

# Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola Di SMAN 1 V koto Kampung Dalam

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Email : [nura86876@gmail.com](mailto:nura86876@gmail.com)<sup>1</sup>, [yulifri@fik.unp.ac.id](mailto:yulifri@fik.unp.ac.id)<sup>2</sup>, [syahrial@fik.unp.ac.id](mailto:syahrial@fik.unp.ac.id)<sup>3</sup>,

[bertoayano@gmail.com](mailto:bertoayano@gmail.com)<sup>4</sup>

Doi JPDO: <http://doi.org/10.24036/JPDO.7.12.2024.1034>

**Kata Kunci** : Motivasi siswa, Ekstrakurikuler, Sepak Bola.

**Abstrak** : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, dan memberikan masukan bahwa motivasi merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi prestasi. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kuisioner. Populasinya adalah 30 siswa. Dalam penelitian ini sampelnya berjumlah 30 siswa, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling. Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif persentase. Diperoleh skor capaian terbesar berada pada kategori baik dengan 16 siswa atau 53%. motivasi siswa yg berkategori Kurang 1 siswa atau 3 %, Cukup 1 siswa atau 3 %, Baik 16 siswa atau 53%, Sangat Baik 12 siswa atau 40%. Maka diperoleh skor capaian = 3956 nilai mean = 131,867, standar deviasi = 23,554, skor tertinggi = 170, skor terendah 66, persentase 78% dengan kategori baik. Hasil penelitian ini diperoleh secara keseluruhan bahwa motivasi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam dapat disimpulkan bahwa motivasi siswa penelitian ini berada dalam kategori baik.

**Keywords** : Student motivation, Extracurricular, Football

**Abstract** : *The aim of this research is to determine students' motivation in participating in extracurricular football activities at SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, and provide input that motivation is an important factor that can influence achievement. The research method used was quantitative descriptive. The subjects in this research were students who took part in extracurricular football at SMAN 1 V Koto Kampung Dalam. The data collection technique used in this research was a questionnaire. The population was 30 students. In this research the sample was 30 students, then the sampling technique used was total sampling. The analysis technique used is a descriptive percentage analysis technique. The largest achievement score was obtained in the good category with 16 students or 53%. Student motivation categorized as Poor 1 student or 3%, Fair 1 student or 3%, Good 16 students or 53%, Very good 12 students or 40%. So the achievement score = 3956 is obtained, mean value = 131.867, standard deviation = 23.554, highest score = 170, lowest score 66, percentage 78% in the good category. The overall results of this research show that the motivation of students who do extracurricular football at SMAN 1 V Koto Kampung Dalam can be concluded that the motivation of students in this research is in the good category.*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan pada dasarnya mempunyai peranan penting dalam mencerdaskan kehidupan bangsa dimana sasarannya adalah untuk meningkatkan kualitas manusia indonesia ,baik sosial, spritual, dan intelektual serta kemampuan yang profesional.

Pembangunan dibidang pendidikan bertujuan untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, yaitu sumber daya manusia yang berilmu pengetahuan, memiliki keterampilan, sehat jasmani dan rohani serta memiliki sikap dan prilaku yang terpuji sedangkan pembangunan dibidang olahraga.

bertujuan untuk meningkatkan kesegeran jasmani, disiplin, sportifitas, prestasi, dan sebagainya Pendidikan merupakan usaha untuk mengembangkan potensi dasar manusia, mempersiapkan sumber daya yang berkualitas, memiliki daya saing dan mampu menghadapi perubahan yang sangat pesat.

pendidikan harus berorientasi ke masa depan yang memperhatikan tuntutan kemajuan zaman yang ditandai dengan persaingan yang sangat komplek”(Nur, Nirwandi & Asmi, 2018).

Merujuk dari Asnaldi(2019) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Program Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang terdapat dalam kurikulum sekolah dasar. dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan serangkaian aktifitas jasmani bias dalam bentuk permainan juga cabang olahraga.

Peningkatan mutu pendidikan tidak hanya tergantung kepada kualitas guru, akan tetapi ketersediaan sarana dan prasarana belajar, ketersediaan media dan sumber

belajar, penggunaan kurikulum serta motivasi belajar peserta didik.

Merujuk dari Dewandaru, A. Dkk. (2022:4), Aspek motivasi ini memegang peran penting dalam kejiwaan seseorang, sebab motivasi adalah salah satu faktor penentu sebagai pendorong tingkah laku manusia,sehingga dengan adanya motivasi dapat mendorong dirinya untuk giat untuk datang latihan dan giat berlatih sehingga tercapai hasil yang maksimal.

Pada dasarnya, motivasi adalah keadaan dimana seseorang mendorong dirinya untuk melakukan sesuatu.Hal ini dilakukan karena keinginan untuk mencapai suatu tujuan. Motivasi adalah desakan yang mendesak seseorang untuk bertindak.Dengan demikian, motivasi mendasar menentukan tingkah laku dan prilaku seseorang.

Secara umum motivasi juga diartikan sebagai daya yang menggerakkan aktivitas seharian seseorang. Dengan kata lain motivasi juga dapat dipahami sebagai pendorong yang menjadikan terelisasinya aktivitas.

Berdasarkan fenomena yang terjadi dilapangan selama melakukan observasi di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, tercatat 40 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak bola, akan tetapi akhir-akhir ini yang hadir hanya 30 siswa.

Banyak hal yang mempengaruhinya adalah motivasi. Namun demikian kurangnya keseriusan anak dalam mengikuti pembelajaran dikarenakan pembelajaran yang diberikan tidak dapat memotivasi anak dalam belajar.

Aktivitas ekstrakurikuler merupakan kesempatan bagi anak untuk memenuhi motivasi dan bakatnya masing - masing. Maka bisa dikatakan tujuan dari ekstrakurikuler di sekolah adalah untuk penyaluran bakat dan prestasi serta sebagai

kegiatan yang dapat mengurangi waktu anak untuk melakukan hal-hal yang negatif.

Jadi selain sebagai olahraga pendidikan, tidak jarang bahwa prestasi dari sepak bola di sekolah dapat membawa nama baik sekolah tersebut. Akan tetapi tidak mudah untuk membuat prestasi sepak bola. Antara lain dengan cara mengadakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Ekstrakurikuler sendiri dapat dilaksanakan apabila didukung dari semua pihak di sekolah mulai dari kepala sekolah, guru-guru terutama guru penjas dan yang paling penting adalah siswa sebagai peserta ekstrakurikuler. Keikutsertaan siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola sangat dipengaruhi oleh motivasi siswa.

## METODE

Berdasarkan permasalahan yang di bahas dalam penelitian ini, maka jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam Kec. Campago, Kab. Padang Pariaman Prov. Sumatra Barat dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei - Juni 2024.



**Gambar 1.** Penelitian Dilaksanakan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 V Koto Kampung Dalam

(Sumber. Dokumentasi Penelitian).

Populasi dalam penelitian ini adalah 30 siswa. Dalam penelitian ini sampelnya berjumlah 30 siswa, maka teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling.

Total sampling dilakukan dengan cara mengambil sampel berdasarkan jumlah keseluruhan populasi sehingga yang menjadi sampel adalah 30 siswa kelas X dan kelas XI SMAN 1 V Koto Kampung Dalam yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola.



**Gambar 2.** Responden Dalam Pengisian Lembar Angket oleh Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 V Koto Kampung Dalam.

(Sumber. Dokumentasi Penelitian).

Menurut Arikunto dalam Sandraini (2021:22) "Penelitian deskriptif murni atau survey merupakan penelitian yang benar - benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu".

Instrumen penelitian merupakan alat untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena disebut variabel penelitian (Sugiyono (2020)).

Instrumen penelitian merupakan alat untuk mengumpulkan data. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuisioner (angket)tertutup, karena respon dapat memilih salah satu jawaban yang sudah di sediakan pada lembar jawaban. Penyusunan angket dilakukan berdasarkan Skala Likert dengan lima (5) kategori ).

Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes dan angket atau kuisioner,yang berisi sejumlah pertanyaan-pertanyaan tanpa mempesulit para responden. Dibawah ini adalah Penilaian Angket Siswa.

Interval	Kategori
81% - 100%	Sangat Baik
61% - 80%	Baik
41% - 60%	Cukup
21% - 40%	Kurang
0% - 20%	Sangat kurang

## HASIL

Berikut ini akan diuraikan tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam yang terdiri dari indikator sebagai berikut:

1. Deskripsi Hasil Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam Berdasarkan Faktor Dari Dalam (Intrinsik).

Berdasarkan indikator motivasi intrinsik yang diberikan sebanyak 19 item pernyataan kepada 30 orang siswa yang dijadikan sebagai responden,ditemukan nilai mean = 74,4, standar deviasi = 13,3, skor tertinggi = 95, skor terendah 43, persentase 78% dengan kategori baik.

Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, dilihat indikator motivasi intrinsik dapat dilihat pada tabel dan diagram berikut ini.

Table 1. Distribusi Frekuensi Data motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di sman 1 v koto kampung dalam berdasarkan faktor dari dalam (intrinsik).

N o	Kelas Interv al	Katego ri	Frekuen si	Persenta se
1	0-20	Sangat Kurang	0	0%
2	21-40	Kurang	0	0%
3	41-60	Cukup	2	7%
4	61-80	Baik	15	50%
5	81-100	Sanat Baik	13	43%
Total			30	100%

Berdasarkan analisis data diatas ,diperoleh skor capaian terbesar berada pada kategori baik dengan 15 siswa atau 50%. motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di Sman 1 v Koto Kampung Dalam yang berkategoriikan Cukup 2 siswa atau 7 % ,Baik 15 siswa atau 50%,Sangat Baik 13 siswa atau 43%.

Berikut grafik ilustrasi motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di Sman 1V Koto Kampung Dalam.Berdasarkan faktor dari dalam (intrinsik).

1. Deskripsi Hasil Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam Berdasarkan Faktor Dari Luar (Ekstrinsik).

Berdasarkan indikator motivasi ekstrinsik yang diberikan sebanyak 11 item pernyataan kepada 30 orang siswa yang dijadikan sebagai responden,di temukan nilai mean =

57,5, standar deviasi = 11,2, skor tertinggi = 75, skor terendah 23, persentase 60% dengan kategori baik.

Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, dilihat indikator motivasi ekstrinsik dapat dilihat pada tabel dan diagram berikut ini.

Table 2. Distribusi Frekuensi Data motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di sman 1 v koto kampung dalam berdasarkan faktor dari luar (ekstrinsik).

Berdasarkan analisis data diatas ,diperoleh skor capaian terbesar berada pada kategori baik dengan 16 siswa atau 53%. motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di Sman 1 v Koto Kampung Dalam yang berkategori Cukup 2 siswa atau 7 %, Baik 16 siswa atau 53%, Sangat Baik 11 siswa atau 37%.

## 2. Deskripsi Hasil Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam

Berdasarkan indikator motivasi ekstrinsik yang diberikan sebanyak 30 item pernyataan kepada 30 orang siswa yang dijadikan sebagai responden,di temukan nilai mean = 131,867, standar deviasi = 23,554, skor tertinggi = 170, skor terendah 66, persentase 78% dengan kategori baik.

Deskripsi hasil penelitian tentang motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam, dilihat dari motivasi siswa pada tabel dan diagram berikut ini.

Table 3. Distribusi Frekuensi Data motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di sman 1 v koto kampung dalam berdasarkan nilai keseluruhan.

No	Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Perse ntase
----	----------------	----------	-----------	-------------

1	0-20	Sangat Baik	0	0%
2	21-40	kurang	1	3%
3	41-60	Cukup	1	3%
4	61-80	Baik	16	53%
5	81-100	Sangat Baik	12	40%
Total			30	100%

Berdasarkan analisis data diatas ,diperoleh skor capaian terbesar berada pada kategori baik dengan 16 siswa atau 53%. motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan

N o	Kelas interva l	kategor i	frekuen si	Persentas e
1	0-20	Sangat Kurang	0	0%
2	21-40	Kurang	1	3%
3	41-60	Cukup	2	7%
4	61-80	Baik	16	53%
5	81-100	Sangat Baik	11	37%
total			30	100%

ekstrakurikuler sepak bola di Sman 1 v Koto Kampung Dalam yang berkategori Kurang 1 siswa atau 3 %, Cukup 1 siswa atau 3 %, Baik 16 siswa atau 53%, Sangat Baik 12 siswa atau 40%.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan indikator pada faktor intrinsik dan ekstrinsik menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 V Koto Kampung Dalam kategori baik yaitu 53%.Secara rinci yaitu sebanyak 12 siswa (40%) mempunyai motivasi yang sangat baik.

16 siswa (53%) mempunyai motivasi baik, sebanyak 1 siswa (3%) mempunyai motivasi cukup, sebanyak 1 siswa (3%)

mempunyai motivasi kurang. terdapat skor capaian yaitu dengan nilai mean 131,867, standar deviasi 23,554, skor tertinggi = 170, skor terendah 66, dengan rata rata persentase secara keseluruhan 78% dengan kategori Baik.

Melihat hasil penelitian berada di kategori baik yang artinya hasil ini belum maksimal, oleh sebab itu siswa harus memiliki motivasi untuk mengikuti ekstrakurikuler sepak bola.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi menurut teori kebutuhan yang dirujuk oleh Dewandaru A (2022:103) adalah bahwa manusia termotivasi untuk bertindak laku karena ingin memenuhi bermacam - macam kebutuhan, salah satunya prestasi dalam olahraga.dalam kegiatan olahraga.

motivasi mempunyai peranan dalam terselenggarakan suatu bentuk kegiatan baik itu dalam periode latihan maupun dalam pertandingan lainnya. Motivasi dalam berolahraga akan sangat menentukan seseorang untuk mencapai kesegaran jasmani karena dari motivasi itu akan timbul disiplin berolahraga.

Menurut komarudin (2015:26) bahwa "motivasi intrinsik berfungsi karena adanya dorongan yang berasal dorongan - dorongan yang berasal dari dalam diri individu sendiri. Atlet berusaha untuk semakin meningkatkan kepintarannya,kemampuannya,danketerampilannya karena hal tersebut akan memberikan kepuasan kepada dirinya".

Menurut Sardiman (2014:89), motivasi ekstrinsik adalah motif - motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan mental terhadap perorangan atau orang-orang sebagai anggota masyarakat. sedangkan menurut Oemar Hamalik Dalam (Afri Setiawan,2013) adalah suatu perubahan

energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. sejalan dengan pendapat diatas.

Motivasi dalam berolahraga juga merupakan aspek psikolog yang banyak dibicarakan dan sangat menarik perhatian para ahli psikolog. Kebutuhan psikolog seseorang menimbulkan dorongan intrinsik dan ekstrinsik untuk bertindak laku dalam mencapai tujuan tersebut.

Kuatnya dorongan ini ditentukan oleh kadar kebutuhan yang melekat pada seseorang, jika tujuannya tercapai, ia merasa puas. Jika tidak tercapai ia bisa mengalami frustrasi. Semua itu tidak terlepas dari motivasi dan dorongan dari dalam.

Merujuk dari Fikriy (2020:531) mengemukakan tujuan dari kegiatan ekstrakurikuler untuk mengetahui lima hal dari dalam diri siswa, yaitu: 1) Bakat dan minatsiswa, 2) Kreativitas dan inisiatif siswa, 3) Pendorong tujuan instruksional dicapai, 4) Menembangkan ilmu pengetahuan yan diterima siswa dari kegiatan ekstrakurukuler, 5) Pembentukan diri menjadi manusia seutuhnya.

Merujuk dari Herdinata (2020:91) Faktor yang mempengaruhi pelaksanaan ekstrakurikuler sepak bola adalah: 1) Waktu pelaksanaan, 2) Sarana prasarana, 3) Pelatih, 4) Peserta ekstrakurikuler, 5) Peranan serta guru lain, 6) Prestasi, 7) Evaluasi, 8) Minat, 9) Motivasi.

Salim, A & Kiram, Y (2020:49), Mengikuti program pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler sepak bola, juga dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa, dapat mengembangkan bakat minat siswa dalam olahraga sepak bola.

Merujuk dari Rahman (2020:24), Dalam penyusunan program kegiatan, adalah hal yang harus di perhatikan, seperti :

- 1) Program harus sederhana, mudah dipahami dan mudah dalam pelaksanaannya.
- 2) Program harus mempertimbangkan kemampuan dan kondisi sekolah untuk melaksanakannya.
- 3) Program harus mempertimbangkan berbagai segi seperti : tenaga, waktu, biaya, dukungan masyarakat, potensi siswa, serta sarana dan prasarana yang di miliki dll.

Menurut Yulifri dan Arsil (2016), permainan sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan sebelas orang dengan masing masing mempunyai satu kiper.

Menurut emral (2020:1) Permainan sepak bola merupakan cabang olahraga yang sangat populer saat ini di dunia manapun dan sepak bola telah mengalami banyak perubahan dan perkembangan dari berbagai bentuk baik peraturan maupun permainannya.

Menurut Syahrial (2023) dalam permainan sepak bola akan terjadi kontak langsung antara pemain satu kesebelasan ,pendapat ini mengemukakan bahwa dengan kontak tersebut memungkinkan terjadinya pelanggaran, bola meninggalkan lapangan, bola masuk gawang, pemain dikeluarkan dari lapangan, gangguan cuaca dan lain sebagainya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terdapat untuk mengetahui motivasi siswa dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 1 v Koto Kampung Dalam. bahwa motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola di SMAN 1 v Koto Kampung Dalam dalam kategori Baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asnaldi (2019). *Studi Kemampuan Motorik Siswa Kela V Sekolah Dasar Negeri 03 Ikur Koto Tangah*. Jurnal JPDO.
- Arsil, Y. (2016). *Permainan Sepak Bola. Padang:Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang*.
- Ahmad, Komaruddin,(2015( *Dasar-Dasar Manajemen Investasi Dan Portofolio Edisi 2 Jakarta:Rineka Cipta*.
- Dewandaru, A. Hakim, A, R. &Muryadi, A, D. 2022. *Motovasi Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurukuler Sepakbola Di SMP Pemmdes Toroh Grobongan Tahun 2022. Padang. urnall Imiah Penjas. (9.1) (92-105)*.
- Emral.(2020). *buku ajar mata kuliah sepak bola . padang : sukabina press*.
- Fikry, I. A., & Indika, P. (2020). *Upaya Meningkatkan Motivasi Siswa Sekolah Menengah Pertama Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga. jurnal stamina, 3(6), 527-543*.
- Herdinata, G, R, P. 2020. *Ekstrakurikuler Sepakbola: Bagaimana Proses Pelaksanaannya di Sekolah. Padang. Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Komaruddin. (2015). *Motivasi Siswa Dalam Melakukan Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Bola*.JPDO
- Oemar Hamalik. (2013),*Proses Belajar Mengajar*.jakarta PT Bumi Aksara
- Rahman, R. 2020. *Motivasi Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepakbola Di*

SMPN 18 Padang. Skripsi. Padang:  
UNP.

Salim, A & Kiram, Y. 2020. *Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak bola Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Rambatan*. Padang. Jurnal Patriot Volume 3 Nomor 1

Arikunto,(2021). *Prosedur Penelitian*. Jakarta :PT. Rineka Cipta

Sardiman ,(2014) *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta : PT. Raja.

Sugiyono.(2020).*Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Suharsimi Arikunto, (1993). *Prosedur Penelitian*. Jakarta :P T. Rineka Cipta

Syaratani.(2023).*Psikologi Olahraga*. Malang : Wineka Media

Syahrial.(2023).*Sepak Bola*.JPDO

Ulango, A., Bakhtiar, S., Jonni,,J., &Wulandari, I. (2023). *Tinjauan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Peserta Didik Ekstrakurikuler Olahraga Smp Negeri 30 Padang*. Jurnal JPDO.

Yulifri,Arsil.(2016). *Sepak Bola*. JPDO