



# Hasil Lompat Jauh (Tinjauan Dari Motivasi Belajar Dan Motor Ability)

**Sahabuddin**

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Makassar

[sahabuddin@unm.ac.id](mailto:sahabuddin@unm.ac.id)

---

## Article Info

### Article history:

Received Jun 12<sup>th</sup>, 201x

Revised Aug 20<sup>th</sup>, 201x

Accepted Aug 26<sup>th</sup>, 201x

### Keyword:

Long jump;

Motivation;

Study;

Motor Ability

### Kata Kunci:

Lompat Jauh;

Motivasi;

Belajar;

Motor Ability

---

## Abstract

*This research aims to obtain answers to problems regarding learning motivation and motor skills on students' long jump results. The population of this study were all students in class V UPT of SD Negeri Balang Boddong Makassar. The sample used was 15 people. The type of research used is descriptive research with a sampling technique using total quota sampling. The data analysis techniques used are descriptive tests, normality tests, and correlation tests using the SPSS 25.0 program at a significance level of  $\alpha = 0.05$ . The results of this study show that there is a significant correlation between motivation to learn long jump and long jump results, with a value of  $r = 0.88$  ( $\text{sig. } f = 0.00 < \text{from } \alpha = 0.05$ ), which means there is a significant correlation. For the results between motor skills and long jump results, the value obtained is  $r = 0.88$  ( $\text{sig. } f = 0.00 < \text{from } \alpha = 0.05$ ) which means there is a correlation. For the correlation coefficient value for learning motivation and motor skills on jumping results The student distance is  $R = 0.898$  with calculated  $f = 0.25$  ( $\text{sig. } = 0.00 < \alpha = 0.05$ ) which means that learning motivation and motor skills with long jump results are categorized as perfectly correlated.*

---

## Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh jawaban atas permasalahan tentang motivasi belajar dan kemampuan motorik terhadap hasil lompat jauh murid. Populasi penelitian ini adalah seluruh murid kelas V UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan Tehnik pengambilan sampel dengan total quota sampling. Teknik analisis data yang di gunakan adalah uji deskriptif, uji normalitas, dan uji korelasi Melalui program SPSS 25,0 pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya korelasi yang signifikan antara motivasi belajar lompat jauh dengan hasil lompat jauh diperoleh nilai  $r = 0,88$  ( $\text{sig. } f = 0,00 < \text{dari } \alpha = 0,05$ ) Yang artinya memiliki korelasi signifikan. Untuk hasil antara kemampuan motorik dengan hasil lompat jauh diperoleh nilai  $r = 0,88$  ( $\text{sig. } f = 0,00 < \text{dari } \alpha = 0,05$ ) Yang artinya memiliki korelasi. Untuk Nilai koefisien korelasi untuk motivasi belajar dan kemampuan motorik terhadap hasil lompat jauh murid yaitu  $R = 0,898$  dengan  $f$  hitung =  $0,25$  ( $\text{sig.} = 0,00 < \alpha = 0,05$ ) yang artinya motivasi belajar dan kemampuan motorik dengan hasil lompat jauh di kategorikan berkorelasi sempurna.*



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2021 by author.

## Introduction

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga Sesuai dengan tujuan belajar ialah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat pada masing-masing individu, melalui proses belajar tersebut pendidikan jasmani ingin mewujudkan sumbangannya terhadap perkembangan siswa yang bersifat menyeluruh.

Salah satu upaya pembangunan di bidang pendidikan adalah mewujudkan manusia Indonesia yang sehat, kuat, dan bermoral melalui pendidikan jasmani (Taqwim et al., 2020), pendidikan jasmani di arahkan guna membentuk jasmani yang sehat dan mental yang baik, agar dapat menghasilkan generasi muda yang baik, bertanggung jawab, disiplin, berkepribadian, kuat jiwa raga serta berkesadaran nasional. Untuk mencapai tujuan maka disusunlah suatu kurikulum yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa dalam berolahraga yaitu bagaimana mengaktifkan siswa dalam pelajaran pendidikan jasmani di sekolah guna membentuk badan sehat kuat dan terampil (Utami et al., 2022).

Berhasil tidaknya proses mengajar pendidikan jasmani di sekolah sesuai dengan tujuan yang diharapkan (Sahabuddin et al., 2022) ditentukan oleh banyak faktor baik dari internal maupun eksternal (Prasetyo et al., 2019). Faktor internal yang berasal dari diri murid yang mempengaruhi keberhasilan dalam belajar (Herlina & Suherman, 2020), di antaranya yaitu kondisi fisiologis, kondisi psikologis, kecerdasan dan kematangan, sedangkan faktor eksternal yaitu berasal dari luar diri murid diantaranya yaitu lingkungan alam dan lingkungan sosial yang meliputi keluarga, masyarakat dan sekolah (Taufan et al., 2018).

Secara teoritis motivasi merupakan salah satu aspek-aspek kejiwaan yang sangat dominan mempengaruhi aktifitas seseorang, oleh karena itu motivasi turut pula berpengaruh terhadap hidup dan kehidupan seseorang (Hermawan & Nugroho, 2023). Motivasi belajar adalah dorongan yang timbul dari dalam diri siswa (intrinsik) dan dari luar diri siswa (ekstrinsik) untuk melakukan sesuatu. Motivasi belajar Menurut Djamarah (2008), motivasi yang berasal dari dalam diri pribadi seseorang disebut "motivasi intrinsik", yaitu motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar. Menurut Oemar Hamalik (2011), "Motivasi adalah suatu perubahan energi dalam diri (pribadi) seseorang yang ditandai dengan timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan." Menurut Oemar Hamalik (2011) "tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar. Motivasi intrinsik meliputi hasrat dan keinginan untuk berhasil, dorongan kebutuhan untuk belajar, dan harapan akan cita-cita siswa. Sedangkan motivasi ekstrinsik yang meliputi adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, kegiatan belajar yang menarik, dan adanya upaya guru dalam membelajarkan siswa (Hidayat & Hambali, 2019). Hal ini dikarenakan di dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sedangkan motivasi yang berasal dari luar diri seseorang disebut "motivasi ekstrinsik, yaitu motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar (Hardiyanti, 2019). Motivasi mendorong seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang ingin dicapainya. Motivasi sangat penting, motivasi merupakan konsep yang menjelaskan alasan seseorang berperilaku dan menentukan tingkat berhasil atau gagalnya kegiatan belajar siswa (Meliani, 2020). Dengan adanya motivasi yang tinggi maka tidak menutup kemungkinan hasil belajar pendidikan jasmani siswa juga tergolong tinggi (Bambang et al., 2021). Oleh karena itu motivasi sangat penting dalam hal belajar, tanpa motivasi individu tidak akan terdorong untuk melakukan aktivitas belajar (Nababan et al., 2021). Motivasi belajar penting kiranya untuk diketahui oleh para pendidik dalam hal meningkatkan motivasi siswa. Siswa yang memiliki motivasi belajar akan lebih bersemangat dalam belajar dan diharapkan siswa dapat berhasil dan berprestasi dalam belajar (Pangestu et al., 2021).

Motor ability adalah sesuatu yang esensial dalam kehidupan setiap orang. Gerak itu ibarat pupuk bagi kesuburan pertumbuhan dan perkembangan anak (Aryanti, 2019). Motor ability sangat perlu dibicarakan dalam kepelatihan sebab motor ability merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan pengembangannya diharapkan akan terbentuknya penguasaan ketrampilan motorik untuk cabang olahraga (Sudirman, 2019). Motorik kasar diperlukan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berlari, melompat dan melempar. Masa motor ability anak terkait erat dengan aktivitas yang dilakukan anak. Anak yang banyak melakukan aktivitas fisik, motor ability kasarnya akan berkembang dengan baik, pertumbuhan anak juga akan optimal. Motorik kasar melibatkan otot-otot besar anak yang

bekerja, seperti saat anak sedang berjalan, berjinjit, melompat, dan berlari (Sahabuddin, Hakim, & Syahrudin, 2020).

Motor ability merupakan bagian dari ranah psikomotorik, dan pengembangannya diharapkan akan terbentuknya penguasaan keterampilan motorik untuk cabang olahraga. Menurut Sukintaka (2001), motor ability merupakan hasil gerak individu dalam melakukan gerak, baik gerak yang bukan gerak olahraga maupun gerak dalam olahraga atau kematangan penampilan keterampilan motorik (Lesmana, 2018). Kemampuan gerak didefinisikan sebagai kemampuan luar dan dalam untuk membentuk keterampilan gerak umum atau dasar, khususnya olahraga tingkat tinggi atau teknik-teknik senam (Sahabuddin, Hakim, & Bismar, 2020). Gerak dasar manusia adalah jalan, lari, lompat dan lempar. Kemudian komponen-komponen gerak dasar sendiri menurut M. Furqon. H (2020) meliputi: kemampuan gerak lokomotor (gerak), stabilitas dan gerak manipulasi. Gerak stabilitas adalah gerakan yang dilakukan di tempat, tidak ada perubahan dari satu titik ke titik lain (Shakty, 2019). Gerakan-gerakan stabilitas adalah gerakan yang dilakukan oleh tubuh tanpa ada perubahan tempat. Gerakan-gerakan stabilitas seperti membungkuk, memutar, mengayun dan jenis-jenis gerakan lainnya yang tidak merubah posisi tubuh pada saat melakukan gerakan (Syiroj et al., 2017). Locomotor diartikan sebagai gerak berpindah tempat. Hal ini artinya, gerak lokomotor merupakan jenis gerakan yang ditandai dengan pergerakan seluruh tubuh dan anggota badan, dalam proses perpindahan tempat atau titik berat badan dari suatu bidang titik tumpu ke bidang tumpu lainnya (Pratama, 2017). Gerakan-gerakan lokomotor ini seperti berjalan, berlari, melompat, melayang dan jenis gerakan lainnya yang tandai dengan perubahan tempat. Gerakan manipulatif merupakan jenis gerakan yang membutuhkan koordinasi yang cukup baik. Hal ini karena, dalam gerakan manipulatif melibatkan beberapa unsur gerak yang harus dikoordinasikan menjadi satu pola gerakan yang baik dan harmonis (Mahardika, 2016). Jenis-jenis gerakan yang termasuk dalam gerakan manipulatif seperti melempar, menangkap, menendang dan gerak-gerakan lainnya yang dalam pelaksanaannya membutuhkan koordinasi yang baik. Motor ability mempunyai pengertian yang sama dengan kemampuan gerak dasar, yang merupakan gambaran umum dari kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas (Rustiawan & Rohendi, 2021). Motor ability merupakan suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan ketrampilan gerak yang lebih kompleks. Motor ability merupakan suatu kemampuan umum seseorang yang berkaitan dengan penampilan berbagai ketrampilan atau tugas gerak. Motor ability adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang di pelajarnya, sehingga nantinya memberikan dampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut. Motor ability lebih tepat merupakan kapasitas dari seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu keterampilan yang relatif melekat setelah anak-anak. Faktor biologis dianggap sebagai kekuatan utama yang berpengaruh terhadap motorik dasar seseorang. Motorik dasar itulah yang kemudian berperan sebagai landasan bagi perkembangan keterampilan (Ulfah et al., 2021).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa motor ability adalah sesuatu kemampuan yang diperoleh dari keterampilan gerak umum yang mendasari tingkat penampilan yang baik atau tingkat kemampuan gerak (motor ability) akan mencerminkan kemampuan gerak seseorang dalam mempelajari suatu gerakan secara kualitas dan kuantitas yang baik (Sobarna et al., 2017). Berkembangnya motor ability sangat ditentukan oleh dua faktor, ialah faktor pertumbuhan dan faktor perkembangan (Rinaldi Sinulingga & Nova, 2018). Dari kedua faktor penentu harus didukung dengan berlatih yang sesuai dengan kematangan anak, dan gizi yang baik. Ada kemungkinan bahwa makin baiknya pertumbuhan, dan perkembangan akan berpengaruh terhadap motor ability seseorang.

Lompat jauh ialah bentuk gerakan melompat dan mengangkat kaki di atas-depan untuk membawa titik berat tubuh selama mungkin berada di udara (Widyanto et al., 2020),

dilakukan secara cepat dan dengan cara melakukan tolakan di satu kaki guna mencapai jarak sejauh-jauhnya (Kurniawan et al., 2021). Istilah lompat jauh dalam bahasa Inggris disebut Long Jump. Lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horizontal yang di buat dari ancang-ancang dengan gerak vertical yang di hasilkan dari kaki tumpu (M. Taufik SY, 2017), formulasi dari kaki kedua aspek tadi menghasilkan suatu gaya gerak parabola dari titik pusat gravitasi (Suharto, 2021). Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) (Wardani & Mahendra, 2017) yang di lakukan dengan cepat dengan jalan melakukan tolakan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh jauhnya (Barutu, 2021). Gerakan lompat jauh ialah salah satu pengembangan kemampuan daya gerak dari satu tempat sampai pada tempat lain. Pada lompat jauh juga ada 3 jenis gaya yakni: Lompat Jauh gaya Jongkok atau (tuck), lompat jauh gaya menggantung atau (hang style), serta lompat jauh gaya jalan di udara atau (walking in the air). Konsep dan juga gaya lompat jauh tersebut juga mengatur sikap badan ketika melayang di udara. Sehingga teknik lompat jauh kerap disebut dengan gaya lompat jauh (Danial et al., 2020).

Kenyataan yang ada, secara psikologis motivasi belajar pendidikan jasmani murid khususnya pada mata pelajaran lompat jauh di UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar selalu timbul tenggelam yang di sebabkan oleh unsur intrinsik dan ekstrinsik, adanya motivasi belajar ,murid akan mencapai hasil yang memuaskan bagi murid dan guru. Guru di harapkan dapat membantu murid dalam meminati mata pelajaran pendidikan jasmani dan melakukan pembelajaran dengan senang dan ceria. sama hal nya dengan motor ability murid , Motor ability adalah kualitas hasil gerak individu dalam melakukan gerak penunjang kegiatan berolahraga. Makin tinggi motor ability seseorang, maka dimungkinkan daya kerjanya akan menjadi lebih tinggi dan begitu juga sebaliknya.

## Method

Jenis penelitian ini adalah penelitian pendekatan deskriptif kuantitatif. Dua variabel yang akan dicari hubungannya tersebut masing-masing disebut variabel bebas 1 (motivasi belajar), variabel bebas 2 (motor ability) serta variabel terikat (hasil belajar lompat jauh). Penelitian ini merupakan penelitian *Kuantitatif* menggunakan desain penelitian *korelasi*. Populasi dalam penelitian ini adalah murid kelas V UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar. Teknik pengambilan sampel dengan cara total sampling (sampel jenuh) yaitu penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel yaitu sebanyak 15 orang murid kelas V UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar. Analisis deskriptif adalah analisis yang dilakukan untuk menilai karakteristik dari sebuah data. Karakteristik itu banyak sekali, antara lain: nilai Mean, Median, Sum, Variance, Standar error, standar error of mean, mode, range atau rentang, minimal, dan maksimal. Uji normalitas tidak lain sebenarnya adalah mrngadakan pengujian terhadap normal tidaknya sebaran data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan tergantung variable yang akan diolah. Pengujian normalitas data menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dengan bantuan SPSS jika nilai  $p >$  dari 0,05 maka data normal, akan tetapi sebaliknya jika hasil analisis menunjukkan nilai  $p <$  dari 0,05 maka data tidak normal. Uji hipotesis yang dilakukan yaitu korelasi ,merupakan salah satu teknik analisis dalam statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel yang bersifat kuantitatif. Hubungan dua variabel tersebut dapat terjadi karena adanya hubungan sebab akibat atau dapat pula terjadi karena kebetulan saja. Dua variabel dikatakan berkorelasi apabila perubahan pada variabel yang satu akan diikuti perubahan pada variabel yang lain secara teratur dengan arah yang sama (korelasi positif) atau berlawanan (korelasi negatif).

**Results and Discussions**

**Tabel 1.** Hasil analisis deskriptif data

Statistik	Motivasi	Motor ability	Hasil lompat jauh
N	15	15	15
Mximal	72	130	3,45
Minimum	56	68	2,26
Mean	64,27	100	2,94
Standar Deviasi	5,311	18,14	35,65
Varian	28,21	32,93	1,27

**Tabel 2.** Hasil uji normalitas data

Variabel	Probabilitas	$\alpha$	Keterangan
Motivasi belajar(x1)	0,163	0,05	Normal
Motor ability(x2)	0,84	0,05	Normal
Hasil lompat jauh(y)	0,11	0,05	Normal

**Tabel 3.** Hasil perhitungan pengujian signifikansi dan linearitas persamaan garis regresi

Variabel	F(Tc)	Sig	$\alpha = 5\%$
Motivasi belajar	Deviation from linearity 0,202	0,977	0,05
Hasil lompat jauh			

**Tabel 4.** Hasil pengujian korelasi antara motivasi belajar dan lompat jauh

Variabel	N	R	Pvalue	Keterangan
Motivasi belajar (X1)	15	0,88	0,00	Signifikan
Hasil lompat jauh				

**Tabel 5.** Hasil perhitungan pengujian signifikansi dan linearitas persamaan garis regresi

Variabel	F(Tc)	Sig	$\alpha = 5\%$
Motor ability	Deviation from linearity 0,711	0,741	0,05
Hasil lompat jauh			

**Tabel 6.** Hasil pengujian korelasi antara motivasi belajar dan lompat jauh

Variabel	N	R	P-value	Keterangan
Motor ability (X2)	15	0,88	0,00	Signifikan
Hasil lompat jauh (Y)				

**Tabel 7.** Hasil uji regresi antara hasil lompat jauh,motor ability dengan hasil lompat jauh.

Variabel	N	R	F	Sig
Motivasi belajar (X1)	15	0,848	17,39	0,000
Motor ability (X2)				
Hasil lompat jauh (Y)				

**Tabel 8.** Hasil uji korelasi antara motivasi belajar dan lompat jauh

Variabel	R	R <sup>2</sup>	F	Pvalue	Keterangan
Motivasi belajar (X1)	0,89	0,80	0,25	0,00	Signifikan
Motor ability (X2)					
Hasil lompat jauh (Y)					

Nilai koefisien korelasi pada tabel yaitu 0,898 yang artinya motivasi belajar dan motor ability dengan hasil lompat jauh di kategorikan berkorelasi sempurna. Dalam nomor lompat jauh terdapat beberapa tahap yang harus dilalui oleh pelompat, yaitu awalan, tinggal landas, melayang dan mendarat. Untuk memperoleh hasil lompatan yang optimal dari keempat tahap tersebut harus didukung oleh motivasi seorang murid tersebut dan juga kondisi fisiknya seperti misalnya kecepatan dan daya ledaknya yang merupakan motor ability murid tersebut.

### Conclusions

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat di simpulkan sebagai berikut:

- a. Ada korelasi yang signifikan antara motivasi belajar dengan hasil lompat jauh murid UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar.
- b. Ada korelasi yang signifikan antara motor ability dengan hasil lompat jauh murid UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar.
- c. Ada korelasi yang signifikan secara bersama sama antara motivasi belajar , motor ability dengan hasil lompat jauh murid UPT SD Negeri Balang Boddong Makassar.

### References

- Aryanti, N. E. (2019). Studi Korelasional Antara Motor Educability, Feedback, Dan Percaya Diri Dengan Keterampilan Dribbling Instep of the Foot Siswa Putra Ekstrakurikuler Sepakbola Smpn 29 Jakarta Tahun 2013. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 3(1), 51–64. <https://doi.org/10.21009/jsce.03106>
- Bambang, Rusmiati, P., & Iqbal. (2021). Motivasi Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola Pada Masa Pandemi. *Semnara* 2021. <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/semnara2020/article/view/1226/823>
- Barutu, B. (2021). Efefforts To Improve Students' Long Jump Ability Through Resistance Rope Media Grade V of SDN 17 Mandau. *Primary: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 10(4), 1062–1068. <https://primary.ejournal.unri.ac.id/index.php/JPFKIP%0AEFFORTS>
- Danial, M., Janiarli, M., & Putra, M. (2020). TINGKAT KEMAMPUAN MOTORIK SISWA EKSTRAKURIKULER LOMPAT JAUH SMP NEGERI 7 TAMBUSAI UTARA. *Journal of Sport Education and Training*, 1(1), 29–37. <https://journal.upp.ac.id/index.php/joset/article/view/418>
- Hardiyanti, U. (2019). Survei Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Bolabasket SMA Negeri 11 Makassar. *E- Jurnal Program*, 10. <http://eprints.unm.ac.id/16210/>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1–7. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/16186>
- Hermawan, D., & Nugroho, R. A. (2023). Tingkat Motivasi Pada Ekstrakurikuler Bolabasket SMAN 1 Kedondong. *Journal of Physical Education (JouPE)*, 4(1), 20–26. <https://jim.teknokrat.ac.id/index.php/pendidikanolahraga/article/view/2535>
- Hidayat, Y., & Hambali, S. (2019). Peranan Ekstrakurikuler Olahraga terhadap Motivasi Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani. *Jurnal Olahraga*, 5(1), 59–65. <https://doi.org/10.37742/jo.v5i1.95>
- Kurniawan, D., Yulianti, D., & Riswandi. (2021). Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual Berbasis SAVI untuk Meningkatkan Prestasi Lompat Jauh Gaya Jongkok ( Gaya Ortodok ) Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4),

- 2372–2382. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1119>
- Lesmana, H. S. (2018). Peran Motor Educability Di Dalam Meningkatkan Keterampilan Olahraga Pada Pembelajaran Penjas. *Repository, Universitas Negeri Padang*. <http://repository.unp.ac.id/id/eprint/24442>
- M. Taufik SY. (2017). Peningkatan Kemampuan Lompat Jauh Dengan Menggunakan Modifikasi Kardus. *Khatulistiwa, Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(11), 1–8. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v6i11.22959>
- Mahardika, D. B. (2016). Pengaruh Metode Pembelajaran Latihan Dan Motor Educability Terhadap Keterampilan Dribble Bolabasket. *Unsika, JUDIKA (Jurnal Pendidikan)*, 4(2), 229–242. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/judika/article/view/3870>
- Meliani, N. (2020). Motivasi Peserta Didik Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Rugby di SD Glompong Gunung Kidul Tahun Ajaran 2018/2019. *E-Print UNY*. <https://eprints.uny.ac.id/69125/>
- Nababan, H. G., Wahjoedi, W., & Spyanawati, N. L. P. (2021). Motivasi Peserta Didik dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Taekwondo di SMK Negeri 1 Singaraja. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 8(3), 89–98. <https://doi.org/10.23887/jjp.v8i3.33761>
- Pangestu, B., Parwata, I. G. L. A., & Wijaya, M. A. (2021). Minat dan Motivasi Berprestasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 3(2), 48–55. <https://doi.org/10.23887/ijst.v3i2.31937>
- Prasetyo, E., Setyawan, A., & Citrawati, T. (2019). Evaluasi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kelas III SDN Buluh 2. *Prosiding Nasional Pendidikan: LPPM IKIP PGRI Bojonegoro*, 1(1), 76–82. <https://prosiding.ikipgribojonegoro.ac.id/index.php/Prosiding/article/view/1015>
- Pratama, A. N. (2017). Hubungan Motor Educability dan Percaya Diri Dengan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Pada Siswa Putra Kelas X SMA Budi Mulia Utama. *Skripsi, FIK UNJ Jakarta*. [http://repository.unj.ac.id/186/1/SKRIPSI\\_ADITIYA\\_NOVAL\\_PRATAMA.pdf](http://repository.unj.ac.id/186/1/SKRIPSI_ADITIYA_NOVAL_PRATAMA.pdf)
- Rinaldi Sinulingga, O. A., & Nova, A. (2018). PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN MOTIVASI TERHADAP HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH ( Studi Eksperimen pada Siswa kelas VII SMP Swasta Tarbiyah Islamiyah Hampanan Perak). *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra (JORS): Jurnal Ilmu Olahraga*, 1(1), 34–44. <https://ejournalunsam.id/index.php/jors>
- Rustiawan, H., & Rohendi, A. (2021). Peranan Motor Educability Dalam Low Rope Circuit Activity Pada Kegiatan Outbound. *Jurnal Keolahragaan*, 7(1), 40–47. <https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKP/article/view/5303>
- Sahabuddin, Hakim, H., & Bismar, A. R. (2020). Analisis Kinerja Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terhadap Motor Ability dan Hasil Belajar pada Siswa SD Negeri di Kabupaten Pinrang. *ejurnal.ubharajaya.ac.id*, 1(1), 35–48. <https://doi.org/https://doi.org/10.31599/jces.v1i1.84>
- Sahabuddin, Hakim, H., Husniati, & Fadillah, A. (2022). Pengaruh Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Bermain Terhadap Peningkatan Kesegaran Jasmani Siswi. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(1), 6–23. <https://doi.org/doi.org/10.55081/jurdip.v3i1.688>
- Sahabuddin, Hakim, H., & Syahrudin. (2020). Kontribusi Motor Educability Terhadap Kemampuan Senam Ritmik Alat Simpai Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(2), 449–465.

- [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v6i2.14564](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i2.14564)
- Shakty, A. M. O. (2019). Kontribusi Motor Educability dan Motor Ability Terhadap Hasil Belajar Bermain Bulutangkis. *Skripsi, FPOK, Universitas Pendidikan Indonesia*. <http://repository.upi.edu/44626/>
- Sobarna, A., Rusmana, R., & Gunawan, G. (2017). KETERAMPILAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK (Studi eksperimen strategi mengajar, motivasi dan gaya mengajar ). *Jurnal Segar*, 7(2), 75–85.
- Sudirman, S. (2019). Analisis Motor Educability Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Futsal. *SPORTIVE: Journal Of Physical Education, Sport and Recreation*, 3(1), 75. <https://doi.org/10.26858/sportive.v3i1.16863>
- Suharto, S. (2021). Upaya Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Metode Permainan. *Journal of Education and Sport Science (JESS)*, 2(2), 44–48. <https://publikasiilmiah.unwahas.ac.id/index.php/JESS/article/view/4824>
- Syiroj, A., Sunarno, A., & Dewi, R. (2017). Perbedaan Gaya Mengajar Dan Motor Educability Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Kelas XI MAN Rantauaprat. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 3(1), 15–31. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpor/article/view/8196>
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 5(3), 110–116. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v5i3.13303>
- Taufan, J., Ardisal, A., Damri, D., & Arise, A. (2018). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif bagi Anak dengan Hambatan Fisik dan Motorik. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 2(2), 19. <https://doi.org/10.24036/jpkk.v2i2.496>
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.993>
- Utami, I., Burhanuddin, S., & Sahabuddin. (2022). Implementation of a Scientific Approach Using Problem Based Learning (PBL) Models to Improve Learning Outcomes of Overhand Pass In Volleyball Game. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Keperawatan Olahraga*, 14(1), 115–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/cjeko.v14i1.32521>
- Wardani, G. D., & Mahendra, A. (2017). Perbandingan Pengaruh Aktivitas Lompat Engklek Dengan Aktivitas Lompat Tali Terhadap Kemampuan Lompat Jauh. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.17509/tegar.v1i1.8651>
- Widyanto, A., Prayoga, A. S., & Wahyudi, A. N. (2020). Perbedaan Pengaruh Pembelajaran Lompat Jauh Dengan Menggunakan Alat Bantu Kotak Kardus Dan Tali Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Pada Siswa Putra Kelas VII SMP Negeri Sine Ngawi Tahun Pelajaran 2020/2021. *JAS: Journal Active of Sports*, 1(2), 10–21. <https://doi.org/10.32528/sport-mu.v1i01.3035>