

PENGARUH PERMAINAN KECIL TERHADAP MINAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN PADA SISWA KELAS X DI MAN 2 GRESIK

Muhamad Ramadan Subagjo*, Sasminta Christina Yuli Hartati

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*muhamadsubagjo16060464184@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Secara umum, pendidikan amat penting guna perkembangan kemampuan serta pengetahuan seseorang. Pendidikan didapatkan di sekolah yang sudah disediakan oleh pemerintah mulai sekolah dasar hingga sampai pada jenjang perguruan tinggi. Sekolah memiliki pendidikan yang dapat memfasilitasi pengetahuan dan keterampilan, salah satunya yakni melalui mata pelajaran PJOK. Dalam pembelajaran PJOK, dibutuhkan minat seorang siswa untuk melakukan pembelajaran itu sendiri guna mendapatkan manfaat yang maksimal. Dibutuhkan suatu proses pembelajaran yang tampak menarik, tidak membosankan dan tidak pasif. Penelitian ini memiliki tujuan untuk: 1) Untuk mengetahui pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik; 2) Untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik. Desain dari penelitian yakni *randomized control group pre-test – post-test design*. Populasi yang dipakai yakni siswa kelas X di MAN 2 Gresik. Sampel yang digunakan yakni siswa kelas X IPA 5 sebagai kelas eksperimen dan kelas X IPA 6 sebagai kelas kontrol, pada masing-masing kelas berisi 34 dan 28 siswa di mana penentuan sampel secara *cluster random sampling*. Penelitian berikut memanfaatkan instrumen berbentuk angket minat siswa yang diisi oleh siswa, angket tersebut terdiri dari 37 pernyataan. Dari penelitian ini, telah diperoleh hasil yakni sebagai berikut: 1) Ada pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik; 2) Besarnya pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik yakni sebesar 6,45%.

Kata Kunci: permainan kecil; minat siswa; pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

Abstract

In general, education is very important to develop abilities and knowledge. Education is obtained in schools, provided by the government from elementary schools to university levels. Schools subjects facilitate knowledge and skills, like using Physical, Sports, and Health education. To achieve good fitness in Physical, Sports, and Health education, it takes the interest of a student to carry out movements. It can be done by using a traditional game to make learning process does not seem boring and passive. The purpose of this study were: 1) To determine the effect of traditional games on students' interest in learning Physical, Sports, and Health education in X class students at MAN 2 Gresik and 2) To find out the magnitude of the influence of traditional games on students' interest in learning Physical, Sports, and Health education in X class students at MAN 2 Gresik. This research design used randomized control group pre-test – post-test design. The population used was X class students at MAN 2 Gresik. The sample used was students of class X IPA 5 as the experimental class and class X IPA 6 as a control class, each consisting of 34 and 28 students where the sample was determined by cluster random sampling. The instrument on this study was a student interest questionnaire filled in by students. It consisted of 37 statements. The results of this research were: 1) There's an influence of small games on student interest in learning education on physical, sports, and health in X Class students in MAN 2 Gresik and 2) The magnitude of influence of small games on student interest in learning education on physical, sports, and health in X Class students in MAN 2 Gresik is 6,45%.

Keywords: small game; student interest; physical, sports, and health education

PENDAHULUAN

Dunia pendidikan memang menarik, dimana terjadi aktivitas belajar mengajar bagi siswa agar meraih potensinya dengan maksimal. Pendidikan di Indonesia sangat penting untuk berkembangnya bangsa Indonesia sama halnya menurut UU Nomor 20 Tahun 2003 pasal 3 sudah menerangkan bahwasanya “Pendidikan nasional memiliki fungsi guna memberikan pengembangan dan juga melakukan pembentukan watak dan juga peradaban bangsa yang memiliki martabat dengan tujuan mencerdaskan kehidupan bangsa, diharapkan terjadi berkembangnya potensi peserta didik supaya menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab”.

Bidang pendidikan amatlah penting guna mengembangkan pengetahuan serta kemampuan seseorang. Pendidikan bisa didapatkan di sekolah yang sudah disediakan oleh pemerintah berawal dengan pendidikan sekolah dasar kemudian lanjut sampai ke jenjang perguruan tinggi, dengan melakukan pendidikan pada sekolah siswa pun mampu mengembangkan keterampilannya juga pengetahuannya, di sekolah sendiri mempunyai pendidikan yang mampu mengembangkan keterampilan serta pengetahuan yakni salah satunya dengan pembelajaran PJOK. Untuk mencapai kebugaran yang baik maka dibutuhkan minat seorang siswa untuk menjalankan aktivitas gerak, dengan menggunakan permainan kecil diharapkan suatu proses pembelajaran tampak menarik tidak membosankan dan tidak pasif

Menurut Darmadi (2017:317) minat sendiri merupakan suatu keinginan seseorang yang timbul dari hati tanpa adanya paksaan terhadap objek tertentu karena objek dinilai berguna dan penting bagi dirinya. Oleh karena itu dengan menggunakan permainan kecil dikehendaki mampu meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran PJOK dikarenakan permainan kecil mempunyai manfaat yang dapat meningkatkan nilai-nilai mental dengan cara memuaskan kebutuhan-kebutuhan siswa akan pengalaman baru, rasa aman, pengakuan, berpartisipasi, dan rasa senang. Untuk menjadikan siswa menjadi generasi yang bisa diharapkan oleh masa berkembangnya bangsa Indonesia, pembelajaran PJOK sangatlah penting bagi perkembangan siswa dari segi pikiran maupun keterampilan gerak serta gaya hidup. Menurut Olufemi dan Musa (2016:300), Pada usia itu, mereka membutuhkan aktivitas fisik untuk mengembangkan kekuatan, koordinasi, dan kepercayaan diri yang akan mendorong mereka untuk menyiapkan persiapan untuk gaya hidup sehat melalui memperoleh kontrol lebih lanjut atas seberapa aktif mereka. Dan juga

berdasarkan pernyataan dari Gipit *et al.* (2017:158) bahwa, keterampilan motorik adalah aspek penting dari perkembangan untuk semua remaja. Sedangkan Gouveia *et al.* (2019:947) menyatakan bahwa, pendidikan jasmani dapat mempengaruhi konsep diri, meningkatkan kompetensi, dan mendukung pengalaman akan keberhasilan atau sukses. Menurut Hartati, Priambodo, & Kristiyandaru (2013:21) Pendidikan jasmani secara umum yakni bagian integral dari sistem pendidikan dengan cara menyeluruh yang mempunyai tujuan guna melakukan pengembangan akan aspek kebugaran jasmani, stabilitas emosional, penalaran, kesehatan, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial juga tindakan moral dengan aktivitas jasmani dan olahraga.

Setelah penulis melakukan PLP di MAN 2 Gresik pada tanggal 25 Juli sampai dengan 5 September 2019 penulis menemukan permasalahan kurangnya minat siswa dalam pembelajaran PJOK yang ada, setelah itu penulis melakukan wawancara untuk memastikan permasalahan yang ada di MAN 2 Gresik pada tanggal 9 Oktober 2019 dengan bapak Muhammad Fitrah Rahmadi, S.Pd. guru PJOK MAN 2 Gresik. Pada dasarnya siswa MAN 2 Gresik kurang tertarik untuk melakukan aktivitas fisik dan sulit untuk berolahraga di bawah sinar matahari disebabkan karena gaya hidup siswa remaja yang duduk di bangku sekolahan menengah ke atas mudah terpengaruh oleh globalisasi yang memberikan efek negatif yaitu budaya instan dan malas serta kurangnya sarana olahraga juga inovasi dalam pembelajaran PJOK, mengakibatkan pada saat pembelajaran siswa banyak menunggu dan mengobrol, yang menyebabkan akan gerak siswa tidak mencukupi di saat pembelajaran, sehingga minat siswa ketika mengikuti pembelajaran PJOK kurang. Menurut penjabaran latar belakang di atas penulis memiliki ketertarikan guna mengadakan sebuah penelitian di MAN 2 Gresik yang memiliki tujuan untuk mengetahui adakah pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik dan untuk mengetahui besarnya pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik

METODE

Jenis penelitian yakni eksperimen melalui penggunaan pendekatan kuantitatif. Pada penelitian eksperimen tersebut tercantum empat karakteristik, karakteristik tersebut ialah ada sebuah perlakuan, mekanisme kontrol, randomisasi serta ukuran keberhasilan. Karena memiliki empat kriteria dengan perlakuan, keberhasilan, randomisasi, dan mekanisme kontrol sehingga penelitian berikut termasuk dalam eksperimen murni. Desain yang dipakai oleh peneliti

randomized control group pre-test – post-test design sebab pada penelitian berikut memakai kelompok kontrol dengan subjek dipilih dengan cara acak serta terdapat *pre-test – post-test*. Populasi kelas X di MAN 2 Gresik berjumlah 355 siswa dari 10 kelas. Pada penelitian berikut sampel yang diambil dari populasi memakai *cluster random sampling*. Sampel terdiri dari X IPA 5 selaku kelompok eksperimen yang berjumlah 34 siswa serta X IPA 6 selaku kelompok kontrol terdiri dari 28 siswa. *Treatment* yang dilaksanakan untuk kelompok eksperimen adalah permainan menjala ikan pada pertemuan pertama, permainan karapan sapi pada pertemuan kedua, dan permainan pulau impian pada pertemuan ketiga. Sedangkan untuk kelompok kontrol mendapatkan materi pembelajaran dari guru PJOK. Penelitian yang dilaksanakan pada kedua kelas X MAN 2 Gresik tahun ajaran 2019/2020 dimulai di tanggal 25 Februari 2020 sampai tanggal 10 Maret 2020 setiap hari Selasa, dengan durasi pertemuan 2x45 menit di setiap pertemuan dengan total 3 kali pertemuan. Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah menggunakan angket. Angket yang dipakai guna mendukung penelitian ini yakni angket minat siswa dalam pembelajaran PJOK, dengan menggunakan skala *likert* angket ini memerlukan responden yang nantinya menjadi penentu tingkat persetujuan kepada pernyataan dengan cara melakukan pilihan pada satu dari pilihan yang tertera. Instrumen penelitian ini diadopsi dari Prasetya (2019), yang sudah divalidasi dan memiliki nilai uji validitas 0,516 serta uji reliabilitas 0,899. Teknik analisis data pada penelitian ini yakni uji deskriptif, uji normalitas, uji beda dengan uji *paired sample t-test* dan uji *independent sample t-test*, serta besaran pengaruh peningkatan menggunakan rumus persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hitung manual dan menggunakan program IBM SPSS *version* 25.0, maka dapat dideskripsikan data hasil penelitian dicantumkan dalam tabel 1 berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Pre-test dan Post-test Kelas Eksperimen

Kelompok	Test	Mean	SD	Var	Min	Max
Eksperimen	Pre	146,41	11,346	129	125	183
	Post	147,71	12,734	162	114	180
Kontrol	Pre	139,96	14,545	212	109	162
	Post	138,75	11,756	138	114	158

Berdasarkan data di atas bisa diamati bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata *pre-test* ke *post-test* kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 1,3. Hal tersebut menunjukkan terdapat perbedaan pada kelompok eksperimen sebelum diberikan *treatment* dan

sesudah diberikan *treatment*. Kemudian bisa diamati bahwa terjadi peningkatan nilai rata-rata *pre-test* ke *post-test* kelompok kontrol mengalami penurunan sebesar 1,21. Hal tersebut menunjukkan tidak terdapat pengaruh pada kelompok kontrol.

Tabel 2. Uji Normalitas Distribusi Data Pre-test dan Post-test

Kelompok	Test	Kolmogorov-smirnov		Shapiro-wilk	
		Statistic	Sig.	Statistic	Sig.
Eksperimen	Pre	0,142	0,153	0,913	0,023
	Post	0,111	0,200	0,968	0,541
Kontrol	Pre	0,161	0,061	0,951	0,214
	Post	0,119	0,200	0,949	0,185

Diketahui pada data diatas nilai signifikansi (Sig) pada seluruh data baik dengan uji *kolmogorov-smirnov* ataupun uji *shapiro-wilk* lebih besar dari 0,05, maka bisa dibuat kesimpulan bahwasanya data penelitian distribusi Normal. Dikarenakan sudah normal, selanjutnya dapat dilaksanakan uji beda memakai statistik parametrik (uji *paired sample t test* dan uji *independent sample t test*) guna melaksanakan analisis data penelitian.

Tabel 3. Uji Homogenitas Distribusi Data Post-test

Test of Homogeneity of Variances	Sig.
Minat Siswa terhadap PJOK	0,129

Diketahui pada data diatas nilai signifikansi (sig.) *based on mean* yakni $0,129 > 0,05$, maka bisa dibuat kesimpulan bahwasanya varian data *post-test* kelas eksperimen serts *post-test* kelas kontrol ialah setara ataupun Homogen. Maka dari itu, syarat (tak mutlak) dari uji *independent sample t test* telah dipenuhi.

Tabel 4. Paired Sample T-Test Distribusi Data Pre-test dan Post-test

Kelompok	Tes	Mean	Selisih	Peningkatan	Sig
Eksperimen	Pre	146,41	1,3	0,89 %	0,487
	Post	147,71			
Kontrol	Pre	139,36	0,56	-0,43%	0,740
	Post	138,8			

Bagi pair 1 diperoleh nilai Sig. (*2-tailed*) yakni $0,05 < 0,487$, maka dapat dibuat kesimpulan terdapat perbedaan yang tidak signifikan terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada *pre-test* kelas eksperimen dengan *post-test* kelas eksperimen. Bagi pair 2 didapatkan nilai Sig. (*2-tailed*) yakni $0,05 < 0,740$, sehingga dapat dibuat kesimpulan terdapat perbedaan yang tak signifikan terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada *pre-test* kelas kontrol dengan *post-test* kelas kontrol.

Pada tabel 4. bisa diamati bahwasanya nilai *mean pre-test* kelompok eksperimen mendapat nilai 146,41, dan

mean *post-test* kelompok eksperimen mendapat nilai 147,71. Maka perbedaan minat siswa pada pembelajaran PJOK di kelas eksperimen sebesar 0,89 % atau bisa dikatakan mengalami peningkatan minat siswa pada pembelajaran PJOK sebesar 0,89 % di kelas X IPA 5 selaku kelas eksperimen.

Tabel 5. Independent Sample Test Distribusi Data Post-test

<i>Independent Samples Test</i>		
Minat Siswa Terhadap PJOK	<i>Equal variances assumed</i>	0.006
	<i>Equal variances not assumed</i>	0.006

Dapat dilihat pada tabel di atas Sig. 0.006 < 0,05 sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan rata-rata pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam PJOK pada kelompok eksperimen dengan pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam PJOK pada kelompok kontrol.

Tabel 6. Persentase Post-Test dan Post-Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

<i>M_{Eksperimen}</i>	<i>M_{Kontrol}</i>	Persentase
147,71	138,75	6,45%

Dapat diketahui pada data di atas nilai mean *post-test* kelompok eksperimen sebesar 147,71, serta nilai mean *post-test* kelompok kontrol berjumlah 138,75 maka besar perbedaan yang dihitung menggunakan rumus peningkatan menghasilkan pengaruh sebesar 6,45%. Dengan kata lain terdapat perbedaan minat siswa pada pembelajaran PJOK kelompok eksperimen dan dengan minat siswa pada pembelajaran PJOK kelompok kontrol sebesar 6,45 %.

Dengan kata lain, penerapan permainan kecil memberi pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik. Dengan terdapat peningkatan minat siswa tersebut dikarenakan penerapan permainan kecil yang diberi pada saat waktu mata pelajaran PJOK berlangsung. *Treatment* yang diberikan pada penelitian berikut dilakukan dengan 3 pertemuan bagi kelas eksperimen. Pada pertemuan pertama siswa kelompok eksperimen diberikan *treatment* permainan kecil yang bernama “Menjala Ikan”. Pada saat pertemuan pertama para siswa merasa tidak familiar dengan permainan kecil “Menjala Ikan” sehingga banyak siswa yang tidak mendengarkan dan kurang antusias saat dilakukannya *treatment*. Hal tersebut juga disebabkan oleh peran dari guru yang masih pasif dalam mengondisikan siswa-siswa yang sedang menjalankan permainan kecil “Menjala Ikan”.

Pada pertemuan kedua siswa kelas eksperimen mendapatkan *treatment* permainan kecil yang bernama “Karapan Sapi”. Pada pertemuan kedua, sudah banyak siswa yang familiar dan mengerti permainan kecil “Karapan Sapi”. Sehingga suasana dalam pembelajaran PJOK lebih hidup dan siswa menjadi jauh lebih aktif dibanding dengan pada saat pertemuan pertama. Kemudian saat pertemuan yang terakhir siswa kelas eksperimen diberikan *treatment* permainan kecil yang bernama “Pulau Impian”. Siswa kelas eksperimen banyak yang tidak mengenal dan tidak familiar pada permainan kecil “Pulau Impian”, akan tetapi *treatment* tersebut tetap terlaksana dengan aktif dan juga kondusif. Permainan kecil yang sudah diterapkan berpengaruh terhadap minat siswa yang menyebabkan adanya peningkatan minat siswa. Siswa merasakan suatu proses pembelajaran yang memberikan kesenangan dan juga hal baru. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan berdasarkan Syah (2013:133), minat ialah kecenderungan serta kegairahan yang tinggi ataupun keinginan yang besar akan suatu hal. Berdasarkan pendapat dari Darmadi (2017:317) mengatakan bahwa, anak didik yang mempunyai minat pada subjek tertentu condong untuk memberikan perhatiannya yang lebih kepada subjek itu. Minat pada mata pembelajaran yang dipunyai oleh seseorang bukan menjadi bawaan semenjak ia lahir, namun dipelajari dengan proses penilaian kognitif serta penilaian afektif seseorang yang dinyatakan dalam sikapnya. Dengan berdasar pendapat tersebut maka bisa disimpulkan terdapat kesamaan bahwasanya adanya permainan kecil mampu meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran PJOK.

Kondisi lapangan saat diberikan *treatment* sangat luas, sehingga *cone* dimanfaatkan guna menjadi pembatas dalam melakukan permainan kecil. Hal tersebut untuk memudahkan guru untuk mengawasi dan meminimalisasi risiko cedera oleh siswa pada saat dilakukannya *treatment* permainan. Hal tersebut juga dilakukan dikarenakan kondisi lapangan yang bergelombang dan terdapat banyak objek-objek yang kemungkinan dapat membahayakan siswa seperti pot-pot bekas, kendaraan, dan benda lain yang dapat membahayakan siswa. Hal tersebut sesuai dengan prinsip-prinsip dasar penyusunan permainan kecil menurut Hartati, Priambodo, & Kristiyandaru (2013:36) bahwa, permainan kecil wajib memiliki prinsip tidak mengandung unsur bahaya (*safety*). Peralatan yang digunakan dalam permainan salah satunya adalah *holahoop* yang berfungsi sebagai alat untuk membantu jalannya permainan. *Holahoop* merupakan alat yang mudah didapat dan juga memiliki harga terjangkau bahkan bisa dibuat sendiri. Hal ini selaras dengan teori menurut Hartati, Priambodo, & Kristiyandaru (2013: 40)

bahwa alat yang dibutuhkan dalam permainan kecil mudah diperoleh.

Diterapkannya permainan kecil ini bisa menjadi gambaran bagi guru PJOK untuk meningkatkan minat siswa. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian berikut yang menyatakan bahwasanya terdapat peningkatan minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada kelas X MAN 2 Gresik. Hasil di dalam penelitian berikut memiliki perbedaan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Afandi (2017), yang memiliki hasil bahwasanya tak terdapat pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa di kelas V MI Nahdlatul Ulama Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. Menurut perhitungan tersebut bisa diketahui peningkatan permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik tidak memberikan peningkatan yang signifikan. Hal berikut diduga dikarenakan faktor-faktor lainnya yang diperkirakan berupa kualitas pendidik, sarana-prasarana, lingkungan sosial, dan teman sebaya.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat ditarik beberapa kesimpulan yaitu:

1. Ada pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik.
2. Besarnya pengaruh permainan kecil terhadap minat siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa kelas X di MAN 2 Gresik meningkat sebanyak 6,45%.

Saran

Menurut hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, maka peneliti memiliki saran yakni di antaranya:

1. Guru PJOK memiliki upaya guna menciptakan pembelajaran yang aktif dan kreatif agar mampu menjadikan siswa antusias dan merasakan kesenangan dalam mengikuti pembelajaran PJOK hingga sanggup memberikan peningkatan pada minat siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.
2. Siswa untuk menjadi lebih antusias selalu memiliki semangat juga responsif serta aktif ketika melaksanakan pembelajaran baik PJOK ataupun mata pelajaran lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Afandi, M. W., (2017). Pengaruh Permainan Kecil terhadap Minat Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada Siswa Kelas V MI Nahdlatul Ulama Kecamatan Candi Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal*

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, 5(2), 253-259.

Darmadi. (2017). *Pengembangan Model dan Metode Pembelajaran dalam Dinamika Belajar Siswa*. Yogyakarta: Deepublish.

Gipit, M. A., Abdullah, M. R., Musa, R. M., Kosni, N. A., & Maliki, A. B. H. M. (2017). The Effect of Traditional Games Intervention Programme in The Enhancement School-Age Children's Motor Skills: A Preliminary Study. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 6(2) 157-169.

Gouveia, É. R., Ihle, A., Gouveia, B. R., Rodrigues, A. J., Marques, A., Freitas, D. L., & Lopes, H. (2019). Students' Attitude Toward Physical Education: Relations with Physical Activity, Physical Fitness, and Self-Concept. *The Physical Educator*, 76(4), 945-963.

Hartati, S. C. Y., Priambodo, A., & Kristiyandaru, A. (2013). *Permainan Kecil*. Malang: Wineka Media.

Olufemi, A. J., & Musa, R. M. (2016). Assessment of Wellness Status Among A Multi-Ethnic Based Adult Sample. *Int J Phy Edu Sports Health*, 3(4), 299-301.

Prasetya, Y. E. (2019). Pengaruh Modifikasi Permainan Sepak Bola terhadap Minat Siswa Putri pada Pembelajaran Sepak Bola (Studi pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Mojokerto). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3), 297-300

Syah, M. (2013). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

UU Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3. Sistem Pendidikan Nasional.