



## Pengaruh Model Latihan Fisik dan Motivasi Belajar terhadap Kesamaptaan Jasmani Siswa Diktuk Bintara POLRI SPN Polda Jawa Timur

Pitra Manggala Mukta<sup>1\*</sup>, Suharti<sup>1</sup>, Yoso Wiyarno<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

\*Correspondence author, email: [pitra.manggalamukta09@gmail.com](mailto:pitra.manggalamukta09@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan antara model latihan fisik berbasis pedoman dashbara bintanga dengan model ceramah, motivasi belajar tinggi dengan motivasi belajar rendah dan interaksi keduanya dalam kesamaptaan jasmani siswa Diktuk Bintara Polri. Metode penelitian *quasi eksperimen* dengan menggunakan desain faktorial 2x2. Sampel penelitian adalah 120 siswa dengan cara random sampling. Lokasi penelitian di Sekolah Kepolisian Negara Polda Jatim Bangsal Mojokerto. Teknik pengambilan data dengan tes fisik, angket, dan observasi. Teknik analisis data menggunakan SPSS 13 kuantitatif anova. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model latihan fisik dan motivasi belajar berpengaruh signifikan terhadap kesamaptaan jasmani siswa. Model latihan fisik yang bervariasi dan terstruktur lebih efektif dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa, dengan nilai F sebesar 86.963 dan tingkat signifikansi 0.000. Motivasi belajar siswa berperan penting bagi para siswa, dengan nilai F sebesar 9061 dan tingkat signifikansi 0.003., dengan pengertian makin tinggi motivasi belajar siswa maka makin baik hasil latihan fisik. Model ANOVA menjelaskan 47,5% variasi dalam kesamaptaan jasmani siswa, dengan arti model cukup efektif untuk menggambarkan hubungan antar faktor tersebut. Kesimpulan model latihan fisik dan motivasi belajar berpengaruh signifikan terhadap kesamaptaan jasmani siswa di Diktuk Bintara POLRI SPN Polda Jatim.

### Info Artikel

Diajukan: 2026-03-11

Diterima: 2026-04-06

Diterbitkan: 2026-04-10

### Kata Kunci

siswa; kesamaptaan; motivasi; belajar; model; latihan; jasmani

Copyright (c) 2026 Pitra Manggala Mukta, Suharti, Yoso Wiyarno

Jurnal KEJAORA is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



### PENDAHULUAN

Kepolisian Negara Republik Indonesia (Polri) memiliki peran strategis dalam menjaga keamanan dan ketertiban masyarakat, menegakkan hukum, serta memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan kepada masyarakat. Peran tersebut menuntut setiap anggota Polri, khususnya Bintara sebagai garda terdepan, untuk memiliki kompetensi profesional yang mencakup aspek fisik, mental, dan integritas kepribadian. Oleh karena itu, proses pendidikan dan pelatihan menjadi faktor kunci dalam membentuk sumber daya manusia Polri yang berkualitas.

Pendidikan Pembentukan Bintara Polri yang dilaksanakan melalui Sekolah Kepolisian Negara (SPN) merupakan tahapan awal dalam membentuk calon anggota Polri yang profesional. Program pendidikan ini berlangsung selama kurang lebih lima bulan dengan pendekatan berbasis pendidikan kedinasan yang



menekankan pada pembinaan sikap, pengetahuan, serta keterampilan (Anwar, 2024). Dalam konteks tersebut, proses pembelajaran dan pelatihan dituntut tidak hanya bersifat instruksional, tetapi juga mampu mendorong peserta didik untuk berpikir kritis, adaptif, dan memiliki keterampilan yang relevan dengan tuntutan tugas di lapangan (Nurkhatillah et al., 2024; Suryani, 2024). Lingkungan belajar yang kondusif juga menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan proses pendidikan sehingga mampu menghasilkan individu yang berintegritas dan berkontribusi positif bagi masyarakat (Subandi et al., 2024; Simatupang et al., 2024).

Salah satu aspek penting dalam pembentukan Bintara Polri adalah kesamaptaan jasmani, yang menjadi indikator kesiapan fisik dalam menjalankan tugas kepolisian. Pembinaan kesamaptaan jasmani mengacu pada pedoman pendidikan dasar Bhayangkara (Dashbara), yang menekankan pentingnya penerapan berbagai model latihan fisik secara sistematis dan terukur. Namun demikian, implementasi model latihan fisik di lapangan masih menghadapi berbagai tantangan, khususnya terkait efektivitas metode latihan yang digunakan dalam meningkatkan kesamaptaan jasmani siswa.

Selain faktor metode latihan, motivasi belajar juga menjadi variabel penting yang memengaruhi keberhasilan pembinaan fisik. Motivasi belajar yang rendah dapat berdampak pada kurang optimalnya partisipasi dan hasil latihan, sehingga berimplikasi pada pencapaian tingkat kesamaptaan jasmani siswa (Azizatussaadah, 2024). Dengan demikian, keberhasilan program latihan fisik tidak hanya ditentukan oleh model latihan yang diterapkan, tetapi juga oleh tingkat motivasi belajar peserta didik.

Berdasarkan kajian tersebut, masih terdapat kesenjangan penelitian terkait efektivitas model latihan fisik dalam meningkatkan kesamaptaan jasmani yang dikaitkan dengan motivasi belajar siswa dalam konteks pendidikan pembentukan Bintara Polri. Sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung membahas aspek latihan fisik atau motivasi secara terpisah, sehingga belum memberikan gambaran komprehensif mengenai hubungan keduanya.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keefektifan model latihan fisik terhadap kesamaptaan jasmani siswa pendidikan pembentukan Bintara Polri, serta mengkaji peran motivasi belajar dalam mendukung pencapaian kesamaptaan jasmani tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan model pelatihan fisik yang efektif dan berbasis kebutuhan pendidikan kepolisian.

## **METODE**

Penelitian menggunakan eksperimen semu (Arikunto S, 2006). Dengan desain penelitian one group pretest-posttest time series design. Adapun skema dari penelitian dengan desain tersebut adalah:

Tabel 1. Desain Penelitian

Pre Tes	Perlakuan	Post Tes
T1,T2,T3	X	T4,T5,T6

Keterangan:

- T1 : Tes awal (pre tes) pada kepelatihan seri 1 yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan
- T2 : Tes awal (pre tes) pada kepelatihan seri 2 yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan
- T3 : Tes awal (pre tes) pada kepelatihan seri 3 yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan
- X : Perlakuan (treatment) diberikan kepada siswa dengan menggunakan model latihan pada buku pedoman Dashbara Bintara Polri
- T4 : Tes akhir (post tes) pada kepelatihan seri 1 yang dilakukan setelah diberikan perlakuan



- T5 : Tes akhir (post tes) pada kepelatihan seri 2 yang dilakukan setelah diberikan perlakuan  
 T6 : Tes akhir (post tes) pada kepelatihan seri 3 yang dilakukan setelah diberikan perlakuan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Diktuk Bintara POLRI tahun ajaran 2025 di SPN Polda Jawa Timur, Untuk sampel penelitian adalah satu kelas dari keseluruhan populasi. Teknik pengambilan sampel dengan cara purposive random sampling. Kelas yang digunakan adalah kelas dengan program keahlian yang terpilih 80% siswa Diktuk.

Variabel peneltiian ada tiga yang meliputi variabel bebas yakni model latihan fisik berbasis sbuku pedoman Dasbhara Bintara Polri. Variabel moderator yakni motivasi belajar dan variabel terikat yakni kesamaptaan jasmani siswa Diktuk Bintara POLRI.

Tabel 2. Instrumen Pengukuran Penelitian

Variabel	Data Dikumpulkan	Yang	Teknik Pengumpulan Data	Instrumen	Indikator
Kesamaptaan Jasmani Siswa Diktuk Bintara Polri	Kesamaptaan Jasmani Diktuk Bintara Sebelum Mendapatkan Perlakuan Diperoleh Skor	Siswa Polri dan Polri Yang Berupa	Tes Kesamaptaan Jasmani Siswa Diktuk Bintara Polri	Kisi-Kisi Dan Soal Pretest Dan Posttest Kesamaptaan Jasmani Siswa Diktuk Bintara Polri	1. Mengingat 2. memahami 3. mengaplikasikan 4. menganalisis
Motivasi Belajar	Motivasi Diperoleh Skor	Siswa Yang Berupa	Angket Motivasi Belajar	Kisi-Kisi Angket Motivasi Belajar	1. perhatian 2. keterkaitan 3. kepercayaan diri 4. kepuasan

Instrumen tes dalam bentuk tes obketif pliihan ganda 10 item, diawali dengan tingkat validitas, reliabilitas (Sugiyono, 2017), taraf kesukaran, dan daya beda.

Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa tes soal obyektif sebanyak 10 pertanyaan dengan pola jawaban pilihan ganda (a,b.c.d.e) dengan rentang nilai 0-10 dengan setiap soal skor 10 jika jawaban benar dan 0 jika jawaban salah. Dengan pelaksanaan tes dilakukan sebanyak dua kali yakni pre tes dan post tes.

Teknik analisis data terkiat dengan masalah penelitian menggunakan SPSS 27.0 Windows Evaluation Version, mulai dari ujia normalitas, homogenitas, uji analisis Uji Anova dua jlaur untuk menguji hipotesis ke 1 ,2 dan k3.

Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Kesamaptaan Jasmani Siswa Diktuk Bintara Polri

Variabel	Indikator	Jumlah Butir	Nomor Butir Pada Instrumen
Kesamaptaan Jasmani	Lari 12 menit, Mengukur	3	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20.



---

Siswa Diktuk	daya tahan	
Bintara Polri	kardiorespirasi.	
	Lari sejauh	
	mungkin dalam	
	waktu 12 menit	
	Push-up,	3
	Mengukur	
	kekuatan otot	
	lengan dan	
	dada.	
	Melakukan	
	push-up	
	sebanyak	
	mungkin dalam	
	1 menit.	
	Sit-up,	3
	Mengukur	
	kekuatan otot	
	perut.	
	Melakukan sit-	
	up sebanyak	
	mungkin dalam	
	1 menit	
	Pull-up,	3
	Mengukur	
	kekuatan otot	
	lengan dan	
	punggung.	
	Melakukan	
	pull-up	
	sebanyak	
	mungkin	
	Shuttle Run,	2
	Mengukur	
	kelincahan.	
	Berlari bolak-	
	balik antara	
	dua titik dalam	
	jarak 10 meter	
	Vertical Jump,	2
	Mengukur	
	kekuatan otot	
	kaki.	
	Melakukan	

---



lompatan vertikal dari posisi berdiri.	Sprint 100 meter,	2
Mengukur kecepatan. Lari sejauh 100 meter dengan waktu secepat mungkin.	Bleep Test (Multi-stage fitness test),	2
Mengukur daya tahan tubuh secara keseluruhan.	Berlari mengikuti ritme suara yang semakin cepat.	

Tabel 4. Kisi-kisi Motivasi Belajar

Variabel	Indikator	Sub Indikator	Item	No item	Pernyataan	
					Positif	Negatif
Motivasi Belajar	Perhatian ( <i>Attention</i> )	Mengerjakan semua tugas sesuai dengan yang diinstruksikan	Saya mengerjakan semua tugas yang diberikan oleh pelatih dengan baik dan tepat waktu	1	√	
			Saya bermain-main di kelas dan menunda mengerjakan tugas yang diberikan pelatih	20		√
		Tekun dalam mengikuti kegiatan kepelatihan	Saya bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan kepelatihan	19	√	
			Saya tidak bersungguh-sungguh dalam mengikuti kegiatan kepelatihan	2		√



	Antusias dalam mengikuti kepelatihan	Saya selalu antusias dan semangat dalam mengikuti kepelatihan	3	√
		Saya ingin setiap kegiatan kepelatihan berakhir/ selesai	18	√
	Mengikuti langkah-langkah kegiatan sesuai dengan perintah	Saya melaksanakan semua langkah-langkah dalam kegiatan kepelatihan sesuai dengan perintah	17	√
		Saya malas mengikuti langkah-langkah dalam kegiatan kepelatihan	4	√
	Mematuhi aturan kegiatan kepelatihan yang disampaikan oleh pelatih	Saya mematuhi aturan dan tata tertib yang disampaikan oleh pelatih dalam kegiatan kepelatihan agar kelas selalu kondusif.	5	√
		Saya tidak mematuhi aturan atau tata tertib yang disampaikan oleh pelatih dalam kegiatan kepelatihan	16	√
Keterkaitan (Relevance) Kepercayaan diri (Confidence)	Memahami tentang konsep materi yang dipelajari	Saya memahami konsep materi yang disampaikan pelatih	15	√
		Saya kurang memahami dan bingung terhadap materi yang disampaikan oleh pelatih	6	√
	Mampu menjawab pertanyaan tentang materi yang dipelajari	Saya langsung paham dan dapat menjawab pertanyaan yang disampaikan oleh pelatih tentang materi yang dipelajari	7	√



---

	Saya tidak mampu menjawab pertanyaan pelatih dan membutuhkan pengulangan materi dari pelatih supaya memahami materi	14		√
Merasakan kebermanfaatan materi yang dipelajari untuk kehidupan sehari-hari	Saya merasa materi yang saya pelajari dapat membantu saya menyelesaikan masalah saya dalam kehidupan sehari-hari	13	√	
Mengetahui tujuan kepelatihan	Saya dapat mengetahui tujuan dan manfaat dari mengikuti kegiatan kepelatihan saat itu.	8		√
	Saya kurang memahami tujuan dan manfaat dari mengikuti kegiatan kepelatihan saat itu.	9	√	
Mampu mengikuti metode kepelatihan yang digunakan	Saya merasa metode yang digunakan pelatih dapat membuat saya berkonsentrasi dengan baik selama mengikuti kegiatan kepelatihan	12		√
	Saya merasa metode yang digunakan pelatih tidak dapat membuat saya berkonsentrasi dengan baik selama mengikuti kegiatan kepelatihan	11	√	
Menyelesaikan tugas yang diberikan secara mandiri	Saya menyelesaikan tes atau ulangan yang diberikan pelatih sendiri	10	√	

---



		Saya suka menyontek dalam mengerjakan tes atau ulangan yang diberikan pelatih	21	√
	Berani bertanya tentang materi yang belum dipahami	Saya berani bertanya kepada pelatih jika terdapat materi yang belum saya pahami	40	√
		Saya malu bertanya kepada pelatih walaupun terdapat materi yang belum dipahami	39	√
	Mampu menyatakan pendapat di depan kelas dengan baik	Saya berani menyampaikan pendapat di depan kelas dengan baik	22	√
		Saya takut untuk menyampaikan pendapat di depan kelas	23	√
	Mampu bersosialisasi dengan teman sekelasnya dengan baik	Saya merasa senang ketika berdiskusi dengan teman di kelas	38	√
		Saya merasa malu untuk berdiskusi dengan teman di kelas	37	√
	Sanggup bekerja keras untuk memperoleh hasil yang memuaskan	Saya merasa yakin akan berhasil dalam kegiatan belajar apabila saya bekerja keras	24	√
		Saya merasa kurang yakin akan berhasil walaupun saya sudah berusaha keras	25	√
Kepuasan (Satisfaction)	Rasa senang terhadap kegiatan kepelatihan	Saya senang mengikuti kepelatihan karena kepelatihan yang saya ikuti bermanfaat untuk	35	√



---

---

	saya			
	Saya tidak senang mengikuti kepelatihan karena kepelatihan yang saya ikuti tidak berguna	26	√	
Mengikuti kegiatan kepelatihan dari awal sampai akhir dengan baik	Saya mengikuti kepelatihan dari awal sampai akhir kepelatihan dengan baik dan menyenangkan.	27	√	
	Saya merasa bosan mengikuti kepelatihan dari awal sampai akhir karena sulit memahami materi	34	√	
Merasakan kepuasan terhadap kegiatan kepelatihan karena keingintahuannya terpenuhi	Saya merasa puas mengikuti kegiatan kepelatihan karena dapat menjawab rasa ingin tahu saya	33	√	
	Saya merasa tidak puas mengikuti kegiatan kepelatihan yang saya ikuti tidak menjawab rasa ingin tahu saya	28	√	
Rasa senang terhadap reinforcement	Saya merasa senang dengan reward atau hadiah yang diberikan pelatih atas keberhasilan belajar saya	29	√	
	Saya kurang senang terhadap reward yang diberikan pelatih atas Keterampilan Sosial Siswa Materi IPS saya	32	√	
Merasakan fasilitas yang lengkap dalam kepelatihan sehingga	Saya merasa fasilitas yang saya butuhkan dalam kegiatan	31	√	

---

---



---

dapat membantu kegiatan pembelajaran	kepelatihan dapat terpenuhi		
	Saya merasa fasilitas yang saya butuhkan dalam kegiatan kepelatihan kurang lengkap	30	√

---

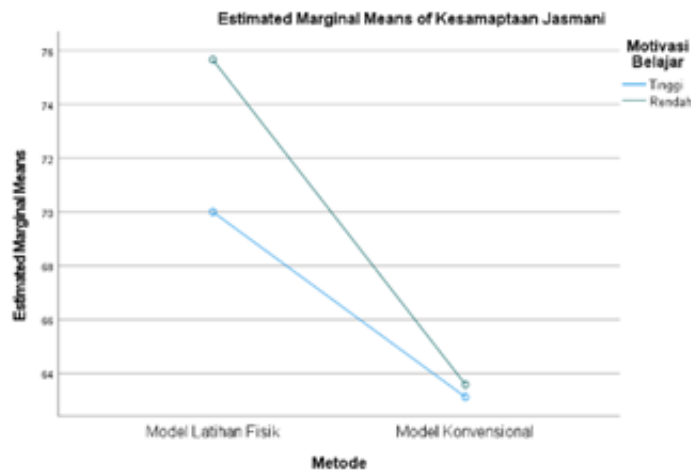
Sumber diadaptasi dari (Andayana et al., 2021; Krismony et al., 2020; Yugakisha & Jayanta, 2021)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis, penelitian ini menunjukkan bahwa model latihan fisik dan motivasi belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap kesamptaan jasmani siswa. Model latihan fisik yang variatif dan terstruktur terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kebugaran jasmani siswa, dengan nilai F sebesar 86.963 dan tingkat signifikansi 0.000.

Selain itu, motivasi belajar juga berperan penting, seperti yang ditunjukkan oleh nilai F sebesar 9.061 dan tingkat signifikansi 0.003, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi motivasi siswa, semakin baik hasil latihan fisik yang dicapai. Penelitian ini juga menemukan adanya interaksi signifikan antara model latihan fisik dan motivasi belajar, yang berarti pengaruh model latihan terhadap kesamptaan jasmani sangat dipengaruhi oleh tingkat motivasi siswa.

Model ANOVA yang digunakan mampu menjelaskan sekitar 47,5% variasi dalam kesamptaan jasmani siswa, menunjukkan bahwa model tersebut efektif dalam menggambarkan hubungan antara faktor-faktor tersebut. Temuan pertama menunjukkan bahwa model latihan fisik memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap hasil kesamptaan jasmani siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai F sebesar 86.963 dengan signifikansi sebesar 0.000. Angka ini jauh berada di bawah ambang batas signifikansi 0.05, yang menandakan bahwa perbedaan yang muncul bukanlah hasil dari kebetulan, melainkan mencerminkan adanya pengaruh nyata dari perbedaan model latihan. Temuan kedua yang juga penting adalah adanya pengaruh yang signifikan dari motivasi belajar terhadap hasil kesamptaan jasmani siswa. Hasil analisis menunjukkan nilai F sebesar 9.061 dengan nilai signifikansi sebesar 0.003. Nilai ini menunjukkan bahwa motivasi belajar, baik dalam kategori tinggi maupun rendah, memberikan kontribusi yang bermakna terhadap performa jasmani siswa. Tidak kalah penting adalah ditemukannya interaksi yang signifikan antara model latihan fisik dan motivasi belajar terhadap hasil kesamptaan jasmani. Nilai F sebesar 6.522 dengan signifikansi sebesar 0.012 menunjukkan bahwa pengaruh model latihan terhadap hasil kesamptaan jasmani tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh tingkat motivasi belajar siswa. Secara keseluruhan, model statistik yang digunakan dalam penelitian ini menunjukkan kekuatan yang cukup baik dalam menjelaskan variabilitas data. Nilai R Squared sebesar 0.488 dan Adjusted R Squared sebesar 0.475 menunjukkan bahwa sebanyak 47,5% variasi dalam tingkat kesamptaan jasmani siswa dapat dijelaskan oleh ketiga faktor yang diteliti, yaitu model latihan fisik, motivasi belajar, dan interaksi antara keduanya



Grafik 1 Interaksi Model Latihan Fisik dan Motivasi Belajar Terhadap Kesamaptan Jasmani (Studi Kasus Siswa Diktuk Bintang Polri Tahun Ajaran 2025 Di SPN Polda Jawa Timur)

Sejalan dengan hasil ini, Rais et al. (2024) mengungkapkan bahwa latihan fisik yang dilakukan secara terstruktur dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa sekolah dasar secara signifikan. Dalam penelitiannya, mereka menekankan bahwa peningkatan kebugaran jasmani berkaitan dengan aspek fisik seperti kekuatan otot atau daya tahan kardiovaskular. Nidya et al (2024) menegaskan bahwa kebugaran jasmaniyang baik dan keikutsertaan les tambahan berhubungan positif dengan prestasi belajar siswa. Jadi prestasi akademik ditingkatkan dengan dukungn peningkatan kebugaran jasmani. Tingkat kebugaran jasmani berkorelasi positif dengan peningkatan hasil belajar atau prestasi akademik siswa (Purnomo, 2023).

Penelitian oleh Irawan et al. (2024) menemukan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara motivasi belajar siswa dan efektivitas proses pembelajaran PJOK di SMA Negeri 1 Kandangan. penelitian yang dilakukan oleh Marpaung et al. (2025) turut menyoroti pentingnya desain pembelajaran yang dapat memicu motivasi siswa, seperti penerapan model pembelajaran sirkuit permainan dalam kegiatan PJOK dan termasuk juga melalui aktivitas fisik di pembelajaran PJOK membantu kedisiplinan juga (Effendi M et al, 2023).

## KESIMPULAN

1. Pengaruh signifikan model latihan fisik terhadap kesamaptan jasmani, nilai F sebesar 86.963. dengan tingkat signifikansi 0.000. siswa mengikuti metode latihan fisik lebih variatif terstruktur menunjukkan peningkatan lebih baik dalam kebugaran fisik.
2. Pengaruh signifikan motivasi belajar terhadap kesamaptan jasmani, dengan nilai F sebesar 9.061. dengan tingkat signifikansi 0.003. makin tinggi motivasi belajar siswa makin baik hasil yang dicapai dalam latihan fisik dan kesamaptan jasmani.
3. Interaksi antara model latihan fisik dan motivasi belajar adanya interaksi signifikan antara model latihan fisik dan motivasi belajar siswa terhadap kesamaptan jasmani nilai F sebesar 6.522 dengan tingkat signifikasn 0.012. pengaruh model latihan fisik terhadap hasil kesamaptan jasmani tergantung pada tingkat motivasi belajar siswa.
4. Model anova menunjukkan 47.5% variasi kesamaptan jasmani siswa dengan R Squared sebesar 0.488 dan adjusted R Square 0.475. dengan demikian ada hubungan antara model latihan fisik, motivasi belajar dan kesamaptan jasmani, dan ada faktor lain yang tentu ikut mempengaruhi .



## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kaprodi Program Magister, Dekan FKIP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, S. (2024). Pendidikan Multikultural Dalam Pembelajaran Sejarah Lokal. *Maharsi*, 6(1). <https://doi.org/10.33503/Maharsi.V6i1.3547>
- Azizatussaadah, M. U. (2024). Strategi Peningkatan Kompetensi, Motivasi, Dan Kinerja Guru Menjadi Pendidik Yang Profesional Pada Sekolah Menengah Kejuruan Sultan Agung Parungpanjang Bogor Jawa Barat. *Jurnal Asik: Jurnal Administrasi, Bisnis, Ilmu Manajemen & Kependidikan*, 2(1). <https://doi.org/10.59639/Asik.V2i1.53>
- Andayana, I. K. A., Margunayasa, I. G., & Yudiana, K. (2021). Pengembangan Instrumen Pengukuran Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Mimbar Pendidikan Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.23887/Mpi.V2i2.37262>
- Effendi, M., Muhyi, M., & Cholid, A. (2023). Pengembangan Nilai Disiplin Siswa Melalui Pembelajaran PJOK Kelas V Di Sekolah MI Al Ahmad Dengan Modifikasi Permainan Tradisional. *Jendela Olahraga*, 8(2), 53-60.
- Irawan D.C. Aziz M.Z, Wibisono Bayu I.G.A., (2024), Hubungan Antara Motivasi Siswa Dengan Efektivitas Pembelajaran Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, JOPI, Jurnal Olahraga pendidikan Indonesia, 3 (2), 10-115.
- Krismony, N. P. A., Parmiti, D. P., & Japa, I. G. N. (2020). Pengembangan Instrumen Penilaian Untuk Mengukur Motivasi Belajar Siswa Sd. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 3(2). <https://doi.org/10.23887/Jippg.V3i2.28264>
- Marpaung, R. E. R., Suharti, S., & Muhyi, M. (2025). Pengembangan Model Pembelajaran Permainan Sirkuit Training Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 10(1), 14-18.
- Nukhbatillah, I. A., Setiawati, S., Hasanah, U., & Nurmalasari, N. (2024). Evaluasi Mutu Pendidikan Menggunakan Pendekatan Teori Stufflebeam. *Jurnal Global Futuristik*, 2(1). <https://doi.org/10.59996/Globalistik.V2i1.352>
- Nidya, I. R., Kartini, A., & Suyatno, S. (2024). The Relationship Physical Fitness with Learning Achievement of High School Students in Semarang: Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Belajar pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Semarang. *Amerta Nutrition*, 8(3SP), 105–114.
- Purnomo Y.H.(2023), Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Motivasi Belajar Siswa SMP, e-Sport Jurnal Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, 4 (1), 52-57, <https://doi.org/10.31539/e-sport.v4i1.8475>
- Rais, Daulay M.I., Hanafi I., (2024), Pengaruh Metode Latihan Atletik Dan Kelincahan Terhadap kebugaran Jasmani siswa Sekolah Dasar, Multiple Journal of Global and Multidisciplinary, 2 (10), 3179-3191
- Suryani, M. (2024). Hakekat Pendidikan Dalam Kehidupan Manusia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 3(03). <https://doi.org/10.47709/Educendikia.V3i03.3397>
- Subandi, Syarufuddin, Saprin. (2024). Pengertian Dan Prinsip-Prinsip Pendidikan Islam Sebagai. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(2).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (25th Ed.). Alfabeta.
- Simatupang, U.N. Reni Arneti, Rusdinal, & Anisah. (2024). Implementasi Perencanaan Strategis Dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan Sekolah. *Jurnal Niara*, 16(3). <https://doi.org/10.31849/Niara.V16i3.18477>
- Yugakisha, M. S., & Jayanta, I. N. L. (2021). Instrumen Penilaian Motivasi Belajar Ipa. *Jurnal Pedagogi Dan Pembelajaran*, 4(3). <https://doi.org/10.23887/Jp2.V4i2.35918>