

## PENGARUH STATUS GIZI, KEBUGARAN JASMANI, DAN MOTIVASI TERHADAP HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN

Oleh,

Kamal Firdaus<sup>1</sup>, Nikmatullaili<sup>1</sup>, Hendri Neldi<sup>1</sup>, Willadi Rasyid<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Pendidikan Olahraga, Universitas Negeri Padang

Email: [kamalfirdaus@gmail.com](mailto:kamalfirdaus@gmail.com)

### Abstrak

Masalah pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang bahwa hasil belajar PJOK yang dimiliki masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh langsung dan tidak langsung antar variabel status gizi, kebugaran jasmani, dan motivasi belajar terhadap hasil belajar PJOK. Metode penelitian adalah kuantitatif dengan pendekatan *Path Analysis*. Subyek penelitian adalah siswa MTS Al-Falah Kota Padang berjumlah 75 orang siswa. Data dikumpulkan dengan pemeriksaan secara langsung dengan IMT untuk status gizi, tes kebugaran jasmani untuk kebugaran jasmani, dengan menyebarkan angket untuk motivasi belajar dan hasil nilai rapor siswa semester II untuk hasil belajar PJOK. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Status gizi berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar PJOK adalah sebesar 21,5% dengan kategori kurang. (2) Kebugaran jasmani berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar PJOK adalah sebesar 29,1% dengan kategori kurang. (3) Motivasi belajar berpengaruh secara langsung terhadap hasil belajar PJOK sebesar 49,9% dengan kategori sangat baik. (4) Status gizi berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar PJOK melalui motivasi belajar sebesar 31,2% dengan kategori baik. (5) Kebugaran jasmani berpengaruh secara tidak langsung terhadap hasil belajar PJOK melalui motivasi belajar sebesar 37,8% dengan kategori baik

**Kata kunci:** *Status Gizi, Kebugaran Jasmani, Motivasi Belajar dan Hasil Belajar PJOK*

### A. PENDAHULUAN

Belajar ialah aktifitas yang dilakukan secara sadar atau mendapatkan kesan dari bahan yang telah dipelajari, sehingga terjadilah perubahan dalam diri individu. Artinya belajar dikatakan berhasil bila terjadi perubahan dalam diri individu. Sardiman (2007:26) mengungkapkan hasil belajar meliputi: “a) keilmuan dan pengetahuan, konsep atau fakta (kognitif), b) kepribadian atau sikap (afektif), c) keterampilan atau penampilan (psikomotorik)”.

Seorang peserta didik dapat memperoleh hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan nilai baik, faktor yang mempengaruhinya, antara lain adalah kemampuan guru dalam mengajar, metoda dan media pembelajaran, motivasi peserta

didik dalam belajar, sarana dan prasarana, kebugaran jasmani, lingkungan belajar yang kondusif, sosial ekonomi orang tua, status gizi peserta didik, tingkat kesegaran jasmani peserta didik dan sebagainya.

Menurut Depdikbud hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal siswa itu sendiri. “1) Faktor Internal (berasal dari dalam diri siswa) antara lain: (a) Kecerdasan sangat penting sekali untuk menentukan keberhasilan studi siswa, anak yang cerdas mungkin sekali prestasi belajarnya baik, (b) Bakat adalah kemampuan yang harus dikembangkan melalui proses belajar, setiap siswa mempunyai bakat yang berbeda-beda, (c) Minat dan perhatian apabila siswa berminat pada suatu mata pelajaran maka siswa tersebut cenderung untuk memperhatikan dan memahami secara mendalam

Hasil belajar PJOK merupakan hasil dalam menentukan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami suatu materi pembelajaran. Ada beberapa faktor yang cukup dominan mempengaruhi hasil belajar di antaranya yaitu; faktor status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar, hal ini terlihat dari malasnya anak-anak dalam melakukan gerakan yang dimungkinkan karena kurangnya motivasi belajar, selain itu banyak juga anak yang cenderung malas bergerak yang dimungkinkan karena tidak terbiasanya melakukan aktivitas bermain baik di sekolah maupun di rumah, kemudian diasumsikan anak yang cenderung malas bergerak dimungkinkan karena kurangnya perhatian orang tua kepada anak.

menurut Syafrizar dan wilda (2009:4) “keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi, penyerapan dan penggunaan pangan di dalam tubuh”, maka status gizi dapat diartikan sebagai jumlah dari makanan yang dikonsumsi seseorang merupakan indikator dari status gizi mereka. Energi yang diperlukan untuk kinerja fisik diperoleh dari metabolisme bahan makanan yang dikonsumsi dalam kehidupan, sehingga makanan atau zat gizi merupakan salah satu penentu kualitas kinerja fisik dan pertumbuhan seseorang.

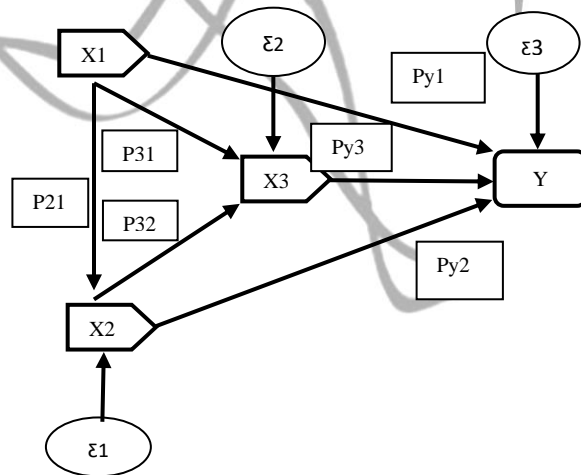
Menurut Widiastuti (2017:13) Kesegaran jasmani adalah merupakan terjemahan dari kata Physical Fitness yang dapat diartikan sebagai kondisi jasmani yang menggambarkan kemampuan jasmani, dapat pula diartikan kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu pekerjaan tertentu dengan cukup baik, tanpa mengakibatkan kelelahan.

Menurut Komaruddin (2013:24) menjelaskan bahwa motivasi sebagai dorongan yang berasal dari dalam dan luar peserta didik untuk melakukan suatu aktivitas dapat menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas sehingga dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

## B. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif asosiatif dengan menggunakan pendekatan analisis jalur (*Path Analysis*), tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh secara langsung maupun tidak langsung dari beberapa variabel terhadap Hasil Belajar PJOK Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

Adapun variabel dalam penelitian ini adalah Status Gizi (X1) dan Kebugaran Jasmani (X2) sebagai variabel bebas (*eksogen*), Motivasi belajar (X3) sebagai variabel perantara (*variabel Intervening*). Sedangkan variabel terikat (*endogen*) adalah Hasil Belajar (Y), kontelasi penelitiannya adalah.



Gambar 1. Desain Penelitian

Pengumpulan data untuk mengetahui status gizi seseorang dengan cara menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT), Untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dilakukan tes kesegaran jasmani, sedangkan untuk mengetahui motivasi belajar menggunakan angket, dan hasil belajar diperoleh dari nilai rapor siswa- siswi yang didapat dari hasil nilai rapor siswa.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

### 1. Hasil Penelitian

#### a. Deskripsi Data Hasil Belajar (Y)

Berdasarkan hasil penelitian tentang hasil belajar (Y) Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang diperoleh nilai rata-rata sebesar 77.9, standar deviasi sebesar 5.5, nilai tertinggi 89 dan nilai terendah 70. Deskripsi data hasil belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang disajikan tabel 1.

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Hasil belajar (Y)

Kelas Interval	F. Absolut	Keterangan
86.24>	5	Baik Sekali
80.74 - 86.23	21	Baik
75.24 - 80.73	23	Cukup
69.74 - 75.23	26	Kurang
<69.73	0	Kurang Sekali

#### b. Deskripsi Status gizi (X<sub>1</sub>)

Berdasarkan hasil penelitian tentang status gizi (X<sub>2</sub>) Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang diperoleh nilai rata-rata sebesar 20.2, standar deviasi sebesar 2,7, nilai tertinggi 25,54 dan nilai terendah 13,84. Deskripsi status gizi Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang disajikan pada tabel 2.

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Data status gizi (X<sub>1</sub>)

Skor	F.absolut	Kategori
< 17,0	11	Kekurangan berat badan tingkat berat
17,0 - 18,5	10	Kekurangan berat badan tingkat ringan
> 18,5 - 25,0	53	Normal
> 25,0 - 27,0	1	Kelebihan berat badan tingkat ringan
> 27,0	0	Kelebihan berat badan tingkat berat

#### c. Data Kebugaran jasmani (X<sub>2</sub>)

Berdasarkan hasil penelitian tentang kebugaran jasmani (X<sub>2</sub>) Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang diperoleh nilai rata-rata sebesar 14.2 standar deviasi sebesar 2, nilai tertinggi sebesar 18, dan nilai terendah sebesar 11. Deskripsi data Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang disajikan pada tabel 3.

Tabel 3  
Distribusi Frekuensi Kebugaran jasmani ( $X_2$ )

Jumlah Nilai	F.absolut	Klasifikasi
22 – 25	0	Baik Sekali
18 – 21	4	Baik
14 – 17	42	Sedang
10 – 13	29	Kurang
5 – 9	0	Kurang Sekali

d. Deskripsi Data Motivasi belajar ( $X_3$ )

Berdasarkan hasil penelitian tentang motivasi belajar ( $X_3$ ) Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang diperoleh nilai rata-rata sebesar 117.4 standar deviasi sebesar 14 nilai tertinggi sebesar 145, dan nilai terendah sebesar 90. Deskripsi data motivasi belajar (Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang disajikan pada tabel 4.

Tabel 4  
Distribusi Frekuensi Motivasi belajar ( $X_3$ )

No	Kelas Interval	F.absolut
1	$\leq 38$	1
2	39-42	6
3	43-46	6
4	47-50	6
5	51-54	12
6	$55 \geq$	13
Jumlah		44

2. Pembahasan Hasil Penelitian

a. Status gizi Berpengaruh Langsung Terhadap Hasil belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada variabel status gizi terhadap hasil belajar pada siswa siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang ditemukan bahwa terdapat pengaruh langsung status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ ). Hal ini terlihat pada perbandingan hasil koefisien jalur  $\rho_{y1} = 0.215$  dan nilai Sig. 0.003. Ternyata nilai Sig. < nilai probabilitas yaitu  $0.003 < 0.05$ , maka koefisien analisis jalur adalah signifikan, Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara status gizi terhadap

hasil belajar atau dengan kata lain tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$ . Maka dapat dikatakan besarnya pengaruh langsung antara status gizi terhadap hasil belajar yaitu sebesar 0.215 atau 21.5% (signifikan)

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa seseorang yang memiliki gizi baik, maka dia mempunyai cukup energi untuk melakukan kegiatan- kegiatan belajar, seperti dalam pembelajaran PJOK untuk mendapatkan hasil belajar yang optimal. Artinya status gizi siswa penting dalam meningkatkan hasil belajar PJOK.

b. Kebugaran jasmani Berpengaruh Langsung Terhadap Hasil belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada variabel Kebugaran jasmani terhadap hasil belajar pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang ditemukan bahwa terdapat pengaruh langsung kebugaran jasmani ( $X_2$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ ). Hal ini terlihat pada perbandingan hasil koefisien jalur antara  $X_2$  terhadap  $Y$  ( $\rho_{YX_2}$ ) = 0.291 dan nilai *Sig.* 0.001. Ternyata nilai *Sig.* < nilai probabilitas yaitu 0.001 < 0.05, maka koefisien analisis jalur adalah signifikan, Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara kebugaran jasmani terhadap hasil belajar atau dengan kata lain tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$ . Maka dapat dikatakan besarnya pengaruh langsung antara kebugaran jasmani terhadap hasil belajar yaitu sebesar 0.291 atau 29.1% (signifikan).

Artinya bahwa kebugaran jasmani merupakan suatu kemampuan yang dapat mempengaruhi tingkat kecerdasan berpikir seseorang. Artinya kedua elemen yang dimaksud saling memberikan pengaruh yang bermakna. Akhirnya didasarkan pada pembuktian uji statistik di atas, disimpulkan bahwa komponen kebugaran jasmani berpengaruh terhadap hasil belajar siswa, khususnya siswa putra Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

c. Motivasi belajar Berpengaruh Langsung terhadap Hasil belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada variabel motivasi belajar terhadap hasil belajar pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang ditemukan bahwa terdapat pengaruh langsung motivasi belajar ( $X_3$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ ). Hal ini terlihat pada perbandingan hasil koefisien jalur  $\rho_{YX_3}$  = 0.499 dan nilai *Sig.*

0.002. Ternyata nilai *Sig.* < nilai probabilitas yaitu  $0.002 < 0.05$ , maka koefesien analisis jalur adalah signifikan, artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara motivasi belajar terhadap hasil belajar atau dengan kata lain tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$ . Maka dapat dikatakan besarnya pengaruh langsung antara motivasi belajar terhadap hasil belajar yaitu sebesar 0.499 atau 49.9% (signifikan).

Motivasi belajar lebih erat kaitannya pada penilaian kognitif (intelengensi) dibandingkan penilaian psikomotor (gerak). Untuk menciptakan motivasi belajar yang kuat, guru harus mampu memilih strategi pembelajaran yang sesuai dengan sifat pesan yang disampaikan serta kemampuan masing-masing siswa. Melalui strategi yang tepat siswa akan terdorong dan bersemangat dalam belajar. Semakin tinggi motivasi belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang maka semakin besar sumbangannya terhadap hasil belajar siswa, hal ini diperoleh dengan cara sungguh-sungguh untuk berprestasi yang tinggi

#### d. Status gizi Terhadap Hasil belajar Melalui Motivasi belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Pada hasil perhitungan analisis jalur, ditemukan bahwa terdapat pengaruh tidak langsung status gizi ( $X_1$ ) terhadap hasil belajar ( $Y$ ) melalui motivasi belajar ( $X_3$ ) siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang ( $\rho_{yx31}$ ) 0.312 atau 31.2% sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dimana terdapat pengaruh tidak langsung status gizi terhadap hasil belajar melalui Motivasi belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

Hasil temuan ini dapat diasumsikan bahwa siswa yang memiliki hasil belajar yang baik melampaui batas KKM tentunya memiliki status gizi dan motivasi belajar yang baik pula, begitu juga dengan siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang. Teori menjelaskan bahwa siswa yang memiliki nilai di atas KKM adalah yang memiliki status gizi dan motivasi yang baik. Hal ini dapat diartikan bahwa untuk mendapatkan nilai di atas KKM maka siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang harus selalu memperhatikan status gizi yang mendukung pada realisasi motivasi belajar agar prestasi belajar yang tinggi dapat diraih. Seperti status gizi, hasil belajar dan motivasi belajar yang secara teori dan penelitian yang dilakukan dapat diterima kebenarannya secara empiris

e. Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Melalui Motivasi Belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Pada hasil perhitungan analisis jalur, ditemukan bahwa terdapat pengaruh tidak langsung kebugaran jasmani ( $X_2$ ) terhadap hasil belajar (Y) melalui Motivasi belajar ( $X_3$ ) sebesar 0,378 atau 37,8% sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat pengaruh tidak langsung kebugaran jasmani terhadap hasil belajar melalui Motivasi belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

Berdasarkan temuan penelitian ini hasil yang maksimal akan didapatkan apabila kebugaran jasmani diintegrasikan dengan Motivasi belajar. Seperti yang sudah dibahas dalam tinjauan pustaka, bahwa motivasi belajar dapat mempengaruhi baik atau buruknya hasil belajar PJOK siswa. Seseorang yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik ditunjang dengan motivasi belajar yang tinggi, sehingga dengan sungguh-sungguh untuk mengikuti pembelajaran PJOK dan menguasai materi yang telah diajarkan, secara tidak langsung kebugaran jasmani memberikan pengaruh terhadap hasil belajar PJOK. Semakin tinggi motivasi belajar dan semakin baik kebugaran jasmani siswa maka semakin baik hasil belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

f. Pengaruh Status Gizi, Kebugaran Jasmani dan Motivasi Belajar secara Simultan terhadap Hasil Belajar Siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang

Berdasarkan hasil uji analisis pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara simultan terhadap hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang diperoleh 0,256. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, besarnya pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara simultan terhadap hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang adalah sebesar 25,60%, sedangkan sisanya merupakan faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini menjelaskan, bahwa hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang dipengaruhi oleh ketiga faktor ini atau dapat diartikan, bahwa hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang dapat ditingkatkan apabila memiliki variabel status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar

## D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:



1. Status gizi memberikan pengaruh langsung secara signifikan terhadap hasil belajar pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang. Pengaruhnya sebesar 21,5% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.
2. Kebugaran jasmani memberikan pengaruh langsung secara signifikan terhadap hasil belajar pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang. Pengaruhnya sebesar 29.1% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.
3. Motivasi belajar memberikan pengaruh langsung secara signifikan terhadap hasil belajar pada siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang. Pengaruhnya sebesar 49.9% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.
4. Terdapat pengaruh tidak langsung status gizi terhadap hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang melalui Motivasi belajar. Pengaruhnya sebesar 31,2% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.
5. Terdapat pengaruh tidak langsung kebugaran jasmani terhadap hasil belajar siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang melalui Motivasi belajar. Pengaruhnya sebesar 37.8% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.
6. Terdapat pengaruh status gizi, kebugaran jasmani dan motivasi belajar secara simultan terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah. Pengaruhnya sebesar 25,6% terhadap hasil belajar PJOK siswa Madrasah Tsanawiyah Al-Falah Kota Padang.

### Daftar Rujukan

- Almatsier, S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT.Gramedia PustakaUtama
- Apta, Mylsidayu, dkk. (2015). *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Bandung: CV Alfabeta
- Arikunto, S. (2006). *Motode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Baliwati, Y.F. (2004). *Pengantar Pangan dan Gizi*. Jakarta: Penerbit Swadya
- Edwarsyah. (2015). Kontribusi Status Gizi terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di Madrasah Tsanawiyah (Mts) Negeri Durian Tarung. *Journal Olahraga*. Volume 1, No. 1, hal. 8-15.
- Emda, Amna. (2017). Kedudukan Motivasi Belajar Peserta didik Dalam Pembelajaran. *Lantanida Journal*. 5 (2), 93-196.
- Fernando, Ricky. (2018). Pengaruh Pendekatan Pembelajaran Dan Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Sepakbola (Studi Eksperimen pada Siswa

- SMA Labschool Kota Bandung). *Journal Primary*. Volume 4, No. 2, hal. 165-175.
- Herlina, Tiara. (2018). Pengaruh Kadar Hemoglobin, Kebugaran Jasmani, Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa (Studi Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Smp Negeri 6 Linggo Sari Baganti). *Journal Patriot*. Volume 4, No. 1.
- Ilham dkk. (2019). Kontribusi Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Berolahraga Terhadap Hasil Belajar Penjasorkes Siswa SMP Negeri 9 Kota Jambi. *Indonesia Sport Journal*. Volume 2, No.1, hal. 67-77.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: LPP UNS
- Komaruddin. (2013). *Psikologi Olahraga*. Bndung: PT Remaja Rosdakarya.
- Khumaidi. (1994). *Gizi Masyarakat*. PT. BPK Gunung Mulia. Jakarta.
- Latar, Idris, Moh & Josiano J.T. Tomaso. (2020). Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Bolabasket Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek Angkatan 2018. *Journal Ilmiah Wahana Pendidikan*. Volume 6, No. 3, hal. 407-415.
- Ma'mun, Ali & Setiawan, Ipang. (2015). Pembelajaran Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Boi. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*. Volume 4, No. 10, hal. 2094-2099.
- Ngalim, Purwanto. (2003). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nopiyanto, Yahya, Eko & Septian, Raibowo. (2020). Penerapan Model Pembelajaran Jigsaw Untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Mahasiswa Penjas Pada Mata Kuliah Filsafat Penjas dan Olahraga. *Journal of Sport Edducation*. Volume 2, No. 2, hal. 61-69.
- Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Penerbit Direktorat Jendral Olahraga.
- Putri, Lucy, Pratama. (2016). Pengaruh Status Gizi, Motivasi Belajar, dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar PJOK Peserta Didik MTs.N Kepala Hilalang Kec.2x11 Kayu Tanam Kab. Padang Pariaman. *Journal Patriot*. Volume 2, No. 1.
- Risyanto, Aris. (2017). Hubungan Motivasi Belajar Siswa Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Studi Deskriptif di SMPN 2 Sidamulih Kecamatan Sidamulih Kabupaten Pangandaran. *Journal Imiah FKIP Universitas Subang*. Volume 4, No. 2.
- Rusli, Lutun, (2002). *Menuju Sehat dan Bugar*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah. Direktorat Jendral Olahraga.
- Sardiman. (2007). *Aktivitas Belajar*. Pusat Pembukuan