



JOKER (JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN)

Volume 4 No. 3 Desember 2023

e-ISSN: 2723-584X

PENGARUH SUMBER DAYA MANUSIA DAN FASILITAS OLAHRAGA TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DI SMA

Tiara Aulia Octova¹, Carsiwan², Burhan Hambali³

¹Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: tiaraaulia04@upi.edu

²Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Dosen Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: carsiwan@upi.edu

³Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan/Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi/Dosen Universitas Pendidikan Indonesia.

Email: burhanhambali@upi.edu

ABSTRACT

The aim of this research is to determine whether or not there is an influence of human resources and sports facilities on the physical fitness of high school students. The population taken in this research were students from 9 high schools consisting of Bandung City, Bandung Regency and West Bandung Regency, totaling 14,225 and the sample used in this research was 200 samples, the sampling technique used was Purposive Random Sampling which means taking randomly. random sample from members of the population. The method used in this research is quantitative using a multiple linear regression approach. The instruments used were interviews and surveys, to determine the level of physical fitness of students using a bleep test, and to find out how much influence human resources and sports facilities have on physical fitness students is to use a questionnaire. The results of the research show that there is an influence of Human Resources and Sports Facilities on Physical Fitness in High School, this is proven by the calculation results of the T count being greater than the T table with the conclusion that the T count is 2.487 which is greater than the T table of 1.97 and seen from the value The calculated F table shows that the calculated F is 8.504 which is greater than the F table value of 3.04.

Keywords: Human Resources; Sports Facilities; Physical Fitness.

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap kebugaran jasmani siswa di SMA. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa dari 9 sekolah SMA yang terdiri dari Kota Bandung, Kabupaten Bandung, dan Kabupaten Bandung Barat yang berjumlah 14.225 dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini sejumlah 200 sampel, teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah Purposive Random Sampling yang berarti pengambilan sampel secara acak dari anggota populai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan regresi linear

berganda. Instrumen yang digunakan adalah dengan cara wawancara dan survey, untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dengan menggunakan bleep test, dan untuk mengetahui seberapa pengaruh sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap kebugaran jasmani siswa adalah dengan menggunakan kuesioner. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari Sumber Daya Manusia dan Fasilitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani di SMA ini dibuktikan dengan hasil perhitungan T Hitung lebih besar daripada T tabel dengan kesimpulan T hitung 2,487 lebih besar dari T tabel sebesar 1,97 dan dilihat dari nilai perhitungan F tabel bahwa F hitung sebesar 8,504 itu lebih besar dibanding dengan nilai F tabel sebesar 3,04.

Kata Kunci: *Sumber Daya Manusia, Fasilitas olahraga, Kebugaran Jasmani.*

PENDAHULUAN

Semua orang di dunia ini tentu ingin memiliki kebugaran yang baik. Kebugaran jasmani didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk melakukan kerja sehari-hari secara efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti sehingga masih dapat menikmati waktu luangnya (Kushartanti, 2013). Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa orang bugar sudah pasti sehat, namun orang sehat belum tentu bugar. Seringkali, kebugaran jasmani pada anak dan remaja sering terabaikan (Keolahragaan et al., 2022) Meskipun kebugaran jasmani tersebut memiliki manfaat yang besar dalam mendukung kemampuan fisik anak dan pada akhirnya diharapkan dapat meningkatkan prestasinya. Kebugaran kardiovaskular yang baik akan meningkatkan kemampuan anak untuk bekerja dengan intensitas yang lebih tinggi dan untuk jangka waktu yang lebih lama tanpa merasa lelah. Kebugaran otot akan memungkinkan anak untuk membangun ketahanan otot yang lebih besar, sehingga mereka dapat belajar dan bermain dalam waktu yang lebih lama. Makin tinggi kemampuan fisik seseorang maka produktivitas orang tersebut makin tinggi (Alamsyah et al., 2017).

Pada dasarnya kebugaran jasmani dipengaruhi oleh dua faktor utama yang terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang sudah melekat dan menetap pada seorang individu, seperti faktor genetik, usia, maupun

jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal ini merupakan faktor yang terdapat atau diperoleh dari luar seperti latihan, aktivitas fisik, gaya hidup, status gizi, dll (Zainul, 2018).

Pada dasarnya hal yang paling berperan penting untuk mencapai suatu tujuan yang maksimal adalah dengan memulai dari hal yang paling menunjang untuk tercapainya suatu tujuan tersebut, yaitu sumber daya manusia (SDM). Sumber daya manusia yang berkualitas tinggi sangat penting untuk meningkatkan dan mempertahankan kebugaran fisik, serta untuk menciptakan lingkungan Pendidikan yang ideal di sekolah menengah atas. Sangat penting untuk memahami hubungan antara kebugaran jasmani dan sumber daya manusia di SMA karena kebugaran jasmani siswa berdampak langsung pada prestasi akademik, partisipasi dalam kegiatan dan kesejahteraan mereka mencakup keseluruhan. Sebagai guru dan pelatih adalah bagian dari sumber daya manusia (SDM) di SMA yang dapat memberikan pengarahan, bimbingan serta panduan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa (Bahtiar et al., 2017).

Sumber daya manusia adalah potensi manusiawi sebagai penggerak untuk mewujudkan eksistensi, dalam pengertian lain sumber daya manusia adalah potensi yang merupakan aset dan berfungsi sebagai yang dapat mewujudkan potensi nyata (Andriansyah, 2020). Dengan adanya SDM yang berkompeten dan berpengalaman siswa dapat mempelajari teknik dengan benar sehingga siswa dapat melakukan latihan dan

pembelajaran pendidikan jasmani dengan tepat sehingga memperoleh pemahaman tentang kebugaran jasmani. Menurut (Sulistiono, 2014) kebugaran jasmani merupakan ukuran potensi kemampuan manusia yang sangat berperan dalam menunjang aktivitas fisik antara lain potensi prestasi olahraga dan potensi prestasi belajar.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani siswa di sekolah adalah tersedianya fasilitas olahraga yang layak untuk membangun serta meningkatkan kebugaran jasmani di SMA. Ketersediaan fasilitas yang memadai Pendidikan jasmani memerlukan sarana media pembelajaran, alat dan perlengkapannya. Alat dan media yang sesuai dengan kebutuhan dengan karakteristik anak didik akan mengembangkan potensi serta keterampilannya secara optimal (Pendidikan & Sekolah, 2019). Fasilitas olahraga yang memadai dan berkualitas baik di SMA dapat menunjang kebugaran jasmani siswa. Fasilitas seperti lapangan yang sesuai untuk melakukan latihan fisik akan mempengaruhi hasil dari kualitas. Dengan adanya fasilitas olahraga yang memadai, siswa akan terlibat dalam berbagai jenis aktivitas fisik dan memiliki akses yang mudah untuk melakukan latihan fisik.

Dalam kenyataan yang terjadi di lapangan masih banyak siswa yang tidak mencapai kebugaran jasmani yang baik. Hal ini karena kurangnya sumber daya manusia SDM yang berkompeten serta fasilitas olahraga yang kurang memadai. Kurangnya sumber daya manusia yang berkompeten dan kurangnya fasilitas olahraga yang baik dapat menyebabkan kurangnya keinginan siswa dalam proses latihan untuk meningkatkan daya tahan (Prabowo et al., 2022). Tetapi jika sumber daya manusia seperti guru atau pelatih yang berkompeten dan fasilitas olahraga yang memadai maka dapat dipastikan bahwa kebugaran jasmani siswa akan baik

Berdasarkan adanya permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui lebih jauh tentang kebugaran jasmani (Pengaruh Sumber Daya Manusia dan Fasilitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani di SMA).

METODE PENELITIAN

Berdasarkan permasalahan dan tujuan penelitian, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan regresi linear berganda yang melihat kausalitas dimensi Pengaruh Sumber Daya Manusia (X1) dan Fasilitas Olahraga (X2) Terhadap Kebugaran Jasmani (Y). Konsep penelitian ini membuktikan terdapat atau tidak terdapat pengaruh antara variabel X1 dan X2 terhadap Y.

Penelitian ini dilakukan di 9 SMA di 3 kabupaten/kota, waktu penelitian dilaksanakan pada 5 Mei 2023 dilaksanakan selama satu hari. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa sekolah menengah atas di Kota Bandung, Kabupaten Bandung Kabupaten Bandung Barat. Teknik pengambilan sampel adalah dengan teknik *Purposive Random Sampling* yang berarti pengambilan sampel secara acak dari anggota populasi. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 14.225 dari 9 sekolah menengah atas di Kota Bandung, Kabupaten Bandung dan Kabupaten Bandung Barat, peneliti mengambil sampel dari jumlah populasi adalah 200 sampel. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui sumber daya manusia dan fasilitas olahraga adalah dengan cara wawancara dan survey, untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani siswa dengan menggunakan *bleep test* yaitu merupakan salah satu tes untuk mengukur kekuatan aerobik maksimal atau *VO2max* (Maulidina, 2019) dan untuk mengetahui seberapa pengaruh sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap kebugaran jasmani siswa adalah menggunakan

kuesioner dengan menggunakan teknik analisis data deskriptif.

HASIL PENELITIAN

Pengaruh yang didapatkan dari kedua variabel yaitu Pengaruh Sumber Daya Manusia (X1) dan Fasilitas Olahraga (X2) Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani (Y) menunjukkan bahwa adanya pengaruh sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap tingkat kebugaran jasmani, ini dibuktikan dengan Hipotesis pertama bahwa sumber daya manusia dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani dengan menggunakan uji T yang digunakan untuk menguji hubungan kausalitas antara variabel (X1) dengan variabel (Y) termasuk dengan variabel (X2) dan (Y) yang artinya uji t ini adalah uji masing masing variabel dan untuk mengetahui kebenaran atau kepalsuan hipotesis mengenai pengaruh dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat sebagai berikut :



Tabel 1. Uji t variabel X1 dan X2 terhadap Y

Dari hasil analisis statistik bahwa T_{hitung} lebih besar daripada T_{tabel} dengan kesimpulan T_{hitung} 2,489 lebih besar dari T_{tabel} sebesar 1,97 dan asumsi diterima dengan melihat nilai signifikansi di (X1) 0,023 lebih kecil dari 0,05 dapat diasumsikan bahwa (X1) atau sumber daya manusia dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani.

Hipotesis kedua bahwa fasilitas dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani dapat dibuktikan bahwa H_a atau hipotesis diterima dikarenakan (X2) dengan T_{hitung} 2,462 lebih besar daripada nilai T_{tabel} 1,97 ini diasumsikan bahwa fasilitas olahraga dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani.

Dilihat dari nilai signifikansi dari variabel (Y) atau tingkat kebugaran jasmani bahwa signifikansinya dilihat dari tabel koefisien menunjukkan bahwa (X2) Fasilitas Olah raga sebesar 0,024 lebih kecil dari 0,05 dapat diasumsikan bahwa fasilitas olahraga dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani.

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh dari faktor (X1) dan (X2) secara bersama sama atau simultan terhadap (Y) .Berikut adalah tabel hasil dari uji f yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antar variabel secara simultan :

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	425.230	2	212.615	8.504	.003 ^b
	Residual	450.009	18	25.000		
	Total	875.238	20			
a. Dependent Variable: Tingkat Kebugaran Jasmani (Y)						
b. Predictors: (Constant), Fasilitas Olah Raga (X2), Sumber Daya Mnesia (X1)						

Tabel 2. Hasil uji f variabel X1 dan X2 secara simultan terhadap Y



Tabel 3. Diagram uji f variabel X1 dan X2 terhadap Y

Dilihat dari nilai hasil perhitungan F_{tabel} menunjukkan bahwa F_{hitung} sebesar 8,504 lebih besar dibanding dengan nilai F_{tabel} sebesar 3,04. Hal ini dapat diasumsikan bahwa variabel (X1) sumber daya manusia dan variabel (X2) fasilitas olahraga dapat berpengaruh secara simultan terhadap variabel (Y) kebugaran jasmani.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa adanya pengaruh dari sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap kebugaran jasmani di SMA.

Berdasarkan hasil tersebut, temuan dalam penelitian ini adalah bahwa sumber daya manusia dan fasilitas olahraga memainkan peran penting dalam mempengaruhi tingkat kebugaran jasmani remaja di sekolah tingkat SMA. Sumber daya manusia dalam hal ini adalah guru, khususnya guru olahraga dan seluruh warga sekolah yang terlibat aktif dalam mendorong kegiatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani seperti olahraga senam Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Lembaga Pendidikan harus ditekankan pada olahraga kesehatan dan

latihan jasmani untuk meningkatkan derajat sehat dinamis dan kemampuan motorik dan koordinasi yang lebih baik. Materi pembelajaran olahraga merupakan faktor utama yang mempengaruhi kebugaran jasmani (Bangun, 2016). Dengan adanya pelajaran olahraga di sekolah, setidaknya para siswa sudah melakukan olahraga satu minggu sekali.

Kualitas pengajaran dan bimbingan dari guru atau pelatih olahraga dapat mempengaruhi motivasi dan keterampilan siswa dalam berolahraga. Guru yang terlatih dengan baik dapat memberikan program olahraga yang sesuai dengan kebutuhan dan minat siswa, sehingga meningkatkan partisipasi dan hasil kebugaran jasmani. Hal ini karena Pendidikan jasmani akan sangat melengkapi tercapainya tujuan pendidikan secara keseluruhan, karena

guru pendidikan jasmani diharapkan mampu melakukan berbagai pengembangan strategi pembelajaran. Pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung di luar kelas sehingga tidak hanya dibatasi oleh dinding tembok hanya membatasi gerak peserta didik dalam mengekspresikan potensi dan bakat gerak yang dimiliki.

Ketersediaan fasilitas olahraga yang baik dan sesuai standar, seperti lapangan olahraga, lapangan lari, gymnasium, atau kolam renang, dapat memengaruhi kemudahan siswa untuk berolahraga dan melakukan berbagai jenis aktivitas fisik (Purnama, 2017). Adanya variasi fasilitas olahraga yang memadai dapat memungkinkan siswa untuk melakukan berbagai jenis olahraga dan aktivitas fisik sesuai minat dan kebutuhan mereka, sehingga meningkatkan kebugaran jasmani secara holistik.

Fasilitas olahraga yang memadai mendorong motivasi olahraga pada siswa SMA sehingga sangat mempengaruhi kebugaran jasmani para siswa. Fasilitas olahraga yang baik dan memadai dapat menjadi salah satu faktor yang meningkatkan motivasi siswa untuk berolahraga (Saleh & Ramdhani, 2020).

Jika sekolah memiliki fasilitas olahraga yang lengkap dan memadai, seperti lapangan yang baik, ruang gym yang terawat, atau kolam renang, maka siswa akan lebih termotivasi untuk menggunakan fasilitas tersebut. Ketersediaan fasilitas yang baik dapat membuat siswa merasa lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur. Fasilitas yang baik dan terawat dapat membuat siswa merasa lebih nyaman dan aman saat berolahraga. Sebaliknya, fasilitas yang kurang terawat atau kurang memadai dapat membuat siswa kehilangan minat dalam berolahraga.

Fasilitas olahraga yang beragam juga dapat meningkatkan motivasi siswa. Ketika siswa memiliki akses ke berbagai jenis olahraga atau kegiatan fisik, mereka dapat menemukan aktivitas yang sesuai dengan minat dan bakat mereka. Hal ini dapat membuat mereka lebih termotivasi untuk terlibat dalam kegiatan olahraga. Fasilitas olahraga yang baik juga dapat menciptakan lingkungan yang mendukung untuk berolahraga. Menurut (Irwandi, 2015) peranan sarana dan prasarana yang berfungsi sebagai alat bantu untuk menunjang ketercapaian suatu tujuan misalnya, jika sekolah memiliki lapangan yang luas dan hijau, siswa mungkin lebih termotivasi untuk berolahraga di luar ruangan karena lingkungan tersebut

memberikan suasana yang menyenangkan dan menyegarkan.

Dampak positif yang lebih luas dari adanya fasilitas olahraga yang baik juga dapat menciptakan kesempatan untuk interaksi sosial yang positif. Ketika siswa dapat berolahraga bersama teman-teman mereka dalam lingkungan yang menyenangkan, hal ini dapat meningkatkan motivasi mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga.

Dengan memiliki sumber daya manusia yang berkualitas dan fasilitas olahraga yang memadai, sekolah tingkat SMA dapat menciptakan lingkungan yang mendukung untuk meningkatkan tingkat kebugaran jasmani remaja. Hal ini dapat berdampak positif pada kesehatan fisik dan mental siswa serta mempersiapkan mereka untuk gaya hidup yang sehat di masa depan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian perhitungan dan analisis data dari hasil pengukuran, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari sumber daya manusia dan fasilitas olahraga terhadap kebugaran jasmani di SMA. Fasilitas olahraga dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani. Kemudian hasil penelitian ini bisa dikatakan bahwa sumber daya manusia dan fasilitas olahraga dapat berpengaruh terhadap tingkat kebugaran jasmani. Artinya dengan kualitas sumber daya manusia yang baik dan fasilitas olahraga yang memadai dapat berpengaruh baik terhadap kebugaran jasmani di SMA.

SARAN

Hasil Dari pembahasan yang sudah disimpulkan maka saran yang tepat adalah perlunya kedisiplinan dalam diri siswa melalui peraturan disekolah melalui program pembiasaan untuk meningkatkan sumber daya manusia dan perlunya sarana prasarana yang mendukung kebutuhan siswa disekolah yang berkaitan dengan kebugaran jasmani.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur dan terimakasih kepada Allah SWT yang telah

memberikan kelancaran dan kemudahan untuk penulis dalam menyelesaikan penelitian ini. Ucapan terimakasih kepada Dr.H.Carsiwan, M.pd. selaku dosen pembimbing I dan Burhan Hambali, M.Pd. selaku dosen pembimbing II. Ucapan terimakasih kepada kedua orang tua penulis yaitu ayahanda Tomi Sudrajat dan ibunda Imas Kodariah yang telah memberi dukungan dan doa yang tidak pernah terputus untuk keberhasilan penelitian ini, dan tidak lupa ucapan kepada teman-teman yang telah membantu dalam kesuksesan penelitian ini. Semoga kebaikan kalian mendapat balasan daei Allah SW, aamiin.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D. A. N., Hestningsih, R., & Saraswati, L. D. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kebugaran jasmani pada remaja siswa kelas xi smk negeri 11 semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(3), 77–86.
- Andriansyah. (2020). Manajemen Sumber Daya Manusia Keolahragaan dan Tingkat Kebugaran Jasmani Berbasis Indeks Pembangunan Olahraga di Kabupaten Indragiri Hilir Provinsi Riau. *Jurnal Olahraga Indragiri (JOI)*, 6(1), 11–29.
- Bahtiar, M., Djalal, D., & Suwardi, S. (2017). Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Prestasi Kerja Pegawai Negeri Sipil TNI AU Pada MAKOOPSAU II Makassar. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 1(1), 12.
<https://doi.org/10.26858/sportive.v1i1.5241>
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3).
<https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Irwandi. (2015). Peranan Sarana dan Prasarana Terhadap Motivasi Belajar pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMA Negeri 3 Banda Aceh. *Jurnal Penjaskesrek*, 2(2), 51–61.
- Keolahragaan, J. I., Sepak, A., Fc, B., & Kabupaten, L. (2022). *JOKER*. 3(1), 19–24.
- Kushartanti, W. (2013). Kebugaran Jasmani Dan Produktivitas Kerja. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 19(4), 231–235.
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/131405898/pengabdian/KEBUGARAN+JASMANI+DAN+PRODUKTIVITAS+KERJA.pdf>
- Maulidina, H. (2019). No Title. *ペインクリニック学会治療指針 2*, 2, 1–13.
- Pendidikan, J., & Sekolah, G. (2019). *diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar*.
- Prabowo, A., Raibowo, S., eko nopiyanto, Y., & restu illahi, B. (2022). Pengaruh Hemoglobin dan Motivasi terhadap Kebugaran Jasmani Siswa SMK 5 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(1), 212–222.
- Purnama, S. (2017). Pengaruh Manajemen Fasilitas Olahraga dan Layanan Guru terhadap Efektivitas Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan (Studi Pada Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Tasikmalaya). *Jurnal Sport Area*, 2(2), 105–114.
- Saleh, M. S., & Ramdhani, S. (2020). Survei Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP PGRI Barembeng Kabupaten Gowa. *Journal Coaching Education Sports*, 1(1), 49–62.
<https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.86>
- Sulistiono, A. A. (2014). Kebugaran Jasmani Siswa Pendidikan Dasar dan Menengah di Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 20(2), 223–233.
<https://doi.org/10.24832/jpnk.v20i2.1>

40

Zainul, A. (2018). Vol. 1 No. 1 / April
2018 Al – Mudarris homepage:
[http://e-journal.staima-
alhikam.ac.id/index.php/al-mudarris/](http://e-journal.staima-
alhikam.ac.id/index.php/al-mudarris/).
Journal of Education, 1(1), 22–29.

Bahtiar, M., Djalal, D., & Suwardi, S.
(2017). Pengaruh Tingkat Kebugaran
Jasmani Terhadap Prestasi Kerja

Pegawai Negeri Sipil TNI AU Pada
MAKOOPSAU II Makassar.

*SPORTIVE: Journal Of Physical
Education, Sport and Recreation*,
1(1), 12.

[https://doi.org/10.26858/sportive.v1i1
.5241](https://doi.org/10.26858/sportive.v1i1
.5241)

Journal of Education, 1(1), 22–29.