



## Penerapan Model *Driling Tasking Practicing* dalam Meningkatkan Aktivitas Belajar pada Pembelajaran PJOK

**Azharuddin AUFAR**

Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Klaten

**SUKIYANTO**

Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Jumantono

**AGUS WINARNO**

Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah 2 Karanganyar

**SETYO WINARNO**

Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Sukoharjo

**SULISTYANA**

Madrasah Aliyah Negeri 4 Boyolali

**TRIYONO**

Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Sukoharjo

Alamat: Jl. Ki Ageng Gribig No.7, Margomulyo, Gergunung, Kec. Klaten Utara, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah 57434

Korespondensi penulis: [alfinulinnuha@gmail.com](mailto:alfinulinnuha@gmail.com)

**Abstract.** *Student learning activities play an important role in determining the success of the learning process because through various learning activities students can gain knowledge, develop skills, and form positive attitudes. One of the learning models that can foster student activeness is Driling Tasking Practicing. This study aims to describe the steps, advantages, and disadvantages of applying the model to PJOK learning in several MTs, namely MTs N 1 Klaten, MTs Muh. Jumantono, MTs Muh. 2 Karanganyar, MTs N 1 Sukoharjo, MAN 4 Boyolali, and MTs N 3 Sukoharjo. The research used a qualitative approach with PJOK teacher informants through interviews, observation, and documentation. The results showed that the steps of applying this model include conveying goals, repeated practice (drilling), giving independent assignments (tasking), direct practice (practicing), and evaluating learning outcomes. The advantages of this model are that it improves accuracy, speed, basic skills, and student independence, and is effective for reinforcement of material. However, this model requires teacher expertise and careful planning. Overall, the Driling Tasking Practicing model is effective in improving students' PJOK activities and learning outcomes.*

**Keywords:** *Driling Tasking Practicing, Learning Activities, Physical Education, Sports, and Health Learning*

**Abstrak.** Aktivitas belajar siswa berperan penting dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran karena melalui berbagai kegiatan belajar siswa dapat memperoleh pengetahuan, mengembangkan keterampilan, dan membentuk sikap positif. Salah satu model pembelajaran yang mampu menumbuhkan keaktifan siswa adalah Driling Tasking Practicing. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan langkah-langkah, kelebihan, dan kekurangan penerapan model tersebut pada pembelajaran PJOK di beberapa MTs, yaitu MTs N 1 Klaten, MTs Muh. Jumantono, MTs Muh. 2 Karanganyar, MTs N 1 Sukoharjo, MAN 4 Boyolali, dan MTs N 3 Sukoharjo. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan informan guru PJOK melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa langkah-langkah penerapan model ini meliputi penyampaian tujuan, latihan berulang (drilling), pemberian tugas mandiri (tasking), praktik langsung (practicing), dan evaluasi hasil belajar. Kelebihan model ini yaitu meningkatkan ketepatan, kecepatan, keterampilan dasar, dan kemandirian siswa, serta efektif untuk penguatan materi. Namun, model ini menuntut keahlian guru dan perencanaan yang matang. Secara keseluruhan, model Driling Tasking Practicing efektif meningkatkan aktivitas dan hasil belajar PJOK siswa.

**Kata Kunci:** *Driling Tasking Practicing, Aktivitas Belajar, Pembelajaran PJOK*

## LATAR BELAKANG

(Rusman, 2013) mengemukakan penekanan bahwa aktivitas belajar ada pada siswa, dengan adanya aktivitas siswa dalam proses pembelajaran dapat tercipta kondisi belajar aktif. Rochman Natawijaya dalam Depdiknas mengemukakan belajar aktif adalah suatu sistem belajar mengajar yang mengutamakan keaktifan siswa secara fisik, mental intelektual dan emosional untuk memperoleh hasil belajar berupa penggabungan antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotor.

Aktivitas belajar dapat diartikan sebagai berbagai aktivitas yang diberikan guru kepada siswa dalam situasi belajar-mengajar. Aktivitas belajar dibuat supaya siswa memperoleh muatan yang ditentukan, sehingga berbagai tujuan yang ditetapkan, terutama maksud dan tujuan kurikulum, dapat tercapai (Hamalik, 2007). Aktivitas belajar merupakan sebuah kegiatan atau tindakan baik secara fisik maupun mental yang dilakukan oleh siswa untuk memperoleh pengetahuan dan ketrampilan dalam proses kegiatan pembelajaran. Aktivitas belajar dapat menjadikan pembelajaran yang efektif. Guru tidak hanya menyampaikan pengetahuan, tetapi harus mampu membuat siswa untuk aktif dalam belajar.

Model *Drilling*, *Tasking*, dan *Practicing* merupakan gabungan dari tiga tahap yaitu *Drilling* adalah suatu teknik yang dapat diartikan sebagai suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, supaya siswa mempunyai ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari (N.K, 2012). *Tasking* adalah bagian dari fungsi manajerial dalam pengorganisasian, yaitu proses membagi pekerjaan menjadi tugas-tugas spesifik yang harus dikerjakan oleh individu atau kelompok. Sedangkan *Practicing* adalah suatu model yang digunakan untuk memperlihatkan sesuatu proses atau cara kerja suatu benda yang berkenan dengan bahan pelajaran. *Practicing* merupakan model mengajar di mana pelaksanaannya dilakukan depan cara memperagakan atau mempraktekkan apa yang bisa diperagakan oleh guru atau siswa itu sendiri yang sesuai dengan materi yang disampaikan (Djamarah, 2005).

Model *Drilling*, *Tasking*, dan *Practicing* adalah model yang menggabungkan latihan berulang, pemberian tugas terstruktur, dan praktik langsung untuk meningkatkan penguasaan materi dan keterampilan siswa. Model ini efektif dalam membangun pemahaman konseptual, keterampilan teknis, serta kemandirian belajar melalui proses pembelajaran yang sistematis dan bertahap. Dengan mengutamakan pengulangan, penerapan, dan pengalaman langsung, model ini sangat cocok untuk mencapai kompetensi kognitif dan psikomotorik secara menyeluruh.

Langkah-langkah pembelajaran *Driling Tasking Practicing* yang terdiri dari: 1) Guru menyampaikan tujuan pembelajaran, dan menghubungkan materi baru dengan pengetahuan sebelumnya; 2) Guru membuat pelatihan atau soal-soal Latihan secara berulang membentuk pemahaman dasar siswa. (*Drilling*); 3) Guru memberi tugas yang mengharuskan siswa menerapkan materi secara mandiri atau kelompok. (*Tasking*); 4) Siswa melakukan praktik langsung berdasarkan materi yang telah dipelajari. (*Practicing*); 5) Guru mengevaluasi hasil kerja siswa *dari drilling, tasking, dan practicing*.

Kelebihan pada model *Driling Tasking Practicing* menurut para ahli yaitu: 1) Meningkatkan Ketepatan dan Kecepatan; 2) Meningkatkan Penguasaan Keterampilan Dasar (Sudjana, 2005); 3) Penugasan dan praktik, siswa terdorong untuk belajar secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan (Dimiyati & Mudjiono, 2006) ; 4) Cocok untuk Penguatan dan Remedial (Hamdani, 2011).

Sedangkan kelemahan model *Driling Tasking Practicing* menurut para ahli yaitu: 1) Cenderung Membosankan dan Monoton (Dimiyati & Mudjiono, 2006); 2) Kurang Mengembangkan Kemampuan Berpikir Kritis dan Kreatif. Tidak Cocok untuk Semua Materi atau Gaya Belajar.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang memiliki peran penting dan tidak terpisahkan dalam sistem pendidikan di sekolah karena bersifat integral dengan tujuan pendidikan secara menyeluruh. PJOK bukan hanya berfokus pada pengembangan aspek jasmani seperti kebugaran dan keterampilan gerak, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan aspek kognitif, sosial, emosional, moral, dan gaya hidup sehat peserta didik. Sebagaimana dijelaskan oleh (Juliantine, 2006) bahwa PJOK adalah proses pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani untuk mendukung tercapainya tujuan pendidikan secara utuh.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) memiliki peran strategis dalam mendorong pertumbuhan dan perkembangan siswa secara menyeluruh dan seimbang. Menurut (Sudijandoko, 2021) menjelaskan bahwa PJOK bukan hanya berfungsi untuk mengembangkan keterampilan motorik dan kemampuan fisik, tetapi juga mencakup aspek kognitif, afektif, dan spiritual, termasuk penanaman nilai-nilai dan pembiasaan hidup sehat. Melalui aktivitas jasmani yang dirancang secara sistematis di sekolah, PJOK memberikan kesempatan belajar langsung yang memperkaya pengalaman siswa, baik secara fisik maupun mental, sehingga mendukung terbentuknya pribadi yang sehat, aktif, dan seimbang.

Hasil pra-observasi menunjukkan bahwa model Pembelajaran PJOK di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo masih didominasi oleh metode konvensional. Akibatnya, siswa kurang terlibat aktif dalam pembelajaran dan aktivitas belajar kurang. Hasil evaluasi kurang memenuhi standar kompetensi, dan menunjukkan siswa cenderung pasif, di mana siswa cenderung hanya mendengarkan penjelasan guru tanpa banyak keterlibatan aktif dalam proses belajar. Selain itu, rendahnya partisipasi dan keterlibatan aktif siswa menunjukkan bahwa model pembelajaran yang digunakan belum mampu memfasilitasi gaya belajar yang beragam atau mendorong siswa untuk berpikir kritis dan kreatif. Oleh karena itu, untuk meningkatkan aktivitas belajar model *Driling Tasking Practicing* dapat digunakan.

Berdasarkan pra observasi dan teori yang relevan, maka penelitian ini mengangkat rumusan masalah yaitu: 1) Bagaimana langkah-langkah penerapan model *Driling Tasking Practicing* pada Pembelajaran PJOK di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs

Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo?; 2) Bagaimana kelebihan dan bagaimana kekurangan penerapan model *Driling Tasking Practicing* pada Pembelajaran PJOK di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo?

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Sugiyono menyatakan bahwa penelitian kualitatif menyangkup rekaman tertulis dari perilaku yang diamati dan dianalisis. Subjek penelitian yang digunakan adalah guru di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi Pembelajaran PJOK. Aktivitas dalam analisis data, yaitu data *reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Langkah-Langkah Implementasi Model *Driling Tasking Practicing* Pada Pembelajaran PJOK Di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo**

MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo telah menggunakan model *Driling Tasking Practicing* pada Pembelajaran PJOK untuk meningkatkan aktivitas belajar dan mendorong partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran. Berdasarkan wawancara dengan IPA, model ini menggabungkan beberapa langkah strategis yang melibatkan siswa secara intensif dan bekerja sama.

Dalam pelaksanaan implementasi model *Driling Tasking Practicing* pada Pembelajaran PJOK di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo dilakukan dengan beberapa langkah. Langkah pertama yaitu guru menyampaikan tujuan pembelajaran, dan menghubungkan materi baru dengan pengetahuan sebelumnya. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan dengan guru PJOK yang menyatakan bahwa:

"Guru secara konsisten menyampaikan tujuan pembelajaran di awal kegiatan belajar mengajar agar siswa memahami arah dan target pembelajaran. Selain itu, guru juga secara aktif menghubungkan materi baru dengan pengetahuan sebelumnya."

(Hasil wawancara dengan guru PJOK MTs N 1 Klaten).

Dari hasil wawancara tersebut guru menjelaskan kegiatan pertama yang dilakukan siswa, langkah selanjutnya guru membuat pelatihan atau soal-soal Latihan secara berulang membentuk pemahaman dasar siswa (*Drilling*). Hal ini sesuai dengan hasil Observasi menunjukkan bahwa:

“Guru secara sadar menerapkan tahap *drilling* atau latihan soal berulang untuk memperkuat pemahaman dasar siswa. Latihan berulang ini disusun secara bertahap, mulai dari soal dasar hingga yang lebih kompleks. Drilling juga menjadi solusi praktis untuk menyamaratakan pemahaman siswa dengan kemampuan yang berbeda-beda.” (Hasil observasi guru PJOK di MTs N 1 Sukoharjo)”.

Langkah ketiga adalah guru memberi tugas yang mengharuskan siswa menerapkan materi secara mandiri atau kelompok (*Tasking*). Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa:

“ Guru telah menerapkan tahap *tasking* secara efektif dengan memberikan tugas yang menuntut siswa untuk menerapkan materi secara mandiri dan berkelompok. Tugas yang diberikan bersifat kontekstual dan mendorong siswa untuk berpikir kritis serta bekerja sama. Metode ini tidak hanya meningkatkan pemahaman konseptual siswa, tetapi juga melatih keterampilan komunikasi, kolaborasi, dan kemandirian mereka.” (Hasil observasi guru PJOK di MTs Muhammadiyah Jumantono)

Langkah keempat adalah siswa melakukan praktik langsung berdasarkan materi yang telah dipelajari (*Practicing*). Dari hasil wawancara menunjukkan bahwa:

“ Tahapan *practicing* yaitu kegiatan praktik langsung setelah pembelajaran teori, memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan pengalaman belajar siswa. Siswa merasa lebih mudah memahami materi, lebih terlibat secara aktif, dan lebih percaya diri setelah melakukan praktik. Praktik langsung juga memberikan kesempatan bagi siswa untuk menerapkan teori ke dalam konteks nyata, memperkuat daya ingat, serta meningkatkan motivasi belajar.” (Hasil wawancara dengan guru PJOK di MTs Muhammadiyah 2 Karanganyar).

Langkah kelima adalah guru mengevaluasi hasil kerja siswa dari drilling, tasking, dan practicing. Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi:

” Dengan tahapan dari drilling, tasking, dan practicing siswa dapat menjadi lebih memahami dan mudah menghafal gerak-gerakan atau materi yang akan dipelajari dimata pelajaran PJOK.” (Hasil observasi guru PJOK di MAN 4 Boyolali).

Menurut hasil wawancara, guru telah menerapkan berbagai strategi pembelajaran aktif, seperti menyampaikan tujuan pembelajaran dengan jelas, mengaitkan materi baru dengan pengetahuan sebelumnya, memberikan latihan soal secara berulang (*drilling*), tugas mandiri atau kelompok (*tasking*), serta praktik langsung (*practicing*). Seluruh kegiatan tersebut dievaluasi secara menyeluruh sesuai jenis tugasnya, baik melalui tes, rubrik penilaian, maupun observasi praktik.

**Kelebihan Model *Driling Tasking Practicing* Pada Pembelajaran PJOK Di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo**

Model *Driling Tasking Practicing* memiliki kelebihan pembelajaran yang meningkatkan ketepatan dan kecepatan (Gagne, R.M. (1985)). Hal ini sesuai dengan hasil wawancara bahwa:

“ Untuk meningkatkan ketepatan dan kecepatan secara bersamaan, saya membutuhkan kombinasi antara pemahaman materi, latihan teratur, strategi kerja yang efektif, dan lingkungan kerja yang mendukung. Ketepatan seringkali berbanding terbalik dengan kecepatan jika tidak diimbangi oleh latihan dan strategi yang baik. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan kognitif siswa, disiplin siswa, dan teknik efisiensi sangat penting.” (Hasil wawancara dengan guru PJOK di MTs N 1 Klaten).

Dengan menggunakan model *Driling Tasking Practicing* meningkatkan penguasaan keterampilan dasar (Sudjana, Nana. (2005)). Hal tersebut sesuai hasil wawancara sebagai berikut:

“ Menurut saya penguasaan keterampilan dasar sangat penting karena menjadi fondasi utama untuk mempelajari keterampilan yang lebih kompleks. Siswa menyadari bahwa keterampilan dasar harus dikuasai agar dapat bekerja dengan aman, tepat, dan percaya diri.” (Hasil wawancara dengan guru PJOK di MTs N 1 Sukoharjo).

Model *Driling Tasking Practicing* dengan menggunakan penugasan dan praktik, siswa terdorong untuk belajar secara mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. (Dimiyati & Mudjiono. (2006)). Hal tersebut sesuai hasil observasi sebagai berikut:

” Saya pemberian penugasan dan kegiatan praktik dalam pembelajaran memiliki pengaruh positif terhadap kemandirian dan tanggung jawab siswa. Siswa terdorong untuk mencari informasi sendiri, mengatur waktu, dan menyelesaikan tugas tanpa terlalu bergantung pada guru. Hal ini secara tidak langsung juga meningkatkan kepercayaan diri dan kesadaran mereka terhadap proses belajar.” (Hasil observasi guru PJOK di MTs Muhammadiyah Jumantono).

Model *Driling Tasking Practicing* cocok untuk penguatan dan remedial siswa. (Hamdani. (2011)). Hal tersebut sesuai hasil observasi sebagai berikut:

”Model ini cocok untuk kegiatan remedial adalah pembelajaran individual atau kelompok kecil, dengan fokus pada pengulangan, penjelasan sederhana, dan latihan bertahap. Sedangkan untuk penguatan, model ini efektif mencakup pemberian tantangan, latihan soal tingkat lanjut, serta penggunaan media interaktif.” (Hasil observasi guru PJOK di MTs N 3 Sukoharjo).

Data menunjukkan bahwa model *Driling Tasking Practicing* secara efektif dalam pembelajaran yang beragam dan tepat sasaran sangat berpengaruh dalam meningkatkan kemandirian, keterampilan dasar, kecepatan, ketepatan, serta pemahaman siswa secara menyeluruh. Dukungan guru, umpan balik yang konstruktif, dan lingkungan belajar yang positif merupakan faktor penting dalam keberhasilan proses pembelajaran baik untuk siswa yang memerlukan remedial maupun penguatan.

**Kekurangan Model *Driling Tasking Practicing* Pada Pembelajaran PJOK Di MTs N 1 Klaten; MTs Muh. Jumantono; MTs Muh. 2 Karanganyar; MTs N 1 Sukoharjo; MAN 4 Boyolali; MTs N 3 Sukoharjo**

Kekurangan model *Driling Tasking Practicing* yang pertama cenderung membosankan dan monoton (Dimiyati & Mudjiono : 2006). Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi yang menjelaskan bahwa:

“Pembelajaran monoton bisa menurunkan motivasi siswa, membuat mereka tidak terlibat aktif, dan berdampak pada hasil belajar yang rendah. Penting bagi guru untuk melakukan variasi model menggunakan teknologi, permainan edukatif, atau model kolaboratif.” (Hasil observasi guru PJOK di MTs N 1 Klaten).

Kelemahan model *Driling Tasking Practicing* yang kedua adalah kurang mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif (Hamalik, Oemar. 2001). Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang mengatakan bahwa:

“Model pembelajaran yang diamati masih bersifat berpusat pada guru, sehingga kurang memberikan ruang bagi siswa untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif. Hal ini berpotensi menyebabkan siswa menjadi pasif, tidak terbiasa menganalisis, dan kesulitan dalam memecahkan masalah secara mandiri.” (Hasil wawancara guru PJOK di MTs N 1 Sukoharjo).

Kelemahan model *Driling Tasking Practicing* yang ketiga adalah tidak cocok untuk semua materi atau gaya belajar (Sudjana, Nana. 2005). Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara yang mengatakan bahwa:

“Saya rasa model pembelajaran ini tidak dapat diterapkan secara universal untuk semua materi dan semua siswa. Perbedaan karakteristik materi pelajaran serta keragaman gaya belajar siswa menjadi tantangan tersendiri dalam proses pembelajaran di kelas.” (Hasil wawancara guru PJOK di MTs Muhammadiyah 2 Karanganyar).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang penerapan Model *Driling Tasking Practicing* pada pembelajaran PJOK di MTs N 1 Klaten, MTs Muh. Jumantono, MTs Muh. 2 Karanganyar, MTs N 1 Sukoharjo, MAN 4 Boyolali, dan MTs N 3 Sukoharjo, diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan model ini meliputi beberapa langkah, yaitu guru menyampaikan tujuan pembelajaran dan mengaitkan materi baru dengan pengetahuan

sebelumnya, melakukan latihan berulang (drilling) untuk membentuk pemahaman dasar, memberikan tugas individu atau kelompok (tasking) agar siswa menerapkan materi secara mandiri, serta melakukan praktik langsung (practicing) sebelum guru mengevaluasi hasil belajar siswa. Model ini memiliki kelebihan dalam meningkatkan ketepatan dan kecepatan, menguasai keterampilan dasar, menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab siswa, serta cocok digunakan untuk penguatan dan remedial. Namun demikian, model ini juga memiliki kekurangan, yaitu cenderung membosankan dan monoton, kurang mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan kreatif, serta tidak sesuai untuk semua jenis materi atau gaya belajar.

#### **DAFTAR REFERENSI**

- Dimiyati, & Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2005). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif*. Rineka Cipta.
- Hamalik, O. (2007). *Dasar-Dasar Pengembangan Kurikulum*. PT Remaja Rosdakarya.
- Hamdani. (2011). *Strategi Belajar Mengajar*. Pustaka Setia.
- Juliantine, T. (2006). Studi Tentang Perbandingan Pendidikan Jasmani Antara Indonesia Dengan Jepang. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(3), 10–20.
- N.K, R. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Rineka Cipta.
- Rusman. (2013). *Model-Model Pembelajaran : Mengembangkan Profesionalisme Guru*. Rajawali Pers.
- Sudijandoko, A. (2021). Pembelajaran Pendidikan jasmani yang Efektif dan Berkualitas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 27(1), 13–17.
- Sudjana, N. (2005). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Sinar Baru Algensindo.