E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Hubungan Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

David Apria Nugroho[1], Zulrafli[2]
[1]Universitas Islam Riau, aprianugroho@student.uir.ac.id
[2]Universitas Islam Riau, zulrafli@edu.uir.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kesegaran jasmani dan hasil belajar siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rencana penelitian korelasional. Penelitian ini menggunakan instrumen TKJI untuk mengukur kesegaran jasmani siswa yang terdiri dari beberapa rangkaian tes seperti: a) lari 60 meter, b) gantung angkat tubuh, c) baring duduk 60 detik, d) loncat tegak dan e) lari 1000/1200 meter. Kemudian hasil belajar PJOK dapat diperoleh dari nilai akademik penjaskes. Adapun jenis penelitian adalah korelasional yan terdiri dari dua variabel yakni variabel X (kesegaran jasmani) dan variabel Y (hasil belajar) penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang Hubungan Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru. Dimana jumlah sampel siswa 23 orang siswa. Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh R_{hitung} sebesar 0,48 tergolong cukup kuat. Sedangkan perhitungan uji T diperoleh $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ atau $11{,}45 \geq 2{,}080$. Hal ini berarti korelasi variabel X dengan Y atau hubungan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar signifikan, sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

Kata Kunci : *Kesegaran Jasmani dan Hasil Belajar*

Abstract

The aim of this research was to determine the physical fitness and learning outcomes of class X students at SMK Taruna Satria Pekanbaru. This research was conducted using a correlational research plan. This research uses the TKJI instrument to measure students' physical fitness which consists of several series of tests such as: a) running 60 meters, b) hanging body lifts, c) lying down for 60 seconds, d) jumping upright and e) running 1000/1200 meters. Then the PJOK learning results can be obtained from the Physical Education academic scores. The type of research is correlational which consists of two variables, namely variable Class X students at SMK Taruna Satria Vocational School Pekanbaru. Where the number of student samples is 23 students. Based on the results of data processing, it was obtained that R_{count} was 0.48, which is quite strong. Meanwhile, the T test calculation obtained $t_{count} \leq t_{table}$ or 11.45≥2.080. This means that the correlation between variables X and Y or the relationship between physical fitness and learning outcomes is significant, so that the proposed hypothesis is accepted.

Keywords: *Physical Fitness and Learning Outcomes*

Corresponding Author:
David Apria Nugroho
Universitas Islam Riau; aprianugroho@student.uir.ac.id

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan fondasi utama bagi pembentukan individu sejak lahir. Melalui interaksi antara guru dan siswa, pendidikan bertujuan untuk mempersiapkan siswa dengan bimbingan, pengajaran, dan latihan agar dapat mengemban peran di masa depan.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Salah satu aspek penting dalam pendidikan adalah pendidikan jasmani, yang berperan dalam meningkatkan kemampuan fisik, penalaran, keterampilan motorik, dan pengetahuan siswa. (UU No 3 Tahun 2005) mengakui olahraga pendidikan sebagai bagian dari proses pendidikan, menciptakan dasar hukum untuk pelaksanaan pendidikan jasmani yang teratur dan berkelanjutan.

Kesegaran jasmani diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menjalani aktivitas sehari-hari tanpa mengalami kelelahan berarti dan dengan cadangan energi yang mencukupi (Zulrafli dkk, 2016). Kesegaran jasmani bukan hanya modal utama bagi daya kerja dan produktivitas, tetapi juga berpengaruh pada hasil belajar siswa. SMK Taruna Satria Kelas X di Pekanbaru menghadapi tantangan karena rendahnya partisipasi siswa, terutama siswa perempuan, dalam kegiatan olahraga. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman siswa mengenai hubungan antara kesehatan, kesegaran jasmani, dan hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara tingkat kesegaran jasmani siswa dengan hasil belajar mereka di bidang pendidikan jasmani. Hasil belajar yang kurang optimal dapat berkaitan dengan motivasi siswa yang rendah, model pembelajaran yang tidak efektif, dan alokasi waktu belajar yang tidak teratur (Syarif Hidayat, 2019). Oleh karena itu, solusi untuk meningkatkan kesegaran jasmani siswa perlu ditemukan, dengan fokus pada motivasi belajar yang teratur, model pembelajaran yang efektif, dan peningkatan kegiatan olahraga fisik yang mendukung keberhasilan belajar.

Dengan memahami hubungan antara kesegaran jasmani dan hasil belajar, langkah-langkah strategis dapat diambil untuk meningkatkan partisipasi siswa dan hasil belajar mereka di SMK Taruna Satria Pekanbaru. Melalui upaya ini, diharapkan siswa dapat meraih keuntungan tidak hanya dalam aspek fisik, tetapi juga dalam perkembangan mental, emosional, dan sosial mereka. Kesegaran jasmani bukan hanya tentang kesehatan fisik, tetapi juga merupakan investasi dalam keseluruhan pembangunan individu yang seimbang (Widiastuti, 2011). Berdasarkan pemaparan masalah yang di temukan ditempat penelitian yang telah disebutkan diatas, maka muncullah pemikiran untuk melakukan penelitian guna menangkap “Hubungan Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru”.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru yang jumlahnya 228 orang. Pada penelitian ini, peneliti mengambil 10% populasi dari seluruh populasi yaitu berjumlah 23 orang siswa. instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) untuk siswa usia 16-19 tahun yaitu, lari 60 meter, angkat tubuh (pull up), baring duduk, loncat tegak, lari putri 1000 meter dan putra 1200 meter. Teknik analisis korelasi pada penelitian ini menggunakan korelasi momen. Apabila data-data yang didapat dikumpulkan pada penelitian ini, kemudian akan diolah untuk menganalisis hubungan tingkat kesegaran jasmani terhadap hasil belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian yang meliputi data tes pengukuran kesegaran jasmani dan hasil belajar adalah sebagai berikut.

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

1. Data hasil tes lari 60 meter kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

No	Detik	Nilai	Putra	Detik	Nilai	Putri
1	s.d – 7,2”	5	7	s.d – 8,4”	5	5
2	7,3”–8,3”	4	4	8,5” – 9,8”	4	5
3	8,4 – 9,6”	3	2	9,9”–11,4”	3	0
4	9,7”–11,0”	2	0	11,5”–13,4”	2	0
5	11,1” dst	1	0	13,5” dst	1	0
Jumlah			13	Jumlah		10

Dari tabel diatas tes lari 60 meter yang telah dilakukan testi terhadap 13 siswa putra yang larinya 0 – 7,2 detik adalah sebanyak 7 orang, siswa yang larinya 7,3 – 8,3 adalah sebanyak 4 orang dan siswa yang larinya 8,4 – 9,6 adalah sebanyak 2 orang. Sedangkan tes lari 60 meter yang dilakukan testi terhadap 10 siswa putri yang larinya 0 – 8,4 detik adalah sebanyak 5 orang dan siswa yang larinya 8,5 – 9,8 adalah sebanyak 5 orang.

2. Data hasil tes angkat tubuh siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

No	Banyak	Nilai	Putra	Banyak	lai	Putri
1	19 - keatas	5	3	41–keatas		5
2	14 – 18	4	4	22 – 40		1
3	9 - 13	3	8	10 – 21		4
4	5 – 8	2	0	3 – 9		0
5	0 – 4	1	0	0 – 2		0
Jumlah			13	Jumlah		10

Dari tabel diatas tes angkat tubuh yang telah dilakukan testi terhadap 13 siswa putra yang memperoleh 19 – keatas sebanyak 3 orang, siswa yang memperoleh 14 – 18 adalah sebanyak 4 orang dan siswa yang memperoleh 9 – 13 adalah sebanyak 8 orang. Sedangkan untuk putri yang memperoleh 41 – keatas adalah sebanyak 5 orang, siswa yang memperoleh 22 – 40 sebanyak 1 orang dan siswa yang memperoleh 10 – 21 sebanyak 4 orang.

3. Data hasil tes baring duduk kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

o	Banyak	ilai	Putra	Detik	Nilai	Putri
	41-keatas		1	28 – keatas	5	0
	30 – 40		1	20 – 28	4	7
	21 – 29		8	10 – 19	3	2
	10 – 20		3	3 – 9	2	1
	0 – 9		0	0 – 2	1	0
Jumlah			13	Jumlah		10

Dari tabel diatas tes baring duduk yang telah dilakukan testi terhadap 13 siswa putra yang memperoleh 41 – keatas adalah sebanyak 1 orang, siswa yang memperoleh 30 –

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

40 adalah sebanyak 1 orang, siswa yang memperoleh 21 – 29 adalah sebanyak 8 orang dan siswa yang memperoleh 10 – 20 adalah sebanyak 3 orang. Sedangkan untuk putri yang memperoleh 20 – 28 adalah sebanyak 7 orang, siswa yang memperoleh 10 – 19 adalah sebanyak 2 orang dan siswa yang memperoleh 3 – 9 adalah sebanyak 1 orang.

4. Data hasil tes loncat tegak siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

No	Banyak	Nilai	Putra	Detik	Nilai	Putri
1	73 - keatas	5	0	50 – keatas	5	0
2	60 – 72	4	2	39 – 49	4	2
3	50 – 59	3	11	31 – 38	3	5
4	39 – 49	2	0	23 – 30	2	3
5	38 dst	1	0	22 dst	1	0
Jumlah			13	Jumlah		10

Dari tabel diatas tes loncat tegak yang telah dilakukan testi terhadap 13 siswa putra yang memperoleh 60 – 72 keatas adalah sebanyak 2 orang dan siswa yang memperoleh 50 – 59 adalah sebanyak 11 orang. Sedangkan untuk putri yang memperoleh 39 – 49 adalah sebanyak 2 orang, siswa yang memperoleh 31 – 38 adalah sebanyak 5 orang dan siswa yang memperoleh 23 – 30 adalah sebanyak 3 orang.

5. Data hasil tes lari 1000/1200 meter

No	Banyak	Nilai	Putra	Detik	Nilai	Putri
1	s.d – 3’14”	5	0	s.d – 3’52”	5	0
2	3’15”–4’25”	4	3	3’53”–4’56”	4	0
3	4’26”–5’12”	3	4	4’257”–5’58”	3	0
4	5’13”–6’33”	2	4	5’59”–7’23”	2	1
5	6’34” dst	1	2	7’24” dst	1	9
Jumlah			13	Jumlah		10

Dari tabel diatas tes lari 1200 meter yang telah dilakukan testi terhadap 13 siswa putra yang larinya 3,15 – 4,25 menit adalah 3 orang, siswa yang larinya 4,26 – 5,12 menit adalah 4 orang, siswa yang larinya 5,13 – 6,33 menit adalah 4 orang dan siswa yang larinya 6,34 – dst menit adalah 2 orang. Sedangkan untuk lari 1000 meter putri yang larinya 5,59 – 7,23 menit adalah sebanyak 1 orang dan siswa yang larinya 7,24 – dst adalah 9 orang.

Berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan terhadap 23 orang siswa, maka didapat rata-rata data dari kesegaran jasmani siswa menggunakan tes TKJI . Sesuai dengan analisis yang didapat maka dapat dijelaskan bahwa yang memperoleh nilai antara 13-14 adalah sebanyak 5 orang dengan presentasi 22% sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 15-16 adalah sebanyak 7 dengan presentasi 30% sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 17-18 adalah 7 orang dengan presentasi 30% sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 19-20 adalah 2 orang dengan presentasi 9% sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 21-22 adalah 2 orang dengan presentasi 9%, Secara spesifik dijabarkan pada tabel berikut:

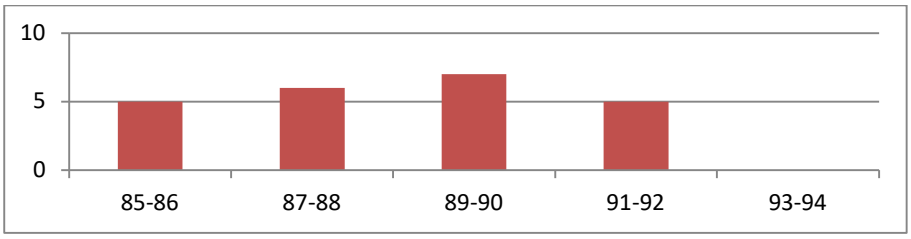
E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

No	Kelas Interval	Frekuensi	Presentasi
1	13-14	5	22%
2	15-16	7	30%
3	17-18	7	30%
4	19-20	2	9%
5	21-22	2	9%
Jumlah		23	100%

6. Data Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Siswa Kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru

No	Kelas Interval	Frekuensi	Presentasi
1	85-86	5	22%
2	87-88	6	26%
3	89-90	7	30%
4	91-92	5	22%
5	93-94	0	0%
Jumlah		23	100%

Dari tabel diatas tes kesegaran jasmani yang telah dilakukan testi terhadap 23 siswa bisa dijelaskan bahwa yang memperoleh nilai antara 85-86 adalah 5 orang sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 87-88 adalah 6 orang sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 89-90 adalah 7 orang sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 91-92 adalah 5 orang sedangkan siswa yang memperoleh nilai antara 93-94 tidak ada. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik dibawah ini:



Pembahasan

Sesuai dengan hasil pengumpulan serta penghitungan data kesegaran jasmani dan juga hasil belajar yang telah diolah dengan metode statistik product moment yang kemudian di lanjutkan dengan uji t agar mengetahui terdapat hubungan atau korelasi antara kedua variabel yang ada. Hal inilah yang menjadi permasalahan utama pada penelitian ini. Sesuai dengan perhitungan yang menggunakan product moment maka didapatkan bahwa hasil R_(hitung)≥ r_tabel atau 0,48 ≥ 0,413. Nilai ini apabila dilihat di tabel koefisien korelasi maka tergolong cukup kuat.

Untuk melakukan pengujian hipotesis agar mengetahui hubungan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar maka akan dilakukan uji-T. Hasil perhitungan uji-T yang telah diperoleh mendapatkan t_hitung≥ t_tabel dimana 11,45≥2,080. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi antara variabel X dengan variabel Y atau hubungan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar ialah signifikan, oleh karna itu hipotesis yang diajukan dapat diterima. Sedangkan besarnya kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar siswa

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru sebesar 23,04%. Berdasarkan perhitungan diatas didapat kontribusi kesegaran jasmani terhadap hasil belajar pendidikan jasmani Siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru sebesar 23,04% sedangkan sisanya 76,96% dipengaruhi oleh faktor lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik suatu kesimpulan sebagai berikut : Terdapat hubungan yang signifikan antara tes kesegaran jasmani dengan hasil belajar siswa kelas X SMK Taruna Satria Pekanbaru. Hal ini dibuktikan dengan didapatkan hasil $R_{hitung} \geq r_{tabel}$ atau $0{,}48 \geq 0{,}413$. Nilai ini jika dilihat pada tabel koefisien korelasi tergolong cukup kuat. Dari hasil perhitungan uji-T diperoleh $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ atau $11{,}45 \geq 2{,}080$. Hal ini berarti korelasi variabel X dengan Y atau hubungan kesegaran jasmani terhadap hasil belajar signifikan, sehingga hipotesis yang diajukan diterima.

DAFTAR PUSTAKA

Abduh, I., Humaedi, H., & Agusman, M. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Kesegaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Siswa. *JOSSAE : Journal of Sport Science and Education*, *5*(2), 75. https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jossae.v5n2.p75-82

Akbar, M. H. (2015). Survei tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X, XI dan XII SMA 3 Nganjuk. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *3*(3), 702–708.

Apriani, L., Sari, M., & Alpen, J. (2021). Studi Eksperimen Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Petanque Universitas Islam Riau: Meningkatkan Kesegaran Jasmani Melalui Permainan Hadang dan Bentengan. *Jurnal MensSana*, *6*(1), 50–55. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.24036/MensSana.06012021.19

Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (15th ed.). Jakarta, Rineka Cipta.

Biyakto Atmojo, M. (2010). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani/Olahraga*. Surakarta, Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS dan UPT Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS Press).

Dwi Budianto. (2018). *Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Siswa Kelas Vii Di Smp Smart Indonesia School Pekanbaru*. *1*(1), 1–10.

Imammulhaq, M. I., Saputra, Y. M., & Muhtar, T. (2021). Korelasi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada masa pandemi covid-19 dengan hasil belajar siswa di SMA Bina Muda Cicalengka. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *17*(1), 33–40. https://doi.org/10.21831/jpji.v17i1.43341

Majid, I. (2017). Survei Tingkat Kondisi Fisik Peserta Ekstrakurikuler Futsal Sma Negeri 1 Karanganom. *Pendidikan Jasmani Dan Rekreasi*, *6*(12), 1–9.

Melati, S. (2021). Perbandingan kesegaran jasmani antara siswa yang tinggal di kota dan desa. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, *2*(1), 1–10. https://doi.org/https://doi.org/10.25299/es:ijope.2021.vol2(1).6121

Nababan, R. T., & Damanik, S. A. (2023). Hubungan Kompetensi Guru Dan Fasilitas Belajar Penjas Dengan Hasil Belajar Penjas Siswa SMA Negeri 1 Sosorgadong Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2022. *Jurnal Adijaya …*, *1*(1), 155–164. https://ejournal.naureendigition.com/index.php/jam/article/view/165

Nurcahyo, E., & Nasution, J. D. H. (2014). Survei Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas XI (Sebelas) SMA Muhammadiyah 1 Babat Kabupaten Lamongan. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *02*(01), 88–93.

Nurhasan. (2001). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani : Prinsip-prinsip dan*

E-ISSN : 2962-9713
P-ISSN : 2963-928X

Penerapannya. Jakarta, Directorat Jendral Olahraga, Depdiknas.

Riduwan. (2015). *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung, Alfabeta.

Rozi, M. F., Putra, J., Suwirman, S., & Arsil, A. (2023). Motivasi Siswa Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Wahana Didaktika : Jurnal Ilmu Kependidikan*, *21*(1), 143–153. https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i1.11011

Rumodar, I., Hasbullah, B., & ... (2023). The Relationship Between Level of Physical Fitness With Learning Outcomes at Class XI Students of SMA 4 Seram Timur District. *Jurnal Ilmiah Wahana …*, *9*(3), 693–706. http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/3969%0Ahttps://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/download/3969/2882

Sari, M. (2016). Kontribusi Lingkungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Kesegaran Jasmani Anak Tunagrahita. *Journal Sport Area*, *1*(1), 38. https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(1).374

Sepriadi, S. (2017). Kontribusi status gizi dan kemampuan motorik terhadap kesegaran jasmani siswa sekolah dasar. *Jurnal Keolahragaan*, *5*(2), 194. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/jk.v5i2.15147

Setiawan, A., & Hidayat, T. (2017). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Kelas VII SMPN 2 Taman, Kecamatan Taman Kabupaten Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, *05*(03), 857–861.

Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta, Rinika Cipta.

Sriyatin, S., Sucipto, A., & Sulikan, S. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Siswa Sdn Sambigede 03 Sumberpucung Malang. *JP.JOK (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, *1*(2), 80–91. https://doi.org/10.33503/jpjok.v1i2.169

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung, Alfabeta.

Sutrisno, S. (2017). Hubungan Kesegaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Siswa Putra Kelas Viii Smp Negeri 6 Tebing Tinggi Tahun 2017. *School Education Journal Pgsd Fip Unimed*, *7*(4), 533–540.

Syahputra, E. (2020). *Snowball Throwing Tingkatkan Minat dan Hasil Belajar*. Haura Publishing.

Syarif Hidayat. (2019). Kesegaran Jasmani Siswa 10-12 Tahun Se-Kota Gorontalo. *Jambura Journal of Sports Coaching*, *1*(1), 12–21. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.37311/jjsc.v1i1.1995

Tim PPPITOR. (1999). *Materi Penataran Kesehatan Olahraga*. Jakarta, Menpora RI.

UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Presiden RI*, *1*, 1–53.

Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta Timur, PT Bumi Timur Jaya.

Yulianti, M., Irsyanty, N. P., & Irham, Y. (2018). Tingkat Kesegaran Jasmani Mahasiswi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tahun Akademik 2017/2018 Universitas Islam Riau. *Journal Sport Area*, *3*(1), 55. https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(1).1571

Zulrafli, Turimin, & Muspita. (2016). Kontribusi Tingkat Kesegaran Jasmani dan Motivasi Belajar Penjas (Studi Korelasi Pada Mahasiswa Penjas Angkatan 2013 FKIP UIR Pekanbaru). *Sport Area*, *1*(2), 73–83. https://doi.org/https://doi.org/10.25299/sportarea.2016.vol1(2).395