

# APOPI

Asosiasi Prodi Olahraga Perguruan Tinggi PGRI

p - ISSN : 2503 - 2976

e - ISSN : 2541 - 5042



## JURNAL **KEJAORA**

**Kesehatan Jasmani dan Olah Raga**

VOLUME 6 NOMOR 1 APRIL 2021

Diterbitkan Oleh :

**Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**UNIVERSITAS PGRI BANYUWANGI**

Jl. Ikan Tongkol No. 22 Banyuwangi

Website: <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/kejaora>

## KATA PENGANTAR

Rasa syukur kami ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Tanpa kehendak dan ridhonya, tim redaksi mungkin tidak dapat mempublikasikan Jurnal KEJAORA: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga Volume 6 Nomor 1 edisi April 2021 secara online dan cetak.

Jurnal ini adalah media informasi dan diseminasi untuk hasil penelitian di bidang olahraga, khususnya olahraga pendidikan, olahraga prestasi, olahraga rekreasi, dan olahraga tradisional. Jurnal KEJAORA: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga diharapkan secara aktif dan terus menerus menyebarkan hasil penelitian terbaik. Edisi ini diterbitkan 15 artikel. Semua artikel telah ditinjau melalui proses peninjauan oleh reviewer / mitra bebestari.

Kami ingin menyampaikan penghargaan dan terima kasih kami kepada para penulis dan pengulas. Edisi ini dilengkapi dengan indeks yang dimuat setelah halaman pengantar untuk membantu pembaca menemukan halaman atau lokasi. Semoga Jurnal KEJAORA: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga dapat bermanfaat dan mampu meningkatkan kualitas hasil penelitian bagi para Dosen, Guru, Peneliti, Mahasiswa, dan Praktisi.

Banyuwangi, 30 April 2021

Editor in Chief



Danang Ari Santoso, M.Pd

Jurnal KEJAORA: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga  
telah terindeks oleh:





# JURNAL KEJAORA

## (Kesehatan Jasmani dan Olahraga)

Jurnal KEJAORA: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olahraga terbit dua kali setahun pada bulan April dan November berisi naskah hasil penelitian, kajian teori, gagasan konseptual di bidang kesehatan dan olahraga. Fokus dan ruang lingkup jurnal KEJAORA yaitu olahraga pendidikan, olahraga kepelatihan, olahraga rekreasi, ilmu olahraga, dan olahraga tradisional.

### Editor in Chief

Danang Ari Santoso, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

### Peer Reviewer

Dr. M. Muhyi, M.Pd

(Universitas Adi Buana Surabaya)

Reo Prasetyo Herpandika, M.Pd

(Universitas Nisantara PGRI Kediri)

Jusuf Blegur, M.Pd

(Universitas Kristen Artha Wacana)

Dr. Wahyu Indra Bayu, M.Pd

(Universitas Sriwijaya)

Baskoro Nugroho Putro, M.Pd

(Universitas Sebelas Maret)

I Gusti Putu Ngurah Adi Santika, M.Fis

(Universitas PGRI Mahadewa Indonesia)

Henri Gunawan Pratama, M.Pd

(STKIP PGRI Trenggalek)

Taufik Rahman, M.Pd

(STKIP PGRI Sumenep)

Alan Alfiansyah Putra Karo Karo

(STOK Binaguna)

Fajar Hidayatullah, M.Pd

(STKIP PGRI Bangkalan)

### Editorial Board

Moh. Agung Setiabudi, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Edi Irwanto, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Ach. Zayul M, M.Kes

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Panji Sekar Pambudi, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Arya T Candra, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Bayu Septa M. T, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Puji Setyaningsih, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Drs. H. Mislana, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Supono, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Deni Kurniawan E, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Lutfi Irawan, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Galih Farhanto, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Wawan Setiawan, M.Pd

(Universitas PGRI Banyuwangi)

Donny Setiawan, M.Or

(Universitas PGRI Banyuwangi)

### ALAMAT REDAKSI

Kantor Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Universitas PGRI Banyuwangi

Jl. Ikan Tongkol No. 22 Kertosari Banyuwangi

Website: <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/kejaora>

Email: [jurnal.kejaora@gmail.com](mailto:jurnal.kejaora@gmail.com)



# JURNAL KEJAORA

## (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga)

### DAFTAR ISI

Pengembangan Modul Pembelajaran Tematik Pjoktema Diriku Pada Peserta Didik Kelas 1 SD Di Kecamatan Buleleng Komang Agus Indrayasa, I Putu Panca Adi, Ni Putu Dwi Sucita Dartini (Universitas Pendidikan Ganesha)	108 - 113
Model Pembelajaran Jarak Pendek Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Akis Mayanto, Muhamad Syamsul Taufik, Adi Wijayanto, Soleh Solahudin (Universitas Muhadi Setiabudi, Universitas Suryakencana, IAIN Tulungagung, Universitas Sriwijaya)	114 - 120
Pengembangan Model Permainan Kaspale Sebagai Alternatif Variasi Permainan Bola Kecil Dalam Pembelajaran Pjok Di Kelas V Sekolah Dasar Areta Agut Pranowo, Ruffi, Luqmanul Hakim (UNIPA Surabaya)	121 - 128
Kondisi Fisik Cabang Olahraga Drumband Puslatkot KONI Kota Kediri Menuju Porprov 2022 Reo Prasetyo Herpandika (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	129 - 132
Pembelajaran Pendidikan Olahraga Berbasis Blended Learning Untuk Sekolah Menengah Atas Ndaru Kukuh Masgumelar, Pinton Setya Mustafa (SMA Negeri 1 Bantur Malang, Universitas Islam Negeri Mataram)	133 - 144
Latihan Zig-Zag Terhadap Kelincahan Menggiring Bola Pada Atlet Sepak Bola Muhammad Ihsan Shabih, Iykrus, Destriani (Universitas Sriwijaya)	145 - 152
Pelatihan Modifikasi Footwork Terhadap Peningkatan Kelincahan Siswa Smp Negeri 3 Abiansema Badung Bali Maryoto Subekti, I Gusti Putu Ngurah Adi Santika (Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Mahadewa)	153 - 159
Identifikasi Tingkat Kondisi Fisik Atlet Renang Puslatkot Koni Kota Kediri Menghadapi Porprov 2022 Septyaning Lusianti (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	160 - 165
Pengaruh Pemberian Reinforcement Dan Latihan Mental Imagery Terhadap Hasil Belajar Roll Depan Di Kelas V SDN Bunajih 1 Labang Madura Ahmat Sainuddin, Harwanto, Abd Cholid (UNIPA Surabaya)	166 - 173
Survei Kapasitas Daya Tahan Aerobik (Vo2 Max) Pada Pemain Sepakbola Persik Usia 20 Tahun M. Akbar Husein Allsabab (Universitas Nusantara PGRI Kediri)	174 - 180

- Pengaruh Modifikasi Permainan Futbas Terhadap Ketepatan Passing Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Muhammadiyah 4 Surabaya Moh. Karimullah, Sumardi, Santika Rentika Hadi (UNIPA Surabaya) 181 - 188
- Survey Pelaksanaan Pembelajaran Pjok Secara Daring Pada Masa Pandemi Covid-19  
Nurul Raodatun Hasanah, I Putu Panca Adi, I Gede Suwiwa  
(Universitas Pendidikan Ganesha) 189 - 196
- Penerapan Permainan Tradisional Dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2019 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya  
Gatot Margisal Utomo, Harwanto (UNIPA Surabaya) 197 - 202
- Analisis Kemampuan Vo<sub>2</sub>max Atlet Selam Koni Kota Kediri  
Rendhitya Prima Putra (Universitas Nusantara PGRI Kediri) 203 - 206
- Tingkat Volume Oksigen Maksimal Atlet Cabor Konsentrasi Unggulan Senam Puslatkot Kota Kediri Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi 2022  
Puspodari (Universitas Nusantara PGRI Kediri) 207 - 211