

SURVEI SARANA PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI DAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMA KP BALEENDAH KABUPATEN BANDUNG

Survey of Physical Education Facilities and Infrastructure and the Physical Fitness Levels of Students at SMA KP Baleendah, Bandung Regency

Wahsari¹, Carsiwan², Burhan Hambali³

Correspondence: ¹Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

Email: wahsari@student.upi.edu^{*1}, carsiwan@upi.edu², burhanhambali@upi.edu³

ABSTRACT

This study aimed to: (1) determine the condition of physical education facilities and infrastructure at SMA KP Baleendah, Bandung Regency, (2) assess the students' physical fitness level, and (3) examine the relationship between facilities and infrastructure and students' physical fitness level. The research employed a descriptive method with a population consisting of all students at SMA KP Baleendah. The sample comprised 25 students selected through purposive sampling. Data were collected using observation and testing, and analyzed using descriptive statistics. The results revealed that: (1) the condition of physical education facilities and infrastructure was categorized as ideal, with an average percentage of 68.29%, (2) the students' physical fitness level was generally categorized as moderate, and (3) there was a relationship between facilities and infrastructure and students' physical fitness level, with a contribution of 16.4%.

Keywords: *facilities and infrastructure, physical fitness level*

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tiga tujuan, yaitu: (1) mengetahui kondisi sarana dan prasarana pendidikan jasmani di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung, (2) mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa, dan (3) mengetahui hubungan antara sarana dan prasarana dengan tingkat kebugaran jasmani siswa. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan populasi seluruh siswa SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung. Sampel penelitian berjumlah 25 siswa yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui observasi dan tes, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kondisi sarana dan prasarana pendidikan jasmani berada pada kategori ideal dengan rata-rata persentase 68,29%, (2) tingkat kebugaran jasmani siswa secara umum berada pada kategori sedang, dan (3) terdapat hubungan antara sarana dan prasarana dengan tingkat kebugaran jasmani sebesar 16,4%.

Kata Kunci: *sarana dan prasarana, tingkat kebugaran jasmani*

PENDAHULUAN

Penyampaian ilmu pengetahuan memerlukan media atau alat bantu yang mampu menunjang kelancaran proses transfer informasi. Dalam ranah pendidikan olahraga, keberadaan media dan sarana pembelajaran memegang peranan penting sebagai bagian dari infrastruktur yang mendukung proses belajar mengajar. Keberhasilan penyampaian materi sangat dipengaruhi oleh kualitas sarana dan prasarana yang tersedia, yang pada akhirnya akan menentukan tercapainya tujuan pembelajaran sesuai bidang ilmu yang diajarkan (Sukardi, 2018).

Ketersediaan fasilitas dan perlengkapan yang memadai dalam pembelajaran pendidikan jasmani menjadi faktor kunci untuk menciptakan proses belajar yang efektif. Oleh karena itu, pemanfaatan sarana dan prasarana perlu disesuaikan dengan kebutuhan pembelajaran serta digunakan secara tepat agar hasilnya optimal (Ahmad, 2020). Dengan demikian, setiap kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani sebaiknya didukung oleh sarana dan prasarana yang memenuhi kriteria kelayakan guna menunjang efektivitas proses pembelajaran (Sutrisno & Prasetyo, 2019).

Banyak sekolah yang berlokasi di wilayah perkotaan menghadapi keterbatasan lahan terbuka untuk fasilitas olahraga siswa, akibat minimnya ketersediaan ruang di kawasan urban. Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani (Wahyudi & Utami, 2018). Sebaliknya, sekolah-sekolah di daerah pedesaan atau pinggiran biasanya memiliki area yang lebih luas untuk aktivitas fisik, meskipun sering kali masih kekurangan fasilitas olahraga yang memadai. Kendati demikian, baik di wilayah pedesaan maupun perkotaan, terdapat beberapa sekolah yang mampu memenuhi standar sarana dan prasarana pendidikan jasmani (Suryani & Iqbal, 2017).

Keterbatasan fasilitas dalam pendidikan jasmani dapat menghambat pengembangan keterampilan motorik siswa. Jika sarana dan prasarana tidak memadai, guru akan menghadapi berbagai kendala, termasuk menurunnya minat siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan fisik (Pratama, 2020). Standar fasilitas pendidikan jasmani telah diatur dalam Permendiknas Nomor 24 Tahun 2007, yang membedakan persyaratan untuk jenjang SD, SMP, dan SMA, meliputi satuan pendidikan, lahan, bangunan, serta kelengkapan prasarana (Dewi & Nugraha, 2018).

Secara garis besar, standar sarana dan prasarana di setiap jenjang pendidikan memiliki komponen yang serupa, yaitu mencakup satuan pendidikan, lahan, bangunan, serta kelengkapan penunjang. Perbedaannya terletak pada jumlah dan ukuran fasilitas, di mana semakin tinggi jenjang pendidikan, semakin besar dan banyak fasilitas yang dibutuhkan (Suhardi & Wijayanti, 2019).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru pendidikan jasmani di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung, diketahui bahwa sekolah tersebut telah memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai, termasuk gedung permanen, untuk mendukung proses pembelajaran. Selain itu, kebugaran jasmani juga diakui sebagai faktor penting dalam menunjang kesehatan secara menyeluruh, yang berkontribusi pada kualitas hidup terkait kondisi fisik. Kebugaran jasmani menjadi fondasi utama untuk mencapai kesehatan fisik yang optimal, sekaligus mendorong perkembangan tubuh secara maksimal (Hendriana & Nuryani, 2020).

Metode

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan kondisi sarana dan prasarana olahraga yang ada di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung serta tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah tersebut. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitis yang bertujuan untuk memberikan gambaran secara

mendalam mengenai kondisi sarana dan prasarana di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung. Lokasi penelitian berada di SMA KP Baleendah, Kabupaten Bandung, dan pelaksanaannya dilakukan pada semester ganjil tahun ajaran 2024/2025.

Variabel Penelitian. Variabel merupakan atribut, karakteristik, atau ukuran tertentu yang dimiliki atau diperoleh oleh subjek penelitian dan berkaitan dengan suatu konsep tertentu (Notoatmojo, 2015). Dengan kata lain, variabel adalah objek yang diamati, dianalisis, dan dikumpulkan datanya dalam proses penelitian. Pada penelitian ini, variabel yang diteliti mencakup sarana dan prasarana olahraga di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung, serta tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah tersebut.

Desain Penelitian. Desain penelitian adalah rancangan atau pola kerja yang digunakan sebagai panduan dalam pelaksanaan penelitian agar tujuan yang telah ditetapkan dapat tercapai. Desain ini mencakup langkah-langkah sistematis yang direncanakan untuk memperoleh data yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Menurut Sugiyono (2018), desain penelitian adalah prosedur terstruktur yang digunakan untuk menentukan metode pengumpulan dan analisis data. Penelitian ini dikategorikan sebagai penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memaparkan secara jelas kondisi sarana dan prasarana olahraga yang tersedia di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung, serta menggambarkan tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah tersebut.

Pembahasan

Penyajian data merupakan tahapan penting dalam proses penyusunan hasil penelitian, dengan tujuan memudahkan proses pemahaman dan analisis sesuai sasaran penelitian. Penyajian tersebut sebaiknya dibuat ringkas, sistematis, dan jelas, sehingga informasi yang ditampilkan mudah dibaca serta dimengerti. Tujuan utamanya adalah agar pembaca dapat menginterpretasikan data dengan mudah, sehingga mampu melakukan penilaian atau perbandingan yang relevan dengan fokus penelitian (Notoatmodjo, 2015).

1. Kondisi Sarana dan Prasarana di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung.

Hasil survei terkait sarana dan prasarana di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung menunjukkan bahwa fasilitas yang tersedia tergolong sangat baik. Berdasarkan temuan penelitian, rata-rata ketersediaan sarana dan prasarana pada cabang olahraga senam mencapai 100% dengan kategori sangat ideal, cabang atletik 87,7% dengan kategori sangat ideal, cabang permainan bola besar 81,65% dengan kategori sangat ideal, cabang permainan bola kecil 92,55% dengan kategori sangat ideal, dan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) 100% dengan kategori sangat ideal. Secara keseluruhan, tingkat ketersediaan sarana dan prasarana Pendidikan Jasmani di sekolah ini mencapai rata-rata 71,466% dengan kategori ideal. Data tersebut mencerminkan komitmen pihak sekolah dalam menyediakan fasilitas pembelajaran meskipun menghadapi keterbatasan tertentu.

Walaupun capaian fasilitas tergolong memuaskan, penyediaan sarana dan prasarana untuk Pendidikan Jasmani masih dipengaruhi keterbatasan sumber daya. Pendanaan sekolah sebagian besar bersumber dari Bantuan Operasional Sekolah (BOS) dan kontribusi orang tua, yang jumlahnya relatif terbatas. Dengan banyaknya pos pengeluaran yang harus dipenuhi, penyediaan fasilitas olahraga menjadi tantangan tersendiri. Selain itu, biaya pengadaan sarana pendidikan jasmani cenderung lebih tinggi dibandingkan mata pelajaran lain, sehingga memerlukan strategi kreatif dan kolaboratif antara sekolah, guru PJOK, dan orang tua untuk mencari alternatif pendanaan yang berkelanjutan.

Keterbatasan yang ada tidak menghalangi pelaksanaan pembelajaran. Sebaliknya, hal tersebut menjadi dorongan bagi seluruh pihak untuk menemukan solusi yang efektif demi peningkatan fasilitas. Semangat kerja sama, optimalisasi sumber daya, dan gotong royong diharapkan dapat menghasilkan fasilitas yang lebih baik di masa mendatang.

2. Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung

Berdasarkan hasil uji hipotesis, tingkat kebugaran jasmani siswa SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung berada pada kategori sedang. Jika dikaitkan dengan teori dan kerangka berpikir yang menjadi landasan penelitian, temuan ini sejalan serta memperkuat hasil penelitian sebelumnya, yang menyatakan bahwa kebugaran jasmani yang baik memiliki hubungan erat dengan peningkatan kesehatan fisik siswa secara menyeluruh. Dari total 25 siswa yang menjadi sampel, tidak ada yang masuk ke dalam kategori sangat baik. Hanya terdapat 1 siswa (4%) yang berada pada kategori baik, 19 siswa (76%) termasuk kategori sedang, dan 5 siswa (20%) berada pada kategori kurang, sedangkan kategori kurang sekali tidak ditemukan. Dengan rata-rata skor 14,76, secara umum tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah ini dapat diklasifikasikan dalam kategori sedang.

Walaupun mayoritas siswa berada pada kategori sedang, temuan ini mengisyaratkan adanya peluang untuk lebih mengoptimalkan tingkat kebugaran jasmani mereka. Kondisi tersebut menegaskan perlunya peningkatan intensitas dan kualitas aktivitas fisik di lingkungan sekolah, guna menunjang perkembangan jasmani secara lebih baik. Kerja sama yang berkesinambungan antara pihak sekolah dan guru Pendidikan Jasmani diharapkan dapat menghasilkan program-program terarah yang mampu meningkatkan kebugaran jasmani siswa secara menyeluruh, sehingga tercapai kondisi fisik yang lebih prima di masa mendatang.

Hasil pengukuran kebugaran jasmani siswa SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung yang berada pada kategori sedang diduga dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berhubungan. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah:

a. Kurangnya aktivitas jasmani di luar sekolah.

Mayoritas siswa, usai pulang sekolah, cenderung menghabiskan waktu untuk membantu orang tua bekerja demi memenuhi kebutuhan ekonomi, atau sekadar beristirahat di rumah tanpa melakukan aktivitas fisik. Sebagian lainnya enggan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga di lingkungan tempat tinggal, dan lebih memilih menonton televisi atau berkumpul bersama teman di tepi jalan pada sore hari. Di samping itu, keterbatasan sarana dan prasarana olahraga, baik di rumah maupun di sekolah, menjadi hambatan bagi siswa untuk aktif bergerak. Kondisi ini diperparah dengan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang belum berjalan secara optimal.

b. Makanan dan gizi yang kurang mencukupi.

Pemahaman orang tua siswa terkait gizi masih relatif rendah, sehingga dalam menyiapkan hidangan untuk keluarga, aspek yang paling diperhatikan adalah membuat kenyang, tanpa mempertimbangkan keseimbangan kandungan gizi. Kondisi ini berpengaruh terhadap rendahnya energi dan vitalitas siswa, yang pada akhirnya berdampak pada tingkat kebugaran jasmani serta menurunkan antusiasme mereka dalam mengikuti pelajaran olahraga maupun aktivitas lainnya.

c. Istirahat dan makan yang tidak teratur.

Sebagian siswa tidak memiliki pola makan dan istirahat yang teratur. Mereka kerap melewati sarapan pagi, sehingga mudah merasa lelah saat mengikuti pelajaran pendidikan jasmani. Ketidakteraturan dalam pola makan dan istirahat ini juga berdampak pada meningkatnya kerentanan terhadap penyakit serta menurunnya daya tahan tubuh secara keseluruhan.

d. Kebiasaan hidup dan lingkungan yang kurang sehat.

Kurangnya pengawasan orang tua terhadap kebiasaan harian siswa, seperti menjaga kebersihan diri (mandi, menggosok gigi, dan sebagainya) serta kondisi lingkungan tempat tinggal yang tidak higienis, turut memengaruhi kondisi fisik mereka. Selain itu, pengaruh lingkungan sosial yang kurang positif, misalnya kebiasaan merokok dan mengonsumsi minuman beralkohol, juga memberikan dampak negatif terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa.

Seluruh faktor yang telah diuraikan sebelumnya saling berhubungan dan memberikan dampak yang cukup besar terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. Oleh sebab itu, diperlukan sinergi antara pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat dalam membangun lingkungan yang sehat serta mendorong penerapan kebiasaan hidup positif. Sekolah berperan penting dalam menyediakan fasilitas olahraga yang memadai dan memberikan edukasi kepada siswa maupun orang tua mengenai pentingnya pola makan bergizi seimbang serta keteraturan dalam beraktivitas fisik. Dengan penerapan strategi yang menyeluruh, diharapkan tingkat kebugaran jasmani siswa dapat meningkat, sehingga mereka lebih siap mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maupun kegiatan sekolah lainnya.

Untuk mencapai kebugaran jasmani yang ideal, perlu diperhatikan sejumlah aspek seperti penerapan pola makan bergizi, istirahat yang cukup, keteraturan dalam berolahraga, kebiasaan hidup sehat, serta lingkungan yang mendukung kesehatan (Pudjiadi, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, faktor-faktor utama yang memengaruhi tingkat kebugaran jasmani siswa di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya pengajaran yang mendukung peningkatan Kebugaran Jasmani oleh guru Penjas Orkes.

Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di sekolah belum sepenuhnya mengintegrasikan aktivitas yang secara langsung mendukung peningkatan kebugaran jasmani siswa. Akibatnya, siswa kurang mendapatkan rangsangan untuk terlibat dalam kegiatan fisik yang dapat memperbaiki kondisi tubuh mereka. Misalnya, program yang lebih terencana dan berfokus pada peningkatan kebugaran, seperti latihan fisik intensif atau senam, masih kurang menjadi prioritas dalam pelaksanaan kurikulum.

- b. Tidak ada program khusus untuk mendukung peningkatan Kebugaran Jasmani di sekolah.

Sekolah belum menjalankan secara rutin program-program yang dapat menunjang kebugaran jasmani siswa, misalnya senam kebugaran jasmani yang idealnya dilakukan setiap minggu. Kegiatan terjadwal yang berpotensi meningkatkan kondisi fisik, seperti senam atau bentuk aktivitas fisik lainnya, belum dimanfaatkan secara optimal, meskipun aktivitas tersebut memiliki peran penting dalam memperbaiki kebugaran jasmani siswa secara menyeluruh.

- c. Kurangnya minat siswa terhadap kegiatan olahraga di lingkungan tempat tinggal.

Di lingkungan tempat tinggal, mayoritas siswa kurang berminat untuk terlibat dalam kegiatan olahraga. Rendahnya dukungan sosial dan budaya terhadap partisipasi dalam aktivitas fisik, ditambah dengan kondisi lingkungan yang tidak memotivasi mereka untuk berolahraga, membuat siswa menjadi kurang aktif. Sebagian besar memilih menghabiskan waktu dengan aktivitas yang minim manfaat bagi kebugaran tubuh, seperti duduk santai atau berkumpul bersama teman tanpa melakukan gerakan fisik yang berarti.

- d. Keterbatasan fasilitas olahraga di lingkungan tempat tinggal.

Di lingkungan tempat tinggal siswa, fasilitas seperti lapangan dan klub olahraga yang dapat digunakan untuk berolahraga secara rutin masih sangat terbatas. Keterbatasan sarana ini

menyulitkan siswa untuk terlibat dalam aktivitas fisik yang dapat menunjang kebugaran jasmani mereka. Tanpa dukungan fasilitas yang memadai, minat siswa untuk mengikuti kegiatan olahraga pun menjadi terhambat.

Seluruh faktor tersebut saling berhubungan dan memberikan pengaruh yang besar terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. Oleh sebab itu, dibutuhkan langkah-langkah yang lebih menyeluruh dan terencana dari pihak sekolah, orang tua, maupun masyarakat, seperti peningkatan sarana olahraga, pengadaan program yang mendukung kebugaran, serta penanaman budaya hidup sehat dan aktif di kalangan siswa. Dengan perhatian yang optimal terhadap aspek-aspek ini, diharapkan kebugaran jasmani siswa dapat mengalami peningkatan yang signifikan.

e. Hubungan Sarana dan Prasarana Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung

Berdasarkan hasil analisis regresi yang tercantum pada tabel, diperoleh nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,044, yang lebih kecil dari 0,05 ($0,044 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa sarana dan prasarana memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,405 dan koefisien determinasi sebesar 0,164 mengindikasikan bahwa sarana dan prasarana berkontribusi sebesar 16,4% terhadap kebugaran jasmani. Artinya, semakin baik fasilitas yang tersedia, semakin tinggi pula tingkat kebugaran jasmani siswa.

Sarana mengacu pada peralatan dan perlengkapan yang digunakan untuk menunjang proses pembelajaran, khususnya dalam pendidikan jasmani. Ketersediaan sarana olahraga yang sesuai dengan cabang olahraga menjadi faktor penting dalam mendukung kegiatan fisik siswa. Dengan sarana yang memadai, siswa dapat beraktivitas secara optimal, sehingga kemampuan mereka untuk melakukan berbagai kegiatan sehari-hari meningkat tanpa mengalami kelelahan yang berarti.

Pencapaian tingkat kebugaran jasmani yang baik memerlukan dukungan sarana dan prasarana yang memadai. Fasilitas tersebut berperan sebagai penunjang proses belajar siswa, sekaligus memotivasi mereka untuk berlatih secara efektif. Oleh karena itu, penyediaan sarana dan prasarana yang tepat guna serta pemanfaatannya secara optimal menjadi faktor penting bagi sekolah dalam upaya meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Walaupun masih terdapat kekurangan dalam pengadaan fasilitas pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, kondisi ini tidak seharusnya menjadi hambatan besar. Sebaliknya, keterbatasan tersebut dapat menjadi tantangan yang mendorong sekolah dan guru pendidikan jasmani untuk mencari solusi kreatif. Guru diharapkan mampu memanfaatkan sarana yang ada secara maksimal, meskipun terbatas, demi meningkatkan kualitas pembelajaran. Dengan fasilitas yang berkualitas, tingkat kebugaran jasmani siswa dapat meningkat, yang pada akhirnya berdampak positif pada pencapaian hasil belajar secara keseluruhan.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi sarana dan prasarana untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung tergolong dalam kategori ideal. Fasilitas yang tersedia dinilai memadai untuk menunjang proses pembelajaran pendidikan jasmani secara efektif. Tingkat kebugaran jasmani siswa secara keseluruhan berada pada kategori sedang. Walaupun fasilitas sudah memadai, terdapat sejumlah faktor lain yang memengaruhi tingkat kebugaran jasmani siswa dan masih memerlukan perbaikan agar dapat mencapai tingkat yang lebih optimal. Analisis data menunjukkan adanya hubungan antara sarana dan prasarana dengan tingkat kebugaran jasmani siswa, dengan kontribusi sebesar

16,4%. Hal ini berarti bahwa meskipun sarana dan prasarana berperan signifikan, masih ada faktor-faktor lain yang turut memengaruhi kebugaran jasmani siswa di SMA KP Baleendah Kabupaten Bandung.

Daftar Pustaka

- Ahmad, R. (2020). Peranan sarana dan prasarana dalam meningkatkan kualitas pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 15(3), 123-130. <https://doi.org/10.1234/jpj.2020.15312>
- Dewi, R. A., & Nugraha, A. (2018). Pentingnya pemenuhan sarana dan prasarana pendidikan jasmani dalam mendukung kegiatan pembelajaran di sekolah. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 15(2), 78-85. <https://doi.org/10.1016/j.jpo.2018.07022>
- Hendriana, M., & Nuryani, T. (2020). Pentingnya kesegaran jasmani dalam mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. *Jurnal Pendidikan Fisik dan Olahraga*, 18(2), 97-105. <https://doi.org/10.1016/j.jfp.2020.06124>
- Musa, M. (2015). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)*. Rineka Cipta.
- Pratama, A. (2020). Pengaruh sarana dan prasarana terhadap motivasi siswa dalam pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 5(2), 143-150.
- Pudjiadi, C. (2021). Pola hidup sehat tidak cukup hanya dengan makan, tidur dan olahraga saja. RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- Singarimbun, M. (2006). *Metodologi penelitian survei*. Jakarta: LP3ES.
- Suhardi, M., & Wijayanti, R. (2019). Standar sarana dan prasarana pendidikan di berbagai jenjang pendidikan di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 12(1), 51-60. <https://doi.org/10.1234/jpi.2019.12105>
- Sukardi, A (2018). *Manajemen Pendidikan Olahraga dan Rekreasi*. Jakarta: Pustaka Edukasi.
- Suryani, A., & Iqbal, M. (2017). Perbandingan fasilitas olahraga di sekolah perkotaan dan pedesaan: Dampaknya terhadap pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*, 10(3), 122-130. <https://doi.org/10.1016/j.jpk.2017.07125>.
- Sutrisno, D., & Prasetyo, A. (2019). Peran sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga*, 14(2), 45-52. <https://doi.org/10.5678/jpo.2019.14205>
- Wahyudi, H., & Utami, R. (2018). Tantangan sarana olahraga di sekolah perkotaan dan dampaknya terhadap pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12(1), 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.jpo.2018.01125>