

**PENGARUH MODEL *TEACHING PERSONAL AND SOCIAL  
RESPONSIBILITY* (TPSR) MELALUI PENINGKATAN  
ALT-PE TERHADAP KEBUGARAN JASMANI  
DAN SIKAP TANGGUNG JAWAB**

**TESIS**

*Diajukan untuk memenuhi sebagian dari Syarat memperoleh Gelar Magister  
Pendidikan*



Oleh:

AMINUDDIN

2110002

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA  
SEKOLAH PASCA SARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2023**

**LEMBAR HAK CIPTA**

**PENGARUH MODEL *TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY* MELALUI PENINGKATAN ALT-PE  
TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN  
SIKAP TANGGUNG JAWAB**

Oleh:  
Aminuddin

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Magister Pendidikan pada Sekolah Pascasarjana

©Aminuddin  
Universitas Pendidikan Indonesia  
2023

Hak Cipta di lindungi undang-undang  
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
Dengan dicetak ulang atau di fotocopy atau cara lainya tanpa izin penulis

Aminuddin, 2023  
Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE  
Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

**LEMBAR PENGESAHAN**

**UJIAN TAHAP 1**

AMINUDDIN

NIM. 2110002

**PENGARUH MODEL TEACHING PERSONAL SOCIAL  
RESPONSIBILITY (TPSR) MELALUI PENINGKATAN  
ALT-PE TERHADAP KEBUGARAN JASMANI  
DAN SIKAP TANGGUNG JAWAB**

Disetujui dan disahkan oleh:  
Pembimbing 1

  
**Dr. Agus Mahendra, M.A.**  
NIP.196308241989031002

Pembimbing 2

  
**Prof. Dr. Hj. Tite Juliantine, M. Pd.**  
NIP. 196807071992032001

Mengetahui:  
Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga

  
**Prof. Dr. Amung Ma'mun, M. Pd.**  
NIP.196001191986031002

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aminuddin

NIM : 2110002

Program Studi : Pendidikan Olahraga

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis yang berjudul “**Pengaruh Model *Teaching Personal and Sosial Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab**” 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 pengetahuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau adanya klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, Maret 2023

Yang membuat pernyataan,

**Aminuddin**

**NIM. 2110002**

## KATA PENGANTAR

Puji serta syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman dan islam. Shalawat beserta salam penulis panjatkan kepada nabi Muhammad S.A.W. yang telah memberikan pencerahan iman kepada umatnya, semoga kita mendapat safa'atnya kelak di hari akhir, aamiin ya robbal alamiin.

Pertama-tama penulis ucapkan terimakasih kepada semua pihak, sehingga dapat terselesaikan tesis ini dengan judul “Pengaruh Model TPSR Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Sikap Tanggung Jawab.” Tesis ini penulis susun untuk memenuhi syarat akhir untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan. Penulis sadari tesis ini masih ada kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan tesis ini. Akhir kata, semoga apa yang penulis sajikan dalam tesis ini dapat bermanfaat bagi para pembacanya khususnya dan untuk kemajuan ilmu pengetahuan pada umumnya.

Bandung, Maret 2023

Penulis,

**Aminuddin**

**NIM. 2110002**

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat ALLAH SWT. yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis sudah dapat menyelesaikan penulisan tesis ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, maka tesis ini tidak akan terwujud dengan baik. Oleh karena itu, melalui tulisan ini, dengan ketulusan dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada semua pihak, diantaranya adalah:

1. Bapak Prof. Dr. Syihabuddin, M. Pd. selaku direktur sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan kepada penulis selama menempuh studi hingga penyelesaian studi.
2. Bapak Prof. Dr. Amung Ma'mun, M. Pd. selaku ketua Program studi Pendidikan Olahraga (POR) Sekolah PascaSarjana (SPs) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI). Atas bimbingan, pengarahan, motivasi dan rekomendasinya kepada penulis untuk menyelesaikan tesis ini.
3. Bapak Dr. Agus Mahendra, M. A. Selaku dosen pembimbing Akademik sekaligus dosen pembimbing I, yang telah banyak memberikan ilmu, perhatian, bantuan, motivasi, saran, nasehat dan arahan dengan sabar sehingga saya bisa menyelesaikan tesis ini dengan baik.
4. Ibu Prof. Dr. Hj. Tite Juliantine, M. Pd. selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bantuan motivasi, arahan dan bimbingan dengan penuh kesabaran dalam memberikan ilmunya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
5. Dosen penguji I, yang telah memberikan bantuan, motivasi dan arahan dengan serta arahan dengan sabar, sehingga penulis bisa menyelesaikan tesis ini dengan lebih baik.
6. Dosen penguji II, yang telah memberikan bantuan motivasi dan arahan dengan sabar, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini dengan lebih baik.

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)

7. Seluruh dosen program studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.
8. Kedua orang tua saya Dahlan Harahap (Alm.) dan Rosliana Hasibuan (Alm.) yang selama hidupnya selalu memberikan *support*, menasehati, mendidik dan memberikan yang terbaik dengan ikhlas dan sabar sehingga menjadi motivasi yang luar biasa bagi saya dalam menyelesaikan tesis ini.
9. Untuk istri tercinta Rahmayani Siregar, S.T. yang selalu memotivasi, mendampingi, dengan sabar dalam berbagai keadaan dan situasi, dan terima kasih kepada kedua anak-anak saya, Mardiyah Amin dan Muhammad Arif Amin, sebagai motivasi dan harapan dihati saya, sehingga menjadi kekuatan bagi perjuangan saya dalam menyelesaikan tesis ini.
10. Teman-teman satu kelas pendidikan olahraga dan teman-teman satu angkatan yang selalu memberikan support dalam penyelesaian tesis ini.
11. Teman-teman tugas belajar dari Riau, terutama teman seangkatan yang tidak dapat kami sebutkan namanya satu persatu.

Semoga kebaikan dari bapak/ibu untuk membantu saya menyelesaikan tesis ini menjadi amal ibadah dihadapan ALLAH SWT.

Bandung, Maret 2023

Penulis,

**Aminuddin**

**NIM. 2110002**

**PENGARUH MODEL *TEACHING PERSONAL AND SOCIAL RESPONSIBILITY* (TPSR) MELALUI PENINGKATAN ALT-PE TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN SIKAP TANGGUNG JAWAB**

**Aminuddin**

**Universitas Pendidikan Indonesia**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh model pembelajaran TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap kebugaran jasmani dan sikap tanggung jawab siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA N 1 Rambah, Kabupaten Rokan Hulu di Riau yang berjumlah 9 kelas, dengan sampel penelitian adalah kelas XI IPA 3 (37 siswa), dan XI IPA 1 (36 siswa), jumlah seluruh sampel adalah 2 kelas (73 siswa). Pengambilan sampel, tahap pertama menggunakan *Cluster Random Sampling* yaitu mengundi sembilan kelas secara acak untuk menjadi dua kelas, kemudian tahap kedua dilakukan *Sampling Random Asssignment*, sehingga diperoleh dua kelas eksperimen. Kelompok eksperimen 1 (satu) menggunakan TPSR dan kelompok eksperimen 2 (dua) menggunakan model konvensional. Penelitian ini menggunakan kategori eksperimen dengan desain menurut (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012). yaitu *the pretest and posttest two treatment design*. Data hasil kebugaran jasmani diperoleh melalui Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI) dan data tes tingkat tanggung jawab menggunakan Skala Likert berupa angket tanggung jawab. Teknik analisis uji hipotesis menggunakan uji *Independent sampel t – test*, untuk melihat adanya perbedaan pengaruh pembelajaran menggunakan model TPSR melalui peningkatan ALT-PE dan pembelajaran menggunakan model konvensional terhadap tingkat kebugaran jasmani dan sikap tanggung jawab. Hasil uji hipotesis Model TPSR terhadap kebugaran jasmani dan tanggung jawab menunjukkan bahwa nilai signifikasinya adalah 0,001 dan kurang  $\alpha = 0,05$ , yang artinya menerima  $H_1$ , dan menolak  $H_0$  Jadi, dapat digambarkan bahwa terdapat pengaruh yang significant antara model TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap kebugaran jasmani siswa dan sikap tanggung jawab siswa. Hasil penelitian disimpulkan bahwa : (1) Terdapat pengaruh model TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap peningkatan kebugaran jasmani (2) Terdapat pengaruh model TPSR melalui peningkatan ALT-PE terhadap sikap tanggung jawab siswa (3) Model TPSR melalui peningkatan ALT-PE lebih besar pengaruhnya dari pada model konvensional terhadap peningkatan kebugaran jasmani (4) Model TPSR melalui peningkatan ALT-PE lebih besar pengaruhnya dari pada model konvensional terhadap tingkat tanggung jawab siswa.

**Kata Kunci:** *Model TSPR, ALT-PE, Kebugaran Jasmani dan Tanggung Jawab*

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu



# **EFFECT OF THE TPSR MODEL THROUGH INCREASING ALT-PE ON PHYSICAL FITNESS AND ATTITUDE OF RESPONSIBILITY**

**Aminuddin**

**Indonesian education university**

## **ABSTRACT**

This study aims to analyze the effect of the TPSR learning model through increasing ALT-PE on physical fitness and students' attitude of responsibility in physical education learning. The population used in this study were students of class XI SMA N 1 Rambah, Rokan Hulu Regency in Riau, totaling 9 classes, with the research sample being class XI IPA 3 (37 students), and XI IPA 1 (36 students), the total sample are 2 classes (73 students). Sampling, the first stage used Cluster Random Sampling, namely drawing nine classes randomly to become two classes, then the second stage was carried out Sampling Random Assignment, so that two experimental classes were obtained. Experimental group 1 (one) uses TPSR and experimental group 2 (two) uses the conventional model. This study uses the experimental category with design according to (Fraenkel, Wallen, & Hyun, 2012). namely the pretest and posttest two treatment designs. Data on physical fitness results were obtained through the Indonesian Physical Fitness Test (TKJI) and the level of responsibility test data used a Likert Scale in the form of a responsibility questionnaire. The hypothesis testing analysis technique uses the Independent sample t-test, to see the effect of learning using the TPSR model through increasing ALT-PE and learning using conventional models on the level of physical fitness and attitude of responsibility. The results showed that: (1) There is an effect of the TPSR model through increasing ALT-PE on increasing physical fitness (2) There is an influence of the TPSR model through increasing ALT-PE on students' responsible attitudes (3) The TPSR model through increasing ALT-PE is greater the effect of the conventional model on increasing physical fitness (4) The TPSR model through increasing ALT-PE has a greater effect than the conventional model on the level of student responsibility.

**Keywords:** TSPR Model, ALT-PE, Physical Fitness and Responsibility

Aminuddin, 2023

*Pengaruh Model Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR HAK CIPTA.....</b>	<b>I</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>II</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>III</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>IV</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	<b>VI</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>VII</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>VIII</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>X</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>XI</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>XII</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.5 Struktur Organisasi Tesis.....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 Pendidikan Jasmani.....	9
2.1.1 Pengertian Pendidikan Jasmani.....	9
2.1.2 Tujuan Pendidikan Jasmani.....	12
2.1.3 Konsep Pendidikan Jasmani.....	13
2.2 Model Pembelajaran.....	16
2.2.1 Model <i>Teaching Personal and Social Responsibility</i> (TPSR).....	18
2.3 <i>Active Learning Time in Physical Education</i> ( ALT- PE ).....	22

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2.4 Kebugaran Jasmani.....	26
2.4.1 Defenisi Kebugaran Jasmani.....	26
2.4.2 Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.....	27
2.4.3 Komponen-Komponen Kebugaran Jasmani.....	28
2.4.4 Manfaat Kebugaran Jasmani.....	29
2.5 Sikap Tanggung Jawab.....	30
2.6 Penelitian Yang Relevan.....	32
2.7 Kerangka Berpikir.....	34
2.8 Hipotesis.....	37
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
3.1 Desain Penelitian.....	38
3.2 Partisipan.....	39
3.3 Populasi dan Sampel.....	39
3.4 Instrumen Penelitian.....	41
3.5 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	46
3.6 Prosedur Penelitian.....	50
3.7 Variabel Penelitian.....	66
3.8 Uji Prasyarat Analisis.....	67
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Temuan Penelitian.....	70
4.1.1 Deskripsi Data.....	70
4.1.2 Uji Normalitas.....	74
4.1.3 Uji Homogenitas.....	77
4.1.4 Uji Hipotesis.....	78
4.2 Pembahasan Hasil.....	81

<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....</b>	<b>93</b>
5.1 Kesimpulan.....	93
5.2 Implikasi.....	93
5.3 Rekomendasi.....	94
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>96</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Proqram Pelaksanaan Penelitian.....	36
Tabel 3.2 Analisis Waktu dan Proporsi Pemanfaatan Waktu.....	53
Tabel 4.1 Deskripsi Data Kebugaran jasmani.....	65
Tabel 4.2 Deskripsi Data Tanggung Jawab.....	66
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas Data Kebugaran Jasmani.....	69
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data Tanggung Jawab.....	70
Tabel 4.5 Hasil uji Hipotesis <i>Independen t Sample</i> kebugaran jasmani dan tingkat tanggung jawab.....	71

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Data Kebugaran Jasmani Secara Nasional Tahun 2021.....	4
Gambar 4.1 Hasil Pretest dan Posttes Kebugaran Jasmani.....	66
Gambar 4.2 Hasil Pretest dan Posttest Tanggung Jawab .....	68

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SK. Pembimbing.....	105
Lampiran 2 Surat Pengantar Observasi Penelitian.....	107
Lampiran 3 Surat Izin Observasi dari sekolah tempat penelitian.....	108
Lampiran 4 RPP K-13 Berbasis Model TPSR.....	109
Lampiran 9 RPP K-13 Model Konvensional.....	118
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	125
Lampiran 12 Biodata Biodata Mahasiswa Program Magister (S2) .....	129

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B. (2011). Pengertian pendidikan jasmani. *Ilmu Pendidikan, 1991*, 36.[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG\\_ABDULJABAR/Pengertian\\_Penjas.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/196509091991021-BAMBANG_ABDULJABAR/Pengertian_Penjas.pdf)
- Alan C.Lacy, kathym J. L. and W. J. T. (n.d.). *Teacher Behavior and student Academic Learning Time in Elementary Physical Education*.
- Atsnan, Rahmita Yuliana Gazali ; editor, N. D. (n.d.). *Materi dan instrumen bimbingan konseling*.
- Aufderheide, S. (1983). (n.d.). *Journal of Teaching in Physical Education, Summer Monograph, 1, 22-26*.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health, 76(8), 397–401*.  
<https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>
- Barbara B. Seels, R. C. R. (1994). *Instructional Technology: The Definition and Domains of the Field*.
- Beauchamp, L., Darst, P. W., & Thompson, L. P. (1990). Academic Learning Time as an Indication of Quality High School Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance, 61(1), 92–95*.  
<https://doi.org/10.1080/07303084.1990.10606426>
- Beaudoin, S. (2012). Using responsibility-bases strategies to empower in service physical education and health teachers to learn and implement TPSR. *Agora for Pe and Sport, 14(2), 161–177*.
- Benjamin S. Bloom, George F. Ma daus, and J. Thomas Hastings. New York: McGraw-Hill, Inc., 1981. Marilyn Hart. (1981). *Evaluation to Improve Learning*.
- Birdwell, D. (1980). (n.d.). *The effects of modification of teacher behavior on the academic learning time of selected students in physical education. Dissertation Abstracts In-ternational*,.
- Blair, S. N., Cheng, Y., Holder, S., Barlow, C. E., & Kampert, J. B. (2001). Physical



- Activity or Cardiorespiratory Fitness. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(5), S275. <https://doi.org/10.1097/00005768-200105001-01549>
- Bower, G. H., & Hilgard, E. R. (1981). *Theories of learning*. Prentice-Hall.
- Briggs, G. and. (1978). *The Teaching of Defined Concepts: A Test of Gagné and Briggs' Model of Instructional Design*.
- Budi, D. R., Hidayat, R., & Febriani, A. R. (2020). Erratum: Penerapan Pendekatan Taktis Dalam Pembelajaran Bola Tangan. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 5(1), 115. <https://doi.org/10.33222/juara.v5i1.927>
- Chandler, T., Cronin, M., & Wray Vamplew. (2002). School sport and physical education The Key Concepts. In *Sport and Policy*. <https://doi.org/10.4324/9780080942605-13>
- Children, L. &. (2012). *Education For Character*.
- Chomitz, V. R., Slining, M. M., McGowan, R. J., Mitchell, S. E., Dawson, G. F., & Hacker, K. A. (2009). Is there a relationship between physical fitness and academic achievement? Positive results from public school children in the Northeastern United States. *Journal of School Health*, 79(1), 30–37. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2008.00371.x>
- Colley, R. C., Clarke, J., Doyon, C. Y., Janssen, I., Lang, J. J., Timmons, B. W., & Tremblay, M. S. (2019). Trends in physical fitness among Canadian children and youth. *Health Reports*, 30(10), 3–13. <https://doi.org/10.25318/82-003-x201901000001-eng>
- Corbin, C. B., Welk, G. J., Richardson, C., Vowell, C., Lambdin, D., & Wikgren, S. (2014). Youth Physical Fitness: Ten Key Concepts. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(2), 24–31. <https://doi.org/10.1080/07303084.2014.866827>
- Dalimunthe. (2016). *Filsafat Pendidikan Ahlak*.
- Mahendra, M. (n.d.). *Azas dan Falsafah pendidikan jasmani*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Dwyer, T., Sallis, J. F., Blizzard, L., Lazarus, R., & Dean, K. (2001). Relation of academic performance to physical activity and fitness in children. In *Pediatric Aminuddin*, 2023
- Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab**  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

- Exercise Science* (Vol. 13, Issue 3, pp. 225–237).  
<https://doi.org/10.1123/pes.13.3.225>
- Dyson, B. P., Linehan, N. R., & Hastie, P. A. (2010). The ecology of cooperative learning in elementary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(2), 113–130. <https://doi.org/10.1123/jtpe.29.2.113>
- Eriksseen. (2005). Cardiovascular pre-participation screening of young competitive athletes for prevention of sudden death: Proposal for a common European protocol - Consensus Statement of the Study Group of Sport Cardiology of the Working Group of Cardiac Rehabilitation an. *European Heart Journal*, 26(5), 516–524. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehi108>
- Escartí, A., Llopis, R., Gutiérrez, M., Marín, D., & Wright, P. M. (2011). Implementation fidelity of a program designed to promote personal and social responsibility through physical education: a comparative case study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(3), 499–511. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599783>
- Escartí, A., Sanmartín, G., Pascual, C., Marín, D., Martínez, C., & Chacón, Y. (2006). Enseñando responsabilidad personal y social a un grupode adolescentes de riesgo: un estudio observacional. *Revista de Educación*, 341, 373–396.
- F. Suharjana, & Purwanto, H. (2008). Kebugaran Jasmani Mahasiswa D2 PGSD Penjas FIK UNY. *Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2), 64–73.
- Fernandez-Vivo, M. (2002). *Pengaruh tutor sebaya terhadap waktu belajar akademik dalam pendidikan jasmani (ALT-PE) siswa tunanetra sekolah dasar di kelas pendidikan jasmani inklusif.*
- Filiz, B. (2017). Applying the TPSR Model in Middle School Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 88(4), 50–52. <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1281672>
- Fitriani, F., & Maemonah, M. (2021). Teori Belajar Erickson Pada Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas III di SD Muhammadiyah 2 Manado. *MADROSATUNA : Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 4(2), 56–64.

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

<https://doi.org/10.47971/mjpgmi.v4i2.381>

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design And Evaluate Reaseach In Education*.

Franks, B. D. (1994). What is stress? *Quest*, 46(1), 1–7.  
<https://doi.org/10.1080/00336297.1994.10484106>

Godbout, P., Brunelle, J., & Tousignant, M. (2013). Academic learning time in elementary and secondary physical education classes. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1, 11–19. <https://doi.org/10.1080/02701367.1983.10605266>

Gordon, B., & Doyle, S. (2015). Teaching personal and social responsibility and transfer of learning: Opportunities and challenges for teachers and coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 34(1), 152–161.  
<https://doi.org/10.1123/jtpe.2013-0184>

Goudas, M. (2010). *PROLOGUE: Review of Life Skills Teaching In Sport and Physical Education*. <https://doi.org/Hellenic Journal of Psychology>, 7(3), 241-258.

Grissom, J. B. (2005). Journal of Exercise Physiology online. *Journal of Exercise Physiology*, 8(1), 11–25.

Gurvitch, R., Lund, J. L., & Metzler, M. W. (2008). Chapter 1: Researching the adoption of model-based instruction - Context and chapter summaries. *Journal of Teaching in Physical Education*, 27(4), 449–456.  
<https://doi.org/10.1123/jtpe.27.4.449>

Gustafon, K. dan. (1986). *The Knirk & Gustafson Instructional Design Model*.

Hadtadji. (2017). *hakikat pendidikan jasmani*.

Hariyanto, S. &. (2012). *Pendidikan karakter*.

Hellison, D., Cutforth, N., Kallusky, J., Martinek, T., Parker, M., & Stiehl, J. (2000). *Youth Development and physical Activity*.

Hellison. (2003). Teaching Personal and Social Responsibility. In *Instructional Models for Physical Education*. <https://doi.org/10.4324/9781003081098-17>

Hellison, D. (1995). *Mengajar Fisik dan Tanggung Jawab Sosial Melalui Aktivitas fisik Hanya Apa Sistemnya ? Berkepala dingin Sekilas tentang Level*.

Hellison, D. (2015). Teaching Physical and Social Responsibility Through Physical

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

- Activity Just What is the System ? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 83, 1–16. [https://www.icsspe.org/system/files/Teaching Physical and Social responsibility through PA %28Hellison%29.pdf](https://www.icsspe.org/system/files/Teaching_Physical_and_Social_responsibility_through_PA_%28Hellison%29.pdf)
- Helmiati. (2012). Model Pembelajaran | Dr. Hj. Helmiati, M.Ag. | download. In *Aswaja Pressindo*. <https://b-ok.asia/book/11172046/445481>
- Hemphill, M. A., Templin, T. J., & Wright, P. M. (2015). Implementation and outcomes of a responsibility-based continuing professional development protocol in physical education. *Sport, Education and Society*, 20(3), 398–419. <https://doi.org/10.1080/13573322.2012.761966>
- Hervás, G., Ruiz-Litago, F., Irazusta, J., Fernández-Atutxa, A., Fraile-Bermúdez, A. B., & Zarrasquin, I. (2018). Physical activity, physical fitness, body composition, and nutrition are associated with bone status in University students. *Nutrients*, 10(1). <https://doi.org/10.3390/nu10010061>
- Irawan, A. A. (2019). Physical Education Indonesia And Amerika. *J Indonesian Education, Management Sports Anthology*.
- Jewet, N. dan. (2010). Toward the Depeloment of pedagogical Model for Healt
- Jinhong J., Wright, P. (2012). Application of Helisson’s Responsibility Model in South Korea : a Multiple Case Study of ‘ At - Risk ’ Middle School Students in Physical Education. *Ágora Para La Educación Física Y El Deporte*, 14(2), 140–160.
- Jocelyn Gagnon, Marielle Tousignant, and D. M. (1983). Academic learning Time in Physical Education clases for Mentally Handicap Student. *LExercise and Sport*.
- John J. PhD, and D. M. (2014). Academic learning Time in Physical Education clases for Mentally Handicap Student. *AJPH*.
- Johnson, T. G., & Turner, L. (2016). The Physical Activity Movement and the Definition of Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 87(4), 8–10. <https://doi.org/10.1080/07303084.2016.1142192>
- Joseph F. Callahan, L. H. C. (1983). *Foundations of Education*.
- Juliantine, T. (2009). *Bahan Ajar Strategi Belajar Mengajar Penjasorkes Oleh* : 1–82.
- Juliantine, T., & Ramadhan, U. (2018). Pengembangan Tanggung Jawab Dan Perilaku Sosial Siswa Melalui Model Tpsr Dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Aminuddin*, 2023
- Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

- Sosioteknologi*, 17(3), 350–354. <https://doi.org/10.5614/sostek.itbj.2018.17.3.2>
- Kebudayaan, K. pendidikan dan. (2006). *Permendiknas No.22 Tahun2006*.
- Kirk, D. (2013). Educational Value and Models-Based Practice in Physical Education. *Educational Philosophy and Theory*, 45(9), 973–986. <https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785352>
- Kurniawan, DA, N. Amalina, M. Subandiyo, Syahrial, & A. (2019). (2019). . *Deskripsi mahasiswa program pendidikan guru SD: Pemetaan kompetensi bahasa Indonesia untuk calon guru*.
- 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>
- Lutan, C. dan. (1997). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Junal Pendidikan Jasmani*, 13.
- Mahendra, A. (2015a). *Filsafat Pendidikan Jasmani*.
- Mahendra, A. (2015b). *Azas-Azas pendidikan Jasmani*
- Mahendra, A. (2018). Program PDS UPI dalam Pendidikan Jasmani: Membumikan Penjas Bernuansa Mendidik. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.17509/tegar.v2i1.13774>
- Maksum, A. (2011). *Memahami riset dan prilaku sosial*.
- Metzler. (2008). *intruactional models for physical education*.
- Metzler, M. (1989). *A review of research on Time in SPort Pedagogy*. 43(1), 77–99. <https://doi.org/10.1080/0300443890430108>
- Muhibin syah, anang solihin. (2013). *Psikologi pendidikan dengan pendekatan baru*.
- Mustafa, P. S. (2020). Kontribusi Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia dalam Membentuk Keterampilan Era Abad 21. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 4(3), 437–452. [https://doi.org/https://doi.org/10.28926/riset\\_konseptual.v4i3.248](https://doi.org/https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v4i3.248)
- Nasional, U. S. P. (1982). Introduction and Aim of the Study. In *Undang-undang Republik indonsia no.20. tahun2003* (Vol. 71, pp. 6–6). <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.1982.tb08455.x>
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *J Jurnal Pendidikan Aminuddin*, 2023
- Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab**  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

*Anak*, 4(1).

- Ortega, F. B., Ruiz, J. R., & Sjöström, M. (2007). Physical activity, overweight and central adiposity in Swedish children and adolescents: The European youth heart study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4, 1–12. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-4-61>
- Paiman. (2013). *sikap tanggung jawab*.
- Pangrazi, R. P., & Dauer, V. P. (1979). *Lesson plans for dynamic physical education for elementary school children*.
- Pozo et al. (2018). Teaching personal and social responsibility model-based programmes in physical education: A systematic review. *European Physical Education Review*, 24(1), 56–75. <https://doi.org/10.1177/1356336X16664749>
- Ramadhan, R., Ma'mun, A., & Mahendra, A. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Dan Motivasi Belajar Terhadap Keterampilan Bermain Bolavoli Dalam Pendidikan Jasmani. *Edusertris*, 5(1), 14. <https://doi.org/10.17509/edusertris.v5i1.290>
- Rink, J. E. (1993). Teacher education: A focus on action. *Quest*, 45(3), 308–320. <https://doi.org/10.1080/00336297.1993.10484090>
- Romiszowski, A. J. (2013). Developing auto-instructional materials. In *Developing Auto-Instructional Materials*. <https://doi.org/10.4324/9781315067469>
- Roy Springer McNulty, & Butler, 2010. (2010). “Physical” fitness. *Appliance*, 53(10 I), 14–20.
- Santosa Giriwijoyo, H. Y. S. (2009). *PENGANTAR ILMU FAAL OLAHRAGA*.
- Setiyawan. (2017). Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 3(1), 74–86.
- Silverman et al. (1988). Academic Learning Time in Elementary School Physical Education (Alt-pe) for Student Sul and Instructional Activity Units.
- Silverman, S., Dodds, P., Placek, J., Shute, S., & Rife, F. (1984). Academic Learning Time in Elementary School Physical Education (Alt-pe) for Student Sul and Instructional Activity Units. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55(4), 365–370. <https://doi.org/10.1080/02701367.1984.10608416>

Aminuddin, 2023

Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

- Simonsmorton, B. G., Taylor, W. C., Snider, S. A., Huang, I. W., & Fulton, J. E. (1994). Observed levels of elementary and middle school children's physical activity during physical education classes. In *Preventive Medicine* (Vol. 23, Issue 4, pp. 437–441). <https://doi.org/10.1006/pmed.1994.1059>
- Sriyatin, S., Sucipto, A., & Sulikan, S. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Siswa Sdn Sambigede 03 Sumberpucung Malang. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 80–91. <https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i2.169>
- Sugiarto, D., & Sumarsono, P. (2014). The Implementation of Think-Pair-Share Model to Improve Students ' Ability in Reading Narrative Texts. *International Journal of English and Education*, 3(3), 206–215.
- Sugiono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. (2011). Statistika untuk penelitian / Sugiyono. In *Statistika untuk penelitian / Sugiyono* (Vol. 2011, Issue 2011, pp. 1–99). [/free-contents/index.php/buku/detail/statistika-untuk-penelitian-sugiyono-39732.html](https://www.scribd.com/document/39732/Statistika-untuk-penelitian-sugiyono)
- Sugiyono. (2019). *metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); Ke 2). PT. Alfabeta.
- Suhaimi, A. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*.
- Suherman, A. (2009). *Revitalisasi dalam pengajaran pendidikan jasmani*.
- Suherman, A. (2016a). Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani. *Cetakan Ke-1. Bandung: PT Refika Aditama*, 1–5.
- Suherman, A. (2016b). *The Analysis of Character Education in Teaching Physical Education. Icieve 2015*, 232–234. <https://doi.org/10.2991/icieve-15.2016.50>
- Suherman, W. (2015). Pendidikan Jasmani Sebagai Pembentuk Fondasi Yang Kokoh Bagi Tumbuh Kembang Anak. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.
- Sundayana, R. (2020). B., & Alfabeta. (2020). *Statistik Penelitian Pendidikan* (ke 2). Alfabeta.
- Tite Juliantine, Yunyun Yudiana, H. S. (2007). *Teori Latihan*.
- Trudeau, F., Laurencelle, LOUIS, Tremblay, J., Rajic, MIRJANA, & Shephard, R. (1999). (2005). Pendidikan jasmani sekolah dasar harian: efek pada aktivitas fisik Aminuddin, 2023
- Pengaruh Model *Teaching Personal and Social Responsibility* (TPSR) Melalui Peningkatan ALT-PE Terhadap Kebugaran Jasmani dan Sikap Tanggung Jawab**  
Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu).

- selama kehidupan dewasa. Kedokteran dan sains dalam olah raga dan olah raga , 31 (1), 111-117. *Research Quarterly for Exercise and Sport*.
- Vassiliki Derri, Kyriaki Emmanouilidou, O. V. (2008). *Relation between Academic Learning Time in Physical Education (ALT-PE) and Skill Concept Acquisition and Retention*.
- Wahab, A. (2016a) *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*.
- Wahab, A. (2016b). *Teori-Teori Belajar dan Pembelajaran*.
- Walsh, Ozaeta, & Wright, Li, Ding, & P. (2010). *Scientific base of the Teaching Personal and Social Responsibility (TPSR) model*.
- Wang, K. M., Wang, P. S., & Huang, Y. C. (2012). Physical Fitness and Academic Achievement of Elementary School Students: A Cross-Sectional Survey in Southern Taiwan. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(3), 302–309.
- Warsiman, R. &. (n.d.). *Skala pengukuran variabel-variabel penelitian / Riduwan ; editor, Warsiman*.
- Whaley, G. (1980). (n.d.). *The effect of daily monitoring and feedback to teachers and students on academic learning time-physical education. Dissertation Abstracts Intermtion- al, 41, 1477-A. Wurzer,.*
- Widyawan. (2013). *Makna dan tujuan pendidikan jasmani*.
- Wright, P. M., & Craig, M. W. (2011). Tool for assessing responsibility-based education (TARE): Instrument development, content validity, and inter-rater reliability. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 15(3), 204–219. <https://doi.org/10.1080/1091367X.2011.590084>
- Wright, P. M., Li, W., Ding, S., & Pickering, M. (2010). Integrating a personal and social responsibility program into a Wellness course for urban high school students: Assessing implementation and educational outcomes. *Sport, Education and Society*, 15(3), 277–298. <https://doi.org/10.1080/13573322.2010.493309>
- Wuest, D. (1999). Disciplining Students by Promoting Responsibility. *PE Central*.
- Yusuf, M. M. (2010). Pengaruh Motivasi Belajar