



**PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN *CIRCUIT TRAINING GAMES*
DALAM UPAYA MENGATASI KEJENUHAN SISWA MATERI
KEBUGARAN JASMANI KELAS 4 SDN WIYUNG 1/453**

***APPLICATION OF THE CIRCUIT TRAINING GAMES LEARNING MODEL
IN AN EFFORT TO OVERCOME STUDENT BOREDOM WITH PHYSICAL
FITNESS MATERIAL FOR CLASS 4 AT SDN WIYUNG 1/453***

Fikri Zenedine Umarella^{1*}, Faridha Nurhayati², Zainol Ghazali³

^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Program PPG, Universitas Negeri Surabaya
Email : fikrizenedine08@gmail.com², faridhanurhayati@unesa.ac.id², zeinolgazali13@guru.sd.belajar.id³

Article Info

Article history :

Received : 02-09-2024

Revised : 05-09-2024

Accepted : 07-09-2024

Published : 09-09-2024

Abstract

In the learning process, physical fitness material is often considered trivial and lacks appeal from students compared to sports game material, in which students experience boredom when learning takes place. This study uses the Classroom Action Research approach. Classroom action research aims to improve the quality of the teaching and learning process through two cycles to be carried out collaboratively including design, implementation, and reflection on the actions taken. The method used in this study is a quantitative descriptive method. The population taken from class 3D at SDN Wiyung 1/453 Surabaya cycle I showed an overall interest in the average score obtained was 51.88 (moderate learning interest) but when viewed in the percentage of results showed a tendency for learning interest which is still low with a percentage of 56% low interest, 44% moderate interest, and 0% high learning interest. Cycle II obtained an average score of 77.2. With details of the low interest category of 0 students, medium learning interest of 8 students, and high learning interest of 16. The results of observations show that after being given different treatments in cycle II, there was a significant increase in terms of learning interest. This shows that interactive and innovative learning methods such as circuit training games in physical fitness activity materials can attract students and create a fun and meaningful learning experience.

Keywords : circuit training, PJOK, physical fitness

Abstrak

Dalam proses pembelajaran materi kebugaran jasmani ini seringkali dianggap remeh dan kurangnya daya tarik dari peserta didik dibandingkan dengan materi olahraga permainan yang pada materi Kebugaran Jasmani peserta didik mengalami kejenuhan belajar ketika pembelajaran berlangsung. Penelitian ini pendekatan metode yang dilaksanakan menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas Penelitian tindakan kelas memiliki tujuan meningkatkan kualitas proses belajar mengajar melalui dua siklus untuk dilaksanakan secara kolaboratif meliputi perancangan, pelaksanaan, dan refleksi terhadap tindakan yang diambil. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. populasi yang diambil kelas 3D di SDN Wiyung 1/453 Surabaya siklus 1 menunjukkan minat keseluruhan dari skor rata-rata yang di dapat adalah 51,88 (minat belajar sedang) namun jika dilihat dalam presentase hasil menunjukkan



kecenderungan minat belajar yang masih rendah dengan presentase 56% minat rendah, 44% minat sedang, dan 0% minat belajar tinggi. Siklus II didapatkan rata-rata skor perolehan 77,2. Dengan rincian kategori minat rendah 0 peserta didik, minat belajar sedang 8 peserta didik, dan minat belajar tinggi sebanyak 16. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan yang berbeda pada siklus II terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam hal minat belajar. Hal ini menunjukan bahwa metode pembelajaran yang interaktif, dan inovatif seperti halnya circuit training games dalam materi aktivitas kebugaran jasmani dapat menarik peserta didik dan menciptakan pengalaman pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna.

Kata Kunci : Minat belajar, PJOK, Kebugaran jasmani

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan sebuah sistem yang bertujuan untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia. Pendidikan yang baik akan mempengaruhi pola perilaku manusia dalam berfikir dan bertindak. Pendidikan tidak hanya berkaitan dengan ilmu yang bersifat akademis saja namun juga mencakup non akademis juga. Melalui pendidikan yang di siapkan dengan baik akan membawa seseorang menjadi pribadi yang tertata dalam menghadapi tantangan dan tuntutan zaman. Baik buruknya suatu pendidikan dapat dilihat dari bagaimana suatu negara mempersiapkan pendidikan dengan baik. Oleh sebab itu dalam upaya meningkatkan kualitas hidup manusia diperlukan sistem yang baik dalam mengatur sebuah pendidikan guna memenuhi permintaan zaman dan kemajuan pembangunan suatu negara (Fratiwi et al., 2021). Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah elemen yang penting di dalam sistem Pendidikan di Indonesia. Pendidikan Jasmani secara konseptual merupakan bagian yang tidak dapat terpisahkan dari pendidikan secara utuh. Mata Pelajaran PJOK menjadi mata pelajaran yang harus ditempatkan disuatu jenjang sekolah oleh pemerintah. Menurut (Santosh Kumar Mishra, 2013) Pendidikan Jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang dapat menumbuhkan kesadaran dan kesejahteraan hidup dalam memberdayakan peserta didik melalui aktivitas fisik disekolah. Tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk menanamkan nilai-nilai dalam olahraga dan kesadaran akan hidup sehat pada peserta didik (Mustafa et al., 2020). Oleh sebab itu pendidikan jasmani sangat penting diterapkan dalam setiap jenjang pendidikan di Indonesia. Di dalam mata pelajaran PJOK sendiri terdapat pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran jasmani, aktivasi gerak motorik, serta memberikan pelajaran tentang pola hidup sehat ataupun sebagai sarana rekreasi bagi peserta didik (Đurović et al., 2020). Namun di dalam pembelajaran PJOK tidak semua materi disukai oleh peserta didik, karena ada beberapa mata pelajaran yang memang seringkali di abaikan oleh guru karena muatan materi atau tipe aktivitas fisik yang kompleks dan tidak menyenangkan seperti olahraga permainan yang lainnya. Seperti halnya materi Kebugaran jasmani.

Kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh atau kesanggupan tubuh seseorang dalam melakukan penyesuaian aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebih. (Suharjana, 2015) mengemukakan bahwa kebugaran jasmani adalah suatu aspek fisik dari kebugaran yang menyeluruh (total fitness), yang memberikan kesanggupan kepada seseorang untuk menjalankan hidup yang produktif dan dapat menyesuaikan diri pada tiap-tiap



pembebanan fisik (physical stress) yang layak. Kebugaran jasmani sangat dibutuhkan oleh setiap peserta didik untuk menjaga tubuh selalu prima dalam menjalani aktivitas sekolah maupun aktivitas sehari-hari (Novianti et al., 2020). Menurut (Paramitha et al., 2017) dalam meningkatkan kebugaran jasmani ini perlu adanya pembinaan yang terukur untuk menunjang keberhasilan proses pembelajaran yang efektif serta optimal melalui mata pelajaran PJOK materi aktivitas kebugaran jasmani. Oleh karena itu penting sekali bahwa mata pelajaran PJOK merupakan aspek dari proses pendidikan keseluruhan sebagai pemenuhan dan pengembangan kemampuan gerak individu untuk mencapai kebugaran yang baik.

Dalam proses pembelajaran materi kebugaran jasmani ini seringkali dianggap remeh dan kurangnya daya tarik dari peserta didik dibandingkan dengan materi olahraga permainan yang lainnya. Dalam pembelajaran PJOK di kelas 4 SDN Wiyung 1/453, pada materi Kebugaran Jasmani peserta didik mengalami kejenuhan belajar ketika pembelajaran berlangsung. Dari hasil observasi di lapangan menunjukkan realita peserta didik yang kurang tertarik dalam pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani. Terdapat mayoritas peserta didik mengeluh jika disuruh mempraktikkan gerakan komponen latihan dalam kebugaran jasmani. Setelah menganalisa masalah yang timbul adalah kejenuhan karena gaya belajar yang kurang menarik terhadap teori tanpa adanya variasi atau improvisasi dari guru dalam mengajar, sehingga pembelajaran cenderung monoton dan kurang menyenangkan bagi peserta didik.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan menerapkan gaya belajar yang berbeda yaitu penerapan metode circuit training games pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani. Konsep circuit training games merupakan metode latihan atau dalam (pembelajaran) yang dilaksanakan berdasarkan pos-pos, yang setiap pos diberikan pembebanan dalam pencapaian proses pembelajaran. Pembelajaran dikatakan selesai apabila setiap peserta didik telah menyelesaikan pembelajaran di setiap pos sesuai parameter serta waktu yang telah ditetapkan.

Bedasarkan pemaparan di atas, peneliti yakin bahwa penerapan metode circuit training games sangat efektif diterapkan untuk mengatasi kejenuhan belajar peserta didik kelas 4 SDN Wiyung 1/453 Surabaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan metode circuit training games ini dapat mengatasi kejenuhan belajar PJOK materi kebugaran jasmani peserta didik kelas 4 SDN Wiyung 1/453 Surabaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan pada semester I Tahun pelajaran 2024/2025 di SDN Wiyung 1/453 Surabaya. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah peserta didik kelas IV SDN Wiyung 1/453 Surabaya yang berjumlah 25 orang. Penelitian ini pendekatan metode yang dilaksanakan menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian Tindakan kelas (PTK) merupakan prosedur penelitian dengan tindakan substantif, yakni suatu tindakan yang dilakukan dalam disiplin inkuiri atau suatu usaha seseorang untuk memahami apa yang terjadi



kemudian juga terlibat dalam sebuah proses perbaikan dan perubahan (Widayati, n.d.). Penelitian tindakan kelas memiliki tujuan meningkatkan kualitas proses belajar mengajar melalui dua siklus untuk dilaksanakan secara kolaboratif meliputi perancangan, pelaksanaan, dan refleksi terhadap tindakan yang diambil (Guswita dalam (Winangun, 2021)). Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memecahkan permasalahan, tetapi untuk masalah secara ilmiah yang dapat diselesaikan dengan melakukan tindakan. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif, artinya mengumpulkan data berupa angka dan menganalisisnya dengan menggunakan statistik. Pendekatan deskriptif adalah penelitian yang dirancang untuk mendapatkan informasi tentang kejadian yang ada dilapangan (Thabroni, 2022).

Riset ini menggunakan metode pengumpulan data yaitu metode angket atau kuisioner. Metode kuisioner merupakan salah satu dari berbagai metode dalam pengumpulan data. Menurut (Dewi & Sudaryanto, 2020) kuisioner adalah metode memperoleh data dengan cara menggunakan lembar yang diisi langsung oleh responden. Dalam menentukan subjek dan metode penelitian, peneliti mendapatkan arahan dari Dosen pembimbing sesuai dengan permasalahan yang didapat peneliti. Sedangkan untuk instrumen ini menggunakan kuisioner dan observasi sugiyono dalam (Widiastuti, 2019) yang telah dimodifikasi oleh peneliti.

1. Siklus I

Siklus pertama perencanaan dilaksanakan dengan membuat perangkat pembelajaran modul ajar terkait materi aktivitas kebugaran jasmani. Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok dengan kemampuan yang berbeda-beda. Pelaksanaan pembelajaran berlangsung selama 2 jp, dalam pembelajaran tersebut peserta didik diamati terkait minat belajarnya. Kemudian setelahnya dilakukan refleksi disesi akhir pembelajaran berdasarkan observasi minat belajar dari peserta didik.

2. Siklus II

Pada siklus yang kedua perencanaan disusun sesuai dengan hasil refleksi pembelajaran pada siklus I. Pada perencanaan pembelajaran pada siklus II ini dilakukan revisi pada model pembelajarannya, yakni aktivitas kebugaran jasmani menggunakan model *circuit training games*. Proses pembelajaran dilakukan selama 2 jp kemudian dilakukan juga observasi terkait minat belajar peserta didik seperti halnya pada siklus I.

Analisis data hasil dari responden (peserta didik) menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono 2018:152 dalam (Meiryani, 2021) skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang terkait fenomena sosial.pada kuisioner yang dibagikan pada responden berisi pertanyaan positif dan negatif dengan model penskoran yang berbeda serta terdapat pilihan jawaban sangat setuju, setuju, tidsk setuju, dan sangat tidak setuju.

**Tabel 1.** Skala Minat Belajar (Sugiyono, 2019)

Respon	Positif	Negatif
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Hasil dari penskoran dari tabulasi data yang diperoleh kemudian dilakukan pengkategorian melalui skala likert seperti pada tabel 2.

Tabel 2. Kategori Minat Belajar

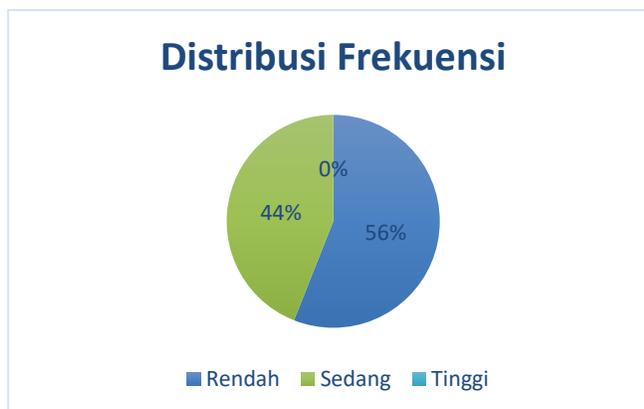
Skor	Kategori
25 - 50	Rendah
51 - 75	Sedang
76 - 100	Tinggi

Bedasarkan hasil analisis data tiap siklus yang dilaksanakan kemudian hasilnya dibandingkan dengan melakukan perhitungan skor total tiap siklus pembelajarannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh berdasarkan penyebaran instrumen berupa kuisioner mengenai minat belajar. Penelitian ini menggunakan menggunakan materi aktivitas kebugaran jasmani dengan subjek 25 peserta didik kelas 3D SDN Wiyung 1/453 Surabaya. Penelitiannya menggunakan metode PTK dengan dua siklus dan empat tahapan yaitu, perencanaan, tindakan, observasi, serta refleksi. Waktu pelaksanaan setiap siklus yaitu 2 jp.

Permasalahan penelitian ini diperoleh ketika dalam kegiatan observasi pembelajaran yang dilakukan oleh guru PJOK. Peneliti menemukan kejenuhan dan kurangnya feedback baik yang diberikan peserta didik dalam pembelajaran aktivitas kebugaran jasmani. Dari hal tersebut kemudian peneliti berasumsi bahwa minat belajar peserta didik kurang baik. Kemudian untuk membuktikan hal ini dilaksanakan pengisian kuisioner minat belajar dengan indikator yang diteliti meliputi perasaan senang, ketertarikan, serta pengetahuan peserta didik. Dapat diketahui bahwa dari 25 sampel didapatkan nilai rata-rata (mean) minat belajar pada siklus satu yaitu 51,88 kemudian jika dilihat dalam presentase mendapatkan skor sebagai berikut ;

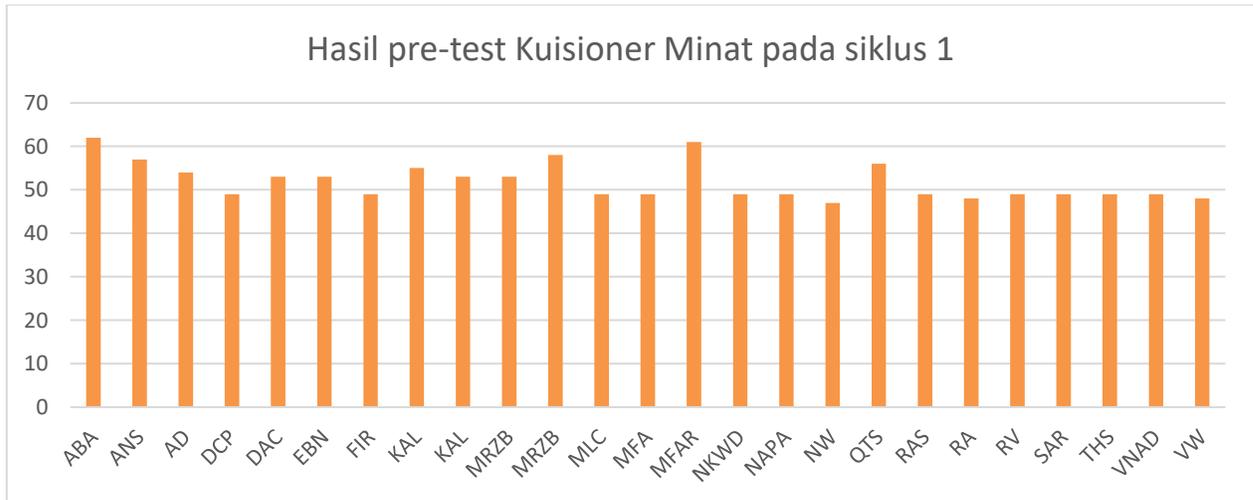
**Tabel 3** perolehan skor kategori

Artinya jika dilihat dari tabel presentase diatas peserta didik dengan minat belajar rendah mendominasi dengan 56% dan 44% dengan minat belajar sedang serta 0% dengan minat belajar tinggi. Artinya sesuai dengan analisis data tersebut dapat dinyatakan bahwa secara klasikal minat belajar peserta didik termasuk kedalam kategori rendah. Kemudian pada siklus dua dilakukan perubahan metode belajar yang mana peneliti menggunakan metode *circuit training games* dalam materi aktifitas kebugaran jasmani secara berdiferensiasi.

Pendekatan bermain dalam PJOK merupakan pendekatan yang mampu menarik minat peserta didik yang dapat meningkatkan pengetahuan sesuai materi yang diajarkan (sitasi). Penerapan *circuit training games* pada siklus dua ini peneliti mencoba mengetahui perubahan yang dialami peserta didik. Bahwa metode ini apakah bisa menarik minat belajar peserta didik dalam materi kebugaran jasmani komponen kekuatan, keseimbangan dan koordinasi

Siklus I

Pada siklus I ini peneliti melakukan *pre-test* yang bertujuan mengetahui bagaimana minat belajar peserta didik pada saat pembelajaran materi kebugaran jasmani tanpa adanya metode *circuit training games*. Kemudian setelah pembelajaran peserta didik diberikan kuisisioner dengan indikator perasaan senang, ketertarikan, serta pengetahuan peserta didik untuk mengetahui minat belajar awal dari peserta didik. Adapun skor yang diperoleh dari peserta didik dalam pengisian kuisisioner pada siklus I sebagai berikut :



Tabel 4. Hasil Skor Kuisiener Minat Belajar Siklus I

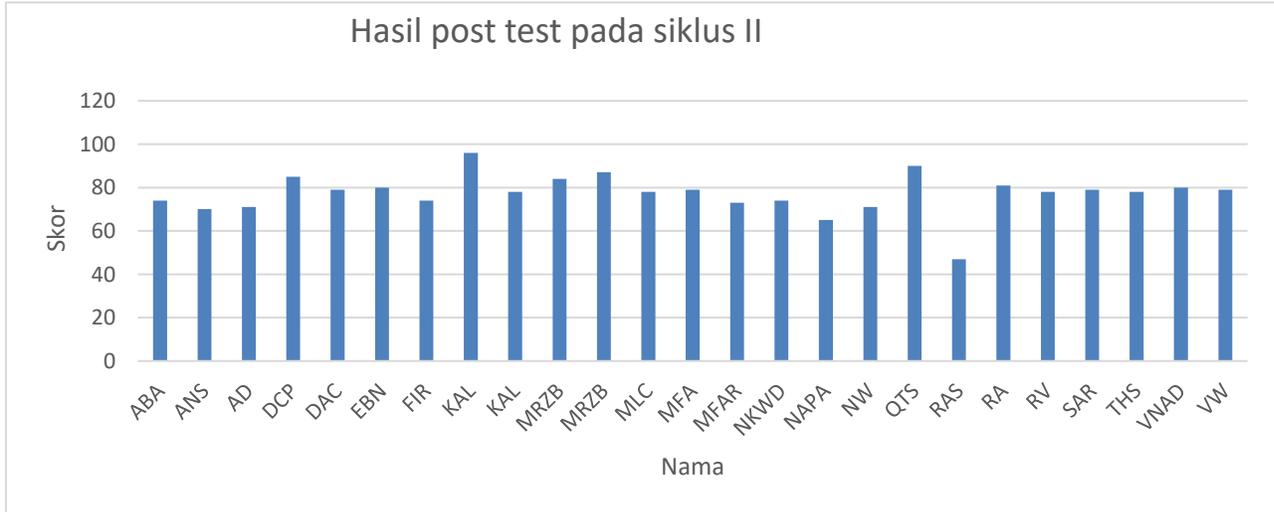
Dapat diketahui dari diagram diatas bahwa terdapat 14 pesreta didik dengan minat belajar rendah, 11 peserta didik dengan minat sedang, dan 0 pesreta didik dengan minat belajar tinggi. Secara data yang diperoleh menunjukkan minat keseluruhan dari sekor rata-rata yang di dapat adalah 51,88 (minat belajar sedang) namun jika dilihat dalam presentase pada tabel 3 menunjukkan kecenderungan minat belajar yang masih rendah dengan presentase 56% minat rendah, 44% minat sedang, dan 0% minat belajar tinggi.

Siklus II

Setelah melakukan pengukuran yang pertama melalui *pre-test* selanjutnya dilakukan *post-test* yang mana hal ini dimaksudkan untk mengetahui adanya peningkatan atau penurunan dalam hal motivasi belajar pada peserta didik. Yang membedakan di dalam pelaksanaan di siklus II ini terletak pada pengembangan perangkat pembelajaran yang iddasarkan dari refleksi pembelajaran di siklus I. Pada tahap ini pembelajaran dirancang dengan menerapkan metode *circuit training games* dalam materi aktivitas kebugaran jasmani. Komponen yang di ambil diantaranya kecepatan, kekuatan, keseimbangan, dan gerak koordinasi. Kemudian setelah pembelajaran berlangsung peserta didik mengisi kuisiener post test yang dibagikan. Adapun skor hasil yang diperoleh peserta didik sebagai berikut :



Tabel 5. Hasil skor Kuisioner Minat Belajar Siklus II

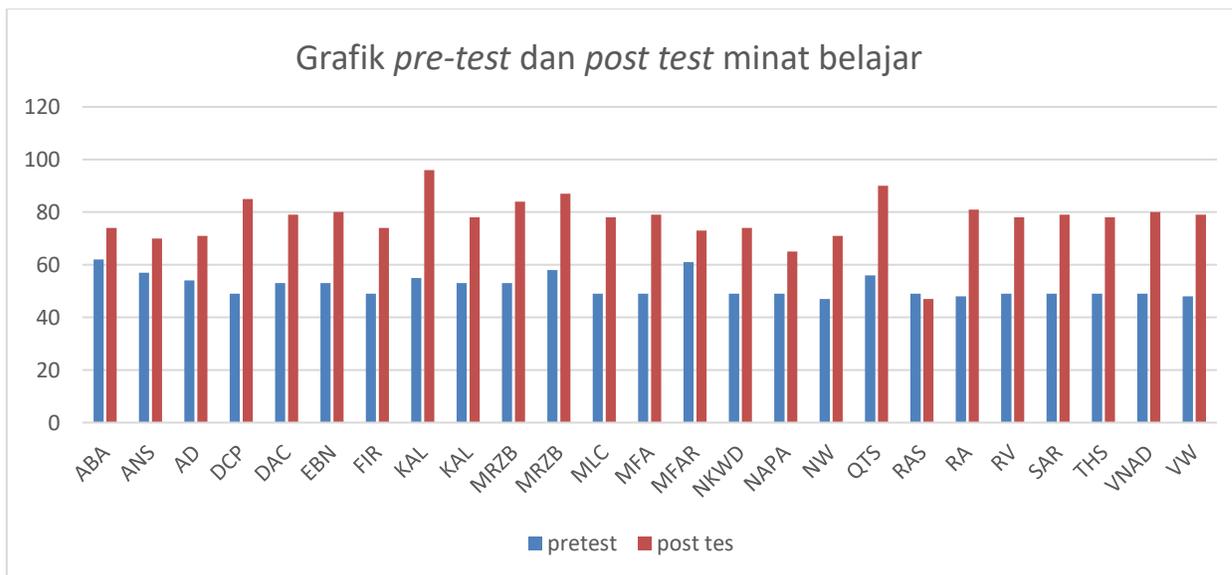


Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh melalui *post-test* menunjukkan bahwasannya ada peningkatan minat belajar yang signifikan. Dari 25 peserta didik responden didapatkan rata-rata skor perolehan 77,2. Dengan rincian kategori minat rendah 0 peserta didik, minat belajar sedang 8 peserta didik, dan minat belajar tinggi sebanyak 16. Dapat dilihat dari grafik presentase sebagai berikut :

Tabel 6. Distribusi Frekuensi skor kategori



Setelah melalui siklus I dan siklus II peserta didik mengalami peningkatan minat belajar dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



Bedasarkan grafik diatas dapat diketahui terdapat perbedaan yang signifikan dalam minat belajar peserta didik sebelum dan sesudah mendapatkan perlakuan dalam penerapan pengembangan model pembelajaran berbasis *games* melalui *circuit training* dalam materi aktivitas kebugaran jasmani. Dari 25 peserta didik responden prolehan skor rata-rata keseluruhan dari 51,88 menjdai 77,22 termasuk kategori tinggi dalam minat belajarnya. Dalam penelitian ini guru atau peneliti berupaya dalam mengembangkan metode belajar yang interaktif dan inovatif guna menarik minat belajar peserta didik, sehingga peserta didik mempunyai pengalaman belajar yang menyenangkan dan bermakna.

KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dalam upaya meningkatkan minat belajar, dapat disimpulkan bahwasannya pendekatan pembelajaran dengan metode bermain khususnya *circuit training games* dalam materi aktivitas kebugaran jasmani fase B ini efektif dalam meningkatkan minat dan motivasi belajar dari peserta didik. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa setelah diberikan perlakuan yang berbeda pada siklus II terjadi peningkatan yang cukup signifikan dalam hal minat belajar. Hal ini menunjukan bahwa metode pembelajaran yang interaktif, dan inovatif seperti halnya *circuit training games* dalam materi aktivitas kebugaran jasmani dapat menarik peserta didik dan menciptakan pengalaman pembelajaran yang menyenangkan dan bermakna.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak yang terlibat dalam penelitian ini khususnya SDN Wiung 1/453 yang telah memberikan kesempatan yang berharga selama kurang lebih dua bulan saya menjalani masa praktik pengalaman lapangan dalam program PPG Prajabatan, saya banyak mendapatkan pengalaman terkait dunia pendidikan yang mana saya dapat belajar banyak hal yang nantinya dapat bermanfaat untuk diri saya kedepannya. Kemudian terimakasih kepada Dosen



pembimbing dan juga Guru pamong yang telah membimbing dalam prosesnya memberikan ilmu serta pengalamannya memberikan motivasi, kritik, serta saran yang mana untuk menjadikannya saya menjadi orang yang lebih baik lagi. Tak lupa teman seperjuangan saya, teman kelompok PPL yang selalu membantu dalam setiap detail saat menjalani proses yang saya tempuh sehingga saya menjadi pribadi yang kuat dalam segala hal, selalu memberikan masukan dan mengingatkan akan hal-hal yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, S. K., & Sudaryanto, A. (2020). Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan , Sikap Dan Perilaku. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (Semnaskep) 2020*.
- Durović, D., Aleksić Veljković, A., & Petrović, T. (2020). Psychological Aspects Of Motivation In Sport Achievement. *Facta Universitatis, Series: Physical Education And Sport*. <https://doi.org/10.22190/Fupes190515044d>
- Fратиwi, E., Syah, H., & Muhsan, M. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Roll Depan. *Sportify Journal, 1*(1). <https://doi.org/10.36312/Sfj.V1i1.3>
- Meiryani. (2021). Memahami Skala Likert Dalam Penelitian Ilmiah – Accounting. In *Binus University* (Issue 2006).
- Mustafa, P. S., Andif, H. G., Victoria, A., Ndaru, Masgumelar, N. K., Hanik, N. D. L., Maslacha, H., Ardiyanto, D., Hutama, H. A., Boru, M. J., Fachrozi, I., Rodriguez, E. I. S., Prasetyo, T. B., & Romadhana, S. (2020). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Tindakan Kelas Dalam Pendidikan Olahraga. In *Program Studi Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang 2020* (Vol. 53, Issue 9).
- Novianti, D., Sriundy Mahardika, I. M., & Tuasikal, A. R. (2020). Improvement Of Physical, Honesty, Discipline And Cooperation In Class Iv Elementary School Students Through Circuit Training Learning Model. *Budapest International Research And Critics In Linguistics And Education (Birle) Journal, 3*(1). <https://doi.org/10.33258/Birle.V3i1.785>
- Paramitha, S., Susilawati, D., & Lubay, L. (2017). Pengaruh Permainan Tradisional Dalam Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa (Survei Pada Siswa Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri 2 Kayuambon Kecamatan Lembang Kabupaten Bandung Barat). *Motion, 8*(1).
- Santosh Kumar Mishra. (2013). Significance Of Physical Education For School Students. *International Journal Of Physical Education, Fitness And Sports, 2*(1), 47–52. <https://doi.org/10.26524/1319>
- Sugiyono, P. D. (2019). Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D Dan Penelitian Pendidikan). In *Metode Penelitian Pendidikan*.



Suharjana, S. (2015). Analisis Program Kebugaran Jasmani Pada Pusat-Pusat Kebugaran Jasmani Di Yogyakarta. *Medikora*. <https://doi.org/10.21831/Medikora.V11i2.2813>

Thabroni, G. (2022). Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif (Konsep & Contoh). In *Serupa.Id*. Widayati, A. (N.D.). *Penelitian Tindakan Kelas*.

Widiastuti. (2019). Mengatasi Keterbatasan Sarana Prasarana Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 15(1).

Winangun, I. M. A. (2021). Penerapan Model Online Colaborative Learning Berbasis Tri Kaya Parisudha Untuk Meningkatkan Social Skills Dan Hasil Belajar Mapel Sd Ipa 1 Mahasiswa. *Widyacarya: Jurnal Pendidikan, Agama Dan Budaya*, 5(2). <https://doi.org/10.55115/Widyacarya.V5i2.1082>