

**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP  
NEGERI 2 GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan*



**Oleh  
MUHAMMAD RAZIF ARNIS  
NIM: 16086033**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2020**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

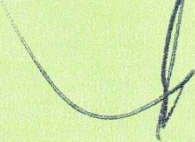
**SKRIPSI**

**SURVEI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP  
NEGERI 2 GUNUNG TALANG KABUPATEN SOLOK**

**Nama** : Muhammad Razif Arnis  
**NIM** : 16086033  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

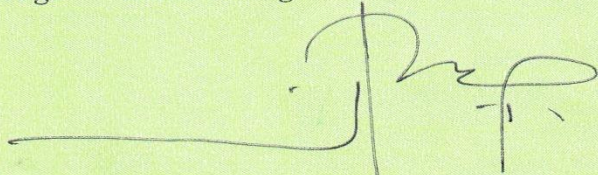
**Padang, Agustus 2020**

**Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga**



**Drs. Zarwan, M.Kes**  
**NIP. 196112301988031003**

**Mengetahui :  
Pembimbing**



**Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO**  
**NIP. 196211121987101001**

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Muhammad Razif Arnis  
NIM : 16086033

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan Skripsi di depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
Dengan judul

Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2  
Gunung Talang Kabupaten Solok

Padang, Agustus 2020

### Tim Penguji

### Tanda Tangan

1. Ketua : Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes, AIFO

1.

2. Sekretaris : Dr. Syahrastani, M.Kes. AIFO

2.

3. Anggota : Drs. Zulman, M.Pd

3.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2020  
Yang membuat pernyataan



**Muhammad Razif Arnis**  
**NIM: 16086033**

## **ABSTRAK**

### **Muhammad Razif Arnis. 2020. Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juli 2020 di SMP negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok yang berjumlah 266 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 siswa. Instrument dalam penelitian ini adalah pengukuran tes kebugaran jasmani dengan menggunakan Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (TKJI). Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif.

Hasil penelitian ini adalah tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok berada pada kategori sedang dengan rata-rata 15,70

**Kata Kunci: Kebugaran Jasmani**

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul ” **Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok**”. Salawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik berupa moril maupun materil. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal selama perkuliahan.
2. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Syahrastani, M.Kes, AIFO dan Bapak Drs. Zulman, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Kedua Orang tua (Ayahanda Ardi dan Ibunda Yulhainis) tercinta yang telah menjadi motivasi bagi peneliti dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
7. Kepala sekolah, guru beserta siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok yang sudah berpartisipasi membantu peneliti dalam melakukan penelitian.
8. Rekan rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang senasib dan seperjuangan.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Padang, Agustus 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABLE</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	7
1. Kebugaran Jasmani .....	7
2. Komponen Kebugaran Jasmani .....	8
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.....	11
4. Cara meningkatkan kebugaran jasmani .....	13
5. Fungsi Kebugaran Jasmani .....	14
B. Kerangka Konseptual .....	15
C. Pertanyaan Penelitian .....	16
<b>BAB II METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis penelitian .....	17
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	17
C. Populasi dan Sampel .....	17
D. Jenis dan Sumber Data .....	18
E. Instrument penelitian.....	19
F. Teknik Analisis Data .....	28

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	29
B. Analisis Deskriptif Data.....	29
1. Kebugaran Jasmani Siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	29
a. Siswa putra .....	29
b. Siswa putri.....	31
C. Jawaban Pertanyaan Penelitian .....	32
D. Pembahasan .....	34
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	36
B. Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	37
<b>LAMPIRAN</b> .....	38

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Daftar Populasi Penelitian.....	18
2. Penilaian TKJI Putra Usia 13- 15 Tahun .....	27
3. Penilaian TKJI Putri Usia 13- 15 Tahun .....	28
4. Norma Klasifikasi Tingkat Kebugaran .....	28
5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Putra kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.....	29
6. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Putri kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.....	31
7. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	32

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Kerangka Konseptual .....	16
2. Posisi start lari 50 meter .....	21
3. Sikap Permulaan gantung angkat tubuh putra .....	21
4. Sikap dagu menyentuh atau melewati palang tunggal .....	22
5. Sikap permulaan gantung siku tekuk .....	23
6. Sikap gantung siku tekuk .....	23
7. Sikap permulaan baring duduk .....	24
8. Gerakan baring menuju sikap duduk .....	25
9. Gerakan sikap duduk dengan kedua siku menyentuh paha .....	25
10. Posisi start lari 1000 meter dan 800 meter .....	27
11. Histogram Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Putra kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	30
12. Histogram Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Putri kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	32
13. Histogram Hasil Tes Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	33

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Kesegaran Jasmani Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	38
2. Data Kesegaran Jasmani Siswa Putri Kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok .....	39
3. Dokumentasi penelitian .....	40

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perkembangan zaman yang semakin maju pasti membawa dampak dalam kehidupan seseorang. Namun di zaman modern yang serba canggih ini membuat manusia semakin enggan mengerjakan tubuhnya, dalam kehidupan sehari-hari manusia telah dipermudah dengan alat bantu yang diciptakannya. Hal ini mengakibatkan manusia menderita disfungsi alat gerak tubuh (hipo kinetic) sehingga organ-organ tubuh mengalami kemunduran. .

Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani disekolah adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Oleh karena itu, pendidikan jasmani adalah satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemampuan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respon yang berkaitan langsung dengan mental, emosional, dan social.

Olahraga adalah acara pertandingan berbentuk aktivitas fisik berazaskan pergerakan-pergerakan semula, seperti lari dan lompat.pembinaan dan pengembangan keolahragaan sebagaimana yang telah di nyatakan dalam UUD RI No 3 tahun 2005 tentang system keolahragaan nasiolanal “bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang mampu menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global”.Berdasarkan Undang-Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional

Maka untuk tujuan kesehatan dan kebugaran jasmani olahraga yang di lakukan adalah kegiatan olahraga untuk kebugaran atau kesegaran jasmani. Begitu juga halnya dengan olahraga pendidikan sebagaimana yang dilakukan di sekolah-sekolah dan perguruan tinggi yang memiliki Fakultas Ilmu Keolahragaan baik dalam kegiatan Intrakurikuler maupun ekstrakurikuler, olahraga rekreasi atau olahraga waktu senggang, olahraga rehabilitas dan lain sebagainya. Olahraga dapat berjalan dengan lancar apabila di dukung oleh sarana dan prasarana yang memadai.

Menurut Depdiknas (2006: 131) dalam Yulifri dan Rezli Oktaviani (2017: 3) Pendidikan jasmani merupakan suatu mata pelajaran yang di berikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktifitas jasmani yang untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar di atur dengan seksama untuk meningkatkan

pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Sedangkan menurut Engkos Kosasih dalam Yulifri dan Rezli Oktaviani (2017:3) juga mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia yang berupa sikap tindak dan karya untuk diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan keperibadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. Dikemukakan juga di dalam Depdiknas (2003:6) pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perceptual, kognitif, social, dan emosional.

Dari uraian di atas, dapat saya simpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik (sikap, mental, emosional, spiritual, social) dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang dalam rangka sistem pendidikan nasional.

Kebugaran jasmani yang baik akan sangat membantu siswa dalam menjalani aktivitas sehari-hari baik di sekolah maupun kegiatan lainnya. Siswa tidak akan mudah mengantuk, lesu, dan lemas jika memiliki kebugaran jasmani yang baik (tinggi) serta siswa tidak mudah lelah dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kenyataannya yang terjadi teridentifikasi masih ada beberapa siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok yang mudah mengalami kelelahan ketika mengikuti pembelajaran penjasorkes di sekolah.

Perkembangan ilmu pembelajaran pendidikan jasmani yang selalu berkembang diharapkan guru selalu belajar menambah ilmu yang baru. Selama ini model pembelajaran penjasorkes di sekolah selalu berorientasi pada prestasi itu sudah mulai digantikan dengan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani melalui permainan. Seorang guru segera merubah paradigma pembelajaran prestasi dengan pembelajaran model peningkatan kebugaran jasmani.

Keterbatasan fasilitas selalu menjadi kendala pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Seorang guru sebaiknya tidak terpaku pada fasilitas yang ada untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Seorang guru sebaiknya memodifikasi alat yang ada agar perkembangan kebugaran jasmani siswa di sekolah tetap tercapai.

Penulis merasa tertarik untuk mengetahui dan mengadakan penelitian mengenai kategori kebugaran jasmani siswa di SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok. Sampai saat ini tingkat kebugaran jasmani siswa belum diketahui karena selama ini SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok belum pernah diadakan tes kebugaran jasmani terhadap peserta didik. Penulis merasa tertarik untuk mengetahui dan mengadakan penelitian mengenai kategori kebugaran jasmani siswa di SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor masalah sebagai berikut :

1. Keberadaan lingkungan
2. Keadaan sosial ekonomi
3. Aktifitas gerak siswa
4. Status gizi
5. Kebiasaan berolahraga
6. Tingkat kebugaran jasmani

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi yang telah dikemukakan di atas, dan keterbatasan waktu, tenaga maka penelitian ini hanya membatasi dengan Tingkat Kebugaran Jasmani siswa SMPN 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimanakah tingkat kebugaran jasmani siswa SMPN 2 Gunung Talang Kabupaten Solok ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan pembatasan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan informasi mengenai Tingkat Kebugaran Jasmani siswa SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok.

### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini dapat penulis jelaskan diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Penulis, sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan jasmani, olahraga dan rekreasi (S1) jurusan pendidikan olahraga di FIK UNP.

2. Bagi Guru, sebagai bahan untuk mengembangkan anak didiknya menuju manusia yang bugar dan sehat.
3. Bagi Perpustakaan, sebagai referensi di perpustakaan FIK UNP.
4. Bagi Siswa, sebagai bahan informasi untuk meningkatkan kebugaran jasmaninya.
5. Bagi jurusan Pendidikan Olahraga, sebagai arsip perpustakaan sebagai acuan bagi mahasiswa untuk penelitian selanjutnya.

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Tinjauan kebugaran jasmani siswa di SMA negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok dapat diambil kesimpulan bahwa kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Gunung Talang Kabupaten Solok berada pada kategori sedang.

### **B. Saran**

Dari kesimpulan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan menjadi masukan yang membangun bagi pihak sekolah, diantaranya

1. Kepala sekolah agar dapat melengkapi fasilitas atau sarana dan prasaran yang dapat menunjang dalam usaha meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
2. Kepada guru PJOK untuk menciptakan pembelajaran dalam bentuk permainan yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa.
3. Kepada orang tua siswa agar memperhatikan kebiasaan siswa dirumah mulai dari pola makan sampai kebiasaan tidur siswa yang sampai larut malam karena pola siswa yang sering begadang dapat menurunkan tingkat kebugaran jasmani siswa.
4. Kepada Dinas Kesehatan setempat agar selalu memperhatikan keadaan siswa disekolah – sekolah dan dapat mensosialisasikan tentang manfaat kebugaran jasmani bagi tubuh.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apri Agus. (2012). *Olahraga Kebugaran Jasmani*. Sukabina Press
- Arsil. (2017). *Evaluasi pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Wineka Media
- Depdiknas. 2003. Undang-undang RI No. 20 tahun 2003 Tentang System Pendidikan Nasional
- Deswandi dkk (2014). *Teori dan Praktik Kesegaran Jasmani*. Padang. FIK UNP
- Giri Wiarto. (2013). *Fisiologi Dan Olahraga*. Graha Ilmu
- Kementrian Pendidikan Nasional Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani. (2010). *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia*. Jakarta Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Tahun 2010
- Nurhasan. 2005. Aktifitas Kebugaran. Jakarta: Depdiknas
- Ridwan, M., Lisnawati, N., & Enginelina, E (2017) *Hubungan Antara Asupan Energy Dan Aktifitas Fisik Dengan Kebugaran Jasmani*. Journal of holistic and health science, 1(1),73-85
- Syafruddin. (2016). *Perangkat Pembelajaran Ilmu Melatih Dasar*. Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNP
- Sepriadi. 2017. *Pengaruh Motivasi Berolahraga dan Status Gizi Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani*. Jurnal Penjakora Volume 4. Halaman 77-89.
- Sepriadi, sefri hardiansyah and hilmainur syampurma “ perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi” media ilmu keolahrgaan Indonesia 7.1 (2017): 24-34
- Sugiono. (2012). *Metode Peneltian Administrasi*. Alfabeta Bandung
- Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003
- Yulifri. (2017). *Sarana & Prasarana Penjas*. Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNP
- Undang-undang Republik indonesia.2005.*Tentang Sistim Keolahrgaan Nasional*