

# FAKTOR PENGHAMBAT SISWA DALAM PEMBELAJARAN SERVIS ATAS PADA PERMAINAN BOLA VOLI

Muhammad Rifa'i<sup>1</sup>, Yanti Puspita Sari<sup>2</sup>  
<sup>1</sup>Pendidikan Olahraga  
<sup>2</sup>Akuntansi  
*yantipuspitasari596@gmail.com*

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti faktor penghambat siswa dalam pembelajaran servis atas pada permainan bola voli. Penelitian ini menggunakan penelitian diskriptif kualitatif. Populasi yang digunakan adalah siswa SMA di Kabupaten Martapura. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik dokumentasi, angket dan juga wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang menghambat siswa dalam melaksanakan pembelajaran bolavoli yaitu internal, eksternal, intrinsik dan ekstrinsik.

**Kata Kunci:** pembelajaran, hambatan, permainan bolavoli

---

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sikap sportif dan kecerdasan emosi (Aguss & Yuliandra, 2020). Peranan pendidikan jasmani sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan aktivitas olahraga secara sistematis (Aguss, 2021b). Pembelajaran adalah proses atau cara menjadi belajar (Gumantan et al., 2020). Sedangkan belajar merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan yang relatif menetap, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati secara langsung, yang terjadi sebagai suatu hasil latihan atau pengalaman dalam interaksi dengan lingkungan (Agus & Fahrizqi, 2020)

Pembelajaran pendidikan jasmani dapat memberikan pengalaman yang erat kaitannya dengan berbagai ungkapan kreatif, inovatif, ketrampilan gerak, kesegaran jasmani, pola hidup sehat, pengetahuan, dan pemahaman terhadap gerak manusia (Saputra & Aguss, 2021). Pada proses pembelajaran pastinya ada faktor hambatan yang menghambat proses pembelajaran. Hambatan cenderung bersifat negatif, yaitu memperlambat atau menghambal laju suatu hal yang dikerjakan oleh seseorang (Aguss, 2020). Dalam melakukan kegiatan sering kali ada beberapa hal yang menjadi penghambat tercapainya tujuan, baik itu hambatan dalam pelaksanaan program maupun hambatan dalam hal pengembangannya (Fahrizqi, Agus, et al., 2021). Hambatan adalah sesuatu hal yang menjadi penghalang dalam melakukan aktivitas maupun tindakan dalam menjalankan suatu program sehingga dapat mengakibatkan kurang berhasilnya pencapaian tujuan program tersebut (Fahrizqi, Aguss, et al., 2021). Adanya hambatan akan membuat sesuatu menjadi tidak lancar, menahan, juga dapat diartikan sebagai sesuatu halangan atau rintangan dalam melakukan tindakan (Aguss & Yuliandra, 2021).

Dalam penyelenggaraan pendidikan perlu memperhatikan komponen – komponen utama di lingkungan pendidikan sekolah, antara lain siswa (peserta didik), kurikulum (materi pendidikan), tenaga pengajar (guru), sarana dan prasarana (Sandika & Mahfud, 2021). Secara umum prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal (intrinsik), yaitu faktor-faktor dalam diri pelajar dan faktor eksternal (ekstrinsik), yaitu faktor-faktor yang berada di luar diri pelajar (Melyza & Aguss, 2021). Faktor intrinsik yang berdedikasi faktor fisik dan psikis. Faktor fisik misalnya, daya tahan tubuh, kelincahan, dan kecepatan. Faktor psikis misalnya, bakat, sikap, minat, dan motivasi. Faktor ekstrinsik berdedikasi dari faktor guru, sarana prasarana, dan kurikulum (Agus et al., 2013).

Permainan bolavoli di Indonesia sangat masyarakat dan dikembangkan secara intensif terprogram. Teknik dasar permainan bolavoli meliputi servis, *passing* atas, blok, dan *smash* (Rizki & Aguss, 2020). Teknik adalah suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli (Yuliandra et al., 2020). Dari sekian banyak teknik yang diterapkan dalam permainan bolavoli, salah satunya adalah teknik servis. Dalam permainan bolavoli, servis merupakan awal dimulainya permainan dan juga sebuah seragam (Aguss, Fahrizqi, & Wicaksono, 2021). Menurut guru pendidikan jasmani banyak siswa kesulitan servis atas yang meliputi beberapa faktor kurangnya penguasaan teknik permainan bolavoli khususnya teknik servis atas, kurangnya kekuatan otot lengan, perkenaan telapak tangan dengan bola yang tidak tepat, lambungan bola yang terlalu pendek dan lambungan bola yang terlalu tinggi akan tetapi yang paling menghambat keberhasilan siswa dalam melakukan servis atas menurut guru pendidikan jasmani adalah perkenaan telapak tangan yang tidak tepat saat memukul bola (Yuliandra & Fahrizqi, 2020).

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Permainan Bola voli**

Permainan bola voli termasuk salah satu bagian dari cabang olahraga permainan bola besar (FAHRIZQI, 2013). Bisa dikatakan permainan, karena bolavoli ini masuk ke dalam kategori pertandingan karena melibatkan dua tim yang saling berhadapan untuk mendapatkan hasil pertandingan (Aguss, Fahrizqi, & Abiyu, 2021). Cara memainkan bola voli adalah dengan memukul bola agar melewati bagian atas net yang ada di tengah lapangan. Agar mendapatkan skor, para pemain dalam satu tim harus mengarahkan bola ke area lawan, sehingga bola terjatuh di daerah pertahanan lawan (Agus, 2019). Permainan bola voli pertamakali diperkenalkan oleh William G. Morgan yang merupakan guru pendidikan jasmani di Amerika Serikat. Ia sangat terinspirasi dari permainan bola basket. Inspirasi tersebut dia dapatkan setelah bertemu dengan James Naismith yang merupakan pencetus olahraga bola basket (Aguss, 2021a).

Karakteristik permainan bola voli ini sangat membutuhkan kekuatan, kecepatan, kelincahan dan daya tahan tubuh, hal-hal tersebut harus dimiliki oleh para pemain karena dalam permainan bola voli lebih cenderung berlangsung dalam tempo yang cepat (Mahfud, Gumantan, & Nugroho, 2020). Selain daripada kekuatan, kelincahan dan daya tahan tubuh unsur lain yang harus dimiliki yaitu waktu reaksi dan juga keseimbangan (Gumantan, 2020). Pemain bola voli tidak hanya mengandalkan fisik yang kuat akan tetapi juga harus memiliki teknik bermain yang benar seperti teknik memukul bola, teknik menghadang pukulan, teknik passing dan teknik servis (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Untuk menjadi pemain yang berkualitas tinggi dalam permainan bola voli diperlukan

penguasaan teknik keterampilan bagus dan di dukung dengan program latihan yang berkelanjutan dan menyeluruh (Mahfud, Yuliandra, et al., 2020).

Permainan bola voli adalah permainan beregu diatas lapangan beregu 9m x 18m. Ukuran tinggi net putra 2.43 meter dan untuk putri 2.24 meter. Garis batas untuk penyerangan pemain belakang jarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan net), ukuran garis tepi lapangan adalah 5 cm (Nugroho & Gumantan, 2020). Permainan bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh 2 regu, masing-masing regu berjumlah 6 orang yang bertujuan untuk menjatuhkan bola ke daerah lawan. Sistem pertandingan bola voli; Setiap regu berisi 10 pemain dengan rincian 6 pemain inti dan 4 pemain cadangan, Paling tidak minimal terdapat 4 pemain yang bermain di lapangan, jika jumlah pemain yang kurang dari 4 orang, maka otomatis tim dinyatakan gugur, Tidak ada batasan pergantian pemain, Pertandingan berlangsung selama 3 babak (2 kemenangan) atau 5 babak (3 kemenangan) (Gumantan, Nugroho, et al., 2021).

### **Pembelajaran**

Pembelajaran adalah proses atau cara menjadi belajar. Sedangkan belajar merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan yang relatif menetap, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati secara langsung, yang terjadi sebagai suatu hasil latihan atau pengalaman dalam interaksi dengan lingkungan (Mahfud, Gumantan, & Fahrizqi, 2020). Belajar juga dapat diartikan sebagai suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan (Gumantan & Mahfud, 2020).

Berdasarkan pengertian pembelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang sengaja diciptakan untuk merubah perilaku siswa. Keberhasilan pembelajaran ditunjukkan dengan terjadinya perubahan sikap dan perilaku. Perubahan sikap dan perilaku ini diperlukan untuk memenuhi tuntutan lingkungan serta sebagian dari pemenuhan tugas perkembangan (Pratomo & Gumantan, 2021). Pembelajaran pendidikan jasmani dapat memberikan pengalaman yang erat kaitanya dengan berbagai ungkapan kreatif, inovatif, ketrampilan gerak, kesegaran jasmani, pola hidup sehat, pengetahuan, dan pemahaman terhadap gerak manusia (Handoko & Gumantan, 2021).

### **Hambatan**

Hambatan adalah membuat sesuatu menjadi hambatan atau tidak lancar, menahan, juga dapat diartikan sebagai sesuatu halangan atau rintangan dalam melakukan tindakan (Gumantan, Mahfud, et al., 2021). Hambatan cenderung bersifat negatif, yaitu memperlambat atau menghambat laju suatu hal yang dikerjakan oleh seseorang (Gumantan & Mahfud, 2018). Dalam melakukan kegiatan sering kali ada beberapa hal yang menjadi penghambat tercapainya tujuan, baik itu hambatan dalam pelaksanaan program maupun hambatan dalam hal pengembangannya. Hambatan belajar merupakan kendala dalam menggunakan dan memahami suatu kemampuan membaca, menulis, mendengar, bicara, berfikir atau matematik pada suatu kelompok siswa (Fahrizqi et al., n.d.). Pada dasarnya hambatan akan menjadi suatu kendala bagi siswa dalam proses belajar, dan berfikir maupun memahami sesuatu. Ada tiga faktor yang menyebabkan hambatan belajar yaitu hambatan akibat guru/pengajar (hambatan diktatis), hambatan karena kesiapan mental belajar ( hambatan ontogeni), hambatan pengetahuan siswa yang memiliki konteks aplikasi yang terbatas ( hambatan epistemologi) (Ichsanudin &

Gumantan, 2020). Dapat disimpulkan bahwa hambatan belajar merupakan kendala bagi siswa dalam berfikir maupun memahami sesuatu. Maka dari itu perlu adanya suatu analisis untuk mengetahui hambatan belajar, dengan mempertimbangkan kesulitan yang dialami siswa agar hasil pencapaian siswa meningkat.

## **METODE**

### **Rancangan Penelitian**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian diskriptif kualitatif di mana peneliti berusaha menggambarkan peristiwa yang sebenarnya berdasarkan data dan informasi yang didapatkan (Nugroho et al., 2021). Fokus data yang diambil dalam penelitian ini ialah faktor yang menjadi penghambat siswa dalam melaksanakan pembelajaran bola voli. Data tersebut kemudian dianalisis tentang faktor penghambat siswa dalam pelaksanaan pembelajaran bola voli.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi adalah keseluruhan subjek/objek yang akan diteliti, meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu sendiri (Mahfud & Gumantan, 2020). Teknik pengambilan sampel atau teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Lokasi yang dijadikan objek dalam penelitian ini ialah siswa SMA di Kabupaten Martapura dengan subjek penelitian siswa kelas 1 yang telah melaksanakan pembelajaran bolavoli.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Untuk mendapatkan data, penelitian ini menggunakan beberapa tehnik yaitu:

1. Dokumentasi adalah sebuah cara yang dilakukan untuk menyediakan dokumen-dokumen berupa bukti yang akurat dari pencatatan, dan sumber-sumber sebelumnya digunakan untuk mendapatkan informasi tentang madrasah, guru, peserta didik, serta dokumen penunjang pembelajaran tematik lainnya (Pratomo & Gumantan, 2020).
2. Angket, diberikan kepada responden dalam bentuk angket langsung dan terbuka sehingga responden bisa menjelaskan detail pertanyaan.
3. Wawancara merupakan percakapan antara dua orang yaitu narasumber dan pewawancara, bertujuan untuk mendapatkan sebuah informasi, pendapat, data dan juga keterangan yang dibutuhkan untuk penelitian (Gumantan & Fahrizqi, 2020). Tehnik ini dilakukan untuk menambah data dan informasi dari guru maupun pihak lain yang dapat menambah informasi terkait penelitian.

### **Teknik Analisis Data**

Setelah data terkumpul kemudian dilakukan analisis data yang merupakan proses mencari dan menata data dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi secara sistematis untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi yang lain (Fahrizqi et al., 2013). Berbagai data dan informasi yang didapat di lapangan kemudian dianalisis dengan menggunakan tehnik analisis diskriptif melalui beberapa tahapan yaitu yaitu reduksi data, display data, mengambil kesimpulan dan verifikasi (Fahrizqi, Gumantan, et al., 2021).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berikut ini disajikan hasil penelitian berdasarkan data dan informasi di lapangan berkaitan dengan hambatan siswa dalam melaksanakan pembelajaran bolavoli. Pertama

faktor penghambat siswa, hasil wawancara kepada siswa kelas 1 dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat pembelajaran tematik dapat dibedakan menjadi empat yaitu internal, eksternal intrinsik dan ekstrinsik

### 1. Hambatan dalam Pembelajaran

Ada beberapa Hambatan yang dimaksud adalah segala hal yang dapat menimbulkan gangguan dalam pelaksanaan pembelajaran. Ada dua faktor yang mempengaruhi proses belajar, yaitu faktor internal dan faktor eksternal dibawah ini:

<b>Faktor Internal</b>	<b>Faktor Eksternal</b>
Faktor Jasmani : faktor ini bersifat bawaan maupun yang diperoleh dari interaksi, yang termasuk faktor ini adalah: panca indera tidak dapat berfungsi sebagai mana mestinya, seperti mengalami cacat tubuh atau perkembangan yang tidak sempurna	Faktor sosial, lingkungan keluarga, di klub, masyarakat dan kelompok.
Faktor Sosiologi	Faktor budaya, adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian
Faktor Intelek : kecerdasan dan bakat, seperti faktor kecakapan yang nyata, yaitu prestasi yang dimiliki.	Faktor lingkungan fisik, sarana dan prasarana
Faktor Non Intelek : unsur kepribadian tertentu seperti sikap, kebiasaan, minat, kebutuhan, motivasi, emosi, dan penyesuaian diri.	Faktor lingkungan keagamaan

Faktor-faktor kesulitan belajar sebagai berikut:

#### 1. Individu yang bersangkutan (siswa)

- 1) Kondisi fisiologis misalnya, tidak sehat badan sehingga menyebabkan malas belajar.
- 2) Kondisi psikologis misalnya, tidak ada minat, kurang cerdas, kurang motivasi, dan berbagai kekurangan psikis
- 3) Kondisi sosial ekonomi
- 4) Kesibukan tertentu.

#### 2. Bimbingan ( guru ), disebabkan:

- 1) Kondisi fisiologis misalnya, tidak sehat dan tidak sempurna indranya
- 2) Kondisi psikologis misalnya, kurang penguasaan badan, kurang penguasaan materi, kurang minat, dan kurang bersemangat
- 3) Kondisi ekonomi yang menyebabkan kesibukan tertentu

#### 3. Kurikulum, disebabkan oleh:

- 1) Program yang belum mantap
- 2) Tidak adaptasi dengan belajar
- 3) Materi terlalu banyak dan sukar
- 4) Sering berubah ubah

#### 4. Sarana dan Prasarana

- 1) Tidak adanya perpustakaan
- 2) Kurangnya perangkat keras dan lunak
- 3) Tidak ada nya laboratorium

- 4) Kurangnya media yang memenuhi syarat

**5. Lingkungan, yang disebabkan oleh:**

- 1) Alam yang panas,dingin, gelap dan bising
- 2) Keadaan sekitar yang ramai

**6. Tujuan**

- 1) Kurang jelas
- 2) Selalu berubah
- 3) Terlalu jauh
- 4) Terlalu berat

Berdasarkan berbagai pendapat para ahli yang telah disebutkan di atas, maka dapat diidentifikasi bahwa faktor-faktor yang menjadi hambatan siswa dalam proses pembelajaran penjas yaitu:

**Faktor Ekstrinsik**

**1. Guru Pendidikan Jasmani**

Guru penjas adalah orang yang bertanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik dengan mengupayakan seluruh potensinya, baik ranah afektif, kognitif, fisik, maupun psikomotorik. Menurutnya tugas guru di bagi menjadi 4 bagian, yaitu:

**1) Sebagai penyaji**

Guru penjas sebagai pengajar tugasnya adalah lebih banyak memberi ilmu pengetahuan yang dampak atau mengarah pada ranah kognitif peserta didik menjadi lebih baik atau meningkat melalui penjas dengan materi permainan dan bermain, antara lain atletik, senam, renang, beladiri, dan aktivitas di alam terbuka.

**2) Sebagai pendidik**

Guru penjas sebagai pendidik tugasnya adalah lebih banyak memberikan dan menanamkan sikap atau afektif ke peserta didik melalui pendidikan jasmani dengan materi permainan dan bermain atletik, renang, senam, bela diri, dan olahraga atau aktivitas di alam terbuka.

**3) Sebagai pelatih**

Guru penjas sebagai pelatih tugasnya adalah lebih banyak memberikan ketrampilan dan fisik yang mempunyai dampak atau mengarah pada ranah fisik dan psikomotorik peserta didik menjadi lebih baik atau meningkat.

**4) Sebagai pembimbing**

Guru penjas sebagai pembimbing tugasnya adalah lebih banyak mengarah kepada peserta didik pada tambahan kemampuan peserta didiknya.

**Sarana dan Prasarana**

Sarana adalah segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan dan bersifat relatif pendek, misalnya: bola, raket, jaring, pemukul bola kasti, dan sebagainya.. Prasarana adalah segala sesuatu yang berguna untuk memudahkan berpergian, bertempat tinggal, dan sebagainya jadi sarana adalah sesuatu yang digunakan untuk pelajaran tapi tidak dapat dipindah-pindahkan.

**Kurikulum**

Kurikulum adalah sejumlah pengalaman yang diberikan ( di bawah tanggung jawab ) sekolah dalam upaya mencapai tujuan pendidikan tertentu. Fungsi kurikulum adalah:

- 1) sebagai acuan atau pedoman untuk mengadakan evaluasi dalam menyusun dan mengorganisasikan pengalaman belajar murid.

- 2) sebagai acuan atau pedoman untuk mengadakan evaluasi terhadap perkembangan anak berkenaan dengan pengalaman belajar.  
kurikulum adalah sesuatu yang disusun untuk melancarkan proses belajar mengajar dibawah bimbingan dan tanggung jawab sekolah atau lembaga pendidikan beserta staf pengajarnya.

### **Faktor intrinsik**

#### **1. Minat**

Minat adalah kecenderungan merasa senangberkecimpung pada bidang atauhal tertentu dan merasa menarik pada bidang atau hal itu.

#### **2. Motivasi**

Motivasi adalah kondisi psikologi diri manusia yang mendorongnya untuk melakukan suatu tindakan pengaktifan tingkah laku. Motif berarti segala sesuatu hal yang mengakibatkan terjadinya pengaktifan itu, yang datang baik dari dalam dari luar, atau dari keduanya. Motivasi adalah suatu dorongan baik dari dalam maupun dari luar untuk mencapai cita-cita juara dalam proses pelatihan.

### **Keadaan yang Relevan di Lapangan**

Dalam pengamatan dan kenyataan di lapangan saat pembelajaran (permainan) bolavoli khususnya pada saat siswa melakukan gerak servis atas, kenyataan masih banyak siswa yang dalam melakukannya salah atau kurang benar dan tidak menguasai teknik servis atas yang baik dan benar (belum sempurna). Jika di masukan dalam prosentase adalah Faktor interen sebanyak 75% tergolong dalam kategori menghambat sedangkan sisanya 25% tidak menghambat. Faktor eksteren memperoleh prosentase 80% dalam kategori tidak menghambat dan sisanya 20% tidak menghambat.

Dalam penyampaian materi pembelajaran pasti bertujuan agar siswa mampu mengerti dan menguasai bahan atau materi yang di ajarkan sesuai dengan program dan tujuan pembelajaran, sedangkan kegagalan dan kesulitan yang di alami siswa dalam menerima pembelajaran merupakan kendala yang sedapat mungkin dihindari. Dalam proses pembelajaran di pengaruhi oleh dua faktor yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya, yaitu faktor dari luar (ekstrinsik) dan faktor dari dalam (intrinsik). Faktor ekstrinsik yang mempengaruhi dalam pembelajaran servis atas antara lain guru pendidikan jasmani, sarana dan prasarana, serta kurikulum pendidikan jasmani. Kemudian, untuk faktor intrinsik yang dapat mempengaruhi pembelajaran servis atas adalah minat, motivasi, koordinasi, kekuatan, dan ketepatan. Kedua faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap keberhasilan siswa dalam pembelajaran servis atas pada permainan bolavoli. Agar pembelajaran servis atas pada permainan bolavoli dapat berhasil dengan baik, perlu diperhatikan faktor-faktor penting yang mempengaruhi keberhasilannya, antara lain pemahaman karakteristik siswa, pemahaman teori-teori dan teknik servis atas, disamping itu perlu juga siswa mendapat contoh yang baik dan benar dari guru pembimbingnya (guru penjasnya).

### **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian ang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa factor-faktor yang menghambat siswa dalam melaksanakan pembelajaran bolavoli yaitu internal, eksternal, intrinsik dan ekstrinsik. Faktor interen sebanyak 75% tergolong dalam kategori menghambat sedangkan sisanya 25% tidak menghambat. Faktor eksteren memperoleh

presentase 80% dalam kategori tidak menghambat dan sisanya 20% tidak menghambat. Faktor ekstrinsik yang mempengaruhi dalam pembelajaran servis atas antara lain guru pendidikan jasmani, sarana dan prasarana, serta kurikulum pendidikan jasmani. Kemudian, untuk faktor intrinsik yang dapat mempengaruhi pembelajaran servis atas adalah minat, motivasi, koordinasi, kekuatan, dan ketepatan. Kedua faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap keberhasilan siswa dalam pembelajaran servis atas pada permainan bolavoli.

## REFERENSI

- Agus, R. M. (2019). Pengaruh Metode Pembelajaran Dan Kriteria Layanan Bantuan: Meningkatkan Gerak Dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Siswa Tunagrahita Ringan Pada Pembelajaran Penjasorkes Slb Pkk Bandar Lampung. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 2(2), 186–197.
- Agus, R. M., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis Tingkat Kepercayaan Diri saat Bertanding Atlet Pencak Silat Perguruan Satria Sejati. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(2), 164–174.
- Agus, R. M., Suranto, S., & Nurseto, F. (2013). Pengaruh Power Otot Tungkai Terhadap Peningkatan Tendangan Depan Pencak Silat. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 1(1).
- Aguss, R. M. (2020). Pengembangan Model Permainan Sepatu Batok untuk Pembelajaran Sepak Bola Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 43–53.
- Aguss, R. M. (2021a). ANALISIS PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS USIA 5-6 TAHUN PADA ERA NEW NORMAL. *SPORT SCIENCE AND EDUCATION JOURNAL*, 2(1).
- Aguss, R. M. (2021b). ANALYSIS OF PHYSICAL ACTIVITY CHILDREN AGED 7-8 YEARS IN THE TIME OF ADAPTATION TO NEW HABITS. *The 1st International Conference on Language Linguistic Literature and Education (ICLLLE)*.
- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Abiyyu, F. F. A. (2021). ANALISIS DAMPAK WABAH COVID-19 PADA PERKEMBANGAN MOTORIK HALUS ANAK USIA 3-4 TAHUN. *Jurnal Penjaskesrek*, 8(1), 46–56.
- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Wicaksono, P. A. (2021). Efektivitas vertical jump terhadap kemampuan smash bola voli putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2020). Persepsi Atlet Futsal Putra Universitas Teknokrat Indonesia Terhadap Hipnoterapi Dalam Meningkatkan Konsentrasi Saat Bertanding. *Jurnal Penjaskesrek*, 7(2), 274–288.
- Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2021). The effect of hypnotherapy and mental toughness on concentration when competing for futsal athletes. *MEDIKORA*, 20(1), 53–64.
- Fahrizqi, E. B., Agus, R. M., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2021). The Learning Motivation and Physical Fitness of University Students During the Implementation of the New Normal Covid-19 Pandemic. *JUARA: Jurnal Olahraga*. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 6(1), 88–100.
- Fahrizqi, E. B., Aguss, R. M., & Yuliandra, R. (2021). PELATIHAN PENANGANAN



- CIDERA OLAHRAGA DI SMA NEGERI 1 PRINGSEWU. *Journal of Social Sciences and Technology for Community Service (JSSTCS)*, 2(1), 11–14.
- Fahrizqi, E. B., Gumantan, A., & Yuliandra, R. (2021). Pengaruh latihan sirkuit terhadap kekuatan tubuh bagian atas unit kegiatan mahasiswa olahraga panahan. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(1), 43–54.
- Fahrizqi, E. B., Jubaedi, A., & Suranto, S. (2013). LATIHAN KELENTUKAN KONTRAKSI-RELAKSASI (PNF) DAN KELENTUKAN STATIS TERHADAP KETERAMPILAN GERAK KAYANG. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 1(1).
- Fahrizqi, E. B., Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (n.d.). TINGKAT KEBUGARAN JASMANI MAHASISWA OLAHRAGA SELAMA NEW NORMAL PANDEMI COVID-19. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(2), 53–62.
- FAHRIZQI, E. K. O. B. (2013). *PENGARUH LATIHAN KELENTUKAN KONTRAKSI-RELAKSASI (PNF) DAN KELENTUKAN STATIS TERHADAP KETERAMPILAN GERAK KAYANG PADA SISWA KELAS X. 3 SMA NEGERI 1 GADING REJO TAHUN AJARAN 2012/2013*.
- Gumantan, A. (2020). Pengembangan Aplikasi Pengukuran Tes kebugaran Jasmani Berbasis Android. *JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN*, 19(2), 196–205.
- Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengaruh Latihan Fartlek dan Cross Country Terhadap Vo2Max Atlet Futsal Universitas Teknokrat Indonesia. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 1–9.
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2018). Perbandingan Latihan Dengan Menggunakan Bola Ukuran 4 dan 5 Terhadap Ketepatan Menendang Bola ke Arah Gawang. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 2(1), 1–7.
- Gumantan, A., & Mahfud, I. (2020). Pengembangan Alat Tes Pengukuran Kelincahan Menggunakan Sensor Infrared. *Jendela Olahraga*, 5(2), 52–61.
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2020). Tingkat kecemasan seseorang terhadap pemberlakuan new normal dan pengetahuan terhadap imunitas tubuh. *Sport Science and Education Journal*, 1(2).
- Gumantan, A., Mahfud, I., & Yuliandra, R. (2021). Analysis of the Implementation of Measuring Skills and Physical Futsal Sports Based Desktop Program. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 10(1), 11–15.
- Gumantan, A., Nugroho, R. A., & Yuliandra, R. (2021). Learning during the covid-19 pandemic: Analysis of e-learning on sports education students. *Journal Sport Area*, 6(1), 51–58.
- Handoko, D., & Gumantan, A. (2021). Penerapan Permainan Tradisional Dalam Pembelajaran Olahraga di SMAN 1 Baradatu. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 1–7.
- Ichsanudin, I., & Gumantan, A. (2020). Tingkat Motivasi Latihan Ukm Panahan Teknokrat Selama Pandemi Covid. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 10–13.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science*

- and Education Journal, 1(1).*
- Mahfud, I., & Gumantan, A. (2020). Survey Of Student Anxiety Levels During The Covid-19 Pandemic. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 86–97.
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Fahrizqi, E. B. (2020). Analisis IMT (Indeks Massa Tubuh) Atlet UKM Sepakbola Universitas Teknokrat Indonesia. *SATRIA: Journal of Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis*, 3(1), 9–13.
- Mahfud, I., Gumantan, A., & Nugroho, R. A. (2020). PELATIHAN PEMBINAAN KEBUGARAN JASMANI PESERTA EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA. *Wahana Dedikasi: Jurnal PkM Ilmu Kependidikan*, 3(1), 56–61.
- Mahfud, I., Yuliandra, R., & Gumantan, A. (2020). MODEL LATIHAN DRIBLING SEPAKBOLA UNTUK PEMULA USIA SMA. *SPORT SCIENCE AND EDUCATION JOURNAL*, 1(2).
- Melyza, A., & Aguss, R. M. (2021). Persepsi Siswa Terhadap Proses Penerapan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Pandemi Covid-19. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 8–16.
- Nugroho, R. A., & Gumantan, A. (2020). Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Peningkatan Kemampuan Vertical Jump Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler Bolabasket Sman 1 Pagelaran. *Sport Science And Education Journal*, 1(1).
- Nugroho, R. A., Yuliandra, R., Gumantan, A., & Mahfud, I. (2021). Pengaruh Latihan Leg Press dan Squat Thrust Terhadap Peningkatan Power Tungkai Atlet Bola Voli. *Jendela Olahraga*, 6(2), 40–49.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2020). HUBUNGAN PANJANG TUNGKAI DAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN TENDANGAN PENALTY. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 10–17.
- Pratomo, C., & Gumantan, A. (2021). Analisis Efektifitas Pembelajaran Daring Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Olahraga Pada Masa Pandemi Covid-19 SMK SMTI Bandarlampung. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 26–31.
- Rizki, H., & Aguss, R. M. (2020). Analisis Tingkat Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal Of Physical Education*, 1(2), 20–24.
- Sandika, A., & Mahfud, I. (2021). Application of Cardiovascular Endurance Training Model With The Ball Football Game at SSB Bintang Utara Pratama. *The 1st International Conference on Language Linguistic Literature and Education (ICLLLE)*.
- Saputra, G. Y., & Aguss, R. M. (2021). Minat Siswa Kelas VII Dan VIII Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan SMP Negeri 15 Mesuji. *Journal Of Physical Education*, 2(1), 17–25.
- Yuliandra, R., & Fahrizqi, E. B. (2020). Development Of Endurance With The Ball Exercise Model In Basketball Games. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 4(1), 61–72.
- Yuliandra, R., Fahrizqi, E. B., & Mahfud, I. (2020). Peningkatan gerak dasar guling belakang bagi siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2),

204-213.