

---

## IMPLEMENTASI MODEL *DIRECT INSTRUCTION* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TEKNIK DASAR *SPRINT*

**Wayan Santra**

SMAN 1 Sukawati, Gianyar, Indonesia; [wysantra@gmail.com](mailto:wysantra@gmail.com)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar teknik dasar *sprint* melalui penerapan model *direct instruction*. Penelitian tindakan kelas ini yang dilakukan sebanyak 2 siklus, masing-masing siklus terdiri dari tahap rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Subjek penelitiannya adalah siswa Kelas X MIA 1 SMA Negeri 1 Sukawati yang berjumlah 36 orang. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan metode observasi dan tes prestasi. Setelah data yang diperlukan semuanya, maka tindak selanjutnya adalah menganalisis data dengan menggunakan analisis statistik deskriptif. Kriteria keberhasilan nilai rerata minimal 80 dan ketuntasan secara klasikan minimal 85%. Hasil penelitian pada siklus I dengan nilai rerata 79 dan ketuntasan secara klasikal mencapai 80,55%. Hasil pada siklus II menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa dengan nilai rerata 83 dan ketuntasan secara klasikal 100%. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar pengimplementasian model *Direct Instruction* dapat meningkat. Disarankan kepada guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan untuk mengimplementasikan model ini karena terbukti dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar hasil belajar teknik dasar lari jarak pendek.

**Kata Kunci:** *Direct Instruction*, aktivitas belajar, lari jarak pendek.

**Abstract.** This study aims to improve activities and learning outcomes of basic techniques for sprinting through the application of the direct instruction model. This classroom action research was conducted in 2 cycles, each cycle consisting of the action plan, action implementation, observation / evaluation, and reflection stages. The subjects of the research were 36 students of Class X MIA 1 SMA Negeri 1 Sukawati. The method used to collect data is the method of observation and achievement tests. After all the required data, the next step is to analyze the data using descriptive statistical analysis. The criteria for success are the average score of at least 80 and classical completeness of at least 85%. The results of the research in the first cycle with an average value of 79 and classical completeness reached 80.55%. The results in the second cycle showed an increase in student learning outcomes with an average value of 83 and classical completeness of 100%. Based on the results of data analysis and the discussion above, it can be concluded that the activities and learning outcomes of implementing the Direct Instruction model can increase. It is recommended for Sports and Health Physical Education teachers to implement this model because it is proven to increase activity and learning outcomes of sprint basic technique learning.

**Keywords:** Direct Instruction, learning activities, sprinting.

### PENDAHULUAN

Belajar-mengajar merupakan proses kegiatan interaksi antara guru dengan muridnya. Kegiatan ini sangat beraneka ragam coraknya, mulai dari kegiatan yang didominasi oleh guru sebagai pendidik sampai dengan kegiatan mandiri yang dilakukan oleh peserta didik ([Napitupulu, 2019](#)). Semua ini tentu saja

bergantung pada ketrampilan guru dalam mengelola kegiatan interaksi belajar mengajar (Parwata, 2021).

Penggunaan berbagai variasi mengajar mutlak dilakukan oleh guru dengan maksud agar tidak menimbulkan kebosanan, kejenuhan, serta untuk menghidupkan suasana kelas demi keberhasilan anak didik (siswa) dalam mencapai tujuan pembelajaran (Wahyulestari, 2018). Melaksanakan kegiatannya sebagai pengajar, perlu memperhatikan perbedaan anak didik dari aspek biologis, intelektual dan psikologis. Ketiga aspek ini akan membantu guru dalam menentukan metode pengajaran yang tepat dalam proses belajar mengajar. Disamping itu guru juga harus memperhatikan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penggunaan metode pengajaran yaitu tujuan yang berbagai jenis dan fungsinya, tingkat kematangannya, situasi, kualitas dan kuantitas fasilitasnya, serta pribadi guru dengan kemampuan profesionalnya (Isnaini & Hartati, 2014).

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. PJOK pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktifitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh baik dari sisi aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berfikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Erfan, 2017; Haris, 2018; Isnaini & Hartati, 2014). Untuk mencapai tujuan itu, Guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan dan olahraga internalisasi nilai-nilai sportivitas, jujur, kerjasama dan pembiasaan pola hidup sehat, dimana dalam pelaksanaannya bukan melalui pengajaran yang konvensional di dalam kelas yang bersifat kajian teoritis, melainkan pelaksanaan pengajaran dengan berbagai interaksi yang melibatkan unsur fisik, mental, intelektual, emosional dan sosial (Arisandi, 2014; Astar, 2020; Kabul, 2013; Podung, 2015). Aktivitas yang diberikan dalam pembelajaran PJOK harus mendapatkan sentuhan ditaktik metodik, sehingga aktivitas yang dilakukan dapat mencapai tujuan dan hasil yang lebih optimal (Cahyadi, 2016; Suyono, 2018; Winarto, 2018).

Hasil belajar siswa dipengaruhi oleh aktivitas dalam proses pembelajaran karena siswa secara aktif berusaha mengetahui apa yang belum diketahui (Saputro et al., 2017). Aktivitas yang diamati dalam penelitian ini adalah: 1) Kegiatan – kegiatan visual (*Visual Activities*); 2) Kegiatan – kegiatan lisan (*Oral Activities*); 3) Kegiatan – kegiatan mendengarkan (*Listening Activities*); 4) Kegiatan – kegiatan metrik (*Writing Activities*); 5) Kegiatan – kegiatan mental (*Mental Activities*); dan 6) Kegiatan – kegiatan emosional (*Emotional Activities*) dengan indikator aktivitas belajar (Diederich, 1972). Untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar peserta didik, diperlukan pembelajaran yang dapat membantu guru dalam mengaitkan materi pelajaran dengan situasi dunia nyata dan mendorong siswa dalam membuat relasi antara pengetahuan yang dimiliki dengan implementasinya dalam kehidupan sehari-hari. Faktor lingkungan belajar, minat belajar, sebagai

kreatifitas penemuan siswa secara tidak langsung akan berkaitan dengan proses pertumbuhan mental kearah yang lebih maju.

Pengajaran atletik khususnya lari sprint sangat membosankan bagi siswa SMA. Karena itu, Guru PJOK sangat diharapkan mampu mencari metode belajar untuk membentuk keterampilan berlari bagi siswanya, dengan ini juga tercapai kebugaran jasmani peserta didiknya (Darmawan, 2017). Lari jarak pendek atau sering juga dikatakan dengan lari cepat (*sprint*) merupakan salah satu nomor pada cabang olahraga atletik yang harus ditingkatkan, sebab *sprint* mempunyai teknik gerak yang sangat kompleks. Pelaksanaan gerakannya mencakup gerak *start*, gerakan lari cepat dan gerakan *finish* (Kadir et al., 2017; Muharram, 2015; Tauhid et al., 2020). Untuk memperoleh kualitas lari yang baik, siswa harus memiliki teknik yang baik. Oleh sebab itu unsur teknik harus selalu dipelajari dan dilatih dengan sebaik-baiknya. Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang belum memahami. Hal ini dikarenakan para guru hanya memberikan materi, kemudian siswa disuruh mempraktekan secara berulang-ulang dan diukur hasilnya, lalu sudah selesai.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di SMA Negeri 1 Sukawati khususnya dalam mengamati teknik dasar *sprint*, masih banyak siswa yang kurang mampu melakukan teknik dasar lari jarak pendek dengan baik dan benar karena metode pembelajaran Guru PJOK masih bersifat konvensional, siswa belum aktif dalam proses pembelajaran karena masih dibatasi oleh Guru, dan dalam mengajar guru tidak mengajarnya secara satu persatu materi. Selain itu, Guru PJOK belum mendemonstrasikan secara langsung kepada siswa tentang materi pelajaran dengan baik. Observasi awal yang peneliti lakukan terhadap aktivitas dan hasil belajar sebagai berikut, aktivitas belajar dari 33 siswa yaitu sangat aktif: tidak ada (0 %), aktif: 9 Orang siswa (24,24%), cukup aktif: 24 Orang siswa (75,76%), kurang aktif: 0 Orang siswa (0%), sangat kurang aktif: tidak ada (0%). Jadi hasil belajar siswa dikatakan kurang (75,76%) karena belum sesuai dengan klasikal (KKM=80). Semua ini disebabkan karena Guru PJOK belum maksimal dalam menerapkan model pembelajaran sehingga pembelajaran berlangsung kurang efektif. Peneliti mencoba untuk memberikan alternatif pemecahan masalah untuk mengatasi masalah yang muncul dalam proses pembelajaran, yaitu dengan menerapkan model pembelajaran langsung, dengan harapan aktivitas dan hasil belajar siswa khususnya pada materi teknik dasar lari jarak pendek dapat meningkat.

Pembelajaran langsung (*direct instruction*) diharapkan dapat membantu siswa dalam belajar serta mendorong mereka untuk bertanya, diskusi atau mengajarkan mereka untuk menyampaikan pendapat. Pembelajaran ini dirancang secara khusus untuk mengembangkan belajar siswa tentang pengetahuan deklaratif dan pengetahuan prosedural yang terstruktur dengan baik dan dapat dipelajari selangkah demi selangkah. Para guru selalu menghendaki agar siswanya memperoleh kedua macam pengetahuan tersebut, agar mereka dapat melakukan suatu kegiatan dan melakukan segala sesuatu dengan berhasil (Panjaitan, 2016).

**METODE**

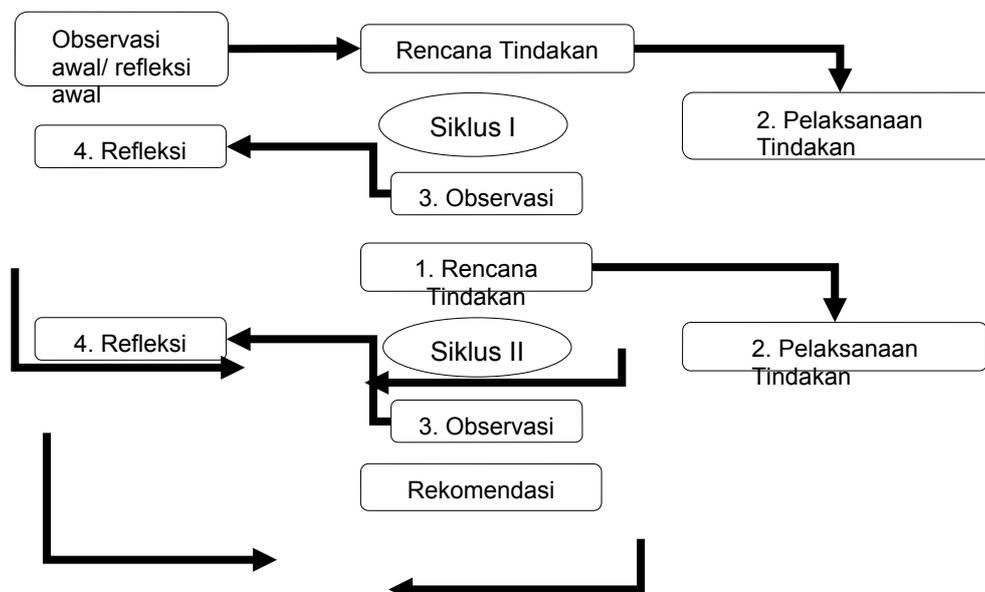
Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sukawati, dengan pertimbangan waktu, biaya, kemudahan akses dalam memperoleh data penelitian dan upaya memberikan kontribusi positif atas validasi hasil penelitian (Setyowati & Widana, 2016). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MIA 1 yang berjumlah 36 orang siswa, dengan 11 orang siswa putra dan 25 siswa putri. Instrumen digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi aktivitas belajar teknik dasar dan asesmen teknik *sprint* yang meliputi sikap *start*, lari cepat dan saat memasuki garis *finish*.

Penelitian ini dilaksanakan dalam 2 siklus. Fokus penelitian pada siklus I adalah materi *sprint*, sedangkan fokus penelitian pada siklus II adalah perbaikan kekurangan atau kelemahan-kelemahan yang terjadi pada siklus I. Rancangan PTK ini terdiri atas empat tahapan: 1) rencana tindakan; 2) pelaksanaan tindakan; 3) observasi/evaluasi; dan 4) refleksi. Refleksi merupakan kajian secara menyeluruh tindakan yang telah dilakukan berdasarkan data yang telah terkumpul, kemudian dilakukan evaluasi guna menyempurnakan tindakan. Refleksi awalnya dianalisis dengan kuantitatif yang kemudian didiskripsikan. Analisis kuantitatif dengan menghitung:

- a. Rata-rata (*mean*) dihitung dengan:

$$\text{Mean} = \frac{\text{Jumlah Nilai}}{\text{Jumlah Siswa}}$$

- b. *Median* (titik tengah) dilakukan dengan mengurutkan semua data dari yang terkecil sampai yang tertinggi /terbesar, apabila jumlahnya ganjil maka data yang paling tengah adalah median. Apabila datanya genap maka dua data yang paling tengah dijumlahkan lalu dibagi dua.
- c. *Modus* (angka yang paling banyak/paling sering muncul).



**Gambar 1.** Rancangan Penelitian Tindakan Kelas

Untuk menentukan keberhasilan siswa, maka dilakukan penskoran dan penentuan standar keberhasilan belajar. Sistem penilaian pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan berpedoman pada kriteria sekolah, yaitu

ketuntasan secara individu minimal 80 dan ketuntasan secara klasikal minimal 85% hal ini disesuaikan ketentuan kurikulum dan berdasarkan minimum yang berlaku di SMA Negeri 1 Sukawati. Dalam penelitian ini apabila ketentuan secara individu (80) dan ketuntasan belajar secara klasikal (85%) sudah tercapai, maka penelitian ini akan dihentikan. Jika siklus I belum berhasil maka dilanjutkan ke Siklus II sesuai dengan kurikulum dengan melihat hasil refleksi dari Siklus I, hal ini dilakukan untuk melihat sejauh mana keberhasilan tindakan sesuai dengan perencanaan yang telah disusun.

Refleksi juga dilakukan untuk melihat kelemahan-kelemahan yang terjadi pada siklus I untuk dapat diperbaiki pada Siklus II. Hasil refleksi Siklus I dipakai dalam menyusun rencana pada Siklus II. Setelah mendapat nilai akhir, selanjutnya akan dimasukkan ke dalam nilai raport dengan menggunakan kriteria Penilaian Acuan Patokan (PAP) skala lima, yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang dan sangat kurang, dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Kriteria Tingkat Penguasaan Kompetensi

No	Tingkat penguasaan kompetensi	Predikat	Keterangan
1	85 – 100	Sangat baik	Tuntas
2	75 – 84	Baik	Tuntas
3	65 – 74	Cukup	Tuntas
4	55 – 64	Kurang	Tidak tuntas
5	0 – 54	Sangat kurang	Tidak tuntas

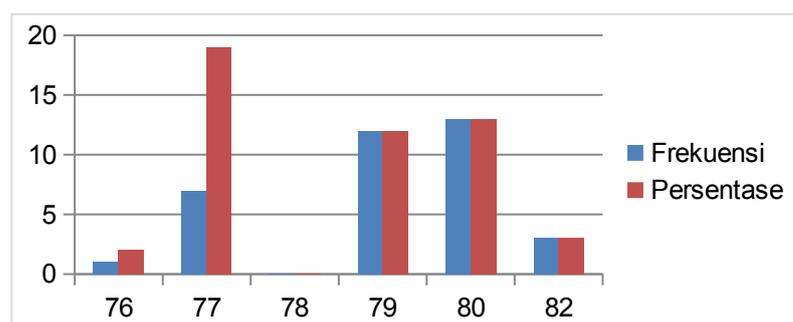
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus yang dilaksanakan untuk mengetahui aktivitas dan hasil belajar lari jarak pendek. Setiap siklus dilakukan selama dua kali pertemuan. Pertemuan pertama untuk tindakan dan pengamatan aktivitas belajar belajar *sprint*, dan pertemuan kedua untuk tindakan dan pengamatan aktivitas serta evaluasi hasil belajar *sprint*. Penelitian ini dilaksanakan pada pukul 07.30-09.30 Wita di Lapangan SMA Negeri 1 Sukawati.

Berdasarkan nilai awal tersebut menunjukkan nilai siswa, hanya sebesar 44% yang tuntas sedangkan 66%nya tidak tuntas. Hal ini memberikan kesimpulan bahwa model pembelajaran konvensional tidak mampu meningkatkan prestasi belajar siswa dalam kemampuan *sprint* untuk pelajaran PJOK. Maka dipergunakan model pembelajaran langsung dapat meningkatkan kemampuan prestasi olahraga lari jarak pendek.

Siklus pertama diawali dengan tahap: a) Rencana yang terdiri dari Menyusun RPP untuk pembelajaran, Menyiapkan semua peralatan yang diperlukan dalam pengajaran PJOK, Membuat format Observasi, Merancang skenario yang diperlukanselama pembelajaran dan Mengkonsultasikan pada temen-temen guru sejawat tentang kemungkinan yang tidak diinginkan; b) tahap Pelaksanaan tindakan yang dimulai dengan Pengelolaan kelas, Pembelajaran dimulai dengan menjelaskan hal-hal penting untuk

pembelajaran sprint ini, Pemberian contoh dengan gerakan yang benar, Menyuruh siswa melakukan sesuai contoh yang diberikan, Mencoba masing-masing siswa agar mampu melakukan dan Mengakhiri kegiatan sesuai waktu yang ditentukan; c) tahap observasi yang dilakukan dengan mempergunakan instrumen observasi yang telah dibuat, guru peneliti mengobservasi pembelajaran yang dilakukan sekaligus mengisi instrumen observasi tersebut; d) tahap refleksi yang berisikan perhitungan kuantitatif yang kemudian dideskripsikan. Adapun hasil dari observasi siklus I, direfleksikan kemudian sehingga diperoleh hasil nilai rata-rata (mean) kelasnya 79, nilai median 79, modusnya 79. Adapun grafik capaian dari siklus I ditampilkan lewat Gambar 2.

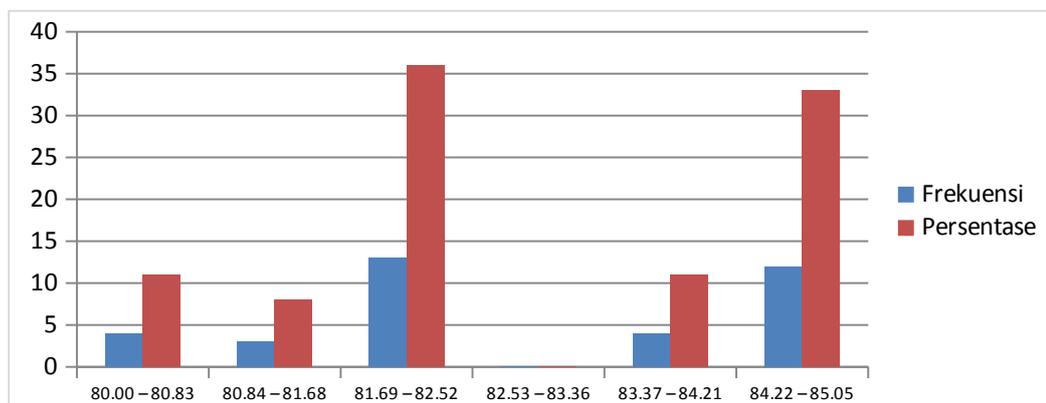


**Gambar 2.** Grafik Prestasi Belajar Siswa Siklus I

Pengamatan yang dilakukan oleh Guru pada Hasil siklus I dalam bentuk catatan kesalahan peneliti pada melaksanakan proses *Direct Instruction*, hal ini menjadi masukan yang sangat berharga untuk perbaikan pada siklus selanjutnya. Jumlah semua nilai siswa pada siklus I adalah 2.849 setelah dirata-ratakan menjadi 79. Ketuntasan klasikal mencapai 80,55% (29 orang mencapai KKM sedangkan 7 orang belum mencapai KKM). Berdasarkan analisis kuantitatif dapat diambil simpulan sementara bahwa hasil yang didapat sudah menunjukkan keberhasilan *Direct Instruction*, yang dilakukan guru akan tetapi masih ada kekurangan. Dengan demikian, hasil dari siklus I ini dapat dikatakan belum optimal. Belum optimalnya dikarenakan masih terdapat tujuh orang siswa yang harus mendapatkan remedi karena nilai yang diperoleh di bawah KKM.

Mempertimbangkan hasil observasi lapangan di siklus I, di mana masih ada yang melakukan pelanggaran kecil, maka pada siklus II ini dibuat perencanaan yang lebih matang yang isinya lebih memberikan menekankan pada umpan balik, pemantapan latihan, latihan lebih banyak, mengupayakan apa yang sudah dikuasai pada siklus I agar dimantapkan lagi seperti gerakan mereka lebih luwes, latihan lebih banyak, dan kerjasama antar siswa dilapangan menjadi lebih erat dan sportif. Pemberian contoh dilakukan dengan lebih pelan serta lebih menekankan pada hal yang terpenting dan kongkrit. Contoh diberikan untuk lebih mudah ditiru. Gerakan awal yang dilakukan sudah benar maka gerakan selanjutnya akan mudah dilakukan. Gerakan ini perlu dilakukan atau dicoba berulang-ulang kali yang terpenting adalah penguasaan gerak dasar sudah harus benar. Akhirnya dengan semua upaya tersebut peneliti mampu meningkatkan hasil belajar siswa

pada siklus II menjadi rata-rata 83. Capaian dari siklus II ditampilkan lewat Gambar 3.



**Gambar 3.** Grafik Prestasi Belajar Siklus II

Hasil pada siklus II menunjukkan peningkatan prestasi siswa kelas X MIA 1 didalam kemampuan lari jarak pendek pada pembelajaran penjasorkes yang signifikan dengan tingkat ketuntasannya 100%. Upaya yang maksimal tersebut menuntut kepada penelitian bahwa model pembelajaran langsung mampu meningkatkan prestasi siswa didalam kemampuan *sprint* pada pembelajaran PJOK. Tercapainya hasil akhir yang didapatkan pada siklus ini maka tujuan penelitian sesuai dengan indikator keberhasilan penelitian sudah dapat dicapai. Oleh karenanya penelitian ini sudah dianggap berhasil dan dapat dilanjutkan kesiklus berikutnya.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa keefektifan penerapan *Direct Instruction* dapat meningkatkan prestasi belajar *sprint*. Hal ini dapat dilihat ketuntasan hasil belajar siswa pada siklus I mencapai 78%, yang berada pada kategori baik sedangkan pada siklus ke II mencapai 100%. Dengan demikian disarankan agar Guru PJOK mengimplementasikan model Pembelajaran Langsung (*direct instruction*) untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran *Sprint*.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada Kepala SMA Negeri 1 Sukawati yang telah memberi izin untuk melaksanakan penelitian. Teman-teman guru PJOK atas sumbang-sarannya dalam penelitian ini. Siswa kelas XI MIA 1 yang digunakan sebagai objek pengambilan data penelitian ini, yaitu: Penerapan Model *direct instruction* untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *sprint*.

Terima kasih juga disampaikan kepada Pengelola, Editor, Reviewer IJED (*Indonesian Journal of Educational Education*) yang berkedudukan di Universitas PGRI Mahadewa Indonesia. Semoga artikel ini bermanfaat bagi pengembangan Pendidikan dan pembelajaran, khususnya mata pelajaran PJOK.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arisandi, A. (2014). Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi anak cerebral palsy kelas V-D di SLB YPPLB Padang. *E-JUPEKhu (Jurnal Ilmiah Pendidikan Khusus)*, 3(2), 13–26. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/download/3494/2909>
- Astar. (2020). Upaya meningkatkan kesegaran jasmani melalui pendekatan bermain dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Journal of Classroom Action Research*, 2(1), 70–75. <https://doi.org/10.35194/jm.v8i1.917>
- Cahyadi, R. (2016). Hubungan antara motivasi belajar siswa dan penampilan guru terhadap hasil belajar siswa. *JURNAL E-DuMath*, 2(2), 233–245. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/edumath/article/download/187/130>
- Darmawan, I. (2017). Upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa melalui penjas. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 7(2), 143–154. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/jrnspirasi/article/download/1700/1465>
- Diederich, P. B. (1972). Learning to do science. *Educational Horizons*, 51(2), 80–85. <https://www.jstor.org/stable/42925712>
- Erfan, M. (2017). Peran guru penjas terhadap kebugaran (kesegaran) jasmani siswa. *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 1(1), 170–178. [pasca.um.ac.id/conferences/index.php/por/article/download/657/340](https://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/por/article/download/657/340)
- Haris, I. N. (2018). Model pembelajaran peer teaching dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Biomatika: Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1–8. [www.ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/download/191/170](http://www.ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/download/191/170)
- Isnaini, muhammad, & Hartati, S. C. Y. (2014). Survei interaksi edukatif guru dengan siswa pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di SMP dan MTS se-Kecamatan Balongpanggung Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3), 675–679. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/download/10008/9802>
- Kabul, L. (2013). Peningkatan keterampilan gerak dasar melalui modifikasi per-mainan sirkuit. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recrea-Tion*, 2(11), 696–703. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr/article/download/2466/2264>
- Kadir, M. A., Darwis, A., & Islam, M. F. (2017). Penerapan pendekatan permainan hijau-hitam untuk meningkatkan hasil belajar lari cepat (sprint) siswa kelas V SD 12 Manurunge Kecamatan Tanete Riattang Kabupaten Bone. *In Seminar Nasional LP2M UNM*, 2(1), 635–641. [103.76.50.195/semnaslemlit/article/viewFile/4113/2476](https://doi.org/10.10376.50.195/semnaslemlit/article/viewFile/4113/2476)
- Muharram, N. A. (2015). Pengaruh pembelajaran dan kemampuan gerak dasar terhadap peningkatan kemampuan sprint 100 meter. *Jurnal Sportif*, 1(1), 22–31. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v1i1.572](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.572)
- Napitupulu, D. S. (2019). Proses pembelajaran melalui interaksi edukatif dalam pendidikan Islam. *Tazkiya*, 8(1), 125–138. <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/tazkiya/article/view/458>
- Panjaitan, D. J. (2016). Meningkatkan hasil belajar siswa dengan metode pembelajaran langsung. *Jurnal Mathematic Paedagogic*, 1(1), 83–90. [jurnal.una.ac.id/index.php/jmp/article/download/158/136](http://jurnal.una.ac.id/index.php/jmp/article/download/158/136)
- Parwata, I. M. Y. (2021). Pengaruh metode problem based learning terhadap

- peningkatan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan: meta-analisis. *Indonesian Journal of Educational Development*, 2(1), 1-9. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4781835>
- Podung, B. J. (2015). Strategi pembelajaran teknik lompat jangkit melalui metode ber-main di sekolah dasar. *JINOTEP: Kajian Dan Riset Dalam Teknologi Pembelajaran*, 2(1), 229–239. [journal2.um.ac.id/index.php/jinotep/article/download/2168/3808](http://journal2.um.ac.id/index.php/jinotep/article/download/2168/3808)
- Saputro, O. H., Wahjoedi, & Darmayasa, I. P. (2017). Pengaruh penerapan model pembelajaran kooperatif tipe student team achievement division terhadap hasil belajar teknik dasar passing bola basket pada siswa kelas VII SMP Negeri 6 Singaraja Tahun Pelajaran 2016/2017. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 8(2), 1–9. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJP/article/download/13073/8259>
- Setyowati, D. & Widana, I. W. (2016). Pengaruh minat, kepercayaan diri, dan kreativitas belajar terhadap hasil belajar matematika. *Emasains*, 5(1), 66-72. ISSN 2302-2124.
- Suyono, A. (2018). Pengaruh gaya belajar terhadap hasil belajar pada mata pelajaran akuntansi kelas XI IPS SMA N 3 Tapung Tahun Ajaran 2017/2018. *PeKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi*, 6(1), 1–10. <https://journal.uir.ac.id/index.php/Peka/article/download/1858/1152>
- Tauhid, I., Aufan, R., & Siregar, S. (2020). Upaya meningkatkan hasil belajar lari sprint melalui pendekatan bermain pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama. *Inspiree Review*, 1(3), 105–115. <https://media.neliti.com/media/publications/331741-upaya-meningkatkan-hasil-belajar-lari-sp-4eec0a56.pdf>
- Wahyulestari, M. R. D. (2018). Keterampilan dasar mengajar di sekolah dasar. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian, Pendidikan Dan Penerapan MIPA*, 1(1), 199–210. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/SNP/article/download/2770/2267>
- Winarto, B. (2018). Penerapan pembelajaran contextual teaching and learning da-lam upaya meningkatkan aktivitas dan hasil belajar matematika siswa. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(9), 1008–1018. [www.e-jurnalmitrapendidikan.com/index.php/e-jmp/article/download/412/199](http://www.e-jurnalmitrapendidikan.com/index.php/e-jmp/article/download/412/199)