

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahman, I., Ramadhan, C. U., Faozi, F., Bakhri, R. S., & Safitri, A. (2025). Model Pembelajaran Adaptif Berbasis Game Dalam PJOK Untuk Meningkatkan Keterampilan Motorik Siswa SMK Info Artikel. *Sprinter: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(3), 703–710. <http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index>
- Ade, R., & Arna, S. (2025). Metode Penelitian Tindakan Kelas: Konsep, Tahapan Dan Keunggulan Dalam Praktik Pembelajaran. *Diajar: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(4), 828–836. <https://doi.org/10.54259/diajar.v4i4.5792>
- Alfantoriq, M. Z., Wijaya, A., & Suparno, A. (2024). Dampak Permainan Estafet Bola Pada Pembelajaran Pjok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas 7 Di SMPN 13 Surabaya. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 2(5), 92–102. <https://doi.org/10.54066/jikma.v2i5.2455>
- Alfian, D., Khaerunnisa, & Murzika. (2025). Peningkatan Hasil Shuttle Run Siswa Kelas IX Melalui Program Latihan Kelincahan. *Seminar Nasional Dan Publikasi Ilmiah*, 989–996.
- Amalia, S. R. D., Rahman, A., Azzahra, F. F., Saputra, T. Y. A., Aziza, N. A., & Pratama, I. M. (2026). JPO: Jurnal Prestasi Olahraga SURABAYA. JPO: Jurnal Prestasi Olahraga, 9(7), 2411–2416.
- Aminarti, F., Ayumi, A., & Siregar, D. S. (2024). Studi Pustaka Tentang Karakteristik, Tujuan Dan Manfaat Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Pengajaran*, 3(2), 293–301. <https://doi.org/10.64464/tarbiyah.v3i2.157>
- Aprilyani, R., Fahlevi, R., Nurlina, Wulandari, R., Nurhidayatullah, & Pranajaya, S. A. (2023). Psikologi Perkembangan Peserta Didik. In *Get Press Indonesia*.
- Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *Jurnal Ihsan: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Arif, S., & Oktafiana, S. (2023). *Penelitian Tindakan Kelas*. Mitra Ilmu. Www.Mitrailmumakassar.Com
- As-Safa, A. H. Thoriq, Purnomo, A. M., & Firmansyah, M. Y. (2025). Meningkatkan Motivasi Belajar Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Estafet Untuk Siswa Kelas 5 SD Negeri Bawang 1 Kediri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3(4), 512–517. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.451>
- Azis, M., Tikollah, M. R., Sahade, S., Azis, F., & Samsinar. (2023). Penelitian Tindakan Kelas. *Jipm: Jurnal Informasi Pengabdian Mahasiswa*, 1(4), 306–312.

- Azizah, A. (2021). Pentingnya Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru Dalam Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 14, 72–73.
- Balogh, G., & Puskás, A. L. (2025). Examination Of Agility Development In Extracurricular Activities. *Különleges Bánásmód Interdiszciplináris Folyóirat (Special Treatment Interdisciplinary Journal)*, 59–69.
- Bile, R. L., Tapo, Y. B. O., & Desi, A. K. (2021). Pengembangan Model Latihan Kebugaran Jasmani Berbasis Permainan Tradisional Sebagai Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Penjakora*, 8(1), 71. <https://doi.org/10.23887/penjakora.v8i1.30752>
- Dewi, R., Barus, J. B. N., Sigalingging, D., Ginting, R. S., & Sitompul, C. R. (2026). Pengaruh Permainan Lari Estafet Terhadap Kecepatan Remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 10(2), 13240–13243.
- Dimas, & Budi. (2025). Pengaruh Latihan Cone Drill Untuk Meningkatkan Kelincahan Siswa Sekolah Dasar Kelas 5 Melalui Permainan Olahraga Tradisional Hadang Di SDN Banjaran 03. *Mutiara Pendidikan Dan Olahraga*, 2(4), 77–92. <https://doi.org/10.61132/mupeno.v2i4.518>
- Djamaluudin, N. (2021). Membentuk Karakter Kepemimpinan Remaja Di Era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Pustaka Dianmas*, 1(1), 1. <https://journal.moestopo.ac.id/index.php/dianmas>
- Fahrozi, R. W., Sulastio, A., & Af, O. F. (2025). Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pjkr Siswa Kelas Xi Ma Negeri 1 Kepulauan Meranti. *Journal Sport Science Indonesia*, 4(1), 11–23. <https://doi.org/10.31258/jassi.4.1.11-23>
- Fauzi, M., & Winarno, M. E. (2023). Efektivitas Waktu Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Tingkat SMP pada Pembelajaran Tatap Muka Terbatas. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 2(2), 84–96. <http://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi>
- Fhitriansyah, I., Anzani, S., Nasution, N. I., & Suyono. (2024). Strategi Permainan Estafet Untuk Meningkatkan Kreativitas Siswa Di SD/MI. *Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Dasar*, 4, 1326–1341.
- Filsafat, A., Salamet, & Winarno. (2025). Meningkatkan Hasil Belajar Kebugaran Jasmani Kekuatan Otot Perut Melalui Modifikasi Permainan Estafet Bola Di Atas Kepala Untuk Siswa Kelas X-7 SMA Negeri 9 Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(2), 9646–9653.
- Gustiawan, E. A., & Prabowo, B. Y. (2023). Minat Siswa Mengikuti Pembelajaran Penjas Di SMP Negeri 7 Muaro Jambi. *Jurnal Score*, 3(2), 97–108. <https://doi.org/10.22437/sc.v3i2.27562>

- Hidayat, R., & Rahmadani, A. (2023). Kontribusi Kecepatan Lari Dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Permainan Sepak bola Pada SSB Garuda U-14 Kabupaten Siak. *Science And Education Journal (Sicedu)*, 2(1), 159–168. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v2i1.94>
- Hikmandayani, Herdiani, R. T., Antari, I., Oktari, S., Yuniarni, D., Amenike, D., Idrus, I., Fajriah, L., Marlina, Salim, N. A., Herik, E., Sulaiman, & Yanthi, D. (2023). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Cv Eureka Media Aksara.
- Hindi, A. N. A., Syukriani, A., Elpisah, & Fatwa, I. (2021). Pelatihan Karya Ilmiah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Bagi Guru SMAN 3 Takalar. *Panrannuangku Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 24–28. <https://doi.org/10.35877/panrannuangku472>
- Husaini. (2023). Implementasi Kurikulum Merdeka pada Pembelajaran PJOK melalui Prinsip-Prinsip Latihan Frequency, Intensity.
- Indrayogi I. (2021). Model Tactical Game Dan Academic Learning Time Dalam Pembelajaran. *Jurnal Educatio*, 7(4), 1783–1790. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i4.1589>
- Isroani, F., Mahmud, S., Qurtubi, A., Pebriana, P. H., & Karim, A. R. (2023). Psikologi Perkembangan. In *Mitra Cendekia Media*. Lovrinz Publishing.
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Yang Efektif Dan Berkualitas. *Majora: Majalah Ilmiah Olahraga*, 27(1), 13–17.
- Januarioanto, F. A., & Warthadi, A. N. (2023). Analisis Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 1 Sukoharjo. *Jambura Journal Of Sports Coaching*, 5(2), 149–154. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v5i2.20890>
- Jumila, Disurya, R., & Riyoko, E. (2024). Peningkatan Kebugaran Jasmani Melalui Modifikasi Permainan Kecil Pada Siswa SMP Paramount School. *Harmoni Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(3), 240–248. <https://doi.org/10.62383/hardik.v1i3.465>
- Juniarto, M., Hasriadi, A. H., Prabowo, E., Nurulfa, R., & Fadlan, M. N. (2026). Efektivitas Penerapan Daya Tahan Kardiorespirasi dalam Permainan Kriket. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(June), 44–51.
- Kamaril, N., Wiriawan, O., Sidik, M. A., & Zalillah, S. I. (2026). Evaluasi Tingkat Kebugaran Jasmani Siswi Jurusan Desain dan Produksi Busana Kelas X SMKN 1 Jatirejo Mojokerto. *JPO: Jurnal Prestasi Olahraga*, 9(5), 2197–2202.
- Kemendikdasmen RI / BGP Banten. (2023). Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) — Prosedur T-Test, Fase EF (SMA/SMK). <https://tksi.kemendikdasmen.go.id/home/fase/5/prosedur/74>
- Kemenkes. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (Ski) 2023. In *Kemenkes*.

- Khairiyah, I., Suyudi, I., & Saptamer, F. (2025). Peningkatan Unsur Kondisi Fisik Kebugaran Jasmani Pada Komponen Kelincahan Dan Kecepatan Melalui Permainan Pada Siswa Kelas. *Global Journal Sport Science*, 3(2), 316–321.
- Kurniawan, R., Mahyudi, Y. V. M., & Sinulingga, A. R. (2025). Efektivitas Pembelajaran Berbasis Permainan Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(2), 17–28.
- Kusuma, A. S. H. M., Rasmi, D. A. C., Handayani, B. S., Lestari, T. A., Suyantri, E., Aini, M., Komalasari, B. R., & Sari, B. W. (2023). Pendampingan Dan Pelatihan Penulisan Karya Ilmiah Berbasis Penelitian Tindakan Kelas (PTK) Dan Penelitian Pendidikan Sejenis Untuk Penguatan Profesionalisme Guru SMAN 1 Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan Ipa*, 6(3), 626–634. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v6i3.5352>
- Lubis, J., Wardoyo, H., Lubis, R. A., Handayani, P. D., Ningsih, L. F., & Sihombing, L. G. (2025). Pelatihan Tes Kebugaran Siswa Indonesia (TKSI) bagi guru-guru PJOK di Desa Bulak Jatibarang Baru Kabupaten Indramayu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 15–22. <https://journal-fik.um.ac.id/index.php/promotif>
- Machali, I. (2022). Bagaimana Melakukan Penelitian Tindakan Kelas Bagi Guru? *Indonesian Journal Of Action Research*, 1(2), 315–327. <https://doi.org/10.14421/ijar.2022.12-21>
- Mahendra, A., & Jabar, B. A. (2021). *Buku Panduan Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Perbukuan Badan Penelitian dan Pengembangan dan Perbukuan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Jalan Gunung Sahari Raya No. 4 Jakarta Pusat.
- Masagena, A., & Fernando, R. (2024). Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas X SMA Negeri 4 Pekanbaru Prov. Riau. *Journal Of Sport Educatio*, 1(3), 176.
- Maulana, A. R., Subroto, D., Saeza, M., Rahayu, N., Hujaimi, A., & Marsela, R. A. (2022). Penerapan Permainan Kecil Benteng-Bentengan Untuk Meningkatkan Partisipasi Aktif Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Di SMK Harapan Bangsa Kota Serang. *Jurnal Padamu Negeri*, 3(1), 21–25.
- Masyaroh, S., Shinta, A. D. Y., Karsini, H., Amelia, N., Lauren, C. D. V., & Ali, M. (2025). Analisis Perkembangan Fisik Motorik, Kognitif, Moral, Sosial Dan Emosional Pada Remaja SMAN 1 Badegan. *Society: Jurnal Jurusan Tadris Ilmu Pengetahuan Sosial*, 16(1), 41–47. <https://doi.org/10.20414/society.v16i1.13829>
- Muhyiddin, F. A. (2024). Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X Dan Xi Teknik Otomotif SMK Al- Balad Jati Tahun Ajaran 2023/2024. *Jurnal Media Akademik (Jma)*, 2(6).

- Muis, A. (2021). Improving Critical Thinking Skills Through The Example Non Example Model In The Thematic Learning Of Students Of Class Iii SD Negeri Getas 2. *Social, Humanities, And Educational Studies (Shes): Conference Series*, 4. <http://philstat.org.ph>
- Mustafa, P. S. (2022). Peran Pendidikan Jasmani Untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(9), 68–80. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6629984>
- Nanda, I., Sayfullah, H., Pohan, R., Windariyah, D. S., Fakhurrazi, Khmermarinah, Mulasi, S., Warlizasusi, J., Hurit, R. U., Harizahayu, Arianto, D., Wahab, A., Romdloni, Aini, A. N., & Bawa, I. D. G. A. R. B. (2021). Pengertian Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru Inspiratif. In *Cv. Adanu Abimata* (Vol. 1).
- Norlaila, & Hermina, D. (2025). Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(6), 727–743. <https://doi.org/10.71282/jurmie.v2i6.539>
- Nugroho, M. S., Kuntjoro, B. F. T., & Erdiana, E. P. (2024). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan Lari Estafet Siswa Kelas Vi Di SDN Tanah Kali Kedinding V-579. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2).
- Nur, D. A., Nurfauziyah, Amzirani, M. A. P., Safigah, N., & Reski, M. (2026). Analisis Kelincahan Gerak Siswa SMPN 24 Makassar Menggunakan Illinois Agility Test. *Jurnal Aktivitas Fisik, Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Olahraga (Jaf-Pjko)*, 1(1), 39–49.
- Nuraeni, A. N., Alfania, G. T., Kurniawan, I., Mursidah, R. R., & Ajid, R. M. (2023). Strategi Perencanaan Dalam Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 186–194.
- Nurlaily, K. S. D., Noordia, A., Sudijandoko, A., Sulistyarto, S., & Susanto, I. H. (2024). Pengaruh Latihan Permainan Tradisional Bentengan Terhadap Agility Pada Siswa Sekolah Dasar. *Bravo's: Jurnal Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*, 12(1), 9–23. <https://doi.org/10.32682/bravos.v12i1/2>
- Pahleviannur, Mudrikah, S., Mulyono, H., Bano, V. O., Rizqi, M., Syahrul, M., Latif, N., Prihastari, E. B., Aini, K., Zakaria, & Hidayati, N. (2022). *Penelitian Tindakan Kelas*. Pradina Pustaka.
- Paputungan, F. (2023). Implikasi Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Dalam Penyelenggaraan Pendidikan Di SMK. *Journal Of Education And Culture (Jeac)*, 3(1), 2986–1012.
- Pasha, A. G. K., Mahardika, G. P., & Sitompul, S. R. (2024). Pengaruh Latihan Cone Drill Terhadap Kelincahan Dalam Permainan Roundnet Di SMK PGRI 5 Jakarta Barat. *Journal Penjaskesrek*, 11(2), 99–113.
- Prabowo, E. (2018). Hasil Pembelajaran Dribbling-Shooting Sepakbola. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 2(2), 96–110. <https://doi.org/10.21009/jsce.02204>

- Pramita, R. A., Kristina, P. C., & Riyoko, E. (2023). Pengaruh Penerapan Permainan Kecil Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Sd Negeri 16 Martapura. *Jurnal Speed: Sport, Physical Education And Empowerment*, 6(1), 50–56. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/speed/article/view/8610>
- Prasetyo, D. A., Basri, M. H., & Mas'odi, M. (2025). Efektivitas Pembelajaran Berbasis Permainan Dalam Pengembangan Keterampilan Motorik Pada Pendidikan PJOK. *Jurnal Penelitian Tindakan Kelas*, 2(3), 187–192. <https://doi.org/10.61650/jptk.v2i3.762>
- Prastyawan, R. R., & Pulungan, K. A. (2022). Signifikansi Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(2), 17–28.
- Pratama, D. A., & Winarno, M. E. (2022). Hubungan Status Gizi Dan Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Penjas Siswa SMA: Literature Review. *Sport Science And Health*, 4(3), 238–249. <https://doi.org/10.17977/um062v4i32022p238-249>
- Pratiwi, A. S., Nugraheni, W., & Maulana, F. (2023). Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMK: Dampak Penghapusan Mata Pelajaran PJOK. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(4), 1719–1725. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5774>
- Pratiwi, S. A., Marlina, R., & Kurniawan, F. (2023). Analisis Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada Siswa SMK Texar Karawang. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Januari*, 2023(1), 525–535. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7551222>
- Priyanggono, M. R., & Kumaat, N. A. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Sindrom Premenstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09(3), 401–408. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v7i3.250>
- Purba, F. J. (2026). *Penelitian Tindakan Kelas 2*. Baca Disini Media Internasional.
- Qur'ani, B. (2025). *Perkembangan Peserta Didik*.
- Ramadhan, S., & Wathoni, M. (2024). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Kelas X Melalui Permainan Tradisional Banteng-Bantengan Di Sma Muhammadiyah Ponjong Tahun 2024. *Seminar Nasional Dan Publikasi Ilmiah*, 2174–2182.
- Ramandika, D. N., & Muldan, D. (2025). Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Hasil Bermain Dalam Permainan Hadang Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Japara. *Jurnal Ilmiah Pgsd Stkip Subang*, 1(0.1101/2021.02.25.432866), 1–15.
- Ramanto, M., & Saputra, D. I. M. (2025). Peran Pola Latihan Fisik Dalam Meningkatkan Performa Sprint Dan Kelincahan Pemain SSB Sangar Muda. *Master Of Physical Culture And Recreation In Nusantara*, 1(2), 91–96. <https://doi.org/10.63461/gejora.v12.266>

- Rasydi, M. C. I., Hartati, S. C. Y., & Supriyanto, S. (2024). Penerapan Berbagai Permainan Estafet Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Kelas X-2 SMAN 1 Gedangan Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 2(5), 70–81. <https://doi.org/10.54066/jikma.v2i5.2445>
- Ratnasari, A. D., Wahyudi, & Permana, I. (2022). Penerapan Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Pada Pembelajaran Tematik. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(3), 261–266.
- Risdayati, & Elfis, R. (2022). Students Holistic Character Development At Sekolah Menengah Kejuruan In Tualang Siak District. *Devotion : Journal Of Research AndCommunity Service*, 3(6), 536–546. <https://doi.org/10.36418/dev.v3i6.151>
- Ristawati. (2023). Analisis Kelincuhan Siswa Kelas X SMA Negeri 3 Bantaeng. *Jurnal Olahraga Papua*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.31957/jop.v5i1.2677>
- Roisuddin, A., Sudarso, Supriadi, J., & Sunanto, D. (2023). Penelitian Tindakan Kelas Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Komponen Kecepatan Dan Kelincuhan Melalui Permainan Pada Siswa Kelas XI IPA 5. *Jumper : Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 1(2), 80–87.
- Romadhon, A. R., Ridwan, M., & Herinanta, M. B. (2024). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Ketrampilan Lari Jarak Pendek Melalui Permainan Estafet Cone. *Jurnal Nakula : Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Ilmu Sosial*, 2(6), 130–139. <https://doi.org/10.61132/nakula.v2i6.1272>
- Rukanah, Setyawati, R. D., Herlambang, T., & Trisnasari, D. (2025). Penerapan Permainan Edukatif Dengan Model Problem Based Learning Untuk Meningkatkan Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Smk N 8 Semarang Tahun Pelajaran 2024/2025. *Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru*, 1–10.
- Saádi, A. (2025). Pengumpulan Data Yang Efisien pada Penelitian Tindakan Kelas: Teknik, Alat, dan Tantangan. *Al-Amin: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 2(2), 90–108. <https://doi.org/10.53398/alamin.v2i2.377>
- Sagita, A., Wahyudin, E., Latiefah, L., Ramdhan, R. M., & Padilah, T. (2023). Strategi Membangun Kolaborasi Dalam Penelitian Tindakan Kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(1), 48–56.
- Sahabuddin, Hakim, H., Husniati, & Fadillah, A. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswi. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(November), 67–78. <https://scholar.archive.org/work/o6d3acuuljhovgmhfvnzp7r7fq/access/wayback/https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/jurdip/article/download/628/437>

- Samosir, F., & Aditya, R. (2022). Model Pendekatan Bermain Dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 2(2), 137–148.
- Sani, E. R., Ngatman, N., Marhaendro, A. S. D., & Bakar, Z. A. (2024). Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Era New Normal SMP Se-Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 20(2), 100–110. <https://doi.org/10.21831/jpji.v20i2.76211>
- Sari, A. S., Aprisilia, N., & Fitriani, Y. (2025). Teknik Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif. *Indonesian Research Journal On Education*, 5(4), 539–545. <https://doi.org/10.31004/irje.v5i4.3011>
- Setyaji, F. M., Hernawan, & Amin, B. F. (2022). Penerapan Permainan Kelompok Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Siswa SMK Gita Kirtti 1 Jakarta Selatan. *Journal Of Sport Science And Tourism Activity*, 1(1), 1–14. <http://dx.doi.org/10.52742/josita.v1i1> <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jositacommonsattribution%0ahttps://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>
- Sihombing, E. D., Hulu, B., Panjaitan, N. S. M., & Naibaho, D. (2024). Memahami Perkembangan Psikologis Remaja Terhadap Pengaruh Belajar Peserta Didik Di Smk Swasta Bukit Cahaya 1 Sidikalang Kab. Dairi. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 306–312.
- Simanjuntak, M. R., Turnip, N. L., Mahulae, A. C., Lubis, G. J., & Naibaho, D. (2024). Analisis Perkembangan Fisik Dan Psikologi Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 1436–1444.
- Siregar, F. S., Saragih, E. K. O., Tarigan, P. S. B., Siregar, Y. K. D., & Ilmy, W. N. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Dalam Mendukung Tumbuh Kembang Anak Di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah* [https://jurnal.peneliti.net/index.php/jiwp/article/view/1720Multidisiplin,2\(11\),37-40](https://jurnal.peneliti.net/index.php/jiwp/article/view/1720Multidisiplin,2(11),37-40).
- Sitinjak, F., Sinaga, R. V., Hutabarat, N. W., Barus, M. C. B., & Sembiring, H. M. B. (2025). Penerapan Permainan Lari Estafet Sebagai Sarana Peningkatan Kebugaran Jasmani Siswa Yayasan Pendidikan Hkbp Padang Bulan. *Jurnal Puan Indonesia*, 7(1), 219–224.
- Sujarwo, S., Sukiri, S., & Subandi, O. U. (2018). Peningkatan Kebugaran melalui Senam Kebugaran Sekolah Islam Terpadu di SDIT Rahmania Kota Depok. *Prosiding Seminar dan ...*, 257–270. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/prosidingfik/article/view/10730%0Ahttp://journal.unj.ac.id/unj/index.php/prosidingfik/article/download/10730/6754>
- Sumitra, D. A. (2023). Implementasi Kurikulum Belajar Mandiri Mata Pelajaran Pjok Di Sekolah Dasar Kabupaten Beringin. *Sibatik Journal*, 2(7), 2085–2090. <https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/sibatik>

- Susilo, H., Chotimah, H., & Sari, Y. D. (2022). *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Sarana Pengembangan Keprofesionalan Guru Dan Calon Guru*. Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Syafiudin. (2021). Penelitian Tindakan Kelas (Teori Dan Aplikasinya Pada Pembelajaran Bahasa Arab). *Borneo: Journal Of Islamic Studies*, 1(2), 1–17.
- Syamsidar, A., Ariyanto, D. L., Ishak, J. R., Tuela, M. Q. D., Rahmadini, S., & Oktaviani, M. (2024). Analisis Identitas Diri Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Berdasarkan Teori Perkembangan Psikososial. *Jurnal Pendidikan Teknik Dan Vokasional*, 7(2), 150–160. https://doi.org/10.1007/978-0-387-79061-9_1447
- Syifa, U., & Hanani, E. S. (2024). Profil Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas X SMK N Jateng Di Semarang. *Indonesian Journal For Physical Education And Sport*, 2(5), 549–557. <https://journal.unnes.ac.id/journals/inapes>
- Tangse, U. H. M., & Dimyati. (2022). Permainan Estafet Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 9–16. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1166>
- Taufiqurrahman, A., Daya, W. J., Ilham, Putra, A. J., Yuliawan, E., & Yusradinafi. (2024). Pengaruh Variasi Permainan Kecil Terhadap Kelincahan Siswa Tunagrahita Sekolah Dasar Luar Biasa. *Jurnal Elementaria Edukasia*, 7(1), 2517–2533. <https://doi.org/10.31949/jee.v7i1.8720>
- Tiara, N. G., Priambodo, A., & Marsudianto. (2024). Meningkatkan Kebugaran Jasmani Pada Komponen Kecepatan Melalui Estafet Kerucut Pada Peserta Didik Kelas VI SDN Pakis 1. *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 1(4), 107–115. <https://doi.org/10.62383/katalis.v1i4.918>
- Tohirin, A., Junaidi, S., & Himawanto, W. (2024). Peningkatan Keterampilan Dasar Kelincahan Dengan Metode Permainan Bentengan Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 3 Sukosari. *Seminar Nasional Sains, Kesehatan, Dan Pembelajaran*, 745–753.
- Umam, M. R., Hartati, S. C. Y., & Supriyanto, S. (2024). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Pendekatan Permainan Tradisional Kelas X-3 SMA Negeri 1 Gedangan Sidoarjo. *Journal Of Creative Student Research*, 2(5), 69–77. <https://doi.org/10.55606/jcsr-politama.v2i5.4301>
- Utomo, P., Asvio, N., & Prayogi, F. (2024). Metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK): Panduan Praktis Untuk Guru Dan Mahasiswa Di Institusi Pendidikan. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, 1(4), 19. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i4.821>
- Wahidah, E. (2024). Tinjauan Holistik Pertumbuhan Dan Perkembangan Peserta Didik; Implikasinya Terhadap Penyelenggaraan Pendidikan. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 2(2), 154–175. <https://doi.org/10.69768/jt.v2i2.46>

- Widodo, A., & Masnawati, E. (2024). Analisis Pengaruh Perkembangan Fisik, Kognitif, Dan Psikososial Terhadap Akademik Peserta Didik Di SMK Yapalis Krian. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 1(4), 77–81.
- Wulandari, P. P., Siswantoyo, Sutapa, P., Apriyanto, G. E., Hidayah, T., Akhiruyanto, A., Haryono, S., Yudhistira, D., & Virama, L. O. A. (2023). Content Validity Of Fun Relay Learning Model And Observation Of Cognitive, Affective, Psychomotor Aspects Of Elementary School Students. *International Journal Of Human Movement And Sports Sciences*, 11(6), 1277–1286. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110611>

