

PERSEPSI SISWA PADA PEMBELAJARAN PJOK DI SMAN TARUNA NALA BERBASIS SEMI MILITER: ANTARA TANTANGAN, KELELAHAN, DAN MANFAAT

Mochammad Alfau Taufiqi¹⁾, Dona Sandy Yudasmara²⁾ Nade Trinopiansyah³⁾

¹⁾Universitas Negeri Malang, ²⁾Universitas Negeri Malang, ³⁾SMAN Taruna Nala
email: mochammad.alfan.2431619@students.um.ac.id, dona.sandy.fik@um.ac.id,
n4detrinpiansyah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi siswa terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di SMAN Taruna Nala, sebuah sekolah berasrama dengan sistem semi militer di Jawa Timur. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode survei, sebanyak 151 siswa kelas X dan XI menjadi responden dalam penelitian ini. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner skala Likert yang mengukur tiga dimensi utama, yaitu tantangan, kelelahan, serta manfaat pembelajaran PJOK. Hasil menunjukkan bahwa siswa memiliki persepsi sangat positif terhadap aspek kenikmatan dan manfaat pembelajaran PJOK, dengan rata-rata skor pada kategori “Sangat Baik”. Sementara itu, aspek tantangan dan kelelahan berada pada kategori “Cukup”, mengindikasikan adanya tekanan fisik namun tidak sampai mengganggu antusiasme siswa terhadap PJOK. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun berada dalam lingkungan dengan aktivitas fisik yang tinggi dan kedisiplinan ketat, siswa tetap merasakan pembelajaran PJOK sebagai aktivitas yang menyenangkan, bermanfaat, dan mendukung perkembangan fisik maupun psikologis mereka. Penelitian ini merekomendasikan pentingnya pendekatan adaptif dalam pembelajaran PJOK, terutama dalam konteks pendidikan dengan karakteristik khusus seperti sekolah semi militer. Implikasinya, guru PJOK perlu mempertimbangkan desain pembelajaran yang seimbang antara tuntutan fisik dan pemulihan, serta memperkuat nilai-nilai motivasi agar keterlibatan siswa tetap tinggi meskipun berada di lingkungan dengan beban aktivitas yang padat.

Keywords: *persepsi siswa, PJOK, semi militer*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam membentuk kebugaran jasmani, karakter, dan kedisiplinan peserta didik. Meskipun seringkali dipandang sebagai pelengkap dalam kurikulum, namun dalam praktiknya pembelajaran PJOK memegang peranan penting dalam membentuk pribadi yang sehat secara menyeluruh. Pembelajaran PJOK tidak hanya menekankan pada aspek fisik saja, tetapi juga mencakup pengembangan aspek afektif dan kognitif siswa. Sebagaimana dijelaskan oleh Ulfah dan Arifudin (2021), perkembangan peserta didik mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, yang semuanya saling berkaitan dan berpengaruh terhadap hasil belajar. Selain itu, PJOK juga berperan dalam pembentukan karakter siswa, seperti disiplin, kerja sama, tanggung jawab, dan kepemimpinan, yang merupakan nilai-nilai penting dalam pendidikan karakter (Bella et al., 2025).

Dalam penerapannya, efektivitas pembelajaran PJOK tidak terlepas dari konteks dan karakteristik sekolah tempat proses belajar berlangsung. Setelah memahami pentingnya peran PJOK secara umum, perlu disadari bahwa bagaimana siswa memaknai pembelajaran ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan belajar mereka. Perbedaan sistem pendidikan, intensitas aktivitas fisik harian, serta nuansa kedisiplinan di sekolah akan membentuk persepsi yang berbeda-beda terhadap mata pelajaran PJOK. Dalam dunia pendidikan, persepsi siswa menjadi salah satu indikator penting dalam menilai efektivitas pembelajaran, karena persepsi tersebut dapat mempengaruhi tingkat keterlibatan dan partisipasi mereka dalam proses belajar (Schunk,

2020). Persepsi siswa sendiri terbentuk dari berbagai faktor, mulai dari pengalaman belajar, metode pengajaran yang digunakan, lingkungan fisik dan sosial sekolah, hingga karakteristik individu seperti minat dan motivasi (Slavin, 2018).

Salah satu konteks pendidikan yang menarik untuk diteliti terkait persepsi siswa terhadap PJOK adalah di sekolah dengan sistem semi militer. Hingga saat ini, sebagian besar penelitian tentang persepsi siswa terhadap pembelajaran PJOK dilakukan di sekolah umum, seperti penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahma dkk. (2020) mengkaji persepsi siswa kelas X di SMAN 13 Tangerang dan menemukan bahwa secara keseluruhan persepsi siswa berada dalam kategori kurang baik, terutama terkait motivasi, proses belajar, dan kepribadian siswa. Sementara itu Zabidi dkk. (2023) meneliti pelaksanaan pembelajaran PJOK di beberapa SMP di Lamongan dan menemukan bahwa materi yang diberikan masih didominasi oleh permainan dan olahraga, serta belum menyentuh seluruh aspek kurikulum secara merata.

Meskipun kedua penelitian tersebut memberikan wawasan penting terkait pelaksanaan dan persepsi terhadap pembelajaran PJOK, belum ada yang secara khusus meneliti persepsi siswa dalam konteks sekolah dengan sistem semi militer. Inilah yang menjadi celah dalam penelitian sebelumnya, baik dari sisi konteks maupun hasil, karena temuan yang ada belum mencerminkan situasi unik yang dihadapi siswa disekolah dengan kedisiplinan tinggi dan rutinitas fisik yang padat.

SMAN Taruna Nala Jawa Timur merupakan sekolah berasrama yang menerapkan sistem pendidikan semi militer, yang secara signifikan membedakannya dari sekolah umum lainnya. Siswa di sekolah ini menjalani rutinitas fisik yang padat, mulai dari olahraga pagi wajib yang dilakukan pukul 04.30 – 05.30, kegiatan fisik tambahan di sore hari yang bersifat opsional pada pukul 16.00 – 17.00, hingga pembelajaran PJOK pada jam sekolah. Kondisi ini menciptakan lingkungan belajar yang tidak hanya menuntut disiplin tinggi, tetapi juga ketahanan fisik yang kuat, sehingga menciptakan dinamika unik dalam pengalaman belajar siswa. Dalam konteks seperti ini, persepsi siswa terhadap PJOK menjadi sangat menarik untuk dikaji. Lingkungan dengan kedisiplinan yang ketat, jadwal yang padat, serta aktivitas fisik yang tinggi menjadi faktor dominan yang dapat membentuk persepsi siswa terhadap mata pelajaran tertentu, termasuk PJOK (Bailey et al., 2009). Beberapa siswa mungkin melihat PJOK sebagai sarana untuk memperkuat kebugaran jasmani dan membentuk karakter, sementara yang lain bisa saja merasa terbebani atau mengalami kelelahan akibat tumpukan aktivitas fisik yang harus dijalani (Hagger & Chatzisarantis, 2016).

Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi bagaimana siswa SMAN Taruna Nala memaknai pembelajaran PJOK, baik dari sisi tantangan yang mereka hadapi, kelelahan yang mereka rasakan, maupun manfaat yang mereka peroleh. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan tersebut dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana karakteristik lingkungan sekolah dapat mempengaruhi pengalaman belajar siswa dalam mata pelajaran PJOK.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Penelitian dilakukan untuk mengetahui persepsi siswa terhadap pembelajaran PJOK di SMAN Taruna Nala. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI sebanyak 372 siswa, dengan jumlah sampel sebanyak 151 siswa. Sampel ditentukan menggunakan teknik *voluntary*

response sampling, yaitu berdasarkan siswa yang secara sukarela mengisi dan mengembalikan formulir persetujuan partisipasi dalam penelitian (Fraenkel et al., 2019).

Sebelum pengumpulan data, peneliti menyebarkan formulir persetujuan (*informed consent*) kepada seluruh siswa sebagai calon responden. Formulir tersebut berisi penjelasan mengenai tujuan penelitian, hak dan kewajiban sebagai responden, serta pernyataan kesediaan untuk berpartisipasi. Setelah memperoleh persetujuan, kuesioner disebarkan dan diisi secara mandiri oleh siswa. Data yang terkumpul kemudian diperiksa untuk memastikan kelengkapan dan keabsahan sebelum dianalisis.

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup melalui *google form* berbasis skala Likert 1-4, terdiri atas 17 butir pernyataan yang mengukur tiga aspek persepsi (P1-P5), tantangan/kelelahan (P6-P11), dan manfaat (P12-P17). Selain item tertutup, kuesioner juga memuat beberapa pertanyaan terbuka untuk menggali pandangan siswa secara lebih mendalam. Instrumen telah diuji validitasnya menggunakan korelasi Pearson dan reliabilitasnya dengan Cronbach's Alpha sebelum digunakan pada penelitian utama (Tabachnick & Fidell, 2013).

Data kuantitatif dianalisis secara deskriptif dengan menghitung rerata, standar deviasi, dan distribusi frekuensi pada setiap indikator (Field, 2018). Sementara itu, data dari pertanyaan terbuka dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola tanggapan siswa yang relevan dengan dimensi persepsi yang diteliti.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi siswa terhadap pembelajaran PJOK di SMAN Taruna Nala, sebuah sekolah berasrama dengan sistem semi militer yang memiliki intensitas aktivitas fisik tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh dari 151 responden melalui kuesioner tertutup, hasil dianalisis secara deskriptif menggunakan rerata skor dan kategori penilaian. Skor persepsi diklasifikasikan menjadi empat kategori:

- Sangat Baik (3.26–4.00)
- Baik (2.51–3.25)
- Cukup (1.76–2.50)
- Kurang (1.00–1.75)

Tabel 1. Persepsi Siswa terhadap Kenikmatan Pembelajaran PJOK (P1–P5)

No	Pernyataan	Skor Rata-rata	Kategori
P1	Saya menikmati pembelajaran PJOK di sekolah.	3.42	Sangat Baik
P2	Bagi saya, pembelajaran PJOK adalah waktu refreshing dari pelajaran akademik.	3.49	Sangat Baik
P3	Saya menganggap PJOK sebagai beban tambahan di tengah jadwal yang padat.	1.81	Cukup
P4	Saya merasa PJOK memberikan kesempatan untuk meningkatkan keterampilan fisik.	3.42	Sangat Baik

P5	Saya lebih antusias mengikuti PJOK dibandingkan pelajaran akademik lainnya.	2.76	Baik
-----------	---	------	------

Hasil menunjukkan bahwa siswa umumnya memiliki persepsi positif terhadap aspek kenikmatan pembelajaran PJOK, terutama sebagai bentuk penyegaran dari rutinitas akademik yang padat. Menariknya, meskipun sebagian kecil siswa masih menganggap PJOK sebagai beban (P3), mayoritas menikmati dan menganggapnya bermanfaat.

*pertanyaan ketiga merupakan pertanyaan negatif, sehingga semakin kecil nilainya maka semakin baik

Tabel 2. Persepsi Siswa terhadap Tantangan dan Kelelahan (P6–P11)

No	Pernyataan	Skor Rata-rata	Kategori
P6	Karena sudah berolahraga pagi dan sore, saya merasa PJOK menjadi terlalu berat.	2.21	Cukup
P7	Saya sering merasa kelelahan saat mengikuti pelajaran PJOK.	2.29	Cukup
P8	Aktivitas fisik pagi mempengaruhi energi saya saat PJOK.	2.32	Cukup
P9	Saya merasa sulit berkonsentrasi setelah PJOK.	2.11	Cukup
P10	Saya sering merasa mengantuk saat PJOK berlangsung.	1.91	Cukup
P11	Saya sering terlambat mengikuti pelajaran PJOK.	1.70	Kurang

Sebagian besar siswa menunjukkan bahwa mereka menghadapi tantangan fisik selama mengikuti PJOK, meskipun tidak tergolong berat. Skor "Cukup" menunjukkan adanya tekanan fisik, terutama karena ritme kegiatan sekolah yang padat. Namun, skor "Kurang" pada P11 menunjukkan bahwa keterlambatan bukanlah masalah umum, sehingga siswa relatif disiplin dalam mengikuti PJOK.

*pertanyaan 6 - 11 merupakan pertanyaan negatif, sehingga semakin kecil nilainya maka semakin baik hasilnya

Tabel 3. Persepsi Siswa terhadap Manfaat Pembelajaran PJOK (P12–P17)

No	Pernyataan	Skor Rata-rata	Kategori
P12	PJOK membantu saya meningkatkan kedisiplinan.	3.32	Sangat Baik
P13	Saya merasa lebih bugar dan sehat karena PJOK.	3.45	Sangat Baik
P14	Saya lebih percaya diri dengan kemampuan fisik saya setelah PJOK.	3.31	Sangat Baik

P15	PJOK membantu saya membangun kerja sama tim.	3.34	Sangat Baik
P16	Keterampilan dan pengetahuan dari PJOK bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.	3.32	Sangat Baik
P17	PJOK membantu saya mengelola stres akibat jadwal sekolah yang padat.	3.30	Sangat Baik

Seluruh pernyataan dalam aspek manfaat memperoleh skor rata-rata di atas 3.30, menandakan bahwa siswa sangat menghargai nilai tambah dari pembelajaran PJOK, tidak hanya dalam hal fisik tetapi juga dalam aspek psikologis dan sosial seperti stres, kepercayaan diri, dan kerja sama.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapat bahwa persepsi siswa terhadap pembelajaran PJOK di SMAN Taruna Nala secara umum sangat positif, terutama dalam aspek kenikmatan dan manfaat. Skor tertinggi muncul pada pernyataan yang berkaitan dengan *refreshing*, kebugaran, kepercayaan diri, dan kerja sama tim. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa berada dalam lingkungan semi-militer dengan aktivitas fisik tinggi dan kedisiplinan ketat, mereka tetap dapat merasakan pembelajaran PJOK sebagai pengalaman yang menyenangkan dan bermanfaat. Temuan ini sejalan dengan pendapat Bailey et al. (2009) yang menyatakan bahwa pendidikan jasmani dapat berkontribusi terhadap perkembangan sosial, emosional, dan fisik siswa, asalkan dikelola dengan pendekatan yang menyenangkan dan adaptif terhadap konteks peserta didik.

Pernyataan “*Saya menikmati pembelajaran PJOK*” dan “*PJOK adalah waktu refreshing dari pelajaran akademik*” memperoleh skor sangat tinggi, yang mencerminkan bahwa PJOK dipandang sebagai momen jeda yang menyenangkan di tengah rutinitas padat. Bahkan, skor rendah pada pernyataan negatif seperti “*Saya menganggap PJOK sebagai beban tambahan*” menjadi sinyal bahwa mayoritas siswa tidak merasa terbebani secara mental maupun fisik dengan adanya pembelajaran PJOK. Dalam konteks sekolah semi-militer, di mana tuntutan fisik menjadi bagian dari keseharian, persepsi ini sangat penting karena menunjukkan bahwa PJOK tetap mampu menghadirkan ruang pembelajaran yang positif. Schunk (2020) juga menegaskan bahwa persepsi positif terhadap pembelajaran dapat meningkatkan keterlibatan dan motivasi belajar siswa.

Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, hasil ini menunjukkan perbedaan yang mencolok. Misalnya, penelitian oleh Rahma dkk. (2020) di SMAN 13 Tangerang menemukan bahwa persepsi siswa terhadap PJOK justru tergolong *kurang baik*, terutama terkait motivasi dan proses belajar. Hal serupa juga ditemukan oleh Zabidi dkk. (2023) yang meneliti SMP di Lamongan, di mana materi PJOK belum disampaikan secara menyeluruh dan cenderung berfokus pada permainan semata. Kedua penelitian tersebut dilakukan di sekolah umum yang tidak memiliki rutinitas fisik intens seperti di SMAN Taruna Nala, sehingga perbedaan persepsi dapat dipengaruhi oleh konteks lingkungan sekolah yang sangat berbeda.

Meskipun secara umum persepsi siswa sangat positif, aspek tantangan dan kelelahan menunjukkan skor rata-rata yang masuk kategori *cukup*. Beberapa pernyataan seperti “*Saya*

merasa kelelahan saat mengikuti PJOK” dan *“Aktivitas fisik pagi mempengaruhi energi saya saat PJOK”* menunjukkan bahwa sebagian siswa memang merasakan beban fisik tambahan. Kondisi ini wajar, mengingat siswa telah menjalani olahraga pagi, kegiatan fisik sore, serta aktivitas akademik padat sebelum mengikuti PJOK. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Hagger & Chatzisarantis (2016) yang menjelaskan bahwa beban fisik yang tinggi tanpa perencanaan istirahat yang proporsional dapat menurunkan persepsi dan motivasi siswa terhadap pendidikan jasmani.

Namun demikian, penting dicatat bahwa skor rendah pada item seperti *“Saya sering terlambat mengikuti PJOK”* dan *“Saya sering mengantuk saat PJOK”* menunjukkan bahwa siswa tetap mampu hadir tepat waktu dan mengikuti PJOK secara disiplin, yang mencerminkan budaya tanggung jawab dan kontrol diri yang kuat. Bahkan dalam situasi fisik yang cukup menantang, siswa tetap menunjukkan keterlibatan aktif dalam pembelajaran PJOK.

Adapun aspek manfaat memperoleh skor tertinggi secara keseluruhan. Seluruh pernyataan dalam kategori ini berada pada rentang *sangat baik*. Siswa menyatakan bahwa PJOK membantu mereka meningkatkan kedisiplinan, kebugaran, kepercayaan diri, serta kerja sama tim. Salah satu pernyataan yang cukup menarik adalah *“PJOK membantu saya mengelola stres akibat jadwal sekolah yang padat”*, yang menunjukkan bahwa pembelajaran ini dipersepsi sebagai ruang pemulihan psikologis di tengah tekanan sistem sekolah semi-militer. Hal ini konsisten dengan teori coping strategy dalam pembelajaran jasmani yang disebutkan oleh Schunk (2020), bahwa keterlibatan dalam aktivitas fisik yang terarah dapat membantu siswa mengelola stres dan meningkatkan daya tahan terhadap tekanan akademik.

Lebih lanjut, manfaat PJOK yang dirasakan siswa juga mencerminkan adanya integrasi antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik dalam proses pembelajaran, sebagaimana dijelaskan oleh Ulfah & Arifudin (2021). Keterampilan yang diperoleh siswa melalui PJOK dianggap bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam membentuk kebiasaan hidup sehat maupun dalam meningkatkan kemampuan sosial, seperti kerja sama tim dan kepemimpinan.

Dengan kata lain, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa persepsi siswa terhadap PJOK di SMAN Taruna Nala tidak hanya ditentukan oleh intensitas aktivitas fisik, tetapi juga oleh nilai-nilai fungsional dan kontekstual yang mereka rasakan. Dalam lingkungan sekolah yang penuh disiplin dan tuntutan fisik, pembelajaran PJOK justru dipersepsi sebagai pelajaran yang menyenangkan, bermakna, dan bermanfaat. Hal ini menunjukkan bahwa konteks sekolah memiliki pengaruh besar dalam membentuk persepsi siswa terhadap mata pelajaran PJOK, dan bahwa pendekatan adaptif dalam perancangan pembelajaran jasmani sangat diperlukan agar pelajaran ini tetap relevan dan mendukung kebutuhan siswa secara holistik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa secara umum siswa SMAN Taruna Nala memiliki persepsi yang positif terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Meskipun berada dalam lingkungan semi-militer dengan rutinitas fisik yang padat, siswa tetap menikmati pembelajaran PJOK dan merasakan manfaat yang signifikan, baik dalam aspek fisik maupun psikologis.

Pada aspek kenikmatan, sebagian besar siswa menyatakan bahwa PJOK menjadi momen menyenangkan dan menyegarkan di tengah padatnya aktivitas akademik. Pada aspek

manfaat, siswa merasa bahwa pembelajaran PJOK berkontribusi terhadap peningkatan kebugaran, kedisiplinan, kepercayaan diri, serta kemampuan kerja sama tim. Hal ini menunjukkan bahwa PJOK di sekolah semi-militer tetap mampu memberikan dampak positif terhadap perkembangan siswa secara holistik.

Namun demikian, pada aspek tantangan dan kelelahan, sebagian siswa mengungkapkan adanya rasa lelah dan penurunan konsentrasi yang mungkin disebabkan oleh tumpukan aktivitas fisik harian. Meski demikian, hal ini tidak serta merta menjadikan PJOK sebagai beban, sebagaimana dibuktikan oleh rendahnya skor pada pernyataan negatif seperti "menganggap PJOK sebagai beban tambahan".

Secara keseluruhan, pembelajaran PJOK di SMAN Taruna Nala dipersepsikan sebagai mata pelajaran yang penting dan bermanfaat oleh siswa. Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya mempertimbangkan konteks sekolah dalam merancang dan mengevaluasi pembelajaran PJOK agar tetap relevan dan adaptif terhadap kebutuhan peserta didik, khususnya di lingkungan dengan karakteristik khusus seperti sekolah semi-militer.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Negeri Malang atas dukungan dan fasilitasi yang telah diberikan, khususnya dalam pembiayaan publikasi artikel ini. Dukungan ini menjadi motivasi bagi penulis untuk terus berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27.
- Bella, N., Sitepu, N., Roiz, A., Buan, L., & Suyono, S. (2025). *Implementasi Pembelajaran PJOK dalam Membangun Pendidikan Karakter di Sekolah Dasar*. Jurnal HEMAT, 5(1), 10-20.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2019). *How to design and evaluate research in education*. McGraw-Hill.
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2016). The trans-contextual model of autonomous motivation in education: Conceptual and empirical issues and meta-analysis. *Review of Educational Research*, 86(2), 360-407.
- Likert, R. (1932). A technique for the measurement of attitudes. *Archives of Psychology*, 140, 1-55.
- Rahman, I., Gani, R. A., & Achmad, I. Z. (2020). Persepsi siswa pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tingkat SMA. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 9(2), 144-154.
- Schunk, D. H. (2020). *Learning theories: An educational perspective*. Pearson.
- Slavin, R. E. (2018). *Educational psychology: Theory and practice*. Pearson.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.

- Ulfah, L., & Arifudin, A. (2021). *Pengaruh Pembelajaran PJOK terhadap Perkembangan Peserta Didik*. Jurnal Pendidikan Olahraga, 9(2), 45-52.
- Zabidi, A. F. F., Yudasmara, D. S., & Darmawan, A. (2023). Persepsi siswa terhadap pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 2(2), 115-128.