

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM  
PERSPEKTIF SISWA KELAS X DI SMAN 9 BANDUNG**

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh sarjana pendidikan

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :

Rendy Andri Abbillah

NIM. 1900884

**PROGRAM STUDI**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**BANDUNG**

**2023**

**LEMBAR PENGESAHAN  
SKRIPSI**

Rendy Andri Abbillah

NIM. 1900884

**EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM  
PERSPEKTIF SISWA KELAS X DI SMAN 9 BANDUNG**

disetujui dan disahkan oleh Dosen Pembimbing:

Pembimbing I



**Prof. Dr. H. Yunyun Yudianta, M.Pd.**

**NIP. 196506141990011001**

Pembimbing II



**dr. Kurnia Eka Wijavanti, M.KM.**

**NIP. 198203222008012006**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan



**Dr. H. Carsiwan, M.Pd.**

**NIP. 197101052002121001**

## **LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI**

### **EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PERSPEKTIF SISWA KELAS X DI SMAN 9 BANDUNG**

Oleh:

Rendy Andri Abbilah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.

© Rendy Andri Abbillah 2023

Universitas Pendidikan Indonesia

November 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dalam Perspektif Siswa Kelas X Di SMAN 9 Bandung” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam bidang keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, November 2023

Yang Membuat Pernyataan

Rendy Andri Abbillah

NIM. 1900884

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dalam Perspektif Siswa Kelas X Di SMAN 9 Bandung”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Departemen Pendidikan Olahraga, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat kami harapkan guna perbaikan di masa yang akan datang.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dimasa sekarang dan masa yang akan datang. Penulis berharap agar penelitian ini dapat menjadi bahan referensi yang berguna bagi peneliti-peneliti yang akan datang.

Bandung, November 2023

Rendy Andri Abbillah

NIM. 1900884

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberi rahmat dan hidayah sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa doa, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah membantu penulis sepanjang waktu dalam menyelesaikan skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. Solehuddin, M.Pd., M.A. sebagai Rektor Universitas Pendidikan Indonesia, beserta civitas akademika Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti studi hingga mendapatkan gelar sarjana di Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Dr. H. Rd. Boyke Mulyana, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Prof. Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes, AIFO. selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Dr. H. Carsiwan, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
5. Bapak Prof. Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd. selaku dosen pembimbing akademik dan pembimbing skripsi I yang selalu memberikan masukan, kritik, arahan, saran, ilmu yang sangat bermanfaat dan waktunya yang berharga dalam membimbing penulis pada penelitian ini.
6. Ibu dr. Kurnia Eka Wijayanti, M.KM. selaku pembimbing skripsi II yang selalu memberikan masukan, kritik, arahan, saran, ilmu yang sangat bermanfaat dan waktunya yang berharga dalam membimbing penulis pada penelitian ini.
7. Segenap Dosen dan Staff Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membantu dalam memberikan ilmu pengetahuan, pendidikan, serta fasilitas pada penulis sehingga dapat menunjang dalam penyelesaian penelitian ini.
8. Kepada kepala sekolah dan guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMAN 9 Bandung yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.

9. Orang tua tercinta Bapak Usman Abdillah dan Ibu Rosyanti yang selalu memberikan motivasi serta dukungan materil dan mendoakan penulis dalam menyelesaikan semua tugas kuliah penulis.
10. Keluarga besar HMP PJKR FPOK UPI yang telah memberikan pengalaman baru bagi penulis, cara berorganisasi, dan pembelajaran yang berharga sehingga mampu memberikan manfaat ketika penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
11. Keluarga besar PJKR 2019 khususnya PJKR C yang telah menjadi awal pertemanan sehingga bisa melewati masa perkuliahan dengan penuh suka, duka dan drama. Senang bisa berteman dengan kalian dan terima kasih telah senantiasa memberikan motivasi, bantuan dan mendoakan kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Keluarga besar PPLSP SMAN 9 Bandung yang telah memberikan motivasi serta mendoakan kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
13. Sahabat-sahabat terbaik penulis sejak dari SD, SMP, SMA dan Kuliah yang selalu menemani proses penyelesaian penelitian ini, mendukung, menyemangati, mendorong, mengingatkan, mendoakan dan bahkan menjadi tempat keluh kesah penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini.
14. Keluarga besar Eiger Cimahi Utara yang telah memberikan motivasi serta mendoakan kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
15. Serta masih banyak pihak-pihak yang sangat berpengaruh dalam proses penyelesaian penelitian yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

# EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DALAM PERSPEKTIF SISWA KELAS X DI SMAN 9 BANDUNG

**Rendy Andri Abbillah**

[rendyandria@upi.edu](mailto:rendyandria@upi.edu)

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas  
Pendidikan Indonesia

Pembimbing I: Prof. Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd

Pembimbing II: dr. Kurnia Eka Wijayanti, M.KM

## ABSTRAK

Pendidikan merupakan suatu hal yang mutlak yang harus dipenuhi, sehingga untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam dunia pendidikan, perlu banyak pembenahan di segala bidang yang terkait. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pembelajaran Pendidikan jasmani dalam perspektif siswa kelas X di SMAN 9 kota Bandung. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampling menggunakan random sampling yaitu siswa SMAN 9 kota Bandung yang berjumlah 100 siswa. Instrument dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner dan observasi. Hasil dalam penelitian ini adalah bahwa hasil efektivitas pembelajaran PJOK SMAN 9 Bandung dilihat dari indikator hasil didapatkan hasil pada kategori “Sangat Rendah” sebesar 2% (2 siswa), kategori “Rendah” 35% (35 siswa), Kategori “Sedang” sebesar 47% (47 siswa), Kategori “Tinggi” sebesar 8% (8 siswa), kategori “Sangat Tinggi” sebesar 8% (8 siswa). dilihat dari indikator kemauan didapatkan hasil pada kategori “Sangat Rendah” sebesar 0% (0 siswa), kategori “Rendah” 1% (1 siswa), Kategori “Sedang” sebesar 4% (4 siswa), Kategori “Tinggi” sebesar 78% (78 siswa), kategori “Sangat Tinggi” sebesar 17% (17 siswa). dari indikator metode didapatkan hasil pada kategori “Sangat Rendah” sebesar 1% (1 siswa), kategori “Rendah” 0% (0 siswa), Kategori “Sedang” sebesar 3% (3 siswa), Kategori “Tinggi” sebesar 88% (88 siswa), kategori “Sangat Tinggi” sebesar 8% (8 siswa). dari indikator kerja sama didapatkan hasil pada kategori “Sangat Rendah” sebesar 5% (5 siswa), kategori “Rendah” 3% (3 siswa), Kategori “Sedang” sebesar 63% (63 siswa), Kategori “Tinggi” sebesar 24% (24 siswa), kategori “Sangat Tinggi” sebesar 5% (5 siswa).

**Kata Kunci** : Efektivitas, Pembelajaran, Pendidikan Jasmani



# ***EFFECTIVENESS OF PHYSICAL EDUCATION LEARNING***

## ***AT SMAN 9 BANDUNG***

Rendy Andri Abbillah

[rendyandria@upi.edu](mailto:rendyandria@upi.edu)

*Department of Physical Education Health and Recreation, University of  
Education Indonesia*

Advisor I: Prof. Dr. H. Yunyun Yudiana, M.Pd

Supervisor II: Dr. Kurnia Eka Wijayanti, M.KM

### **ABSTRACT**

*Education is an absolute thing that must be fulfilled, so to get maximum results in the world of education, it needs a lot of improvement in all related fields. The purpose of this study was to determine the effectiveness of physical education learning in the perspective of class X students at SMAN 9 Bandung city. The method in this study used quantitative descriptive method. Sampling using random sampling, namely students of SMAN 9 Bandung city which amounted to 100 students. Instrument in this research is using questionnaire and observation. The results in this study are that the results of the effectiveness of PJOK learning SMAN 9 Bandung seen from the results indicator obtained results in the "Very Low" category of 2% (2 students), "Low" category 35% (35 students), "Medium" category of 47% (47 students), "High" category of 8% (8 students), "Very High" category of 8% (8 students). seen from the willingness indicator, the results were obtained in the "Very Low" category of 0% (0 students), the "Low" category of 1% (1 student), the "Medium" category of 4% (4 students), the "High" category of 78% (78 students), the "Very High" category of 17% (17 students). From the method indicator, the results were obtained in the "Very Low" category by 1% (1 student), the "Low" category by 0% (0 students), the "Medium" category by 3% (3 students), the "High" category by 88% (88 students), the "Very High" category by 8% (8 students). from the cooperation indicator, the results were obtained in the "Very Low" category by 5% (5 students), the "Low" category by 3% (3 students), the "Medium" category by 63% (63 students), the "High" category by 24% (24 students), the "Very High" category by 5% (5 students).*

**Keywords:** *Effectiveness, Learning, Physical Education*

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xviii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Penelitian .....	12
1.4 Manfaat Penelititan .....	12
BAB II KAJIAN TEORI .....	14
2.1 Efektivitas.....	14
2.2 Pembelajaran Penjas .....	17
2.2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	17
2.2.2 Tujuan Pendidikan Jasmani .....	21
2.2.3 Manfaat Pendidikan Jasmani .....	24
2.3 Teori Dasar Efektivitas .....	25
2.4 Teori-Teori Pendidikan .....	26
2.5 Kurikulum Merdeka.....	30
2.5 Penelitian Terdahulu Relevan .....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
3.1 Desain Penelitian .....	39
3.2 Partisipan, Tempat Penelitian dan Jadwal Penelitian .....	39
3.2.1 Partisipan .....	39
3.2.2 Tempat dan Jadwal Penelitian.....	40
3.3 Populasi dan Sampel.....	40
3.3.1 Populasi.....	40
3.3.2 Sampel .....	40
3.4. Definisi Operasional Variabel .....	41

3.5 Instrumen Penelitian .....	42
3.5.1 Observasi .....	42
3.5.2 Instrumen Efektivitas Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	43
3.5.3 Uji Validitas Instrumen.....	44
3.5.4 Uji Relibilitas Instrumen.....	46
3.6 Analisis Data .....	47
3.6.1 Analisis Statistik Deskriptif .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>48</b>
4.1 Hasil.....	48
4.1.1 Indikator Hasil.....	48
4.1.2 Indikator Kemauan .....	49
4.1.3 Indikator Metode .....	50
4.1.4 Indikator Kerjasama .....	51
4.1.5 Hasil Observasi .....	52
4.2 Pembahasan.....	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>58</b>
5.1 Kesimpulan.....	58
5.2 Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2010). *PEDAGOGI OLAHRAGA*.
- Anwar, C. (2017). *Buku Terlengkap Teori-Teori Pendidikan Klasik Hingga Kontemporer*. IRCiSoD.
- Astutik, W. (1995). Slameto, Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya. *Jakarta: Rineka Cipta*, 8–44.
- Azhuri, I. R., Purbangkara, T., & Nasution, N. S. (2021). Physical Education Learning Motivation Survey for Extraordinary School Students All Karawang Regency. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 96–103.
- Bangun, S. Y. (2012). Jurnal Cerdas Sifa. *Jurnal Cerdas Sifa*, 01(01), 1–10.
- Coleman, B. D., & Fuoss, R. M. (1955). Quaternization Kinetics. I. Some Pyridine Derivatives in Tetramethylene Sulfone. *Journal of the American Chemical Society*, 77(21), 5472–5476. <https://doi.org/10.1021/ja01626a006>
- Hasan, R., Marshall Jr, M. C., Medhi, M., Arshad, A., Braun, A., & Panageas, E. (2001). Meningioma metastatic to thyroid gland. *Endocrine Practice*, 7(5), 370–374.
- Hidayat, C. (2018). *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. CV BUDI UTAMA.
- Ihsana, E. K. (2017). Belajar dan Pembelajaran: Konsep Dasar, Metode, dan Aplikasi Nilai-nilai Spiritualitas dalam Proses Pembelajaran. *Pustaka Pelajar*.
- Ikram, F., & Firdaus, K. (2020). tinjauan tingkat kebugaran jasmani siswa SMPN 16 PADANG. *Jurnal JPDO*, 3(6), 1–6.
- Ilahi, B. R., Syafrial, S., & Hiasa, F. (2020). Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Numbered Heads Together Pada Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Bengkulu. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 3(2), 207. <https://doi.org/10.31851/hon.v3i2.4858>
- Indrato, N. M. (2023). *ANALISIS MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR*

*PENDIDIKAN JASMANI TERHADAP SISWA TUNARUNGU PADA SEKOLAH NEGERI DAN SWASTA.* Universitas Pendidikan Indonesia.

- Istiadah, F. N. (2020). *Teori-teori belajar dalam pendidikan.* edu Publisher.
- Journal, K., & Dan, P. (2021). *PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA THE SURVEY OF STUDENT ' LEARNING MOTIVATION IN LEARNING SPORTS PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH FOR CLASS XI STUDENTS OF SMA NEGERI 4 NORTH TORAJA.* *1(5)*, 36–43.
- Kresna, A., & Ahyar, J. (2020). Pengaruh physical distancing dan social distancing terhadap kesehatan dalam pendekatan linguistik. *Jurnal Syntax Transformation, 1(4)*, 14–19.
- Latifah S, L., & Priambodo, A. (2021). Perbandingan Tingkat Motivasi Selama Pembelajaran Daring Dan Luring Pada Materi Bola Voli Di Smkn 1 Kanor. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 9(2)*, 359–364.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga, 3(1)*, 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Manalu, J. B., Sitohang, P., & Henrika, N. H. (2022). Pengembangan perangkat pembelajaran kurikulum merdeka belajar. *Prosiding Pendidikan Dasar, 1(1)*, 80-86.
- Nasution, I. (2021). *Supervisi Pendidikan.*
- Oom Rohmah, C. (2019). *Sport History & Philosophy.*
- Parker, M., & Hellison, D. (2001). Teaching Responsibility in Physical Education: Standards, Outcomes, and Beyond. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 72(9)*, 25–27. <https://doi.org/10.1080/07303084.2001.10605863>
- UU No. 2 tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional, (1989).
- Pinrang, S. M. P. N., & Badaru, B. (2019). *No Title.*
- Pišot, R., Plevnik, M., & Štemberger, V. (2014). Effective teaching in physical education: Slovenian perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport,*

85(2), 153–156.

PRATAMA, Y. Y. (n.d.). *EFEKTIFITAS PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH (Studi pada SMA Negeri se Kabupaten Ponorogo)*.

Priyo, P., Margono, M., & Hidayah, N. (2017). Terapi Relaksasi Autogenik Menurunkan Tekanan Darah dan Sakit Kepala pada Lansia Hipertensi di Daerah Rawan Bencana Merapi. *URECOL*, 83–92.

Proyek, K. B. (2014). *Innovative Journal of Curriculum*. 2(1).

Rahman, F. (2014). PERBANDINGAN MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI DAN SEKOLAH MENENGAH ATAS SWASTA (Studi pada SMA Negeri 3 Sampang dan SMA Darussyahid Sampang). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(2).

Rahayu, R., Rosita, R., Rahayuningsih, Y. S., Hernawan, A. H., & Prihantini, P. (2022). Implementasi Kurikulum Merdeka Belajar di Sekolah Penggerak. *Jurnal basicedu*, 6(4), 6313-6319.

Suryaman, M. (2020, October). Orientasi pengembangan kurikulum merdeka belajar. In *Seminar Nasional Pendidikan Bahasa Dan Sastra* (pp. 13-28).

Siedentop, D. (1998). What is Sport Education and How Does it Work? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 69(4), 18–20.  
<https://doi.org/10.1080/07303084.1998.10605528>

Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono, B. R., Mudjiono, G., & Rachmawati, R. (2014). Studi Kelimpahan Populasi Thrips Sp. Pada Perlakuan Pengelolaan Hama Terpadu Dan Konvensional Pada Tanaman Cabai (*Capsicum Annuum* L.) Di Desa Bayem Kecamatan Kasembon Kabupaten Malang. *Jurnal Hama Dan Penyakit Tumbuhan*, 2(2), pp-67.

- Suharsaputra, U. (2012). *Metode penelitian: kuantitatif, kualitatif, dan tindakan*.
- Suharsimi, A. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 134.
- Suherman, W. (2015). Pendidikan Jasmani Sebagai Pembentuk Fondasi Yang Kokoh Bagi Tumbuh Kembang Anak. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.
- Sukintaka, F. (2004). *Pembelajaran dan Masa Depan Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung, Nuansa.
- Supardi, S. (1993). Populasi dan sampel penelitian. *Jurnal Fakultas Hukum UII*, 13(17), 100–108.
- Supriadi, H. (2016). *Peran Pendidikan dalam Pengembangan Diri Terhadap Tantangan Era Globalisasi*. 3(2), 92–119.
- Suroto, & Takahashi, T. (2005). Students' Physical Activity Level, Students' Learning Behavior, and their Formative Class Evaluation during Fitness Units of Elementary School Physical Education Classes. *International Journal of Sport and Health Science*, 3(1994), 10–20. <https://doi.org/10.5432/ijshs.3.10>
- Syahniar, S., & Dwi, B. N. (2018). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa. *Jurnal Counseling Care*, 1(2), 17–24. <https://doi.org/10.22202/jcc.2017.v1i2.2524>
- Takahashi, T., & others. (2005). Students' Physical Activity Level, Students' Learning Behavior, and their Formative Class Evaluation during Fitness Units of Elementary School Physical Education Classes. *International Journal of Sport and Health Science*, 3, 10–20.
- Taufiq, A., Siantoro, G., & Khamidi, A. (2021). Analisis minat belajar dan motivasi belajar siswa terhadap pembelajaran daring PJOK selama pandemi Coronavirus Disease (COVID-19) Di Man 1 Lamongan. *Jurnal Education and Development*, 9(1), 225–229.
- Uno, H. B., & Mohamad, N. (2011). *Belajar dengan pendekatan PAILKEM*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Vhalery, R., Setyastanto, A. M., & Leksono, A. W. (2022). Kurikulum merdeka belajar kampus merdeka: Sebuah kajian literatur. *Research and Development Journal of Education*, 8(1), 185-201.
- Widiutama, P. A., Adi, I. P. P., & Semarayasa, I. K. (2021). Motivasi Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK di Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 3(2), 71. <https://doi.org/10.23887/ijst.v3i2.35433>
- Wood, R. H., Reyes-Alvarez, R., Maraj, B., Metoyer, K. L., & Welsch, M. A. (1999). Physical fitness, cognitive function, and health-related quality of life in older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 7(3), 217–230. <https://doi.org/10.1123/japa.7.3.217>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Kisi-kisi Instrument Observasi.....	43
Tabel 3. 2 Komponen Angket FCE.....	43
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuisisioner.....	44
Tabel 3. 4 Uji Validitas Instrumen.....	45
Tabel 3. 5 Uji Relibilitas Instrumen.....	47
Tabel 4. 1 Perolehan Data Indikator Hasil .....	48
Tabel 4. 2 Efektivitas Indikator Hasil .....	48
Tabel 4. 3 Perolehan Data Indikator Kemauan.....	49
Tabel 4. 4 Efektivitas Indikator Kemauan.....	49
Tabel 4. 5 Perolehan Data Indikator Metode.....	50
Tabel 4. 6 Efektivitas Indikator Metode.....	50
Tabel 4. 7 Perolehan Data Indikator Kerja Sama.....	51
Tabel 4. 8 Efektivitas Indikator Kerja Sama .....	51
Tabel 4. 9 Instrumen Observasi .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Desain Penelitian .....	39
-------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen observasi .....	66
Lampiran 2 Instrumen Kuesioner <i>Formative Class Evaluation</i> (FCE) .....	68
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas dan Realiabilitas .....	73
Lampiran 4 Hasil Observasi .....	75
Lampiran 5 Hasil dan Data Penelitian.....	78
Lampiran 6 Dokumentasi Pelaksanaan Obervasi .....	79
Lampiran 7 Dokumentasi Penyebaran Kuesioner.....	80
Lampiran 8 Surat Keputusan Pembimbing Skripsi.....	81
Lampiran 9 Surat Keterangan izin penelitian .....	88
Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian .....	89
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup.....	86