

**PERBEDAAN KEMAMPUAN FISIK SISWA DATARAN
RENDAH DAN DATARAN TINGGI ANAK USIA 7-9 TAHUN
PADA SD KATOLIK WELILAN**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*



**MARIA YUNITA NAITEFA
NIM. 18320178**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS KRISTEN ARTHA WACANA
KUPANG
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi atas nama **Maria Yunita Naitefa**, NIM. 18320178, dengan judul: **“Perbedaan Kemampuan Fisik Siswa Dataran Rendah dan Dataran tinggi Anak usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”** telah diperiksa dan disetujui untuk diuji pada tanggal15....., bulanAgustus....., tahun2024.....

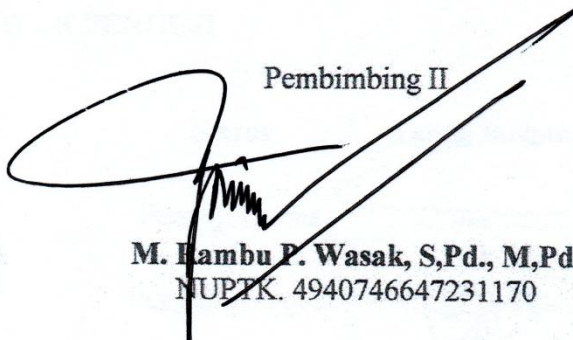
MENYETUJUI

Pembimbing I



Dr. Lukas M. Boleng, M.Kes
NUPTK. 5602737638130033

Pembimbing II



M. Hambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd.
NUPTK. 4940746647231170

MENGESAHKAN

Ketua Program Studi PJKR

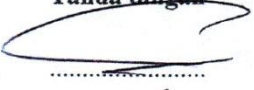


Ramona Matias Mae, S.Pd., M.Or.
NUPTK. 4534744645130132

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama **Maria Yunita Naitefa**, NIM. 18320178, dengan judul: **“Perbedaan Kemampuan Fisik Siswa Dataran Rendah dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”** telah dipertanggungjawabkan di depan **Dewan Penguji** pada tanggal ..15....., bulanAgustus....., tahun2024..... dan dinyatakan **“LULUS”** pada tanggal ..30....., bulan ..Agustus....., tahun2024.....

DEWAN PENGUJI

Nama	Status	Tanda tangan
Agustinus J. Nafie,S.Pd.,M.Pd.	Penguji Utama	
Isak Riwu Rohi,S.Pd.,M.Pd.	Penguji Anggota	
Dr.Lukas M Boleng,M.Kes.	Penguji Anggota/ Pembimbing I	
M. Rambu P Wasak,S.Pd.,M.Pd.	Penguji Anggota/ Pembimbing II	 16/01-2025

MENGESAHKAN


Dra. Angereini D. N. Supidara M.Si., Ph. D.
NUPTK. 7146647230100

Ketua Program Studi PJKR

Ramona Mathias Mae,S.Pd.,Mor.
NUPTK. 4534744645130132

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maria Yunita Naitefa
NIM : 18320178
Semester : Sebelas (XI)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul Skripsi : Hubungan antara Kompetensi Guru dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan

Menyatakan bahwa skripsi yang saya ajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Kristen Artha Wacana bersifat **original** dan **bebas plagiasi**. Bilamana dikemudian hari dijumpai ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dalam Permendiknas Nomor 17 Tahun 2010.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Kupang, 30 Agustus 2024

Yang menyatakan



Maria Yunita Naitefa
NIM. 18320178

MOTTO

**“SEGALA PERKARA DAPAT KUTANGGUNG DI DALAM DIA YANG MEMBERI
KEKUATAN KEPADAKU.”**

(FILIPI 4:13)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus sebagai Jurus Selamat
2. Bapak terkasih, Petrus Manek dan Ibunda tercinta Maria eri yang penuh kasih sayang merawat, membesarkan, mendidik dan menyekolahkan serta dengan doa yang tulus sehingga dapat menyelesaikan studi dengan baik.
3. Keluarga besar naitefa yang selalu mendukung dalam proses perkuliahan hingga selesai
4. Kaka tersayang , (Ferdinandus Naitefa, Jeferson naitefa, Ino Usboko, dan adik terkasih marlin, anya Tefa)
5. Teman-teman Mahasiwa FKIP PJKR, (Jeni, Angel, Dewi, Lusi.) dan teman lainnya yang tidak sempat sy sebut satu persatu yang selalu mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Dan juga skripsi ini kupersembahkan untuk Almamater tercinta.
7. Keluarga tercinta (Bapak, Mama, Kakak dan Adik-Adik) dan juga keluarga besar Fahilaun yang telah memberi dukungan , perhatian, nasehat dan terutama doa bagi peneliti.
8. Teman-teman seperjuangan (PJKR) jkangkatan 2018 kelas yang telah meluangkan waktu untuk berkonsultasi tentang berbagai masalah yang ada hubungannya dengan penulisan skripsi ini pada setiap kesempatan.
9. Teman-teman dan Adik-adik one hart yang selalu mendukung dalam menyelesaikan proposal ini.
10. Untuk almamater universitas kristen artha wacana

KATA PENGANTAR

Puji syukur Peneliti panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan Karunia-Nya kepada peneliti sehingga sehinnga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Perbedaan Kemampuan Fisik Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”** dapat berjalan dengan lancar. Peneliti sungguh menyadari, bahwa skripsi ini tidak lepas dari adanya bimbingan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak yang membantu peneliti baik dalam bentuk dukungan morak maupun moril untuk itu peneliti menghaturkan terimakasih kepada;

1. Prof. Dr. Ir . Godlief F. Noenufa, MT, selaku Rektor Universitas Kristen Artha Wacana yang sudah memberikan kesempatan dalam menempuh studi selama ini.
2. Dra. Anggereni D. N. Rupidara, M.Si, Ph.D, dan Para Pembantu Dekan serta semua staf Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah membantu dalam hal akademik maupun administratif.
3. Ramona Mathias Mae, S.Pd., M.Or, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana Kupang.
4. Dr. Lukas M Boleng, M.Kes, selaku Dosen Pembimbing I atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan kepada peneliti.
5. M. Rambu P. Wasak, S.Pd., M.Pd, selaku dosen pembimbing II atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan kepada peneliti.
6. Bapak/ Ibu staf Pengajar Progam studi Ilmu Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR).
7. Dominikus Riu, S.Pd selaku guru pendidikan Jasmani olahraga Kesehatan, (PJOK) yang membantu peneliti dalam melakukan peneliti.
8. Drs. Antonius Suri., telah mengijikan peneliti untuk meneliti di SDK Welilan Kabupaten Belu.

9. Dr. Agustinus Taolin, Sp.PD-KGEH FINA SIM, telah memberikan izin peneliti untuk meneliti di wilayah Kabupaten Belu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini banyak kekurangan dan hilaf oleh karena itu peneliti mengharapkan masukan, kritik dan saran yang membangun demi kebaikan dari peneliti skripsi ini. Tidak lupa peneliti sertakan harapan – harapan semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya pada program studi pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi

Kupang, 30 Agustus 2024

Peneliti,



Maria Yunita Naitefa
NIM. 18320178

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA.....	ii
MOTTO	ii
PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ii
ABSTRAK	ii
BIODATA PENULIS	ii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Studi Daya Tahan Siswa	8
1. Pengertian Daya Tahan	8
2. Jenis-jenis Daya Tahan	9
3. Tujuan Daya Tahan.....	9
4. Faktor Yang Mempengaruhi Daya Tahan.....	10
B. Perbedaan Wilayah Dataran Rendah Dengan Dataran Tinggi	10
1. Karakteristik Orang di Daerah Dataran Tinggi dan Dataran Rendah	11

2. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Yang Tinggal di Dataran	
Rendah dan Dataran Tinggi.....	14
C. Studi Komperatif.....	15
D. Kerangka Berpikir.....	17
E. Hipotesis	18
BAB III. METODE PENELITIAN	19
A. Metode penelitian.....	19
B. Jenis penelitian.	19
C. Desain penelitia	19
D. Desain operasioanl konsep.....	20
E. Waktu dan tempat penelitian	
1. Tempat penelitian	21
2. Waktu penelitian	21
F. Populasi dan sampel.....	21
1. Populasi.....	21
2. Sampel	21
G. Variabel penelitian.....	22
H. Teknik pengumpulan data.....	22
I. Teknik analisis data.....	22
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	26
A. Demografi Sampel Penelitian	26
B. Hasil Penenlitian	27
BAB V. PENUTUP.....	42
A. Simpulan	42
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel	21
Tabel 3.2 Waktu penelian	22
Tabel 3.3 Nilai TKJI putra	23
Tabel 3.4 Nilai TKJI putri	23
Tabel 3. 5 Pedoman.....	24
Tabel 4. 1 Demografi sampel dan penelitian	24
Tabel 4. 2 Data nilai angaket TKJI	25
Tabel 4. 3 Nilai TKJI putra	25
Tabel 4. 4 Nilai TKJI putri.....	26
Tabel 4. 5 Data nilai	27
Tabel 4. 6 Untuk mendapat nilai minat	27
Tabel 4. 7 Hasil perhitungan signifikan koefisien kolerasi.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.Paradigma sederhana.....	21
Gambar 2.Lari 30 meter	21
Gambar 3.Gantung siku tekuk.....	22
Gambar 4. Baring duduk	22
Gambar 5.Loncat Tegak	23
Gambar 6.Lari 600 meter	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian	21
Lampiran 2. Surat selesai penelitian	22
Lampiran 3. Instrumen penelitian	23
Lampiran 4. Bukti pengumpulan data	23
Lampiran 5. Bukti analisis data	23
Lampiran 6. Foto kegiatan penelitian	23

ABSTRAK

PERBEDAAN KEMAMPUAN FISIK SISWA DATARAN RENDAH DAN DATARAN TINGGI ANAK USIA 7-9 TAHUN PADA SD KATOLIK WELILAN

Maria Y.Naitefa^{1*}, Lukas M Boleng,² Magdalena R. P.Wasak³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. mariayunitanaitefa@gmail.com

Latar belakang: Salah satu tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani bagi peserta didik dan upaya peningkatan kemampuan gerak dasar yang dimiliki peserta didik .

Tujuan penelitian: penelitian ini adalah untuk mengetahui: Ada tidaknya Kemampuan fisik Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”

Metode penelitian: penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan kolerasional.

Hasil dan pembahasan: Kemampuan keterampilan gerak dasar telah di mulai sejak dini, dari belajar kecepatan lari 30 meter untuk anak usia 7-9 tahun yang tinggal dataran rendah dan dataran tinggi. Sesuai hasil survey dilapangan Siswa yang berada di daerah dataran tinggi sebanyak 50 siswa yang terdiri dari 25 putra dan 25 putri dan siswa yang berada di daerah dataran rendah sebanyak 25 siswa yang terdiri dari 15 putra dan 10 putri, dengan jumlah keseluruhan siswa kelas 4 di Sekolah Dasar Katolik Welilan yang tinggal di dataran tinggi dan dataran rendah berjumlah 75 siswa.

Simpulan: disimpulkan bahwa tidak ada hubungan di antara daya tahan dataran rendah dan dataran tinggi dengan minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada siswa IV SD Katolik Welilan.

Kata kunci: *Studi daya tahan siswa dataran rendah dan dataran tinggi.*

ABSTRACT

DIFFERENCES IN PHYSICAL ABILITIES TEACHER COMPETENCE AND STUDENTS LEARNING OUTCOME IN PHYSICAL EDUCATION, SPORT, AND HEALTH

Maria Y Naitefa^{1*}, , Lukas M Boleng, , Magdalena R. P. Wasak³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

Email: mariayunitanaitefa@gmail.com

Background: One of the goals of Physical Education in schools is to improve physical fitness for students and efforts to improve students' basic movement abilities.

Research objective: "This research is to find out: Whether or not there is resilience in lowland and highland students aged 7-9 years at Welilan Catholic Elementary School."

Research method: This research uses quantitative correlational methods.

Result and discussion: Basic movement skills begin at an early age, from learning to run 30 meters for children aged 7-9 years who live in the lowlands and highlands. According to the results of the field survey, there were 50 students in the highland areas, consisting of 25 boys and 25 girls, and 25 students in the lowland areas, consisting of 15 boys and 10 girls, with a total of 4th grade students at the school. Welilan Catholic Primary Schools who live in the highlands and lowlands number 75 students.

Conclusion: It was concluded that there was no relationship between lowland and highland endurance and student interest in learning physical education, sports and health at Welilan Catholic Elementary School IV students.

Keyword: *Study of endurance of lowland and highland students.*

BIODATA PENULIS



A. Identitas

1. Nama : Maria Yunita Naitefa
2. Tempat/ tanggal lahir : Webaha, 17 juni 1998
3. Alamat : Jl. komodo, RT. 002/ RW. 004, Lasiana, Kupang
4. Nomor *handpone* : +62 82235768227
5. Alamat email : mariayunitanaitefa@gmail.com
6. Agama : Katolik
7. Nama Ayah : Petrus Manek
8. Nama Ibu : Maria Eri.

B. Riwayat pendidika

1. SD Katolik Welilan (2006-2012)
2. SMP Negeri Kimbana (2012-2015)
3. SMA Negeri Lurasik (2015-2018)
4. Perguruan Tinggi (2018-2024)

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Salah satu tujuan Pendidikan Jasmani di sekolah adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani bagi peserta didik dan upaya peningkatan kemampuan gerak dasar yang dimiliki peserta didik. Kemampuan gerak dasar juga dikembangkan dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar, yang berguna bukan saja untuk menguasai cabang olahraga tertentu tetapi juga berguna dalam melakukan tugas yang memerlukan gerak fisik dalam kehidupan sehari-hari. Kemampuan keterampilan gerak dasar telah di mulai sejak dini, dari belajar kecepatan lari 30 meter untuk anak usia 7-9 tahun yang tinggal dataran rendah dan dataran tinggi. Sesuai hasil survey dilapangan Siswa yang berada di daerah dataran tinggi sebanyak 50 siswa yang terdiri dari 25 putra dan 25 putri dan siswa yang berada di daerah dataran rendah sebanyak 25 siswa yang terdiri dari 15 putra dan 10 putri, dengan jumlah keseluruhan siswa kelas 4 di Sekolah Dasar Katolik Welilan yang tinggal di dataran tinggi dan dataran rendah berjumlah 75 siswa.

Gerakan atletik tanpa disadari selalu kita lakukan baik di dalam rumah maupun di luar rumah. Seperti saat kita berpindah dari kamar ke kamar yang lain, saat kita membuang sesuatu dengan di lempar, berlarian saat ketakutan, saat terkejut, dan masih banyak contoh yang lain. Atletik terdiri dari jalan, lari, lompat, dan lempar. Atletik dikatakan sebagai cabang olahraga yang paling tua usianya dan disebut juga sebagai “ibu atau induk” dari semua cabang olahraga dan sering disebut juga sebagai *mother of sport*.

Alasannya adalah karena gerakan atletik sudah tercermin pada kehidupan manusia purba, mengingat lari, secara tidak sadar sudah mereka lakukan dalam usaha mempertahankan dan mengembangkan hidupnya, bahkan mereka menggunakannya untuk mneyelamatkan diri dari gangguan alam sekitarnya. Atletik merupakan salah satu sarana Pendidikan Jasmani yang dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa. Di samping itu, atletik berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar karena gerakan dalam atletik dapat meningkatkan kecepatan, kekuatan, kelenturan, daya tahan dan koordinasi. Oleh karenanya, atletik dapat dijadikan landasan yang penting untuk penguasaan keterampilan gerakan cabang olah raga yang lain. Gerak dasar atletik diajarkan di Sekolah Dasar mulai dari kelas I, yang berguna untuk mengembangkan keterampilan motorik saat berlari. Tujuan Pendidikan Atletik di SD adalah membantu siswa untuk memperbaiki kualitas kesehatan dan kualitas kebugaran jasmani melalui pemahaman, pengembangan sikap yang positif serta keterampilan gerak. Lari merupakan salah satu cabang atletik yang diajarkan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani di tingkat Sekolah Dasar. Dan salah satunya seperti yang diterapkan pada siswa kelas 4 SD welilan pembelajaran penjasorkes pada pokok bahasan kecepatan lari 30 meter anak usia 7-9 Tahun belum diterapkan dengan baik sehingga proses pembelajaran penjasorkes sangat berpengaruh terhadap penurunan hasil belajar siswa yang terbukti mengalami penurunan yang sangat drastik dan tidak memenuhi standar kriteria pembelajaran yang telah ditetapkan. Karena pembelajaran penjasorkes berkaitan dengan kesehatan dan kebugaran seorang siswa, sehingga apabila kesehatan siswa tidak baik maka membuat seorang

siswa mengalami bosan atau rasa jenuh terhadap pembelajaran dan efeknya akan berdampak pada penurunan hasil belajar yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan.

Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mewujudkan hasil belajar siswa dalam kecepatan berlari 30 meter menjadi lebih baik dan bisa mengubah pola pembelajaran serta membangkitkan kembali semangat belajar siswa, sesuai latar belakang permasalahan diatas maka peneliti menganggap bahwa ini merupakan salah satu permasalahan yang serius dan perlu dicari tahu solusinya. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Perbedaan Kemampuan Fisik Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasar uraian dari latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Proses pembelajaran Penjasorkes khususnya dalam studi daya tahan siswa pada anak usia 7-9 tahun siswa kelas 4 yang berjumlah 75 orang siswa yang berada di dataran rendah dengan dataran tinggi di SD Katolik Welilan Kecamatan Raimanuk Kabupaten Belu, belum diterapkan secara maksimal.
2. Terlihat siswa kelas 4 yang tinggal di dataran rendah dengan dataran tinggi di SD Katolik Welilan Kecamatan Raimanuk Kabupaten Belu. dalam melakukan gerakan daya tahan terlihat masih ada beberapa siswa yang memiliki daya tahan belum maksimal.
3. Hasil belajar atletik materi studi daya tahan siswa usia 7-9 tahun pada 75 siswa yang tinggal di dataran rendah dengan dataran tinggi di SD Katolik Welilann Kecamatan

Raimanuk Kabupaten Belu di semester I tahun pelajaran 2022/2023 juga masih belum sesuai dengan indikator keberhasilan belajar siswa.

4. Belum diketahui penelitian tentang “Studi Daya Tahan Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”

C. Batasan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah yang ditemukan diatas maka dapat dibuat batasan masalah sebagai berikut :

1. Penelitian ini dibatasi pada siswa yang berusia 7-9 tahun pada siswa kelas 4, dan dibatasi pada materi Perbedaan daya tahan siswa yang berjumlah 75 siswa yang tinggal di dataran rendah dan dataran tinggi di Sekolah Dasar Katolik Welilan tahun ajaran 2022/2023.
2. Yang akan dilihat adalah daya tahan siswa, pada anak usia 7-9 tahun yang tinggal di dataran rendah dengan dataran tinggi pada pembelajaran penjasorkes di Sekolah Dasar Katolik Welillan, Kecamatan Raimanuk, Kabupaten Belu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil temuan identifikasi masalah tersebut dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut : Apakah terdapat Daya Tahan Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelien ini adalah untuk mengetahui: Ada tidaknya Kemampuan Fisik Siswa Dataran Rendah Dan Dataran Tinggi Anak Usia 7-9 Tahun Pada SD Katolik Welilan”

F. Manfaat penelitian

1. Adapun manfaat dari penelitian secara teoritis, adalah sebagai berikut:
 - a. Maanfaat akademis yaitu sebagai sumbangan ilmu pengetahuan pada mata kuliah penjasorkes.
 - b. Melalui penelitian maka dapat memberi kontribusi pemikiran maupun refrensi atau sekedar berbagi ilmu pengetahuan mengenai pokok bahasan studi daya tahan siswa pada siswa usia 7-9 tahun.
2. Adapun manfaat secara praktis adalah:
 - a. Bagi penelitian
 1. Menambah motivasi mahasiswa untuk melakukan inovasi dalam mewujudkan profesionalitas sebagai calon guru untuk menciptakan pendidikan yang lebih baik
 2. Menambah kesiapan peneliti sebagai calon guru dalam mengajar dan mengetahui dunia persekolahan
 - b. Bagi siswa: menambah motivasi untuk aktif, interaktif dan bersemangat dalam mempelajari ilmu penjasorkes

- c. Bagi guru: sebagai bahan pertimbangan untuk melaksanakan pembelajaran penjasorkes secara efektif dan menyenangkan bagi siswa untuk mencapai hasil belajar yang diharapkan.
- d. Bagi sekolah:
 - 1. Mengetahui satu cara yang dapat diterapkan di sekolah untuk memfasilitasi proses belajar yang mampu meningkatkan hasil belajar siswa.
 - 2. Untuk memperoleh informasi tentang peningkatan hasil belajar penjasorkes.