa bosan sehingga menyebabkan hasil belajar siswa menjadi rendah dan belum mencapai Asesmen Kompetensi Minimum (AKM) minimal 65. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan hasil belajar PJOK pada siswa kelas VII.2 SMPN 2 Kapur IX. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII.2 SMPN 2 Kapur IX yang berjumlah 31 orang. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang terdiri dari 2 siklus dimana setiap siklus terdiri dari 4 tahap, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi dan asesmen. Analisis data menggunakan teknik analisis data kualitatif dan deskripsi hasil lembar observasi peserta didik dan refleksi. Hasil Penelitian, dari data pengamatan siklus I dan II yaitu: Data hasil belajar yang diperoleh rata-rata 64,51 dengan kategori belum tuntas dan rata-rata hasil belajar pada siklus II 74,58 dengan kategori tuntas. Berdasarkan perbandingan hasil yang dicapai antara siklus I dan II, secara keseluruhan nilai yang diperoleh terdapat peningkatan. Berdasarkan hasil penelitian di atas, disimpulkan bahwa pembelajaran dengan metode modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII.2 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kapur IX.

Keywords : *Learning Outcomes, Modification of Sports and Health Physical Education Games*

Abstract : *Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning through game modification methods has not yet been implemented by teachers in PJOK subjects, resulting in students being less active and feeling bored, which leads to low learning outcomes and failure to meet the Minimum Competency Assessment (AKM) minimal 65. The purpose of this research is to determine the improvement in PJOK learning outcomes for seventh-grade students at SMPN 2 Kapur IX. This research is a classroom action research. The subjects of this research are 31 seventh-grade students at SMPN 2 Kapur IX. This research consists of two cycles, with each cycle including four stages: planning, action, observation, and reflection. Data collection techniques in this study use observation sheets and assessments. Data analysis employs qualitative data analysis techniques and descriptive results from student observation sheets and reflections. The results of the research, from observations in cycles I and II, show: the average learning outcome data in cycle I is 64.51, categorized as incomplete, while the average learning outcome in cycle II is 74.58, categorized as complete. Based on the comparison of results between cycles I and II, there is an overall improvement.*

Based on the above findings, it can be concluded that learning with the game modification method can enhance the learning outcomes of seventh-grade students at SMPN 2 Kapur IX.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia khususnya anak bangsa sebagai generasi penerus. Pendidikan pada dasarnya adalah suatu proses untuk membantu manusia dalam mengembangkan dirinya (Atradinal, 2017:113). Sistem pendidikan terdapat beberapa jenjang pendidikan mulai dari jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas dan kejuruan semua itu adalah jenjang yang harus di lewati dalam pendidikan.

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan oleh peserta didik untuk tujuan *kognitif, psikomotorik, dan afektif* yang juga meliputi kebugaran jasmani (Khairuddin, 2014:136). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan atau dikenal dengan Pendidikan Jasmani merupakan sebagai integral dari keseluruhan proses pendidikan, yang mana pelajaran ini merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan kinerja siswa melalui kegiatan fisik yang telah dipilih dan bertujuan untuk mewujudkan hasilnya (Arnando, M. Dkk. 2023:35-41).

Menurut pandangan mahendra (2003:130) dalam makalah seminar asas dan filsafah pendidikan jasmani mengatakan: Pendidikan jasmani olahraga kesehatan pada hakekatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu baik dalam hal fisik, mental,serta emosional. (Yessi, Arie Asnaldi, Hendri Neldi, Sepriadi, Edwarsyah, 2023). Secara umum kebugaran jasmani dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan sehingga masih dapat menikmati waktu luang.

(Dessi Novita Sari,2020).

Tujuan Pendidikan Jasmani meliputi "pengembangan kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, kestabilan emosi, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui partisipasi dalam aktivitas jasmani dan olahraga." (Sriningsi, 2017:6). Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Rosdiani (2013:26) "Pendidikan Jasmani bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, emosional dan moral". Singkatnya Pendidikan Jasmani bertujuan untuk mengembangkan potensi setiap anak setinggi-tingginya. Selama ini guru masih menggunakan pembelajaran sesuai dengan aturan permainan dan juga guru mengajar masih menggunakan metode konvensional.

Pendidikan olahraga, dan kesehatan merupakan mata pelajaran yang wajib diikuti oleh seluruh siswa. Untuk itu guru harus menyampaikan materi secara kreatif dan inovatif agar lebih mudah dipahami, diterima dan dipraktikkan oleh peserta didik.

Kurikulum merdeka belajar memberikan keleluasan kepada guru untuk menciptakan pembelajaran berkualitas yang sesuai dengan kebutuhan untuk mampu menciptakan pembelajaran sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan anak.

Modifikasi permainan merupakan suatu pengembangan materi pembelajaran yang disederhanakan agar dalam pembelajaran tersebut dapat mempermudah siswa belajar (Arif & Hartani, 2016:185-193). Salah satu cara untuk penyampaian pengajaran yang kreatif dan inovatif adalah dengan cara memodifikasi sebuah pembelajaran agar lebih menarik serta

membuat siswa menjadi antusias dan aktif dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Permainan modifikasi dalam pembelajaran pendidikan jasmanai olahraga dan kesehatan akan menjadi sebuah permainan yang menarik bagi siswa. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik dan berminat untuk melaksanakan penelitian dengan judul Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas VIII.1 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kapur IX.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan kelas. Sebagaimana yang dinyatakan Kunandar (2008:46) "bahwa penelitian kelas termasuk penelitian kualitatif meskipun data yang dikumpulkan bisa saja bersifat kuantitatif, dimana uraiannya bersifat deskriptif dalam bentuk kata-kata, peneliti merupakan instrumen utama dalam pengumpulan data, proses sama pentingnya dengan keterampilan".

Pendekatan kualitatif adalah pendekatan penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan pemahaman tentang kenyataan melalui proses pembelajaran. Waktu dan tempat penelitian di laksanakan di SMPN 2 Kapur IX.

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VII.2 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 kecamatan Kapur IX, Kabupaten Lima Puluh Kota berjumlah 31 orang yang terdiri 14 peserta didik laki-laki dan 17 peserta didik perempuan. Serta peneliti sebagai praktisi yang melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dikelas VII.2 melalui modifikasi permainan.

Data yang dikumpulkan pada penelitian ini adalah data kegiatan siswa, serta data tentang hasil belajar siswa setelah proses pembelajaran. Tahap pelaksanaan merupakan tahap pengumpulan data yang dilakukan terhadap sampel menggunakan instrument penilaian : Lembar observasi, assesmen, dan dokumentasi.

HASIL

1. Data Awal Penelitian

Merujuk hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang telah dilaksanakan pada mid semester 1 dengan materi Bola Basket dan Bola Voli, Penulis mengangkat materi ini karena hasil belajar yang masih dibawah asesmen kompetensi minimum, proses pembelajaran masih kurang efektif, seperti minimnya sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dan guru kurang kreatif dalam melaksanakan proses pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Oleh karena itu diperlukannya modifikasi dalam pelaksanaan materi Bola Basket dan Bola Voli, diharapkan proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan selain itu siswa juga menikmati dan memperoleh mamfaat dari pembelajaran yang diberikan.

2. Data Siklus I

Dari hasil observasi dan diskusi dengan observer, dirumuskan beberapa hal yang dapat dijadikan sebagai bahan refleksi pembelajaran siklus pertama, yaitu sebagai berikut:

- 1) Memberikan umpan balik berupa pujian atau penghargaan dari apa yang sudah dilakukan oleh siswa.
- 2) Selalu memberikan keleluasaan bergerak pada siswa sehingga medapat pengalaman belajar yang menyenangkan.
- 3) Perjelas materi yang ingin diajarkan secara singkat dan padat sehingga siswa mudah memahami apa yang ingin kita sampaikan.
- 4) Kembangkan potensi siswa dengan bertanya kepada yang memahami agar menjadi motivasi bagi siswa yang lain.
- 5) Berikan kesan positif pada tindak lanjut berupa pendekatan emosional kepada siswa.

Data Nilai Hasil belajar Bola Basket pada Siklus I.

Hasil belajar siswa pada siklus I materi Bola Basket hanya mencapai 64,51, Nilai siswa tertinggi 84 dan nilai siswa terendah 44. Terjadinya peningkatan rata-rata hasil belajar siswa sebanyak 3,3% dari data awal saat observasi, 17 siswa dari 31 jumlah siswa masih dinyatakan belum tuntas, jumlah persentase siswa yang nilai hasil belajarnya mencapai

Asesmen Kompetenai Minimum yaitu 45,16%, dan persentase siswa yang milainya tidak mencakai Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 54,94%.



Gambar 1 : Siklus I Minggu Pertama
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Pada siklus I minggu pertama, Guru akan bertindak sebagai observer yang mengamati proses pembelajaran peneliti. Pada awal kegiatan proses pembelajaran, peneliti langsung bertindak sebagai guru, dan guru bertindak sebagai observer. guru menjelaskan konsep modifikasi dan modifikasi permainan Bola Basket yang akan diaplikasikan siswa pada minggu depan serta tujuan pembelajaran yang sudah ditetapkan.



Gambar 2 : Siklus I Minggu Kedua
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Memasuki siklus I minggu ke dua, guru dan siswa menuju ke lapangan kemudian siswa melakukan permainan pemanasan dan Modifikasi Permainan Bola Basket. Guru mengamati peserta didik saat melakukan modifikasi permainan sebagai bahan yang akan dijadikan data observasi. Memasuki kegiatan penutup



Gambar 3 : : Siklus I Minggu Ketiga
Sumber : Dokumentasi Penelitian
Guru melakukan pengambilan data asesmen pengetahuan materi Bola Basket yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda dan 5 soal esay

3. Data Siklus II

Dari data hasil observasi di lapangan, kemudian dilakukan diskusi dengan observer sebagai mitra peneliti dan merumuskan hal sebagai berikut;

- 1) Memberikan umpan balik berupa pujian atau penghargaan dari apa yang sudah dilakukan oleh siswa.
- 2) Selalu memberikan keleluasaan bergerak pada siswa sehingga medapat pengalaman belajar yang menyenangkan.
- 3) Perjelas materi yang ingin diajarkan secara singkat dan padat sehingga siswa mudah memahami apa yang ingin kita sampaikan.
- 4) Kembangkan potensi siswa dengan bertanya kepada yang memahami agar menjadi motivasi bagi siswa yang lain.
- 5) Berikan kesan positif pada tindak lanjut berupa pendekatan emosional kepada siswa

Data Nilai Hasil Belajar Bolavoli pada Siklus II.

Hasil belajar siswa pada siklus II dengan materi Bola Voli didapatkan nilai siswa tertinggi 100 dan nilai siswa terendah 60, terjadinya peningkatan rata-rata hasil belajar siswa sebanyak 15,5% dari siklus I, 4 siswa dari 31 jumlah siswa masih dinyatakan belum tuntas. Rata rata nilai siswa hanya mencapai 74,58 yang dinyatatakan tuntas, jumlah persentase siswa yang nilai hasil belajarnya tidak mencapai Asesmen Kompetenai Minimum yaitu 12,90% dan persentase siswa yang milainya mencakai Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 87.90%.



Gambar 4 : Siklus II Minggu Pertama
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Pada siklus I minggu pertama, Guru akan bertindak sebagai observer yang mengamati proses pembelajaran peneliti. peneliti langsung bertindak sebagai guru, dan guru bertindak sebagai observer. guru memulai dari presensi dan motivasi guru menjelaskan konsep modifikasi dan modifikasi permainan Bola Voli yang akan diaplikasikan siswa pada minggu depan serta tujuan pembelajaran yang sudah ditetapkan.



Gambar 5 : Siklus II Minggu Kedua
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Memasuki siklus I minggu ke dua, guru dan siswa menuju ke lapangan kemudian siswa melakukan permainan pemanasan dan Modifikasi Permainan Bola Voli.



Gambar 6 : Siklus II Minggu Ketiga
Sumber : Dokumentasi Penelitian

Guru melakukan pengambilan data asesmen pengetahuan materi Bola Voli yang terdiri dari 10 soal pilihan ganda dan 5 soal esay

PEMBAHASAN

Peneliti menggunakan asesmen pengetahuan untuk mendapatkan data tentang pengetahuan siswa saat selesai melakukan modifikasi permainan. Kegiatan ini dialokasikan 2 jam pembelajaran (2x45 menit) di siklus I dan siklus II.

1. Hasil Penilaian Asesmem

Rata rata nilai ketuntasan siklus I	Rata rata nilai ketuntasan siklus II	Peningkatan nilai rata rata hasil belajar
64,51	74,58	15,5%

Tabel 3. Hasil Belajar Siswa

Perbandingan hasil belajar siswa pada masing masing siklus ditunjukkan pada gambar berikut: Dari data grafik histogram di atas, rata-rata hasil belajar siklus I 64,51 yang dinyatakan belum tuntas, nilai siswa tertinggi 84 dan nilai siswa terendah 44 dari Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 65.

Terjadinya peningkatan rata-rata hasil belajar siswa sebanyak 3,3% dari data awal saat observasi, 17 siswa dari 31 jumlah siswa masih dinyatakan belum tuntas, jumlah persentase siswa yang nilai hasil belajarnya mencapai Asesmen Kompetenai Minimum yaitu 45,16%, dan persentase siswa yang milainya tidak mencakai Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 54,94%.

emosional kepada siswa. Tindakan ini merupakan upaya mendorong siswa

memaksimalkan diri dalam mengikuti proses pembelajaran, agar nilai yang belum tuntas menjadi lebih maksimal. Peneliti selaku guru selalu meminta saran kepada observer selaku guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga dikelas VII.2 agar siswa menjadi tertarik mengenai materi yang diajarkan dan merasa nyaman saat proses pembelajaran.

Melihat dari hasil belajar siklus II, rata-rata hasil belajar siswa 74,58 yang dinyatakan tuntas dengan nilai siswa tertinggi 100 dan nilai siswa terendah 60, terjadinya peningkatan rata-rata hasil belajar siswa sebanyak 15,5 % dari siklus I, 4 siswa dari 31 jumlah siswa masih dinyatakan belum tuntas.

Jumlah persentase siswa yang nilai hasil belajarnya tidak mencapai Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 12,90% dan persentase siswa yang milainya mencakai Asesmen Kompetensi Minimum yaitu 87.90%. Hal ini menunjukkan modifikasi permainan Bola Voli terhadap hasil belajar menunjukkan hasil yang baik, dengan demikian peneliti dan observer mengakhiri penelitian. Terjadi peningkatan antara siklus I dan siklus II sebesar 10,07.

2. Kendala-Kendala yang Dihadapi

Penelitian berjalan 6 kali pertemuan, dalam proses penelitian masih terdapat berbagai kelemahan dan kekurangan, Peneliti selalu berusaha semaksimal mungkin mengupayakan untuk membuat penelitian ini menjadi sempurna. Peneliti sendiri menyadari keterbatasan peneliti saat menjalankan proses penelitian, antara lain:

1. penelitian ini hanya membahas pengaruh modifikasi permainan pada hasil belajar siswa, namun secara objektif masih banyak faktor yang mendukung peningkatan hasil belajar siswa yang tidak dicakup dalam penelitian.
2. terdapat beberapa kekurangan, terlepas dari itu hasil penelitian ini telah memberikan informasi yang sangat penting bagi perkembangan pendidikan yaitu meningkatkan hasil belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan siswa kelas VII.2 Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kapur IX.

KESIMPULAN

Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan modifikasi permainan dapat diterima oleh siswa dan dapat diterapkan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 kapur IX semester genap tahun 2024. Data dari hasil belajar siswa pada siklus I yaitu 60,51 dengan kategori belum tuntas dan rata rata nilai hasil belajar siswa pada siklus II yaitu 74,58 dengan katgori tuntas. Berdasarkan perbandingan hasil belajar siswa dari siklus I dan siklus II, secara keseluruhan nilai yang diperoleh pada hasil belajar terdapat peningkatan. Berdasarkan dari hasil penelitian diatas, disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan dapat meningkatkan hasil belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi. 2011. *Pengertian Bahan Ajar*. Jakarta: *National Centre for Copentency Based Training*
- Arnando, M. dkk. 2023. Meningkatkan Hasil Belajar Servis Bulutangkis melalui Media Visual di SMP N 30 Padang. *Jurnal JPDO*, 6(10), 35-41.
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Penelitian Timdakan Kelas*, Jakarta: Bumi Aksara.
- Arie Asnaldi, Yessi, and Hendri Neldi. "Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar." *Jurnal JPDO* 6.1 (2023): 53-58.
- Arif Shoimim. 2014. *68 Model Pembelajaran Inovatif dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Ar-russ Media.
- Arif, M., & Hartati, S. C. Y. 2016. Sasminta Christina Yuli Hartati *Pengertian Modifikasi Permainan Esensi Modifikasi adalah Menganalisa Sekaligus. Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 4, 185-193.

- Asep Suharta (2007). Pendekatan Pembelajaran Bola Voli Mini. JURNAL IPTEK OLAHRAGA, VOL.9, No.2, Mei-Agustus 2007:134-153. File di Penjas21.
- Basrowi & Suwandi. 2009. *Memahami Penelitian Kualitatif*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Depdiknas. 2003. *Konsep Pendidikan Berorientasi Kecakapan Hidup (Life Skill) Melalui Pendekatan Pendidikan Berbasis Kelas (Broad Basa Education- BBE)*. Jakarta: Depdiknas.
- Depdiknas. 2006. Permendiknas. No.22 Tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Depdiknas.
- Ega Trisna Rahayu, 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Emral, 2020. *Sepakbola Dasar*. Padang: Sukabina Press.
- Hamzah B. Uno 2012. Model Pembelajaran Menciptakan Proses Belajar Mengajar yang Kreatif dan Efektif. Jakarta. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Heri, Yon 2018. Modifikasi permainan Bola Voli dalam pembelajaran Penjasorkes Untuk Meningkatkan Pemahaman Peserta Didik Kelas XII IPS SMAN 1 Kampar Timur Tahun Pelajaran 2017/2018. Jurnal Volume 2 no 6.
- Ishak. 2023. *Panduan Praktis Menulis Peneitian Tindakan Kelas Pada Kurikulum Merdeka Belajar*. CV Dimar Jaya.
- Kemdikbud. 2022. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) Fase A – Fase F. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Kewarganegaraan, J., Syaefulloh, A. M., Windiani, D., Putriani, P., Rohaeni, S., Gustian, R., Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Indonesia, U, P., &Barat, J. 2020. Implementasi Habituasi Profil Pelajar Pancasila dan Eksistensinya bagi Mahasiswa. 6(1), 2141-2149.
- Khairuddin, K. 2014. *The influence of modified games and confensional learning models and the physical fitness of junior high school students*. Asian Social Science, 10(5), 136.
- Komalasari, Kokom. 2013. *Pembelajaran Kontekstual. Konsep dan Aplikasi*. Bandung: PT Refika Aditama
- Kunandar. 2008. *Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Leon A. Abdillah et al. 2021. *Penelitan Tindakan Kelas*. Indramayu. CV. Penerbit Adab
- Mayke S. Tedjasaputra. 2001. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana
- Mustafa, P. S. 2021. Problematika Rancangan Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan dalam Kurikulum 2013pada Kelas XI SMA. Edumaspul: Jurnal Pendidikan , 5`(1), 184-195 .
- Mustafa, P. S. & Dwiyogono, W.D. 2020. Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. Jakarta: Jurnal Riset Teknologi dan Inovasi Pendidikan , 3(2), 25-30.
- Mustafa et al,. 2020. *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga*. Malang: Unoversitas Negeri Malang

- Parwata, I. M. Yoga. 2021 Pembelajaran Gerak Dalam Pendidikan Jasmani dan Perspektif Merdeka Belajar. *Indonesian Journal of Education Development Volume. 2 Nomer 2*. Bandung: Universitas Dhyana Putra
- Purwanto, Ngalim. 2007. *Psikologi Pendidikan. Bandung*: PT Remaja Rosdakarya.
- Pudjilah, R. 2017. Meningkatkan Hasil Belajar Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Sponbot pada Peserta Didik Kelas V SD N Tegalsari RI 03 Kecamatan Candisari Kota Semarang. *Jurnal Volume7 no 1*
- Rosdiani, dini. 2013. *Model Pembelajaran Lansung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- Sari, Dessi Novita. "Tinjauan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar." *Jurnal Sporta Sainika 5.2 (2020): 133-138*.
- Sriningsi. 2017. Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. Bandung: Nilacakra
- Sudjana, Nana. 2011. Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sudjana, Nana. 2009. *Penilaian Hasil Proses Belajar Pengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suroso. 2007. *Classroom Action Research: peningkatan kemampuan menulis melalui Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Pararaton Publishing.
- Susanto. 2013. Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama.
- Syah Muhibbin. 2010. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tampubolon. 2014. *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Pendidik Dan Keilmuan*, Jakarta: Erlangga.
- Trianto. 2009. Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif. Jakarta: Kencana
- Wildan, A. 2015. Efektifitas Permainan Modifikasi Bola Basket Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Tunagrahita Ringan di SLB Negeri Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Winarno, M.E. 2001. *Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga* . Malang: Universitas Negeri Malang.
- Widayati. A. 2008. 'Penelitian Tindakan Kelas' *Jurnal Pendidikan Akutansi Indonesia, VI(1), PP. 87-93*.