Pengaruh Life Skills, Disiplin dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Dimasa Pandemi Covid 19

Effect Of Life Skill, Discipline and Motivation Toward Learning Result Pf Sport Subject During Pandemic Covid-19

Maulana Yusup¹, Herman Subarjah², Adang Sudrazat³

^{1,2,3} Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia, Kampus Sumedang, Indonesia.
Maulanayusup.pejas@gmail.com¹ hermansubarjah@upi.edu² adang.sudrazat@upi.edu³

ABSTRAK

Hasil belajar merupakan tolak ukur keberhasilan peserta didik dalam mempelajari materi yang telah disampaikan dalam periode tertentu, hasil belajar digunakan untuk menentukan posisi peserta didik terhadap standar yang telah ditetapkan. Penerapan *Life Skills*, Disiplin, dan Motivasi diharapkan bisa membantu memperbaiki atau merubah peserta didik mendapatkan hasil belajar pendidikan jasmani yang lebih baik. Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi kelas VIII SMPN 4 Karangpawitan Garut, Populasi sebanyak 98 orang, dengan sampel yaitu 30 siswa kelompok eksperimen A, kelompok eksperimen B dan 30 Siswa kelompok control eksperimen C. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Metode penelitian pada penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengan desain *pre-test post-test control group design*. Peningkatan *life skills* diukur dengan menggunakan instrumen dari Cronin dan Allen (2017) yaitu *Life Skills Scale for Sport* (LSSS) yang terdiri dari delapan komponen yaitu: *teamwork*, *goal setting*, *time management*, *emotional skills*, *communication*, *social skills*, *leadership*, dan *problem solving and decision making*. Serta peningkatan disiplin dan Motivasi diukur untuk mengetahui gambaran pelaksanaan belajar siswa terhadap hasil belajar siswa pada sebuah sekolah SMP dikarangpawitan Garut. pengumpulan data *Life Skills*, Disiplin dan Motivasi dengan instrument berupa angket. Dengan menggunakan instrument angket Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat peningkatan *life skills*, disiplin dan motivasi yang signifikan dari setiap kelompok eksperimen. Dengan komponen yang peningkatannya paling tinggi adalah *life skills* dengan komponen kerjasama tim (*teamwork*).

Kata kunci: *Life Skills*, Disiplin, Motivasi, Pendidikan Jasmani.

ABSTRACT

Learning outcomes are a measure of the success of students in studying the material that has been delivered within a certain period, learning outcomes are used to determine the position of students against predetermined standards. The application of Life Skills, Discipline, and Motivation is expected to help improve or change students to get better physical education learning outcomes. The population of this study was class VIII students of SMPN 4 Karangpawitan Garut. The population was 98 people, with a sample of 30 students in the experimental group A, experimental group B and 30 students in the experimental control group C. Sampling was carried out using purposive sampling. The research method in this study is Quasi Experiment with a pre-test post-test control group

design. The improvement of life skills is measured using an instrument from Cronin and Allen (2017), namely the Life Skills Scale for Sport (LSSS) which consists of eight components, namely: teamwork, goal setting, time management, emotional skills, communication, social skills, leadership, and problem solving. solving and decision making. And the increase in discipline and motivation was measured to determine the description of student learning implementation on student learning outcomes at a junior high school in Karangpawitan Garut. By using a questionnaire instrument, the results showed that there was a significant increase in life skills, discipline and motivation from each experimental group. The component with the highest improvement is life skills with a teamwork component (teamwork).

Keywords: *Life Skills, Discipline, Motivation, Physical Education.*

Received: 2021-08-25; Accepted: 2021-12-21; Published: 2021-12-28

© 2021 Universitas Suryakancana

e-ISSN: 2721-7175(online) p-ISSN: 2089-2341 (cetak)

PENDAHULUAN

Tugas utama guru dalam pembelajaran adalah mengantarkan peserta didik pada prestasi terbaiknya sesuai dengan potensinya. Pendidikan mempunyai peran yang sangat penting dalam memajukan suatu bangsa. Pendidikan diharapkan dapat mencerdaskan generasi muda yang mampu mengembangkan potensi dalam diri, serta berpola pikir secara kritis dan dinamis, bertanggung jawab, berakhlak mulia, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. (Adi & Muhamad, 2020)

Hasil belajar merupakan tolak ukur keberhasilan peserta didik dalam mempelajari materi yang telah disampaikan dalam periode tertentu, hasil belajar digunakan untuk menentukan posisi peserta didik terhadap standar yang telah ditetapkan. (Taufik, 2018) Untuk mengetahui kemampuan peserta didik guru perlu melakukan evaluasi terhadap kemampuan peserta didik dalam memahami mata pelajaran yang disampaikan. Hasil belajar siswa dapat dilihat dari perolehan nilai Ujian Tengah Semester (UTS) atau Ujian Akhir Semester (UAS).

Taksonomi Bloom mengemukakan bahwa ranah dalam belajar dibagi menjadi tiga yaitu: Ranah Kognitif, yaitu ranah mengenai dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek yaitu mengingat, memahami, menerapkan, menganalisis, mengevaluasi, dan membuat. (Exploring, 2016) Guru menggunakan ranah kognitif untuk mengetahui kemampuan siswa dalam menguasai isi bahan pelajaran melalui nilai siswa di sekolah.

Aspek afektif yang diamati adalah: sikap mematuhi aturan sekolah, disiplin dalam mengerjakan tugas, memperhatikan pelajaran, kerapian dan sopan. Berkaitan dengan keterampilan fisik seperti keterampilan motorik dan syaraf, manipulasi objek dan koordinasi syaraf. Aspek ranah psikomotorik meliputi menirukan, memanipulasi, pengalamiahan dan artikulasi.

Life skills dapat berupa perilaku yaitu berkomunikasi secara efektif dengan teman sebaya dan orang dewasa, berupa kognitif yaitu dapat membuat keputusan yang efektif, interpersonal yaitu bersikap secara tegas atau interpersonal yaitu dapat menetapkan tujuan (S. Danish et al., 2014). *Life skills* dibagi menjadi delapan komponen (Cronin & Allen, 2017), yaitu: Teamwork (Kerjasama tim), Goal Setting (Penetapan Tujuan), Time Management (Manajemen Waktu), Time Management (Manajemen Waktu), Interpersonal Communication (Komunikasi Interpersonal), Social Skills (Keterampilan Sosial), Leadership (Kepemimpinan), Problem Solving and Decision making (Pemecahan masalah dan pengambilan keputusan). Berkaitan dengan indikator dalam disiplin, (Tu'u,2008) mengemukakan beberapa indikator yang menunjukkan pergeseran atau perubahan hasil belajar siswa sebagai kontribusi terhadap mentaati peraturan sekolah Indikator tersebut meliputi: dapat mengatur waktu belajar di rumah, rajin dan teratur belajar, perhatian yang baik saat belajar, ketertiban diri saat belajar.

Menurut Tulus (Tu'u,2008) menyebutkan unsur-unsur disiplin adalah sebagai berikut: Mengikuti dan menaati peraturan, nilai dan hukuman yang berlaku., Pengikutan dan ketaatan tersebut terutama muncul karena adanya kesadaran diri bahwa hal itu berguna bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Dapat juga muncul karena rasa takut, tekanan, paksaan dan dorongan dari luar dirinya., Sebagi alat pendidikan untuk mempengaruhi, mengubah, membina, dan membentuk perilaku sesuai dengan hal-hal yang ditentukan atau diajarkan. Hukuman yang diberikan bagi yang melanggar ketentuan yang berlaku, dalam rangka mendidik, melatih mengendalikan dan memperbaiki tingkah laku Peraturan – peraturan yang berlaku sebagai pedoman dan ukuran perilaku.

Motivasi belajar dapat diartikan sebagai daya pendorong untuk melakukan aktivitas belajar tertentu yang berasal dari dalam diri dan juga dari luar individu sehingga menumbuhkan semangat belajar (Monika & Adman, 2017). Motivasi belajar merupakan syarat mutlak untuk belajar dan memegang peranan penting dalam memberikan gairah atau semangat dalam belajar. Motivasi belajar mempunyai peranan besar dari keberhasilan seorang siswa. Hasil belajar akan menjadi optimal kalau ada motivasi belajar. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan semakin baik hasil belajar. Dengan demikian motivasi senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi siswa

Banyak hal yang harus diperbaiki dalam identifikasi berbagai permasalahan, dikelas VIII SMPN 4 Karangpawitan Garut. Dimana waktu yang digunakan terbatas, minat baca yang masih kurang, kurangnya fasilitas, dalam memahami materi, dan hasil belajar pendidikan jasmani masih belum optimal serta *life skills*, disiplin dan motivasi masih belum tertanam atau menjadi kebiasaan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Sehingga peneliti mengangkat semua rumusan masalah diantaranya, Bagaimana pengaruh *Life Skills* terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Bagaimana pengaruh Disiplin belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Bagaimana pengaruh motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Apakah terdapat perbedaan hasil belajar pada siswa-siswi yang di diberikan muatan *Life Skills* pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Disiplin pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, dan Motivasi pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani.

METODE

Metode eksperimen yang akan digunakan pada penelitian ini adalah Blended Learning. (Kenney & Newcombe, 2011), menyatakan bahwa dalam pembelajaran blended learning memiliki komposisi 30% untuk tatap muka dan 70 % dari penayangan materi secara online. (Graham, 2005) menyebutkan blended learning secara lebih sederhana sebagai pembelajaran yang mengkombinasikan antara

pembelajaran online dengan face-to-face (pembelajaran tatap muka). Metode belajar dimana proses belajar tatap kelas berpadu dengan proses e-learning secara harmonis atau bisa juga disebut pembelajaran campuran. Dimasa pandemi Covid – 19 ini sangat tepat sekali dilakukan pembelajaran dengan cara perpaduan anatara tatap muka dan online. Dalam penelitian ini menggunakan desain eksperimen dengan pretest-posttest control group design.

Desain Penelitian ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Tabel 1 Desain Penelitian

Kelas	Pre-test	Treatment	Post-test
A	Q1	X1	Q1
B	Q2	X2	Q2
C	Q3	X3	Q3

Keterangan:

Q1: Tes Sebelum kegiatan latihan pembelajaran X1 : Program Integrasi Life Skills

X2: Program Motivasi X3: Program Disiplin Q2: Tes setelah kegiatan latihan Kel

A: Kelas dengan program Integrasi *Life Skills* Kel B: Kelas dengan program Disiplin Belajar Kel C: Kelas dengan program Motivasi Belajar

Partisipan yang digunakan pada penelitian ini terdiri dari Peneliti, Pengajar sebanyak 1 orang dan siswa – siswi SMPN 4 Karangpawitan kelas VIII yang berjumlah 98orang. Dengan total seluruh partisipan adalah sebanyak 90 orang. Posisi peneliti adalah sebagai pembuat program dan pengamat. Partisipan berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, dan bersedia mengisi angket pretest Life Skills, Disiplin, dan Motivasi dan terakhir diberi Post-test angket Life Skills, Disiplin, dan Motivasi yang telah disediakan dengan Life Skills menggunakan angket LSSS (Girls, 2014) Disiplin dan Motivasi menggunakan Angket skala linkert. Partisipan kemudian dibagi menjadi 3 kelompok sampel yaitu kelompok eksperimen A (n = 30 orang), kelompok B (n = 30orang) dan Kel C (n=30 orang). Lokasi penelitian adalah di SMPN 4 Karangpawitan.

Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah LSSS (Life Skills Scale for Sport) untuk *Life Skills* yang dibuat oleh (Cronin & Allen, 2017), yang kemudian di adaptasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. LSSS memuat 8 komponen life skills yaitu, teamwork, goal setting, time management, intrapersonal communication, social skills, leadership, problem solving and decision making yang terbagi menjadi 49 pernyataan. LSSS memiliki nilai realibilitas yang tinggi yakni teamwork (.93), goal setting (.93), time management (.92), emotional skills (.87), interpersonal communication (.89), social skill (.86), leadership (.93), and problem solving and decision making (.82), termasuk kategori tinggi dan layak digunakan sebagai instrument penelitian.

Indikator peningkatan disiplin mematuhi aturan sekolah, mempelajari materi di rumah secara rutin, menyukai kerapian dan sopan, disiplin dalam mengerjakan tugas, memperhatikan pelajaran di kelas dan Indikator peningkatan motivasi tekun dalam belajar, mempunyai cita-cita masa depan, tidak mudah putus asa, tidak mudah putus asa, lebih senang bekerja mandiri, berkeinginan untuk berhasil (Tu'u, 2016). Instrumen hasil belajar pendidikan jasmani, Peneliti menggunakan data dokumen hasil belajar PJOK ranah kognitif dengan melihat hasil Ulangan Harian semester II siswa kelas VIII SMPN 4 Karangpawitan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Data yang diperoleh dari hasil tes merupakan data mentah, untuk mendapatkan makna atau kesimpulan dari data tersebut maka harus diolah dan dianalisis secara statistika. Data tersebut diolah dan dianalisis berdasarkan langkah-langkah penelitian yang telah diuraikan pada bab sebelumnya. Adapun hasil pengolahan dan analisis data, penulis uraikan sebagai berikut.

Dalam Uji validitas tes angket Life Skills, Disiplin dan Motivasi, mengukur variabel *Life Skills* (X_1) semuanya telah memiliki nilai r hitung $> r$ tabel (0,361) dan bernilai positif. Dengan demikian setiap item pertanyaan tersebut dinyatakan valid. Mengukur variabel Disiplin (X_2) semuanya telah memiliki nilai r hitung $> r$

tabel (0,361) dan bernilai positif. Dan mengukur variabel Motivasi (X_3) semuanya telah memiliki nilai r hitung $> r$ tabel (0,361) dan bernilai positif. Dengan demikian setiap item pertanyaan tersebut dinyatakan valid.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Reliabilitas <i>Coefficient</i>	Cronbach's Alpha	Keterangan
Life Skills	48 item pernyataan	0,948	Reliabel
Disiplin	52 item pernyataan	0,943	Reliabel
Motivasi	52 item pernyataan	0,942	Reliabel

Sumber: Output SPSS 22 yang diolah, 2021

Berdasarkan keterangan diatas terlihat bahwa untuk variabel X_1 memiliki nilai alpha 0,948 untuk variabel X_2 memiliki nilai alpha 0,943 dan untuk variabel X_3 memiliki nilai alpha 0,942. Hasil tersebut menunjukkan bahwa masing-masing variabel memiliki *Cronbach Alpha* $> 0,7$. Dengan demikian variabel-variabel tersebut dinyatakan reliabel.

Dalam penelitian ini, untuk mengetahui ada tidaknya gejala heteroskedasitas maka dilakukan Uji Heteroskedasitas menggunakan Grafik Scatterplot. Hasil pengujian heteroskedasitas didapat dengan bantuan *software SPSS 22 for windows*, berikut hasil uji H eteroskedasitas tertera pada grafik 4.1:

Gambar 1 Grafik Scatterplot Heteroskedasitas

Pada grafik Scatterplot terlihat bahwa pola titik menyebar merata tanpa membentuk suatu pola tertentu, selain itu juga titik menyebar di atas dan di bawah titik nol. Dari grafik diatas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedasitas dalam variabel penelitian.

1. Hasil Uji Parsial (Uji t)

t tabel dapat dihitung dengan cara $t \text{ tabel} = t(\alpha/2 ; n-k-1)$, untuk α yang digunakan adalah 0,05, n adalah jumlah sampel, dan k adalah jumlah variabel independen. Maka $t (0,05/2; 30-3-1) = t (0,025; 26) = 2,056$. Berikut hasil uji parsial (uji t) tertera pada tabel 4.8 dibawah ini:

Tabel 3 Hasil Uji Parsial (Uji t)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-,078	2,123		-,037	,971
	Life Skills	,005	,008	,121	2,061	,043
	Disiplin	,011	,008	,264	2,141	,017
	Motivasi	,008	,008	,202	2,057	,030

a. Dependent Variable: Hasil Belajar

Sumber: Output SPSS 22 yang diolah, 2021

Diketahui nilai signifikansi untuk pengaruh variabel X_1 terhadap variabel Y adalah sebesar $0,043 < 0,05$ atau $t \text{ hitung } 2,061 > t \text{ tabel } 2,056$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima yang berarti bahwa *Life Skills* (X_1) berpengaruh positif terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Y).

Diketahui nilai signifikansi untuk pengaruh variabel X_2 terhadap variabel Y adalah sebesar $0,0170 < 0,05$ atau $t \text{ hitung } 2,141 > t \text{ tabel } 2,056$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_2 diterima yang berarti bahwa Disiplin (X_2) berpengaruh terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Y).

Diketahui nilai signifikansi untuk pengaruh variabel X_3 terhadap variabel Y adalah sebesar $0,030 < 0,05$ atau $t \text{ hitung } 2,057 > t \text{ tabel } 2,056$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_3 diterima yang berarti bahwa Motivasi (X_3) berpengaruh terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani (Y).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, pelaksanaan penelitian, pertemuan pertama peneliti memberikan muatan –muatan/mengintegrasikan 1 komponen. Pertemuan berikutnya menjadi 2 komponen, begitu seterusnya sampai 8 komponen terpenuhi, hanya saja setiap pertemuan hanya fokus pada satu komponen, komponen lainnya hanya pengulangan sebagai pengingat kepada peserta didik. Selama ini baik guru maupun peserta didik masih kurang menyadari bahwa dalam pendidikan jasmani banyak dampak positif yang ditimbulkan. Biasanya hanya terfokus pada ranah psikomotornya saja.

Setelah melihat hasil dari penelitian yang telah dilakukan, keterlibatan peserta didik dalam aktivitas pendidikan jasmani mampu memberikan dampak yang berarti dalam peningkatan *life skills*, Disiplin dan Motivasi. Dengan demikian peneliti memberikan saran kepada guru pendidikan jasmani khususnya agar memberikan program *life skills* (Elly,2016), Disiplin dan Motivasi pada saat pengajaran pendidikan jasmani. Karena program *life skills*, Disiplin dan Motivasi tidak hanya membangkitkan minat peserta didik dalam melakukan aktivitas pendidikan jasmani dan mengoptimalkan hasil belajar, lebih luas lagi program *life skills*, Disiplin dan Motivasi membantu peserta didik mempersiapkan dirinya agar siap menghadapi semua tantangan yang akan mereka hadapi dikemudian hari. Program *life skills*, (Subarjah,2016) Disiplin dan Motivasi harus bersifat *continue*, yang artinya harus berkelanjutan. Hal tersebut harus didukung oleh lingkungan tempat peserta didik seperti rumah, sekolah dan masyarakat. Jika semua komponen pendukung paham betapa pentingnya program *life skills*, Disiplin dan Motivasi maka masyarakat yang positif akan terwujud.

Seperti penelitian yang dilakukan (Cronin & Allen 2014). Development and initial validation of the life skills scale for sport (Cronin & Allen, 2017). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan instrumen mengenai kecakapan hidup melalui olahraga. Metode penelitian ini melakukan empat kali studi untuk mengembangkan Life Skills Scale for Sport (LSSS). Studi 1 mengembangkan item untuk skala dan penilaian validitas konten oleh 39 orang penguji. Studi dua meliputi 338 pemuda olahraga dan menggunakan analisis faktor eksploratori (EFA) dan statistik deskriptif untuk mengurangi jumlah item dalam skala dan mengeksplorasi struktur faktor masing-masing subkala dan seluruh skala. Studi tiga meliputi 233 peserta olahraga pemuda dan menilai struktur faktor skala menggunakan konfirmasi faktor analisis (CFA),

Diantaranya adalah: Terdapat pengaruh dan signifikan program *life skills* dengan hasil belajar pendidikan jasmani, dimana dengan sangat baik sekali para siswa-siswi begitu lebih terbuka lagi dengan program *life skills* dan bersemangat mengaplikasikannya (Rahayu, 2019). Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Disiplin belajar dengan hasil belajar, dimana sikap disiplin sudah tumbuh ketika diberikan program tata tertib sekolah dan tata tertib dalam mengikuti pembelajaran. Terdapat Pengaruh yang positif dan signifikan antara Motivasi dengan hasil belajar pendidikan jasmani. Dimana motivasi sangat diperlukan oleh setiap siswa untuk memfokuskan kembali tujuan mereka/cita-cita mereka. (Hoffmann, 2014) Terdapat pengaruh yang signifikan Program *life skills* yang diberikan, memberikan dampak yang sangat besar terhadap perkembangan anak. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya pada aktivitas pendidikan jasmaninya saja, tetapi lebih luas lagi mempersiapkan peserta didik agar siap menghadapi berbagai tantangan yang akan dihadapi di lingkungan sekitarnya. Peserta didik akan lebih siap menghadapi berbagai macam masalah yang akan dihadapi dimasa yang akan datang.

SIMPULAN

Penerapan program *life skills* yang diterapkan pada pembelajaran pendidikan jasmani menjadi sangat penting. Kelompok yang diberikan muatan *life skills* menjadi kelompok yang paling meningkat perubahannya dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan muatan *life skills* yaitu Disiplin dan Motivasi. Dari delapan komponen yang diberikan ada satu komponen yang paling menonjol peningkatannya, yaitu komponen Kerjasama Tim. Peneliti melihat selama proses pemberian komponen *life skills* peserta didik lebih fokus terhadap kerjasama dalam bermain dan berkomunikasi dengan baik.. Namun secara keseluruhan dari delapan komponen tersebut mengalami peningkatan yang berarti, terbukti terdapat perbedaan yang signifikan terhadap peserta didik yang diberikan muatan *life skills*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, R., & Muhamad, S. T. (2020). Technology Innovation and Learning Media in Industrial Revolution Era 4 . 0 (Blended Learning) in Physical Education. *UHAMKA*, 120–122.
- Danish, S. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2018). Sport-Based Life Skills Programming in the Schools. Virginia Commonwealth University: Richmond, VA.
- Elly, Rosma. 2016. Hubungan Kedisiplinan terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V di SD Negeri 10 Banda Aceh. *Jurnal Pesona Dasar* Vol. 3 No. 4 Hal. 43-53. Tersedia Pada :
<http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/PEAR/article/download/7540/6207>.
- Exploring Life Skill Transfer Within a Female Physical Activity Based Life Skills Program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 274–290.
<https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1124155>
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>
- Danish, S., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2014). Sport Enhancing Youth Development Through Sport, (October 2014), 37–41.
<https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674365>
- Gould, D., & Carson, S. (2008a). International Review of Sport and Exercise Psychology Life skills development through sport: current status and future directions, (March 2013), 37–41.
<https://doi.org/10.1080/17509840701834573>

- Girls : A Physical-Activity / Life- Skills Intervention for Girls Transitioning to Junior High Strong Girls : A Physical-Activity / Life-Skills Intervention for Girls Transitioning to Junior High, (October 2014), 37–41.
<https://doi.org/10.1080/21520704.2011.573060>
- Hoffmann, J. J., Reed, J. P., Leiting, K., Chiang, C. Y., & Stone, M. H. (2014). Repeated sprints, high-intensity interval training, small-sided games: Theory and application to field sports. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 9(2), 352–357.
<https://doi.org/10.1123/IJSPP.2013-0189>
- Kendellen, K., & Camiré, M. (2019). Applying in life the skills learned in sport: A grounded theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 40, 23–32.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.09.002>
- Lerner, R. M., Almerigi, J. B., & Lerner, J. V. (2005). Positive Youth Development A View of the Issues, 25(1), 10–16.
<https://doi.org/10.1177/0272431604273211>
- Rahayu, E. T. (2019). Meningkatkan Waktu Aktif Belajar Siswa Sekolah Dasar Melalui Pemanfaatan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Maenpo*, 9(2), 83-89.
- Subarjah, H (2016) Hubungan anatara Kebugaran Jasmanai dan Motivasi Belajar, Jurnal pendidikan sains social dan kemanusiaan,
- Taufik, M. S. (2018). Meningkatkan Teknik Dasar Dribbling Sepakbola Melalui Modifikasi Permainan. *Jurnal Maenpo : Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 8(1), 26.
ISSN 1979-0122
- Tu’u, Tulus. (2008). *Peran Disiplin Pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: PT Grasindo.