

HUBUNGAN MINAT BELAJAR DENGAN KEBUGARAN JASMANI SISWA PROGRAM KELAS KHUSUS OLAHRAGA DI SMP MUHAMMADIYAH 5 SURAKARTA

Imanda Rafi Haristiarto¹, Eko Sudarmanto², Vera Septi Sistiasih³, Gatot Jariono⁴
^{1,2,3,4} Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas
Muhammadiyah Surakarta

a810220006@student.ums.ac.id¹, es348@ums.ac.id², vss538@ums.ac.id³,
gj969@ums.ac.id⁴

ABSTRACT

The Special Sports Class program is designed to facilitate students with interest and talent in sports so that they can develop optimally. However, a high level of learning interest does not necessarily correspond to students' physical fitness. This study aimed to analyze the relationship between learning interest and physical fitness among students enrolled in the special sports class program at SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. This quantitative study employed a correlational design. The sample was selected using purposive sampling and consisted of 30 volleyball-specialized students. Learning interest was measured using a questionnaire, while physical fitness was assessed using the Indonesian Student Fitness Test (Tes Kebugaran Pelajar Nusantara/TKPN). The Shapiro-Wilk normality test showed that learning interest scores were normally distributed ($p = 0.131$), whereas physical fitness scores were not normally distributed ($p < 0.001$). Therefore, the relationship between variables was analyzed using Spearman's rank correlation. The results showed a Spearman correlation coefficient of $\rho = 0.074$ with a significance value of $p = 0.699$. These findings indicate that there is no significant relationship between learning interest and physical fitness among special sports class students. Thus, improving students' physical fitness requires more than enhancing learning interest; it should be supported by structured physical conditioning, nutritional status monitoring, sedentary behavior control, and continuous healthy lifestyle development.

Keywords: *learning interest, physical fitness, special sports class, Student Fitness Test*

ABSTRAK

Program Kelas Khusus Olahraga (KKO) bertujuan memfasilitasi siswa yang memiliki minat dan bakat olahraga agar berkembang secara optimal. Namun, tingginya minat belajar belum tentu selalu sejalan dengan tingkat kebugaran jasmani siswa. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara minat belajar dan kebugaran jasmani pada siswa program KKO di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel ditentukan melalui teknik purposive sampling dan melibatkan 30 siswa peminatan bola voli. Data minat belajar dikumpulkan menggunakan angket, sedangkan kebugaran jasmani diukur menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN). Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa skor

minat belajar berdistribusi normal ($p = 0,131$), sedangkan tingkat kebugaran jasmani tidak berdistribusi normal ($p < 0,001$). Oleh karena itu, analisis hubungan dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi Spearman sebesar $\rho = 0,074$ dengan nilai signifikansi $p = 0,699$. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar dan kebugaran jasmani siswa KKO. Dengan demikian, peningkatan kebugaran jasmani siswa tidak cukup hanya mengandalkan penguatan minat belajar, tetapi perlu didukung program latihan fisik terstruktur, pemantauan status gizi, pengendalian aktivitas sedentari, serta pembinaan kebiasaan hidup sehat secara berkelanjutan.

Kata kunci: kebugaran jasmani, kelas khusus olahraga, minat belajar, Tes Kebugaran Pelajar Nusantara

A. Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam sistem pendidikan karena berkontribusi terhadap perkembangan peserta didik secara menyeluruh, baik pada aspek fisik, kognitif, sosial, maupun emosional. Melalui aktivitas fisik yang dirancang secara sistematis, pembelajaran PJOK tidak hanya diarahkan pada penguasaan keterampilan gerak, tetapi juga pada pembentukan kebiasaan hidup aktif, peningkatan kebugaran jasmani, sikap sportif, dan karakter positif peserta didik (Saputro et al., 2025; Septi Sistiasih & Reza Pradana, 2022).

Salah satu bentuk penguatan pembinaan olahraga di lingkungan sekolah adalah penyelenggaraan Program Kelas Khusus Olahraga (KKO). Program ini ditujukan untuk

mewadahi peserta didik yang memiliki minat dan bakat pada bidang olahraga agar dapat memperoleh pembinaan yang lebih terarah. Pada tingkat sekolah menengah pertama, KKO diharapkan mampu mengintegrasikan proses pembelajaran akademik dengan pengembangan prestasi olahraga dan peningkatan kebugaran jasmani siswa. Dengan demikian, keberhasilan program KKO tidak hanya diukur dari capaian prestasi kompetitif, tetapi juga dari kesiapan fisik siswa dalam menjalani latihan dan pembelajaran olahraga secara berkelanjutan (Suparno et al., 2020; Wijayanti, 2018).

Minat belajar merupakan salah satu aspek psikologis yang berperan dalam mendorong keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Minat ditandai oleh rasa senang, ketertarikan, perhatian, dan

kecenderungan untuk terlibat aktif dalam suatu aktivitas (Jariono & Subekti, 2020; Wulandari & Jariono, 2022b). Siswa dengan minat belajar yang baik umumnya lebih mudah terdorong untuk mengikuti instruksi, berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran, dan mempertahankan keterlibatan dalam kegiatan yang diminati (Anggraini et al., 2020; Kurniawan, 2021). Dalam konteks olahraga, minat juga dapat dipengaruhi oleh faktor internal seperti dorongan pribadi, rasa percaya diri, dan pengalaman keberhasilan, serta faktor eksternal seperti dukungan guru, orang tua, teman sebaya, fasilitas, dan lingkungan latihan (Abidin & Yuliastrid, 2022; Irfan Maulana & Rahmawan Santoso, 2025).

Di sisi lain, kebugaran jasmani merupakan kemampuan tubuh untuk melakukan aktivitas fisik secara efektif tanpa mengalami kelelahan berlebihan serta masih memiliki cadangan energi untuk melakukan aktivitas lainnya. Kebugaran jasmani penting bagi siswa karena berkaitan dengan kapasitas kardiorespirasi, kekuatan dan daya tahan otot, kelenturan, komposisi tubuh, serta kemampuan tubuh beradaptasi

terhadap beban aktivitas fisik. Pada siswa KKO, kebugaran jasmani menjadi prasyarat penting agar siswa mampu mengikuti latihan kecabangan dan pembelajaran PJOK secara optimal (Wulandari & Jariono, 2022a).

Hasil observasi awal di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta menunjukkan adanya variasi tingkat kebugaran jasmani siswa KKO yang tidak selalu sejalan dengan tingginya minat belajar. Sebagian siswa menunjukkan antusiasme terhadap aktivitas olahraga, tetapi tingkat kebugaran jasmaninya masih bervariasi. Kondisi ini menunjukkan perlunya kajian empiris mengenai hubungan antara minat belajar dan kebugaran jasmani. Penelitian sebelumnya cenderung membahas minat belajar dan kebugaran jasmani secara terpisah, sehingga penelitian ini memiliki relevansi untuk mengintegrasikan aspek psikologis dan aspek fisik dalam konteks pembinaan siswa KKO. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara minat belajar dan kebugaran jasmani pada siswa program KKO di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional (Jariono et al., 2025). Desain korelasional dipilih karena penelitian bertujuan mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani tanpa memberikan perlakuan atau intervensi kepada responden (Sutama et al., 2022).

Penelitian dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta pada Januari 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswa yang mengikuti program Kelas Khusus Olahraga. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Jariono et al., 2025). Sampel penelitian terdiri atas 30 siswa KKO.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah minat belajar, sedangkan variabel terikat adalah tingkat kebugaran jasmani. Minat belajar diukur menggunakan angket yang memuat indikator ketertarikan, rasa senang, perhatian, dan keterlibatan siswa dalam aktivitas pembelajaran olahraga. Skor total angket digunakan sebagai skor minat belajar. Tingkat kebugaran jasmani diukur

menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN), yaitu instrumen pengukuran kebugaran pelajar yang memuat komponen antropometri dan beberapa tes kebugaran fisik sesuai pedoman Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (Kemenpora, 2022).

Analisis data dilakukan secara bertahap. Tahap pertama adalah uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Tahap berikutnya adalah uji korelasi untuk mengetahui hubungan antara minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani. Karena salah satu variabel utama tidak berdistribusi normal, analisis hubungan dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman* dengan taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 30 siswa-siswi yang mengikuti Program KKO di SMP 5 Surakarta. Jumlah siswa laki-laki sebanyak 25 orang (83.33%) dan 5 siswi perempuan (15.67%). Karakteristik dasar dari seluruh subjek penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Variabel	Jumlah (n)	Mean ± SD	P value*
Jenis Kelamin			
Laki-Laki	25 (83.33%)	-	0.001
Perempuan	5 (15.67%)		
Usia (Tahun)			
13	5 (15.67%)	14.44	0.003
14	12 (40%)	± 0.93	
15	9 (30%)		
16	4 (13.33%)		
Tinggi Badan (cm)			
131 – 140	2 (6.67%)	160.43	0.105*
141 – 150	3 (10%)	±	
151 – 160	10 (33.33%)	11.32	
161 – 170	11 (36.67%)		
171 – 180	4 (13.33%)		
Berat Badan (kg)			
21 – 30	1 (3.33%)	50.85	0.086*
31 – 40	5 (15.67%)		
41 – 50	11 (36.67%)	±	
51 – 60	7 (23.33%)	13.49	
61 – 70	4 (13.33%)		
71 – 80	1 (3.33%)		
81 – 90	0 (0%)		
91 – 100	1 (3.33%)		
IMT (kg/m ²)			
Underweight (<18.5)	15 (50%)	19.62	0.001
		± 4.32	
Normoweight (18.5 – 24.9)	11 (36.67%)		
Overweight (≥ 25)	4 (13.33%)		

*P value signifikan >0.05 pada Uji *Saphiro-Wilk*

Rata-rata usia subjek penelitian adalah 14.44 tahun dengan dominasi usia 14 tahun sebanyak 40%, diikuti usia 15 tahun (30%), usia 13 tahun (15.67%), dan usia 16 tahun (13.33%). Tinggi badan subjek penelitian memiliki rerata 160.43 cm dengan data terbanyak pada tinggi 161-170 cm (36.67%). Rerata berat badan subjek penelitian berada pada 50.85 kg. Hasil analisis statistik

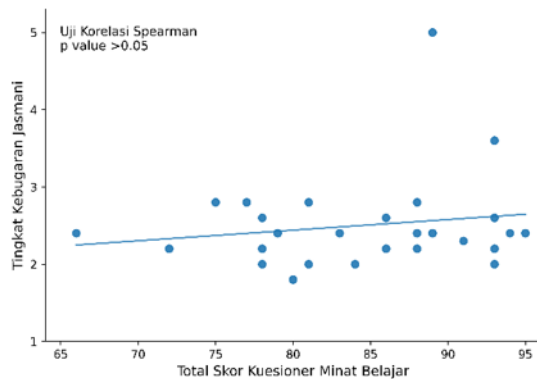
persebaran data tinggi badan dan berat badan menunjukkan nilai $p>0.05$, sehingga kedua data tersebut terdistribusi normal. Sedangkan data lain, seperti jenis kelamin, usia, dan IMT memiliki nilai $p < 0.005$, yang berarti data tidak terdistribusi normal.

Hasil skor minat belajar siswa bervariasi sesuai dengan penghitungan Skor Likert pada angket yang digunakan oleh peneliti. Skor terendah minat belajar siswa didapatkan pada angka 66, skor tertinggi pada 95, dan rerata skor 84.73. Berbeda dengan skor minat belajar yang dinilai menggunakan kuesioner, tingkat kebugaran dinilai berdasarkan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN) dengan hasil pada tabel 2. Hasil tes kebugaran terendah adalah 1.8 dan tertinggi pada poin 5. Hasil uji normalitas persebaran kedua variabel data tersebut berbeda. Tingkat minat belajar siswa menunjukkan hasil nilai $p>0.05$, sedangkan tingkat kebugaran memiliki nilai $p<0.05$. Uji korelasi antara tingkat minat belajar siswa dan tingkat kebugaran jasmani selanjutnya dianalisis dengan uji *Spearman*.

Tabel 2. Uji Korelasi Tingkat Minat Belajar dengan Tingkat Kebugaran Jasmani

Variabel	Mean ± SD	Median (Min – Max)	P value*
Tingkat Minat Belajar Siswa	84.73 ± 7.20	86 (66 – 95)	0.699
Tingkat Kebugaran Jasmani	2.49 ± 0.58	2.4 (1.8 – 5.0)	

*P value signifikan <0.05 pada Uji Korelasi Spearman



Grafik 1. Korelasi Total Skor Kuesioner Minat Belajar dengan Tingkat Kebugaran Jasmani.

Hasil analisis statistik terhadap korelasi antara kedua variabel menunjukkan nilai $p > 0.05$, sehingga tidak ada korelasi signifikan antara keduanya. Dengan demikian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani pada siswa program KKO di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Nilai rho yang mendekati nol menunjukkan bahwa arah hubungan bersifat positif, tetapi kekuatan korelasinya sangat lemah sehingga secara praktis hubungan tersebut dapat dianggap tidak bermakna.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat belajar tidak berhubungan secara signifikan dengan tingkat kebugaran jasmani siswa KKO. Temuan ini penting karena menunjukkan bahwa aspek psikologis berupa ketertarikan dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran olahraga belum tentu berbanding lurus dengan kondisi kebugaran jasmani yang terukur melalui tes fisik. Dengan kata lain, siswa dapat memiliki minat yang baik terhadap pembelajaran olahraga, tetapi kebugaran jasmaninya tetap bervariasi karena dipengaruhi oleh faktor fisik dan perilaku yang lebih kompleks.

Secara teoretis, minat belajar berperan sebagai pendorong keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Siswa yang memiliki minat cenderung lebih antusias mengikuti aktivitas, memperhatikan instruksi guru, dan menunjukkan partisipasi yang lebih baik (Anggraini et al., 2020; Kurniawan, 2021). Namun, kebugaran jasmani merupakan kondisi biologis yang terbentuk melalui proses adaptasi tubuh terhadap aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur, progresif,

dan berkelanjutan (Subekti et al., 2021). Oleh karena itu, minat belajar yang tinggi belum cukup untuk meningkatkan kebugaran apabila tidak disertai volume latihan, intensitas latihan, pemulihan, dan pola hidup yang mendukung.

Tidak signifikannya hubungan dalam penelitian ini dapat dijelaskan melalui beberapa kemungkinan. Pertama, kebugaran jasmani merupakan variabel multidimensional yang dipengaruhi oleh status gizi, komposisi tubuh, frekuensi aktivitas fisik, kualitas istirahat, kebiasaan sedentari, dan faktor biologis individual (Satin et al., 2021). Hasil uji normalitas yang menunjukkan sebaran IMT dan tingkat kebugaran jasmani tidak normal mengindikasikan adanya heterogenitas kondisi fisik responden. Heterogenitas ini dapat menyebabkan hubungan antara skor minat belajar dan kebugaran jasmani tidak tampak kuat dalam analisis korelasional.

Kedua, karakteristik responden yang merupakan siswa KKO yang juga perlu diperhatikan. Latihan rutin yang dilakukan tidak hanya menekankan kebugaran umum, tetapi juga keterampilan teknik, koordinasi, kelincahan, daya ledak otot tungkai,

dan pemahaman taktik permainan (Shinta & Mukti, 2025; Yullio et al., 2026). Sementara itu, TKPN mengukur kebugaran pelajar secara umum (Taufiqurrahman et al., 2025). Perbedaan fokus antara latihan kecabangan dan instrumen pengukuran kebugaran umum dapat menyebabkan siswa yang tampak aktif dan berminat dalam latihan bola voli belum tentu memperoleh skor kebugaran umum yang tinggi.

Ketiga, minat belajar bersifat dinamis dan dapat berubah sesuai pengalaman belajar, suasana kelas, dukungan guru, fasilitas, serta tekanan akademik maupun kompetitif. Sebaliknya, peningkatan kebugaran jasmani memerlukan proses fisiologis yang berlangsung lebih lama. Kesenjangan karakteristik antara variabel psikologis yang relatif cepat berubah dan variabel fisik yang membutuhkan adaptasi bertahap dapat menjelaskan mengapa hubungan keduanya tidak signifikan pada desain penelitian potong lintang.

Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi pengelolaan program KKO. Peningkatan kebugaran jasmani siswa tidak dapat hanya bertumpu pada upaya meningkatkan minat belajar atau

membuat pembelajaran olahraga lebih menarik. Program KKO perlu dilengkapi dengan perencanaan latihan fisik dasar yang terukur, pemantauan IMT dan komposisi tubuh, evaluasi kebugaran berkala, penguatan edukasi gizi, serta pengendalian kebiasaan kurang gerak di luar jam sekolah. Dengan demikian, aspek psikologis dan aspek fisik perlu dikelola secara terpadu, tetapi tetap menggunakan strategi intervensi yang berbeda.

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Pertama, jumlah sampel relatif kecil dan hanya berasal dari satu sekolah, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Kedua, responden hanya berasal dari peminatan bola voli sehingga hasilnya belum tentu mewakili siswa KKO pada cabang olahraga lain. Ketiga, penelitian ini belum mengontrol variabel potensial seperti durasi latihan mingguan, intensitas latihan, pola tidur, asupan gizi, riwayat cedera, dan aktivitas fisik di luar sekolah. Keempat, desain korelasional potong lintang tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat. Keterbatasan tersebut dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan

desain longitudinal dan jumlah sampel yang lebih besar.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara minat belajar dan tingkat kebugaran jasmani siswa Program Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Uji korelasi Spearman menghasilkan $p = 0,074$ dengan $p = 0,699$, mengindikasikan hubungan yang sangat lemah dan tidak bermakna secara statistik. Temuan ini menegaskan bahwa kebugaran jasmani lebih dipengaruhi oleh latihan fisik terprogram, status gizi, aktivitas fisik, kualitas istirahat, dan pola hidup sehat daripada minat belajar. Oleh karena itu, guru PJOK, pelatih, dan sekolah perlu mengimplementasikan program latihan periodik, melakukan evaluasi kebugaran dan IMT secara berkala menggunakan instrumen terstandar, serta memperkuat edukasi kesehatan. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas, membandingkan berbagai cabang olahraga, dan memasukkan variabel seperti volume serta intensitas latihan, status gizi, kualitas tidur, dan aktivitas fisik harian untuk memperoleh pemahaman yang lebih

komprehensif mengenai determinan kebugaran jasmani siswa KKO.

DAFTAR PUSTAKA

Abidin, M. Z., & Yuliastrid, D. (2022). Survei Minat Aktivitas Olahraga Masyarakat Desa Panunggalan Kecamatan Pulokulon Kabupaten Grobogan di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 17–26.

Anggraini, I. A., Utami, W. D., & Rahma, S. B. (2020). Mengidentifikasi Minat Bakat Siswa Sejak Usia Dini di SD Adiwiyata. *Islamika*, 2(1), 161–169.
<https://doi.org/10.36088/islamika.v2i1.570>

Irfan Maulana, & Rahmawan Santoso. (2025). Survei Minat Olahraga Bola Voli Remaja di Kecamatan Ambal Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 451–457.
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.450>

Jariono, G., & Subekti, N. (2020). Sports Motivation Survey And Physical Activity Students Of Sport Education Teacher Training And Education Faculty FKIP Muhammadiyah University Surakarta. *Kinestetik : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*.
<https://doi.org/10.33369/jk.v4i2.12449>

Jariono, G., Usman, A., Ihsan, A., & Nurhidayat, N. (2025). *METODE*

PENELITIAN PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA (D. A. Ahmad (ed.); 1st ed., Issue 0271). RAJAGRAFINDO PERSADA.

Kemenpora. (2022). *Pedoman Pelaksanaan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara*. Deputi Bidang Pembudayaan Olahraga Kemenpora RI.

Kurniawan, A. T. (2021). Minat Siswa Sd Negeri Jatipuro Terhadap Olahraga Futsal. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 1(6), 903.

Saputro, I. N., Nurwarthadi, A., Subekti, N., & Indarto, P. (2025). *Evaluasi Tingkat Kebugaran Jasmani Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa SMA Muhammadiyah 1 Surakarta dengan Instrumen Tes Kebugaran Pelajar Nusantara*. 9, 27790–27798.

Satin, P. M., Mandosir, Y. M., Irmanto, M., Susanto, I. H., & Kristanto, B. (2021). Hubungan Antara Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pelajar SMA di Kota Jayapura. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 1(1), 1–7.

Septi Sistiasih, V., & Reza Pradana, S. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580.
<https://doi.org/10.29408/porkes.v>

- 5i2.7079
- Shinta, P., & Mukti, I. F. B. (2025). Pengaruh Koordinasi Mata Tangan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 6, 90–98.
- Subekti, N., Syaukani, A. A., Warthadi, A. N., Raihan, A. A. D. A., & Budianto, R. (2021). Design Of Speed, Agility, Quickness Exercises To Improve The Physical Fitness Of Students At The Muhammadiyah University Of Surakarta In Terms Of Speed And Endurance. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(4), 809–818. <https://ejournal.unib.ac.id/kinestetik/article/view/19772/9327>
- Suparno, S., Hidayanto, D. N., & Labulan, P. (2020). Manajemen Pembinaan Prestasi Olahraga di Sekolah Khusus Olahragawan Internasional (SKOI) Kalimantan Timur. *Pendas Mahakam : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(1), 22–31. <https://doi.org/10.24903/pm.v4i1.393>
- Sutama, S., Hidayati, Y. M., & Novitasari, M. (2022). *Metode Penelitian Pendidikan* (F. Himara (ed.); 1st ed., Vol. 1). Muhammadiyah University Press.
- Taufiqurrahman, H., Amiruddin, A., & Masyitah, M. (2025). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Uptd Sd Negeri 16 Juli Di Kabupaten Bireuen Menggunakan Tes Kebugaran Pelajar Nusantara (TKPN). *Jurnal Pendidikan Nusantara*, 10(2), 5–8.
- Wijayanti, M. P. (2018). Implementasi Kebijakan Kelas Olahraga Di Smp Negeri 1 Ngawen. *Jurnal Kebijakan Pendidikan*, 1–9. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/60306>
- Wulandari, W., & Jariono, G. (2022a). Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi) Jurnal Porkes (Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi). *Jurnal Porkes*, 5(1), 245–259. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1>
- Wulandari, W., & Jariono, G. (2022b). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Jurnal Porkes*, 5(1), 245–259. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.5493>
- Yullio, R., Wismanadi, H., & Nurkholis, N. (2026). Atlet Bola Voli The Effect Of Hurdle Jump And Countermovement Jump Training On Agility And Leg Muscle Explosive Power In Volleyball Athletes Riyadhoh : *Jurnal Pendidikan Olahraga. Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(January), 1–7.