

## **Analyzing the Impact of Physical Education on Character Development in Elementary School Students**

**Ilham Kamaruddin**

Universitas Negeri Makassar

ilham.kamaruddin@unm.ac.id

**Nugroho Susanto\***

Universitas Negeri Padang

nugrohosusanto@fik.unp.ac.id

**I Putu Agus Dharma Hita**

Universitas Triatma Mulya

dharma.hita@triatmamulya.ac.id

**Emy Yunita Rahma Pratiwi**

Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng Jombang

emyyunita88@gmail.com

**Dindin Abidin**

Universitas Islam 45 Bekasi

dindin\_abidin@unismabekasi.ac.id

**Antonia Junianty Laratmase**

STKIP Arrahmaniyah

antycesc86@gmail.com

**Received March 27, 2023/Accepted June 10, 2023**

### **Abstract**

This study aims to analyze the impact of physical education on character development in elementary school students. Recognizing the significance of physical education in shaping student character from a young age, this research explores how the development of positive character traits can aid students in navigating future challenges and life situations. The methodology employed in this study involves a comprehensive literature review, drawing data from reputable sources such as scientific journals, books, and relevant articles. Content analysis techniques are utilized to analyze the data and identify key factors contributing to the influence of

physical education on students' character development. The findings demonstrate that physical education plays a crucial role in fostering desirable character traits, including discipline, hard work, self-confidence, cooperation, and more. Furthermore, physical education also contributes to improving students' physical and mental well-being. Based on the results of the analysis, it can be concluded that physical education significantly influences the character building of elementary school students. Consequently, the integration of physical education into the school curriculum becomes imperative to ensure the holistic development of students, promoting good character and overall health.

**Keywords:** *physical education, character building, elementary school students, literature study, character development.*

## **Analisis Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Pembangunan Karakter Siswa Sekolah Dasar**

### **Pendahuluan**

Pendidikan jasmani adalah disiplin ilmu yang mempelajari bagaimana menjaga kesehatan dan kebugaran melalui aktivitas fisik dan olahraga<sup>1</sup>. Pendekatan pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik, kesehatan, keterampilan sosial, dan pembentukan karakter melalui berbagai aktivitas fisik yang dirancang untuk mencapai tujuan tersebut<sup>2</sup>. Pendidikan jasmani sangat penting dalam membentuk karakter siswa di usia dini karena dapat membantu mereka dalam mengembangkan keterampilan dan nilai-nilai yang dibutuhkan untuk sukses di kehidupan, seperti disiplin, kerja keras, percaya diri, kerjasama, dan nilai-nilai positif lainnya.

Sekolah dasar adalah salah satu jenjang pendidikan dasar yang menempatkan siswa pada usia dini, yaitu sekitar 6-12 tahun. Pendidikan jasmani di sekolah dasar sangat penting karena di usia ini, siswa masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga

---

\* Corresponding Author

<sup>1</sup> I Putu Agus Dharma Hita Dkk., "The Association Between Physical Activity And Self-Rated Health Among Older Adults," *Journal Of Population And Social Studies* 29 (2021): 450–58, <https://doi.org/10.25133/jpssv292021.028>.

<sup>2</sup> Anas Junaedi, "Perbedaan Minat Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Antara Model Luring Dan Daring Di Sekolah Menengah Pertama," *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 3, No. 3 (2021): 834–42.

aktivitas fisik dan olahraga dapat membantu mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan mereka<sup>3</sup>. Selain itu, pendidikan jasmani di sekolah dasar juga membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan motorik dan sosial, serta membentuk karakter yang positif. Di usia ini, karakter siswa masih dapat dibentuk dan diperbaiki sehingga penting bagi pendidikan jasmani untuk diberikan dengan serius dan terintegrasi dengan kurikulum sekolah.

Pendidikan karakter pada anak sekolah dasar bertujuan untuk membantu siswa memahami nilai-nilai dan norma sosial yang berlaku di masyarakat serta membentuk karakter dan perilaku yang positif melalui aspek moral, agama, sosial, dan budaya<sup>4</sup>. Pendidikan karakter pada anak sekolah dasar harus dilakukan secara terencana dan terstruktur dengan berbagai metode pembelajaran langsung dan tidak langsung, serta dibantu oleh guru, orang tua, dan lingkungan sekitar. Pembentukan karakter yang positif pada usia dini memiliki dampak positif pada masa depan siswa dalam menghadapi berbagai tantangan dan masalah. Namun, kenyataannya masih banyak siswa di sekolah dasar yang belum memiliki karakter yang baik dan tidak mampu menghadapi tantangan kehidupan di masa depan<sup>5</sup>.

Banyak faktor yang mempengaruhi pembentukan karakter siswa di sekolah dasar, di antaranya adalah lingkungan keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah<sup>6</sup>. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan holistik yang melibatkan banyak pihak untuk membantu siswa dalam membentuk karakter yang baik. Pendidikan jasmani merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk membantu siswa dalam mengembangkan karakter yang baik<sup>7</sup>. Hal ini disebabkan karena pendidikan jasmani di sekolah dasar tidak hanya

---

<sup>3</sup> I Komang Budi Trimantara, "Implementasi Model Pembelajaran Students Center Learning (Scl) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar," *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha* 8, No. 2613-9693 2613-9685 (2020): 16–23.

<sup>4</sup> Cahyo Suwandar dan Taufik Hidayat, "Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya," *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Volume 09 Nomor 01 Tahun 2021*, 113 – 119 09 (2021): 113–19.

<sup>5</sup> Iswati, Nur Sifa Fauziah, dan Heni Rahmawati, "Permainan Tradisional Untuk Memperkuat Karakter Toleransi Pada Siswa Di Sekolah," No. April (2018).

<sup>6</sup> Iswati, Fauziah, dan Rahmawati.

<sup>7</sup> Norlena, "Keadaan Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri Se Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara Berdasarkan Peraturan Menteri Nomor 24 Tahun 2007," *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan* 2 (2017).

memberikan manfaat kesehatan, tetapi juga membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan motorik dan sosial, serta membentuk karakter yang positif. Melalui pendidikan jasmani, siswa dapat belajar nilai-nilai seperti kerjasama, disiplin, tanggung jawab, kejujuran, dan kerja keras, yang dapat membentuk karakter yang baik dan siap menghadapi tantangan kehidupan di masa depan<sup>8</sup>. Oleh karena itu, pendidikan jasmani dapat dijadikan sebagai salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu siswa di sekolah dasar untuk mengembangkan karakter yang baik.

Di sisi lain, masih terdapat perdebatan mengenai efektivitas pendidikan jasmani dalam membentuk karakter siswa di sekolah dasar. Beberapa studi menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dapat membantu siswa dalam mengembangkan karakter yang baik seperti disiplin, kerja keras, percaya diri, dan kerjasama. Namun, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami secara lebih mendalam pengaruh pendidikan jasmani pada pembangunan karakter siswa di sekolah dasar.

Maka dari itu-, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendidikan jasmani terhadap pembangunan karakter siswa di sekolah dasar. Dalam penelitian ini, penulis akan mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pengaruh pendidikan jasmani pada pembangunan karakter siswa, serta bagaimana pendidikan jasmani dapat membantu siswa dalam membentuk karakter yang baik secara holistik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting bagi dunia pendidikan dalam meningkatkan kualitas pendidikan karakter di sekolah dasar.

### **Metodologi Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur atau literature review. Metode ini digunakan untuk mengumpulkan dan mengevaluasi sumber-sumber terpercaya seperti jurnal ilmiah, buku, dan artikel terkait yang berkaitan dengan pengaruh pendidikan jasmani pada pembangunan karakter siswa sekolah dasar. Dalam proses studi literatur, data dan informasi yang relevan akan

---

<sup>8</sup> Nurhayatun Iis Hasana, Tono Sugihartono, Dan Septian Raibowo, "Pengembangan Model Media Pembelajaran Audio Visual Berbasis Ict Dalam Pembelajaran Pjok Pada Guru Sd Negeri Se-Kecamatan Seluma," *Sport Gymnastics : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* 2, No. 1 (2021): 60–69, <https://doi.org/10.33369/Gymnastics.V2i1.14911>.

dikumpulkan dan dianalisis dengan teknik content analysis untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pengaruh pendidikan jasmani pada pembangunan karakter siswa<sup>9</sup>. Teknik content analysis digunakan untuk memetakan dan mengkategorikan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian.

Kelebihan dari metode studi literatur adalah efisiensi waktu dan biaya yang lebih rendah dibandingkan dengan penelitian eksperimental atau quasi-eksperimental, serta dapat memanfaatkan sumber data yang sudah tersedia<sup>10</sup>. Selain itu, metode studi literatur juga dapat memberikan pandangan yang lebih luas tentang topik penelitian dan dapat memperluas pemahaman tentang pengaruh pendidikan jasmani pada pembangunan karakter siswa. Namun, kelemahan dari metode ini adalah tidak adanya data primer yang diperoleh dari subjek penelitian yang sebenarnya. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian lanjutan yang lebih rinci dengan menggunakan metode penelitian lain, seperti penelitian eksperimental atau quasi-eksperimental.

## **Pembahasan**

Pembangunan karakter siswa sekolah dasar merupakan proses pembentukan dan pengembangan nilai-nilai serta sikap yang baik dan positif pada diri siswa, yang dapat membantu mereka menjadi individu yang berakhlak mulia, berintegritas, bertanggung jawab, dan memiliki rasa empati yang tinggi. Pendidikan karakter pada siswa sekolah dasar merupakan tahap awal dalam proses pembentukan karakter yang akan membawa dampak pada kehidupan siswa di masa depan<sup>11</sup>.

Pada usia sekolah dasar, anak-anak masih sangat rentan dan mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitar mereka. Oleh karena itu, pembentukan karakter yang baik dan positif pada usia ini sangat penting untuk membentuk fondasi yang kuat bagi perkembangan karakter mereka di masa depan. Karakter yang baik dan positif akan membantu siswa dalam menghadapi tantangan dan situasi kehidupan di

---

<sup>9</sup> Sugiyono, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&G*. (Bandung: Alfabeta, 2018).

<sup>10</sup> Suharsimi Arikunto Dan Cepi Safuruddin Abdul Jabar, "Evaluasi Program Pendidikan: Pedoman Teoritis Praktisi Pendidikan," 2014.

<sup>11</sup> H Herman. Riady, "Survei Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani. Universitas Negeri Makassar," *Jurnal Pendidikan Olahraga* 9, No. 1 (2018): 1, <https://doi.org/10.31571/Jpo.V9i1.1333>.

masa depan dengan lebih baik, serta membentuk pribadi yang lebih dewasa, tangguh, dan mandiri<sup>12</sup>.

Pendidikan karakter pada siswa sekolah dasar tidak hanya terfokus pada pembelajaran di kelas, tetapi juga melalui aktivitas di luar kelas seperti kegiatan olahraga, kesenian, dan kegiatan sosial. Salah satu pendekatan yang efektif untuk membantu siswa dalam pembentukan karakter adalah dengan mengintegrasikan pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah dasar<sup>13</sup>. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, siswa tidak hanya diajarkan mengenai keterampilan fisik tetapi juga diajarkan tentang nilai-nilai dan sikap positif seperti kerja keras, disiplin, kerjasama, keberanian, dan lain sebagainya<sup>14</sup>. Dengan demikian, siswa dapat belajar mengembangkan karakter yang baik dan sehat secara holistik melalui pendidikan jasmani.

Pentingnya pembangunan karakter siswa sekolah dasar adalah untuk membentuk generasi yang memiliki karakter yang baik dan kuat, serta siap menghadapi tantangan dan perubahan di masa depan<sup>15</sup>. Dengan pendidikan karakter yang baik dan positif, diharapkan siswa dapat menjadi individu yang bermanfaat bagi diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan bangsa. Pembangunan karakter siswa sekolah dasar merupakan suatu proses panjang dan kompleks yang membutuhkan perhatian khusus dari berbagai pihak terkait, termasuk guru dan orang tua. Pendidikan jasmani memiliki peran yang penting dalam membantu

---

<sup>12</sup> Miftachul, "Penguatan Karakter Toleransi Melalui Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pjok Di Sekolah Dasar" 10 (2019): 130–45.

<sup>13</sup> I Putu Agus Dharma Hita, B. M. Wara Kushartanti, Dan Fitri Agung Nanda, "Physical Activity, Nutritional Status, Basal Metabolic Rate, And Total Energy Expenditure Of Indonesia Migrant Workers During Covid-19 Pandemic," *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga* 5, No. 2 (2020): 122–28, <https://doi.org/10.17509/Jpjo.V5i2.26791>.

<sup>14</sup> Ade Hermawansyah Dkk., "Sport And Well-Being: Frequency Of Physical Activity And Life Satisfaction," *Journal Sport Area* 6, No. 3 (2021): 377–84, [https://doi.org/10.25299/Sportarea.2021.Vol6\(3\).6583](https://doi.org/10.25299/Sportarea.2021.Vol6(3).6583).

<sup>15</sup> Siti Maesaroh Dkk., "Penerapan Metode Cooperative Learning Dengan Memanfaatkan Aplikasi Google Classroom Sebagai Upaya Meningkatkan Nilai Karakter Kebajikan Siswa Menengah Pertama," *Prosiding Konferensi Pendidikan Nasional*, 2019, 168–72.

siswa mengembangkan karakter yang baik, seperti disiplin, kerja keras, percaya diri, kerjasama, dan lain sebagainya<sup>16</sup>.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang baik dan terintegrasi dengan kurikulum sekolah dapat membantu siswa untuk mengembangkan karakter yang sehat secara holistik, baik dari segi fisik, mental, maupun sosial. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar agar siswa dapat mendapatkan manfaat optimal dari pendidikan tersebut<sup>17</sup>. Selain itu, peran orang tua dan masyarakat juga tidak kalah penting dalam mendukung pembangunan karakter siswa sekolah dasar, dengan memberikan contoh yang baik dan memberikan dukungan yang dibutuhkan dalam proses pembelajaran dan pembangunan karakter siswa<sup>18</sup>.

Pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembangunan karakter siswa sekolah dasar. Beberapa aspek yang dipengaruhi oleh pendidikan jasmani terhadap pembangunan karakter siswa menurut adalah sebagai berikut:

1. Disiplin

Melalui pembelajaran pendidikan jasmani, siswa dapat mempelajari nilai-nilai disiplin seperti ketepatan waktu, konsistensi, dan tekun dalam latihan.

2. Kerja keras

Siswa dapat mengembangkan sikap kerja keras melalui latihan-latihan fisik yang diberikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Latihan ini akan membantu siswa meningkatkan kemampuan fisik dan mentalnya serta mengembangkan rasa percaya diri.

3. Kerjasama

---

<sup>16</sup> Lailatur Rohmah Dan Heryanto Nur Muhammad, "Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah," *Jurnal Universitas Negeri Surabaya* 09, No. 01 (2021): 511–19.

<sup>17</sup> Arief Abdul Malik Dan Iman Rubiana, "Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa," *Journal Of Sport (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, And Training)* 3, No. 2 (2019): 79–84, <https://doi.org/10.37058/Sport.V3i2.1238>.

<sup>18</sup> Rahma Hidayati, "Peran Orang Tua : Komunikasi Tatap Muka Dalam Mengawal Dampak Gadget Pada Masa Golden Age," *Jurnal Ilmu Komunikasi* 5, No. 2 (2019): 1–10, <https://doi.org/10.35308/Source.V5i2.1396>.

Pembelajaran pendidikan jasmani sering kali dilakukan dalam bentuk olahraga kelompok atau tim, sehingga siswa dapat belajar bekerja sama dan saling bergantung satu sama lain untuk mencapai tujuan yang sama.

#### 4. Kemandirian

Siswa dapat belajar untuk mandiri dan memahami tanggung jawab pribadi dalam menjaga kesehatan dan kebugaran melalui latihan-latihan yang dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

#### 5. Mengelola emosi

Pembelajaran pendidikan jasmani juga dapat membantu siswa mengelola emosinya dengan lebih baik, misalnya dengan melakukan latihan relaksasi atau meditasi setelah melakukan latihan fisik yang intens.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang luas dan positif terhadap pembangunan karakter siswa sekolah dasar. Pendidikan jasmani dapat membantu memperkuat nilai-nilai yang terkandung dalam olahraga seperti menerima kekalahan dan mengakui keunggulan lawan. Dalam sebuah pertandingan olahraga, terdapat kemungkinan untuk menang dan kalah, sehingga siswa dihadapkan pada situasi di mana mereka harus menerima kekalahan dan mengakui keunggulan lawan<sup>19</sup>. Hal ini dapat membantu siswa dalam mengembangkan sikap sportivitas dan kejujuran.

Selain itu, pendidikan jasmani juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan nilai-nilai lain seperti disiplin, kerja keras, dan kerjasama. Dalam melakukan latihan olahraga, siswa membutuhkan disiplin untuk menjalankan aturan yang telah ditetapkan dan kerja keras untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Selain itu, dalam melakukan permainan olahraga, siswa juga membutuhkan kerjasama untuk mencapai tujuan bersama-sama dengan rekan satu tim. Dengan demikian, melalui pendidikan jasmani yang terintegrasi dengan nilai-nilai olahraga, siswa dapat belajar untuk mengembangkan karakter yang baik dan sehat secara holistik. Hal ini dapat membantu siswa dalam menghadapi tantangan dan situasi kehidupan di masa depan.

---

<sup>19</sup> Al-Muqsith, "Somatotipe Dan Fisiologi Pemain Sepak Bola," *Averrous: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh* 1, No. 2 (2018): 57, <https://doi.org/10.29103/Averrous.V1i2.410>.



Pendidikan jasmani menjadi salah satu cara untuk membantu siswa dalam mengembangkan karakter yang baik karena dapat memberikan pengalaman belajar yang menyenangkan, bermakna, dan melibatkan siswa secara aktif. Hal ini dapat memperkuat keterampilan sosial dan keterampilan berpikir kritis yang dapat membantu siswa dalam menghadapi tantangan kehidupan di masa depan. Dalam konteks pendidikan di Indonesia, pendidikan jasmani sering diabaikan atau tidak dianggap serius karena dianggap kurang penting dibandingkan dengan mata pelajaran akademik. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam pembentukan karakter siswa. Oleh karena itu, pendidikan jasmani harus diintegrasikan dengan kurikulum sekolah dan diberikan dengan serius untuk memastikan bahwa siswa dapat mengembangkan karakter yang baik dan sehat secara holistik.

Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di antaranya adalah metode penelitian yang digunakan hanya studi literatur sehingga tidak menggunakan data primer dari subjek penelitian. Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu diverifikasi dengan penelitian lanjutan yang menggunakan metode penelitian yang lebih rinci. Meskipun demikian, penelitian ini dapat memberikan pandangan yang lebih luas tentang pengaruh pendidikan jasmani pada pembentukan karakter siswa sekolah dasar.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pembangunan karakter siswa sekolah dasar. Melalui pendidikan jasmani, siswa dapat mengembangkan nilai-nilai karakter seperti disiplin, kerja keras, percaya diri, kerjasama, serta nilai-nilai olahraga seperti menerima kekalahan dan mengakui keunggulan lawan. Selain itu, pendidikan jasmani juga dapat membantu meningkatkan kesehatan fisik dan mental siswa.

Oleh karena itu, pendidikan jasmani harus diberikan dengan serius dan terintegrasi dengan kurikulum sekolah untuk memastikan bahwa siswa dapat mengembangkan karakter yang baik dan sehat secara holistik. Para pendidik dan pembuat kebijakan harus memperhatikan pentingnya pendidikan jasmani dalam pembentukan karakter siswa di usia dini, serta melakukan upaya-upaya untuk memperkuat peran pendidikan jasmani dalam pembangunan karakter

siswa. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran dan program pendidikan jasmani yang lebih efektif dan berkualitas di masa depan.

### Daftar Pustaka

- Al-Muq̄sith. "Somatotipe Dan Fisiologi Pemain Sepak Bola." *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh* 1, no. 2 (2018): 57. <https://doi.org/10.29103/averrous.v1i2.410>.
- Arikunto, Suharsimi, dan Cipi Safuruddin Abdul Jabar. "Evaluasi Program Pendidikan: pedoman teoritis praktisi pendidikan," 2014.
- H Herman. Riady. "Survei Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani. Universitas Negeri Makassar." *Jurnal Pendidikan Olahraga* 9, no. 1 (2018): 1. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i1.1333>.
- Hasana, Nurhayatun Iis, Tono Sugihartono, dan Septian Raibowo. "Pengembangan Model Media Pembelajaran Audio Visual Berbasis ICT Dalam Pembelajaran PJOK Pada Guru SD Negeri Se-Kecamatan Seluma." *SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* 2, no. 1 (2021): 60–69. <https://doi.org/10.33369/gymnastics.v2i1.14911>.
- Hermawansyah, Ade, Sumaryanto, Elsa Ariestika, dan I Putu Agus Dharma Hita. "Sport and well-being: Frequency of physical activity and life satisfaction." *Journal Sport Area* 6, no. 3 (2021): 377–84. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(3\).6583](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(3).6583).
- Hidayati, Rahma. "Peran Orang Tua : Komunikasi Tatap Muka Dalam Mengawal Dampak Gadget Pada Masa Golden Age." *Jurnal Ilmu Komunikasi* 5, no. 2 (2019): 1–10. <https://doi.org/10.35308/source.v5i2.1396>.
- Hita, I Putu Agus Dharma, B. M. Wara Kushartanti, dan Fitri Agung Nanda. "Physical Activity, Nutritional Status, Basal Metabolic Rate, and Total Energy Expenditure of Indonesia Migrant Workers during Covid-19 Pandemic." *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 5, no. 2 (2020): 122–28.

- Hita, I Putu Agus Dharma, B.M. Wara Kushartanti, Elsa Ariestika, Widiyanto, dan Emmanuel Nizeyumukiza. "The Association Between Physical Activity and Self-Rated Health Among Older Adults." *Journal of Population and Social Studies* 29 (2021): 450–58. <https://doi.org/10.25133/JPSSv292021.028>.
- Iswati, Nur Sifa Fauziah, dan Heni Rahmawati. "Permainan Tradisional untuk Memperkuat Karakter Toleransi pada Siswa di Sekolah," no. April (2018).
- Junaedi, Anas. "Perbedaan Minat Siswa dalam Pembelajaran PJOK antara Model Luring dan Daring di Sekolah Menengah Pertama." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 3, no. 3 (2021): 834–42.
- Maesaroh, Siti, Afifah Hasna, Yunita DR, dan Fifi ZN. "Penerapan Metode Cooperative Learning dengan Memanfaatkan Aplikasi Google Classroom sebagai Upaya Meningkatkan Nilai Karakter Kebajikan Siswa Menengah Pertama." *Prosiding Konferensi Pendidikan Nasional*, 2019, 168–72.
- Malik, Arief Abdul, dan Iman Rubiana. "Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa." *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)* 3, no. 2 (2019): 79–84. <https://doi.org/10.37058/sport.v3i2.1238>.
- Miftachul. "Penguatan Karakter Toleransi Melalui Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Pjok Di Sekolah Dasar" 10 (2019): 130–45.
- Norlena. "Keadaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri se Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara Berdasarkan Peraturan Menteri Nomor 24 Tahun 2007." *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 2 (2017).
- Rohmah, Lailatur, dan Heryanto Nur Muhammad. "Tingkat Kebugaran Jasmani dan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah." *Jurnal Universitas Negeri Surabaya* 09, no. 01 (2021): 511–19.
- Sugiyono. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&G*. Bandung: ALFABETA, 2018.

- Suwandaru, Cahyo, dan Taufik Hidayat. “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya.” *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 09 Nomor 01 Tahun 2021*, 113 – 119 09 (2021): 113–19.
- Trimantara, I Komang Budi. “Implementasi Model Pembelajaran Students Center Learning (SCL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar.” *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha* 8, no. 2613-9693 2613-9685 (2020): 16–23.