

Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe *Jigsaw*

Wulandari Wulandari ^{*1}, Gatot Jariono ²

Email: a810180100@student.ums.ac.id ^{*1} gj969@ums.ac.id ²

^{1,2} Pendidikan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract

The results of this study indicate that the use of the Jigsaw type of cooperative learning model has a positive impact on improving students' physical fitness learning outcomes. The research method used is Classroom Action Research (CAR) with 18 students in Class IV as the subject. Based on the results of the research data, it can be concluded: (1) The initial data is known before the action is given, it can be explained that the majority of students have not shown learning outcomes with a percentage of learning completeness 0% with a total of 0 students, or students who get scores in a good category in the range of values 80-89 with completeness criteria as many as 0 students (0%), students who obtained scores in the sufficient category in the range of values 70-79 in the sufficient category with completeness criteria as many as 0 students (0%) while students who did not complete as many as 18 students with grades percentage of 100% or each in the range of values from 60 to 69 in the poor category as many as 8 students (44%) and students in the range of values < 60 in the less category as many as 10 students (56%) and no students in the very good category with value range 90-100. (2) In Cycle I, the average score of learning outcomes was 70.94, there were 11 students (61%) completed, and 7 students (33%) had not. (3) In Cycle II, the average score of the pilot test was 81.82, there were 18 students (100%) completed and 0 students (0%) incomplete. It increased from 0% at the initial condition, to 61% at the end of cycle I and increased to 100% at the end of cycle II. Thus this proves that the application of the jigsaw type of cooperative learning model has a positive effect on increasing students' willingness to exercise.

Keyword: Cooperative learning; Physical fitness; Tipe *jigsaw*.

Abstrak

Melalui hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* memiliki dampak positif dalam meningkatkan hasil belajar kebugaran jasmani siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subyek 18 Siswa Kelas IV. Berdasarkan hasil data penelitian, maka dapat disimpulkan: (1) Data awal diketahui sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum menunjukkan hasil belajar dengan persentase ketuntasan belajar 0% dengan jumlah 0 siswa, atau siswa yang memperoleh

nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 80-89 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 0 siswa (0%), siswa yang memperoleh nilai dalam kategori cukup pada rentang nilai 70-79 dalam kategori cukup dengan kriteria ketuntasan sebanyak 0 siswa (0%) sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 18 siswa dengan nilai persentase 100% atau masing-masing dalam rentang nilai 60-69 dalam kategori kurang sebanyak 8 siswa (44%) dan siswa pada rentang nilai < 60 dalam kategori kurang sekali sebanyak 10 siswa (56%) dan tidak ada siswa dalam kategori sangat baik dengan rentang nilai 90-100. (2) Pada Siklus I diperoleh skor rata-rata hasil belajar sebesar 70,94, terdapat 11 siswa (61%) tuntas, dan 7 siswa (33%) belum tuntas. (3) Pada Siklus II di peroleh skor rata-rata tes uji coba sebesar 81,82, terdapat 18 siswa (100%) tuntas dan 0 siswa (0%) belum tuntas. Meningkat dari 0% pada kondisi awal, menjadi 61% pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 100% pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* mempunyai pengaruh yang positif untuk meningkatkan kemauan siswa untuk berolahraga.

Kata kunci: Kebugaran Jasmani; Pembelajaran kooperatif; Tipe *jigsaw*.

© 2022 UNIVERSITAS HAMZANWADI
Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi
Fakultas Ilmu Pendidikan
E-ISSN 2614-8781

Info Artikel

Dikirim : 20 April 2022

Diterima : 26 Mei 2022

Dipublikasikan : 30 Juni 2022

✉ Alamat korespondensi: a810180100@student.ums.ac.id
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec.
Kartasura, Kab. Sukoharjo, Jawa Tengah, 57169, Indonesia

PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani merupakan kemampuan dan kesanggupan tubuh melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang di berikan tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Suatu kebutuhan yang harus dipenuhi agar kita dapat menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari dengan baik, seefisien dan seefektif mungkin. Fungsi kebugaran jasmani bagi siswa maupun bagi diri seseorang yaitu mampu menjaga kebugaran jasmani serta mampu memberikan berbagai manfaat dari pencapaian pada sebuah tujuan pendidikan. Pada peningkatan kebugaran jasmani saat ini perlu dilakukan pembinaan terhadap siswa untuk menunjang keberhasilan proses pembelajaran yang efektif serta optimal melalui pendidikan jasmani. Sebab jika seluruh siswa memiliki kebugaran jasmani yang kuat, maka akan mampu melakukan segala sesuatu aktivitas dengan baik.

Tujuan pendidikan jasmani disekolah yaitu untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Oleh karena itu, pendidikan jasmani merupakan satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkembang dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemampuan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau

respon yang berkaitan langsung dengan mental, sosial dan emosional. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di SD akan berjalan efektif apabila semua unsur bersinergi. Unsur-unsur yang ada didalamnya adalah guru, kepala sekolah dan fasilitas pendukung proses belajar mengajar. Guru menjadi bagian utama dalam pelaksanaan pembelajaran. Oleh karena itu, kompetensi guru harus dipelihara agar tetap memiliki motivasi untuk berinovasi dalam melakukan persiapan pembelajarannya, termasuk persiapan siswa.

Pembelajaran kooperatif merupakan konsep yang lebih luas meliputi semua jenis kerja kelompok termasuk bentuk-bentuk yang lebih dipimpin oleh guru atau diarahkan oleh guru. Secara umum pembelajaran kooperatif dianggap lebih diarahkan oleh guru, di mana guru menetapkan tugas dan pertanyaan-pertanyaan serta menyediakan bahan-bahan dan informasi yang dirancanag untuk membantu peserta didik menyelesaikan masalah yang dimaksud. Guru biasanya menetapkan bentuk ujian tertentu pada akhir tugas. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu melakukan penelitian tindakan kelas (PTK) menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* pembelajaran dalam rangka untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam melakukan kebugaran jasmani. Menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* dan yang paling penting tidak membahayakan siswa.

METODE

Pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian adalah pendekatan kualitatif. Menurut (Sukmadinata 2013:94) Bahwa pendekatan kualitatif ditujukan untuk memahami fenomena-fenomena sosial dari sudut atau perspektif partisipan. Partisipan adalah orang-orang yang diajak berwawancara, diobservasi, diminta memberikan data, pendapat, pemikiran, persepsinya. Pemahaman diperoleh melalui analisis berbagai keterkaitan dari partisipan dan melalui penguraian pemaknaan partisipan tentang situasi-situasi dan peristiwa-peristiwa.

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, peneliti ingin lebih menekankan pada masalah proses, maka jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Menurut (Sukardi 2015:12) penelitian tindakan kelas merupakan cara suatu kelompok dalam mengorganisasi suatu kondisi, di mana mereka dapat mempelajari pengalaman mereka, dan membuat pengalaman mereka dapat diakses oleh orang lain. Penelitian tindakan mempunyai minimal tiga keunggulan dibandingkan dengan penelitian menggunakan metode lain yaitu peneliti dapat melakukannya tanpa meninggalkan tempat kerja, peneliti dapat melakukan *treatment* yang diberikan kepada responden dalam penelitian dan responden dapat merasakan hasil dari *treatment* yang diberikan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) merupakan suatu penelitian yang dilakukan untuk mengatasi masalah-masalah yang ada dalam proses pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* dan upaya meningkatkan proses serta hasil belajar kebugaran jasmani. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan jenis

penelitian kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas model siklus karena objek penelitian hanya satu sekolah.

Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 1 Temuwangi Kecamatan Pedan, Kabupaten Klaten. yang seluruhnya berjumlah 18 siswa, terdiri dari putra 10 siswa dan putri 8 siswa. Sampling merupakan sampel yang akan dijadikan sumber data. Pada teknik pengambilan sampel menggunakan metode *Purposive Sampling*. Menurut (Sugiyono, 2013:85) *Purposive Sampling* merupakan sebuah teknik sebagai penentuan sampel dengan pertimbangan yang telah ditentukan. Metode *purposive sampling* menggunakan kriteria yang sudah dipilih oleh peneliti dalam memilih serta menentukan sampel. Alasan peneliti menggunakan *purposive sampling*, yaitu dikarenakan adanya batasan yang menghalangi peneliti mengambil sampel secara acak. Sehingga bila peneliti menggunakan metode sampel acak, maka dianggap sebagai menyulitkan peneliti. Maka dari itu dengan metode *purposive sampling*, peneliti menemukan kriteria sampel yang telah didapat dengan benar-benar sesuai yang peneliti hendak dilaksanakan.

HASIL dan PEMBAHASAN

Hasil

Sebelum melaksanakan proses penelitian tindakan kelas, terlebih dahulu peneliti melakukan kegiatan survey awal untuk mengetahui keadaan nyata yang ada di lapangan. Hasil kegiatan survey awal tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel.1 Data awal

No	Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	90 - 100	Sangat baik	Tuntas	0	0%
2	80 - 89	Baik	Tuntas	0	0%
3	70 - 79	Cukup	Tuntas	0	0%
4	60 - 69	Kurang	Tidak Tuntas	8	44%
5	< 60	Sangat kurang	Tidak Tuntas	10	56%
			Jumlah	18	100%

Berdasarkan pada tabel.1 diatas dapat diketahui sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum menunjukkan hasil belajar dengan persentase ketuntasan belajar 0% dengan jumlah 0 siswa, atau siswa yang memperoleh nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 80 – 89 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 0 siswa (0%), siswa yang memperoleh nilai dalam kategori cukup pada rentang nilai 70 – 79 dalam kategori cukup dengan kriteria ketuntasan sebanyak 0 siswa (0%) sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 18 siswa dengan nilai persentase 100% atau masing-masing dalam rentang nilai 60 – 69 dalam kategori kurang sebanyak 8 siswa (44%) dan

siswa pada rentang nilai < 60 dalam kategori kurang sekali sebanyak 10 siswa (56%) dan tidak ada siswa dalam kategori sangat baik dengan rentang nilai 90 – 100.

Tabel.2 Siklus I

No	Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	90 – 100	Sangat baik	Tuntas	0	0%
2	80 – 89	Baik	Tuntas	5	28%
3	70 – 79	Cukup	Tuntas	6	33%
4	60 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	4	22%
5	< 60	Sangat kurang	Tidak Tuntas	3	17%
Jumlah				18	100%

Berdasarkan pada tabel.2 siklus I diatas dapat diketahui hasil belajar kebugaran jasmani pada siswa sebelum diberikan tindakan maka dapat dijelaskan bahwa mayoritas siswa belum menunjukkan hasil belajar dengan persentase (%) ketuntasan belajar 61% dengan jumlah 11 orang siswa, atau siswa yang memperoleh nilai dalam kategori baik pada rentang nilai 80 – 89 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 5 siswa (28%), siswa yang memperoleh nilai dalam kategori cukup pada rentang nilai 70 – 79 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 6 siswa (33%), sedangkan siswa yang tidak tuntas sebanyak 7 siswa dengan nilai persentase 39% atau masing-masing dalam rentang nilai 60 – 69 dalam kategori kurang sebanyak 4 siswa (22%) dan siswa pada rentang nilai < 60 dalam kategori kurang sekali sebanyak 3 siswa (17%) dan tidak ada siswa dalam kategori sangat baik dengan rentang nilai 90 – 100.

Tabel.3 Siklus II

No	Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
1	90 – 100	Sangat baik	Tuntas	2	11%
2	80 – 89	Baik	Tuntas	10	56%
3	70 – 79	Cukup	Tuntas	6	33%
4	60 – 69	Kurang	Tidak Tuntas	0	0%
5	< 60	Sangat kurang	Tidak Tuntas	0	0%
Jumlah				18	100%

Berdasarkan tabel.3 siklus II bahwa mayoritas siswa sudah menunjukkan hasil belajar dengan persentase (%) ketuntasan belajar ketuntasan belajar 100% dengan jumlah 18 orang siswa, atau siswa yang memperoleh nilai dalam kategori sangat baaik pada rentang nilai 90 – 100 dengan kriteria tuntas sebanyak 2 siswa (11%), siswa yang memperoleh kategori baik pada rentang nilai 80 – 89 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 10 siswa (56%), siswa yang

memperoleh nilai dalam kategori cukup pada rentang nilai 70 – 79 dengan kriteria ketuntasan sebanyak 6 siswa (33%), serta tidak ada siswa yang tidak tuntas dalam masing-masing rentang nilai 60 – 69 dan rentang nilai <60.

Berdasarkan data yang telah diperoleh pada penelitian tindakan kelas dengan penerapan pembelajaran kebugaran jasmani di mata pelajaran penjasorkes yang dilaksanakan dengan II siklus, ternyata siswa mengalami peningkatan yang signifikan. Digambarkan pada tahap prasiklus persentase (%) ketuntasan hasil belajar kebugaran jasmani pada siswa. Meningkat dari 0% pada kondisi awal, menjadi 61% pada akhir siklus I dan meningkat menjadi 100% pada akhir siklus II. Dengan demikian ini membuktikan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* mempunyai pengaruh yang positif untuk meningkatkan kemauan siswa untuk berolahraga. Sesuai dengan tahapan perkembangannya, siswa kelas IV sekolah dasar yang berusia sekitar 9-11 tahun biasanya masih senang dalam belajar berkelompok. Belajar berkelompok bagi anak merupakan suatu kebutuhan sehari-hari yang tak kalah pentingnya dengan kebutuhan makan, minum, dan sebagainya.

Pembahasan

Berdasar dari pembahasan diatas dapat dikatakan penerapan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* dalam tahap pengenalan kebugaran jasmani bertujuan untuk mengembangkan dan membina pola gerak dasar umum dan dominan sekaligus membina keberanian, kemauan dan kesenangan dalam pembelajaran penjasorkes. Berdasarkan pada refleksi dan analisis dari data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan bahwa pada akhir siklus terjadi peningkatan mutu pembelajaran. Hal ini terlihat dari antusias siswa dalam mengikuti pembelajaran, sehingga hasil belajar siswa mengalami peningkatan. Peningkatan hasil pembelajaran menunjukkan seberapa besar peran guru dalam mengelola pembelajaran. Dapat dikatakan guru berhasil dalam meningkatkan pembelajaran kebugaran jasmani menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw*. Peningkatan dapat dilihat pada penilaian yang diberikan oleh pengamat pada setiap siklusnya melalui observasi pembelajaran yang berlangsung.

Selanjutnya kemampuan siswa dalam pembelajaran kebugaran jasmani melalui model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* yang diperoleh berdasarkan hasil observasi dari kedua siklus mengalami peningkatan. Hal ini memiliki dampak yang positif bagi siswa yaitu meningkatnya kemampuan afektif dan psikomotorik secara keseluruhan. Peningkatan tersebut dapat dilihat pada penilaian yang diberikan oleh pengamat pada setiap siklusnya melalui observasi pada pembelajaran yang berlangsung. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa pada siklus yang kedua mengalami peningkatan sehingga dapat mencapai standar klasikal minimal yang telah ditentukan. Hasil pengamatan aktifitas siswa dalam pembelajaran kebugaran jasmani melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* secara keseluruhan bahwa siklus yang kedua menunjukkan adanya peningkatan yang baik, dengan peningkatan tersebut sehingga pada siklus yang kedua telah mencapai batas minimal berdasarkan standar klasikal yang telah di tentukan.

Di SD Negeri 1 Temuwangi Kabupaten Klaten banyak siswa yang cukup potensial, tetapi tidak bisa menjadi unggul. Salah satu penyebab karena mereka merasa tidak percaya diri pada kemampuannya sendiri. Artinya banyak siswa yang gagal dalam proses belajar mengajar bukan karena tidak memiliki kemampuan, melainkan karena mereka tidak percaya diri pada potensi yang dimilikinya. Perlu ditegaskan lagi bahwa pikiran positif akan mampu membentuk dan memperkuat karakter kepribadian siswa. Makanya bagi siswa yang selalu berpikir positif akan terbentuk lebih matang, dan tidak perlu merasa khawatir dan ragu akan kemampuan yang siswa miliki saat ini. Hal yang penting yaitu siswa harus membangun kebiasaan agar selalu berpikir positif dengan melihat kemampuan dan potensi yang ada dalam diri siswa, serta percaya bahwa siswa akan mampu melakukan hal-hal yang hebat. Diantara siswa-siswa yang telah meraih cita-cita besarnya menjadi terkenal sampai sekarang, jangan disangka bahwa siswa tersebut tidak memiliki kelemahan. Siswa adalah orang memanfaatkan kelemahan, dan kekurangan dirinya menjadi kekuatan.

Pendidikan jasmani pada masa sekolah dasar, seharusnya lebih mengutamakan pada fungsi pembentukan organ, dengan demikian pendidikan jasmani di sekolah dasar berkewajiban mengembangkan fungsi gerak organ tubuh anak secara menyeluruh. Pengembangan anak secara multilateral melalui belajar dan bermain berbagai ketrampilan olahraga, perlu menjadi prioritas utama walaupun waktu yang tersedia sangat terbatas. Bagi siswa yang selalu memerhatikan materi pelajaran yang diberikan, bukanlah masalah bagi guru. Sebab di dalam diri siswa tersebut ada motivasi, yaitu motivasi intrinsik. Siswa yang demikian biasanya dengan kesadaran sendiri memerhatikan penjelasan guru. Rasa ingin tahunya lebih banyak terhadap materi pelajaran yang diberikan. Berbagai gangguan yang ada di sekitarnya kurang dapat memengaruhinya agar memecahkan perhatiannya. Lain halnya bagi siswa yang tidak ada motivasi di dalam dirinya, maka motivasi ekstrinsik yang merupakan dorongan dari luar dirinya mutlak diperlukan. Di sini tugas guru yaitu membangkitkan motivasi siswa sehingga mau melakukan belajar.

Melihat hasil yang dicapai pada siklus kesatu dan yang menunjukkan dalam kategori kurang, maka selanjutnya dilakukan siklus kedua. Hal ini dilakukan agar supaya pencapaian target peneliti bahwa semua siswa harus mampu melakukan kebugaran jasmani pada siswa sekurang-kurangnya dalam kategori cukup. Setelah melihat keadaan yang terjadi pada siklus pertama yaitu adanya proses pelaksanaan yang kurang maksimal, maka pada siklus kedua ditindak lanjuti dengan memperketat pengawasan pada setiap siswa yang melakukan gerakan-gerakan serta melakukan penambahan materi pembelajaran kebugaran jasmani. Setelah siswa menyadari hasil yang dicapai pada siklus pertama, maka siswa mulai antusias untuk bertanya sebelum melakukan perlakuan maupun pada saat melakukan perlakuan. Dalam melakukan setiap gerakan, siswa tidak lagi melakukan kecurangan untuk mengurangi gerakan, yang harus dilakukan. Siswa telah menyadari benar bahwa tujuan dan manfaat dari pendekatan model pembelajaran bukan hanya sekedar kepentingan dari peneliti. Akan tetapi memberikan sumbangsih dalam belajar kebugaran jasmani pada siswa bagi dirinya, sehingga membantu siswa dalam mempragakan gerakan-gerakan yang dilakukan pada kebugaran jasmani.

Dengan adanya kesadaran yang dimiliki oleh siswa, maka pelaksanaan pendekatan model pembelajaran berpasangan dapat lebih mudah dilakukan oleh setiap siswa. Oleh karena itu setelah melakukan evaluasi pada siklus kedua, menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* pada siswa yaitu memperoleh hasil peningkatan yang sangat baik. Sebab siswa yang menjadi subyek dalam penelitian tindakan ini masuk dalam kategori cukup keatas. Dengan demikian penelitian tindakan yang dilaksanakan pada siswa hanya dilakukan sampai pada siklus kedua saja. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dikemukakan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* memberikan peran dalam motivasi belajar yang sangat besar terhadap hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terutama dalam pembelajaran kebugaran jasmani.

Mengingat pentingnya penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* dalam hal peningkatan hasil belajar kebugaran jasmani, maka banyak cara yang digunakan guru untuk meningkatkan hasil kebugaran jasmani, guru selalu mengingat betapa pentingnya memberikan alasan-alasan pada siswa mengapa siswa itu harus belajar dengan sungguh-sungguh dan berusaha untuk berprestasi dengan sebaik-baiknya. Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* memberi semangat seorang siswa dalam kegiatan belajarnya. Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* siswa timbul dari dorongan-dorongan yang asli atau perhatian yang diinginkan, dengan demikian hasil belajar kebugaran jasmani dapat meningkat atau disamping itu juga seorang guru harus memberika motivasi belajar kepada siswa-siswinya, karena motivasi siswa sangat berpengaruh untuk meningkatkan hasil belajar kebugaran jasmani.

Dalam proses belajar mengajar tidak ada satu ketentuan yang melandaskan bahwa hanya satu strategi yang paling efektif untuk pengajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Jadi dalam menerapkan strategi pengajaran selalu harus disesuaikan dengan situasi dan kondisi pada waktu proses belajar mengajar berlangsung. Menurut (Fathurrohman, 2015). Model pembelajaran yang aktif adalah model pembelajaran yang mampu membangkitkan keaktifan dan kerjasama siswa dalam kegiatan mencari tahu atau belajarnya. Model pembelajaran seperti ini biasanya tersedia dalam model pembelajaran kooperatif. Maka dari itu siswa dituntut untuk aktif lagi dalam pembelajaran.

Selama ini guru yang cenderung memperhatikan kelas secara keseluruhan, tidak perorangan atau kelompok, sehingga perbedaan individual kurang mendapat perhatian. Gejala yang lain terlihat masih banyak guru yang menggunakan strategi dan model pembelajaran yang belum maksimal (Nopiyanto, 2020). Penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* berkaitan dengan pembuatan keputusan yang dilakukan guru baik sebelum, selama, maupun setelah proses pembelajaran. Pembuatan keputusan tersebut berdampak pada cara belajar siswa. Belajar pada hakikatnya adalah proses memperoleh informasi, mengolah informasi, dan membuat keputusan. Semakin banyak informasi yang diperoleh, semakin banyak informasi yang diolah, dan semakin banyak keputusan yang dibuat, berarti semakin banyak belajar. Dalam proses pembelajaran dikenal beberapa istilah

yang memiliki kemiripan makna, sehingga seringkali orang merasa bingung untuk membedakannya.

Pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* ini menekankan pada daya pikir yang tinggi, transfer ilmu pengetahuan, mengumpulkan dan menganalisis data, memecahkan masalah-masalah tertentu baik secara individu maupun kelompok. Pembelajaran dengan penerapan kooperatif tipe *jigsaw* akan memungkinkan proses belajar yang tenang dan menyenangkan karena proses pembelajaran dilakukan secara alamiah dan kemudian siswa dapat mempraktekkan secara langsung beberapa materi yang telah dipelajarinya. Pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* mendorong siswa memahami hakekat, makna dan manfaat belajar sehingga akan memberikan stimulus dan motivasi kepada mereka untuk rajin dan senantiasa belajar.

Dengan penerapan kooperatif tipe *jigsaw* hasil pembelajaran diharapkan lebih bermakna bagi siswa. Oleh karenanya proses pembelajaran harus berlangsung secara alamiah dalam bentuk kegiatan siswa bekerja dan mengalami, bukan dalam bentuk transfer pengetahuan dari guru kepada siswa. Strategi dan penggunaan metode dalam pembelajaran menjadi lebih penting dibandingkan dengan hasil pembelajaran. Dengan menerapkan pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* ini guru tidak hanya menyampaikan materi belakang yang berupa hafalan tetapi juga bagaimana mengatur lingkungan dan strategi pembelajaran yang memungkinkan siswa termotivasi untuk belajar. Lingkungan belajar yang kondusif sangat penting dan sangat menunjang pembelajaran kontekstual dan keberhasilan pembelajaran secara keseluruhan.

Pembelajaran kooperatif merupakan salah satu model pembelajaran yang mengarahkan siswa belajar dalam kelompok-kelompok kecil yang memiliki tingkat kemampuan berbeda. Dalam menyelesaikan tugas kelompok, setiap anggota saling bekerja sama dan membantu untuk memahami suatu bahan pembelajaran. Tujuan penting pembelajaran kooperatif yaitu untuk membelajarkan kepada siswa kemampuan-kemampuan sosial, kerja sama dan kolaborasi. Keterampilan ini amat penting untuk dimiliki di dalam masyarakat karena banyak kerja orang dewasa dilakukan dalam organisasi yang saling bergantung satu sama lain dan juga masyarakat secara budaya semakin beragam. Dalam pembelajaran kooperatif tidak hanya mempelajari materi saja, namun siswa juga harus mempelajari kemampuan-kemampuan khusus yang disebut kemampuan kooperatif, kemampuan kooperatif ini berfungsi melancarkan hubungan kerja dan tugas. Peranan hubungan kerja dapat dibangun dengan mengembangkan komunikasi antara anggota kelompok, sedangkan peranan tugas dilakukan dengan membagi tugas antar kelompok selama kegiatan.

Pembelajaran kooperatif yaitu sebuah kelompok strategi pengajaran yang melibatkan siswa bekerja secara berkolaboratif untuk mencapai tujuan bersama, pembelajaran kooperatif disusun dalam sebuah usaha untuk meningkatkan partisipasi siswa, memfasilitasi siswa dengan pengalaman sikap kepemimpinan dan membuat keputusan kelompok serta memberikan kesempatan pada siswa untuk berinteraksi dan belajar bersama-sama siswa yang

berbeda latar belakangnya, pembelajaran kooperatif dapat meningkatkan kinerja siswa dalam tugas-tugas akademik, unggul dalam membantu siswa memahami konsep-konsep yang sulit, dan membantu siswa menumbuhkan kemampuan berfikir kritis serta dapat memberikan keuntungan baik pada siswa kelompok bawah, menengah, maupun atas yang bekerjasama menyelesaikan tugas-tugas akademik.

Dalam penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *jigsaw* siswa dituntut untuk memiliki motivasi yang tinggi. Motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa dalam setiap kegiatan pembelajaran sangat berperan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran tertentu. Siswa tersebut akan memahami apa yang dipelajari dan dikuasai serta tersimpan dalam jangka waktu yang lama. Siswa menghargai apa yang telah dipelajari sehingga merasakan kegunaannya di dalam kehidupan sehari-hari di tengah-tengah masyarakat. Siswa yang bermotivasi tinggi dalam belajar memungkinkan akan memperoleh hasil belajar yang lebih tinggi pula, artinya semakin tinggi motivasinya semakin intensitas usaha dan upaya yang dilakukan, maka semakin tinggi hasil belajar yang diperolehnya.

Siswa berusaha melakukan upaya untuk meningkatkan keberhasilan dalam belajar sehingga mencapai keberhasilan yang cukup memuaskan sebagaimana yang diharapkan. Disamping itu motivasi juga menopang upaya-upaya dan menjaga agar proses belajar siswa tetap jalan. Hal ini dijadikan siswa gigih dalam belajar. Apabila motivasi belajar muncul setiap kali belajar, besar kemungkinan hasil belajarnya meningkat. Banyak bakat siswa tidak berkembang karena tidak memiliki motivasi yang sesuai dengan bakatnya itu apabila siswa itu memperoleh motivasi sesuai bakat yang dimilikinya, maka lepaslah tenaga yang diluar biasa sehingga tercapai hasil-hasil belajar yang semula tidak terduga. Pembelajaran kooperatif yaitu pembelajaran yang secara sadar dan sengaja menciptakan interaksi yang saling mengasahi antar sesama teman. Model pembelajaran kooperatif tidak sama dengan sekedar belajar dalam kelompok, ada unsur-unsur dasar yang membedakannya dengan belajar kelompok. Ada lima komponen penting dalam pembelajaran kooperatif yaitu saling ketergantungan positif, tatap muka, tanggung jawab perseorangan dan kelompok, keterampilan interpersonal dan kelompok, dan proses kelompok.

Saling ketergantungan positif yaitu keberhasilan kelompok sangat tergantung pada usaha masing-masing anggota kelompok. Ketergantungan ini terjadi bila setiap anggota kelompok merasa diperlukan untuk keberhasilan kelompok dan setiap anggota kelompok berusaha memberi kontribusi dalam menyelesaikan tugas kelompok. Tanggung jawab perseorangan merupakan konsekuensi dari unsur yang pertama. Jika tugas dibuat menurut prosedur model pembelajaran kooperatif, maka setiap siswa akan merasa bertanggung jawab untuk melakukan yang terbaik. Setiap anggota kelompok memahami bahwa mereka adalah bagian dari kelompok dan semua anggota kelompok berkerja untuk tujuan kelompok. Hal yang harus diperhatikan dalam pembelajaran kooperatif yaitu memahami karakteristik siswa.

Selain itu juga dalam memahami siswa guru harus mempunyai strategi yang baik agar siswa tidak cepat jenuh dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Menurut (Abdul Azis Wahab 2020: 85) Setiap guru senantiasa dihadapkan pada pertanyaan tentang metode-metode

apa yang akan digunakan untuk membantu siswa mempelajari konsep-konsep atau membantu mereka mencapai tujuan-tujuan pengajaran yang telah ditetapkan. Hasil belajar adalah merupakan kerjasama antara guru dan siswa. Lebih lanjut menurut (Abdul Azis Wahab 2020: 85) namun demikian metode atau teknik mengajar hanyalah salah satu komponen penting di dalam keseluruhan interaksi belajar-mengajar atau interaksi edukatif. Berkaitan dengan hal itu patut disadari oleh guru bahwa tidak ada satu metode mengajar yang terbaik atau yang cocok untuk semua situasi atau mata pelajaran. Yang ada adalah bahwa terdapat berbagai metode mengajar yang telah digemakan oleh guru dalam mengajar dan telah memberinya pengalaman. Dengan pengalaman itu dapat menggemakan metode-metode mengajar tersebut dalam situasi-situasi yang berbeda dengan memperhatikan faktor siswa, materi pelajaran yang harus diliput, tujuan pengajaran dan sarana yang tersedia.

Selain itu seorang guru seharusnya selalu mengedepankan sasaran belajar mengajar. Menurut (Sagala 2012:224) Setiap kegiatan belajar mengajar mempunyai sasaran atau tujuan. Tujuan itu bertahap dan berjenjang, mulai dari yang sangat operasional dan konkret yakni tujuan pembelajaran khusus, tujuan pembelajaran umum, tujuan kurikuler, tujuan nasional, sampai pada tujuan yang bersifat universal. Persepsi guru atau persepsi anak didik mengenai sasaran akhir kegiatan belajar mengajar akan mempengaruhi persepsi mereka terhadap sasaran antara serta sasaran kegiatan. Sasaran itu harus diterjemahkan kedalam ciri-ciri perilaku kepribadi, yang didambakan. Pada dasarnya keberhasilan dari suatu pembelajaran tidak lepas dari kerjasama antar pengajar dan pelajar artinya dalam proses pembelajaran khususnya dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan guru dituntut untuk selalu berkreasi untuk mengembangkan model pembelajaran serta selalu aktif dalam memodifikasi pembelajaran, walaupun pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan selalu dikesampingkan.

Untuk membelajarkan siswa sesuai dengan cara gaya belajar mereka sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai dengan optimal ada berbagai model pembelajaran. Dalam prakteknya, kita (guru) harus ingat bahwa tidak ada model pembelajaran yang paling tepat untuk segala situasi dan kondisi. Oleh karena itu, dalam memilih model pembelajaran yang tepat haruslah memperhatikan kondisi siswa, sifat materi bahan ajar, fasilitas-media yang tersedia, dan kondisi guru itu sendiri. Pembelajaran kooperatif bukanlah gagasan baru dalam dunia pendidikan, metode pembelajaran ini hanya dipakai oleh beberapa guru penjasorkes khususnya setelah mereka mendapat pendidikan dan latihan profesi guru (PLPG). Pembelajaran kooperatif merujuk pada berbagai macam metode pengajaran di mana para siswa bekerja dalam kelompok-kelompok kecil untuk saling membantu satu sama lainnya untuk mempelajari materi pelajaran. Pembelajaran kooperatif tergantung pada kelompok-kelompok kecil dari siswa, di mana dalam kelompok kecil tersebut anggota kelompok dari siswa bekerja sama untuk meningkatkan pemahaman dan pencapaian dari masing-masing anggota kelompok. Masing-masing anggota kelompok bertanggungjawab tentang apa yang bisa dilakukan untuk membantu teman dalam kelompok belajarnya itu.

Dalam kelas kooperatif para siswa diharapkan dapat saling membantu, saling berdiskusi dan berargumentasi untuk mengasah pengetahuan yang mereka kuasai pada saat itu dan menutup kesenjangan dalam pemahaman masing-masing. Pembelajaran kooperatif muncul dari konsep bahwa siswa akan lebih mudah menemukan dan memahami konsep apabila mereka bekerja sama dan berdiskusi dengan temannya. Pembelajaran kooperatif berjalan dengan baik dan dapat diaplikasikan untuk semua jenis kelas, termasuk kelas-kelas khusus untuk anak-anak yang berbakat, kelas pendidikan khusus, dan bahkan untuk kelas dengan tingkat kecerdasan “rata-rata”, dan khususnya sangat diperlukan dalam kelas heterogen dengan berbagai tingkat kemampuan.

Menurut (Ngalimun 2013:161) pembelajaran kooperatif sesuai dengan fitrah manusia sebagai makhluk sosial yang penuh dengan ketergantungan dengan orang lain, mempunyai tanggung jawab bersama, pembagian tugas dan rasa senasib. Dengan memanfaatkan kenyataan itu, belajar berkelompok secara kooperatif, siswa dilatih dan dibiasakan untuk saling berbagi (*sharing*) pengetahuan, pengalaman tugas, tanggung jawab. Tantangan yang dihadapi guru dalam memotivasi siswa adalah kurangnya kerjasama siswa di dalam kelas. Jika siswa-siswa dimotivasi dengan nilai-nilai, imbalan-imbalan atau hukuman-hukuman, mereka hanya akan berkonsentrasi dalam pertemuan-pertemuan di dalam kelas yang sangat minim. Mereka akan melakukan hal-hal yang diperlukan untuk tes, tetapi mereka akan segera melupakan sebagian besar pelajaran yang telah mereka pelajari. Untuk mendapatkan hasil yang lebih baik, guru-guru akan memerlukan strategi-strategi yang lebih baik untuk memotivasi siswa agar dapat mewujudkan kualitas yang lebih tinggi di dalam aktivitas belajar di dalam kelas.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, diperoleh kesimpulan bahwa proses pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe Jigsaw teruji efektif meningkatkan hasil belajar kebugaran jasmani siswa kelas IV SD Negeri 1 Temuwangi, Kecamatan Pedan, Kabupaten Klaten.

PERNYATAAN PENULIS

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya ilmiah saya adalah benar hasil penelitian yang saya lakukan dan belum pernah diterbitkan di publikasi manapun. Apabila terjadi kesamaan, maupun hasil karya orang lain siap menerima sanksi dari pengelola jurnal porkes dan prodi penjas kesrek universitas hamzanwadi

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, R. (2017). Pengaruh penerapan model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw pada mata pelajaran kimia di madrasah aliyah. *Lantanida journal*, 5(1), 13-28. Doi. <http://dx.doi.org/10.22373/lj.v5i1.2056>



- Djudin, T., & Setiawan, R. (2016). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap hasil belajar siswa pada materi vektor di kelas X SMA Negeri 1 Sanggau Ledo. *Jurnal Penelitian Fisika Dan Aplikasinya*, 6 (2), 51-60. Doi. <https://doi.org/10.26740/jpfa.v6n2.p51-60>
- Fathurrohman, M. (2015). Model-model pembelajaran. Jogjakarta: Ar-ruzz media.
- Fikri, A. (2018). Studi Tentang Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswa Penjaskes STKIP PGRI Lubuklinggau. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(2), 74-83. Doi. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v1i2.135>
- Gatot Jariono, Fahmy Fachrezzy, & Haris Nugroho (2020). Application Of Jigsaw Type Cooperative Learning Model To Improving The Physical Exercise Student Volleyball At Junior High School 1 Sajoanging. *Journal of reseach in business, Economics, and Education*, 1019-1026. <https://e-journal.stie-kusumanegara.ac.id/index.php/jrbee/article/view/159>
- Gatot Jariono, Haris Nugroho, Iwan Hermawan, Fahmy Fachrezzy, Uzizatun Maslikah. (2021). The Effect Of Circuit Learning On Improving The Physical Fitness Of Elementary School Student. *International Journal of Education Research & Social Sciences*, 59-68. Doi. <https://doi.org/10.51601/ijersc.v2i1.22>
- Harvianto, Y. (2021). Pengaruh Media Pembelajaran Interaktif Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Porkes*, 4(1), 1-7. Doi. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i1.3485>
- Hudah, M., Widiyatmoko, F. A., Pradipta, G. D., & Maliki, O. (2020). Analisis pembelajaran pendidikan jasmani di masa pandemi covid-19 di tinjau dari penggunaan media aplikasi pembelajaran dan usia guru. *Jurnal Porkes*, 3(2), 93-102. Doi. [10.29408/porkes.v3i2.2904](https://doi.org/10.29408/porkes.v3i2.2904)
- Huda Miftahul. (2013). Cooperative Learning; Metode, Teknik, Struktur dan Model Penerapan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hasbillah, M., Herman, H., & Suparman, S. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Reflection Journal*, 1(2), 43-51. Doi. <https://doi.org/10.36312/rj.v1i2.634>
- Isnaini, L. M. Y. Suryansah (2019). Aplikasi Latihan Mental Dalam Pembelajaran Gerak Untuk Meningkatkan Keterampilan Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Porkes*, 2(1), 17-25. Doi. [10.29408/porkes.v2i1.1451](https://doi.org/10.29408/porkes.v2i1.1451)
- Jumesam, J., & Hariadi, N. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Motorik Untuk Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Porkes*, 3(2), 119-126. Doi. [10.29408/porkes.v3i2.2638](https://doi.org/10.29408/porkes.v3i2.2638)
- Juliati, R. R., Iqbal, R., & Nurwansyah, R. (2019). Hubungan Kepemimpinan dan Kemampuan Melaksanakan Proses Belajar Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Porkes*, 2(2), 44-49. Doi. [10.29408/porkes.v2i2.1885](https://doi.org/10.29408/porkes.v2i2.1885)
- Lubis, R. S. (2021). Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw terhadap Hasil Belajar Mahasiswa. *AXIOM: Jurnal Pendidikan Dan Matematika*, 9 (2), 199-209. Doi. <https://dx.doi.org/10.30821/axiom.v9i2.8735>

- Maisarah, A. (2019). Strategi Belajar Mengajar Dengan Menerapkan Model Demonstrasi Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Penjasorkes Materi Menerapkan Budaya Sehat Pada Siswa Kelas VII SDN 1.2 Pudak Setegal Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Langsung*, 6(1). <https://rumahjurnal.net/langsat/article/view/571>
- Malobulu, Syarifudin dkk, 2011. Olahraga dan Pendidikan Jasmani dalam Keutuhan NKRI, Jakarta: Ardadizya Jaya, 2011,
- Maifa, Suryansah. (2020). Pengaruh Aktivitas Pengembangan Profesi Guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga Terhadap Hasil Uji Kompetensi Guru. *Jurnal Porkes*, 3(1), 1-8. Doi. [10.29408/porkes.v3i1.1937](https://doi.org/10.29408/porkes.v3i1.1937)
- Mulyadi, M. (2018). Strategi Belajar Mengajar Dengan Menerapkan Model Demonstrasi Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Penjasorkes Materi Pertumbuhan Dan Perkembangan Makhluk Hidup Pada Siswa Kelas Vii Smpn 3 Tanjung. *Jurnal Langsung*, 5(1). <https://rumahjurnal.net/langsat/article/view/474>
- Ngalimun, 2013. Strategi dan Model Pembelajaran, Yogyakarta : Aswaja Presindo
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2020). Penerapan model pembelajaran Jigsaw untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar mahasiswa penjas pada mata kuliah filsafat penjas dan olahraga. *Journal Of Sport Education*, 2 (2), 61-69. Doi. <http://dx.doi.org/10.31258/jope.2.2.61-69>
- Nurdyansyah, N., & Fitriyani, T. (2018). Pengaruh Strategi Pembelajaran Aktif Terhadap Hasil Belajar Pada Madrasah Ibtidaiyah. *Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*.
- Nurhidayat, N., Triadi, C., & Fathurrahman, F. (2020). Tingkat Prestasi Akademik Ditinjau Dari Kebugaran Jasmani (Vo2 Max) Mahasiswa. *Jurnal Porkes*, 3(1), 26-30. Doi. [10.29408/porkes.v3i1.2010](https://doi.org/10.29408/porkes.v3i1.2010)
- Ningsih, Y. F., Hariadi, N., & Puspitaningrum, D. A. (2019). Hubungan Antara Minat dan Bakat Mahasiswa Universitas Jember Kampus Bondowoso Terhadap Fasilitas Olahraga. *Jurnal Porkes*, 2(2), 73-76. Doi. [10.29408/porkes.v2i2.1643](https://doi.org/10.29408/porkes.v2i2.1643)
- Nurfitriyanti, M. (2017). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap hasil belajar matematika ditinjau dari kecerdasan emosional. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 7(2). Doi. [10.30998/formatif.v7i2.2229](https://doi.org/10.30998/formatif.v7i2.2229)
- Pratiwi, N. K. (2017). Pengaruh tingkat pendidikan, perhatian orang tua, dan minat belajar siswa terhadap prestasi belajar bahasa indonesia siswa smk kesehatan di kota tangerang. *Pujangga*, 1(2), 31. Doi. <http://dx.doi.org/10.47313/pujangga.v1i2.320>
- Putra, I. A., Pujani, N. M., & Juniartina, P. P. (2018). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap pemahaman konsep IPA siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sains Indonesia*, 1(2), 80-90. Doi. <https://doi.org/10.23887/jppsi.v1i2.17215>
- Rosdiani, Dini. (2012). Model Pembelajaran Langsung Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Bandung: Alfabeta

- Rosyidah, U. (2016). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe jigsaw terhadap hasil belajar matematika siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Metro. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 1(2). Doi. <http://dx.doi.org/10.30998/sap.v1i2.1018>
- Rahuma, A., & Ananda, A. (2019). The effect of using cooperative learning model type of examples non examples and motivation toward student learning outcomes. *JPPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4 (2), 117-121. Doi. <https://doi.org/10.29210/02018275>
- Rusman. (2010). Model-model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Syafi'i, A., Marfiyanto, T., & Rodiyah, S. K. (2018). Studi tentang prestasi belajar siswa dalam berbagai aspek dan faktor yang mempengaruhi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2 (2), 115-123. Doi. <https://doi.org/10.32585/jkp.v2i2.114>
- Sagala, Syaiful, 2012. Konsep dan Makna Pembelajaran Untuk membantu Memecahkan Problematika Belajar dan Mengajar, Bandung: Alfabeta
- Sukmadinata, N. S. (2013). Metode Penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: CV Alfabeta.
- Saparina, R., Wahab, A. A., & Mirfani, A. M. (2020). Implementasi Total Quality Management (Tqm) Dalam Peningkatan Layanan Sekolah. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 27 (1), 97-115. Doi. <https://doi.org/10.17509/jap.v27i1.24405>
- Sukardi, H. M., & Hutari, F. (2015). Metode penelitian pendidikan tindakan kelas: implementasi dan pengembangannya.
- Suryono, S. (2021). Upaya Peningkatan Prestasi Belajar Penjasorkes Melalui Model Kooperatif Tipe Jigsaw Di Sman 4 Tebo Tahun Pelajaran 2019/2020. *Strategy: Jurnal Inovasi Strategi Dan Model Pembelajaran*, 1 (2), 223-230. Doi. <https://doi.org/10.51878/strategi.v1i2.624>
- Sukardi, H.M. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Tindakan Kelas Implementasi dan Pengembangannya. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiyono, D. (2013). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D.
- Sukardi, H.M. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Tindakan Kelas Implementasi dan Pengembangannya. Jakarta: Bumi Aksara.
- Tamim, M. H., & Nopiana, R. (2018). Hubungan Status Gizi Gengan Tingkat Kebugaran Jasmani. *Jurnal Porkes*, 1(2), 52-61. Doi. [10.29408/porkes.v1i2.1414](https://doi.org/10.29408/porkes.v1i2.1414)
- Widoyo, Putro Eko, (2014). Evaluasi Program Pembelajaran, Panduan Praktis Bagi Pendidik dan Calon Pendidik. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Wijayani, I., Haenilah, E. Y., & Sugiman, S. (2017). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V. *Pedagogi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 5(16). <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/pgsd/article/view/13942>