



GHIROH, Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam

ISSN (E): 2962-4789

Web: <https://ghiroh.mgmp-paibintan.net/>

Volume 1, Nomor 2, Desember 2022

## Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Jigsaw untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa

Subandi

SDN 006 Teluk Sebong, Bintan, Indonesia

[bandipacitan@yahoo.co.id](mailto:bandipacitan@yahoo.co.id)

### *Abstract*

*This article focuses on the discussion of increasing student learning interest in the subject of Islamic Religious Education subject matter of the content of Surat Al Kaafiruun at the elementary school level in Bintan Regency. This study aims to determine the extent to which the Jigsaw cooperative learning model can increase students' interest in learning which in turn will improve their learning outcomes. To answer this question, this study used classroom action research with participants from class VI students. This research lasted for three months where researchers used three cycles in class action. The results of the data analysis showed that students experienced positive changes from before the action was taken. There was a significant increase in learning interest and learning outcomes after the action was taken. This study contributes to the PAI learning process in the future.*

**Keywords:** *Enhancement; Interest; Learn; Model; Jigsaw*

### **Abstrak**

Artikel ini difokuskan pada pembahasan peningkatan minat belajar siswa terhadap mata pelajaran Pendidikan Agama Islam materi pokok Kandungan Surat Al Kaafiruun pada jenjang sekolah dasar di Kabupaten Bintan. Studi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana model pembelajaran kooperatif Jigsaw dapat meningkatkan minat belajar siswa yang nantinya akan meningkatkan hasil belajarnya. Untuk menjawab pertanyaan tersebut, studi ini menggunakan penelitian tindakan kelas dengan peserta dari siswa kelas VI. Penelitian ini berlangsung selama tiga bulan dimana peneliti menggunakan tiga siklus dalam tindakan kelas. Hasil dari analisis data menunjukkan bahwa siswa mengalami perubahan positif dari sebelum dilakukan tindakan. Ada peningkatan yang cukup signifikan dalam minat belajar dan hasil belajarnya setelah dilakukan tindakan. Studi ini memberikan kontribusi bagi proses pembelajaran PAI di masa yang akan datang.

**Kata kunci:** Peningkatan; Minat; Belajar; Model; Jigsaw

## A. Pendahuluan

Menurut Bapak Pendidikan Nasional, Ki Hajar Dewantara (1889-1959) Pendidikan umumnya berarti daya upaya untuk memajukan budi pekerti (karakter, kekuatan batin). Dalam UU No. 20 Tahun 2003, pengertian pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara.

Kehidupan dan peradaban manusia senantiasa mengalami perubahan. Dalam merespons fenomena itu, manusia berpacu mengembangkan kualitas pendidikan, salah satunya melalui penyempurnaan kurikulum, kualitas yang tinggi diperlukan untuk menciptakan kehidupan yang cerdas, damai, terbuka, demokratis dan mampu bersaing. Dalam konteks sekolah, agar lulusannya memiliki keunggulan kompetensi dan komparasi maka kurikulum sekolah perlu dikembangkan dengan pendekatan kompetensi dan tingkat satuan pendidikan hal ini juga termasuk dengan pemilihan metode dalam proses pembelajaran yang akan mempengaruhi keaktifan siswa dan berdampak pada peningkatan mutu pembelajaran.

Proses belajar mengejar merupakan suatu proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan siswa atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan tertentu. Interaksi atau hubungan timbal balik antara guru dan siswa itu merupakan syarat utama, bagi berlangsungnya proses belajar mengajar (Gulo 2008). Dalam proses belajar mengajar sering kali guru menggunakan metode ceramah sehingga siswa menjadi bosan, jenuh, dan menyebabkan suasana belajar terkesan kaku. Dan juga kurangnya peserta didik (siswa) yang aktif dalam berdiskusi. Oleh karena itu para siswa pun mengalami kesulitan belajar dan akan susah untuk memahami materi-materi yang disampaikan oleh guru dan mereka pun akan menjadi malas dalam belajar. Hal seperti ini pun dapat mengakibatkan menurunnya kemampuan siswa dalam memahami pelajaran agama Islam tersebut. Karena pembelajaran sekarang harus disesuaikan dengan perkembangan zaman melalui proses pembelajaran yang lebih mengaktifkan siswa. Hal ini dapat dilihat dari proses awal sampai akhir pembelajaran yang mengarah pada hasil belajar siswa.

Model pembelajaran yang selama ini digunakan oleh para guru belum mampu untuk membantu siswa dalam memahami berbagai materi yang diberikan. Guru pun harus dituntut untuk menemukan berbagai model pembelajaran yang dapat membantu siswa dalam memahami materi. Salah satu kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan menggunakan strategi pembelajaran kooperatif dengan model pembelajaran kooperatif *jigsaw* yang bertujuan untuk menanamkan ketrampilan kerja sama antar peserta didik dengan cara berdiskusi kelompok.

Bagi sebagian besar guru agama Islam SD, mengajarkan materi agama Islam yang berkaitan dengan keaktifan dan kemampuan siswa memahami soal berkaitan dengan isi kandungan suatu surah bukanlah hal yang mudah. Meskipun banyak siswa yang telah mampu memahami topik agama Islam secara teoritis, akan tetapi banyak mengalami kesulitan ketika bentuk soal atau permasalahan disajikan dalam rangka pengembangan pemahaman isi kandungan sebuah surah Al-Qur'an. Dalam hal ini guru dituntut untuk mampu memberikan materi yang mudah diterima oleh siswa. Di samping

itu pula, hendaknya guru memberikan contoh yang kongkret dan jelas berkaitan dengan materi tersebut dan mengimplikasinya dalam kehidupan sehari-hari. Bila upaya tersebut dapat dilakukan dengan baik, diharapkan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran agama Islam juga akan meningkat. Berdasarkan situasi tersebut, dilakukan penelitian untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang efektif dalam memahami materi agama Islam bagi siswa SD. Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian dilakukan dalam bentuk penelitian tindakan kelas.

### **B. Pembahasan**

#### **1. Kajian Teori**

##### **a) Pembelajaran**

Pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan seseorang agar orang lain belajar (Sinambela 2017). Menurut Arifin pembelajaran merupakan suatu proses atau kegiatan yang sistematis dan sistemik yang bersifat interaktif dan komunikatif antara pendidik (guru) dengan siswa, sumber belajar dan lingkungan untuk menciptakan suatu kondisi yang memungkinkan terjadinya tindakan belajar siswa (Arifin 1995). Pembelajaran merupakan suatu sistem atau proses membelajarkan pembelajaran yang direncanakan, dilaksanakan dan dievaluasi dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli dapat disimpulkan pembelajaran adalah suatu hubungan yang bersifat timbal balik antara pendidik (guru) dan siswa. Maka dari itu pendidik (guru) harus merancang pembelajaran dengan baik (Santosa 2017). Bisa disimpulkan bahwa tujuan pembelajaran adalah rumusan secara terperinci apa saja yang harus dikuasai oleh siswa sesudah ia melewati kegiatan pembelajaran yang bersangkutan dengan berhasil (Handayani 2020).

##### **b) Model Pembelajaran**

Model pembelajaran adalah pola yang digunakan sebagai pedoman dalam merencanakan pembelajaran di kelompok maupun tutorial (Rismawati, R., Rustono, & Nugraha 2017). Sementara menurut Santosa, model pembelajaran adalah suatu rencana atau pola yang dapat digunakan untuk membentuk kurikulum, merancang bahan-bahan pembelajaran, dan membimbing pembelajaran di kelas atau lainnya (Santosa 2017). Model pembelajaran merupakan serangkaian konseptual yang menggambarkan prosedur dalam mengorganisasikan pengalaman pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran (Trisdiono, H., & Zuwanti 2017). Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan, bahwa model pembelajaran adalah berbagai kerangka prosedur yang di rancang oleh pengajar untuk diterapkan kepada siswa didalam maupun diluar kelas sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran dengan baik.

Ciri-ciri model pembelajaran menurut Sani (Sani 2013) adalah sebagai berikut:

- 1) Rasional teoritik yang logis yang disusun oleh para pencipta atau pengembangannya
- 2) Landasan pemikiran tentang apa dan bagaimana siswa belajar
- 3) Tingkah laku mengajar yang diperlukan agar model tersebut dapat dilaksanakan dengan berhasil
- 4) Lingkungan belajar yang diperlukan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

### c) Model Pembelajaran Kooperatif Jigsaw

Pembelajaran kooperatif model *jigsaw* ini mengambil pola cara bekerja sebuah gergaji (*zigzag*), yaitu siswa melakukan suatu kegiatan belajar dengan cara bekerja sama dengan siswa lain untuk mencapai tujuan bersama. pembelajaran kooperatif tipe jigsaw adalah sebuah model belajar kooperatif yang menitik beratkan kepada kerja kelompok siswa dalam bentuk kelompok kecil. Seperti yang diungkapkan Usman bahwa pembelajaran kooperatif model *jigsaw* ini merupakan model belajar kooperatif dengan cara siswa belajar dalam kelompok kecil yang terdiri atas empat sampai enam orang secara heterogen dan siswa bekerja sama saling ketergantungan positif dan bertanggung jawab secara mandiri (Usman, Akbar, and A, M.Or. 2020).

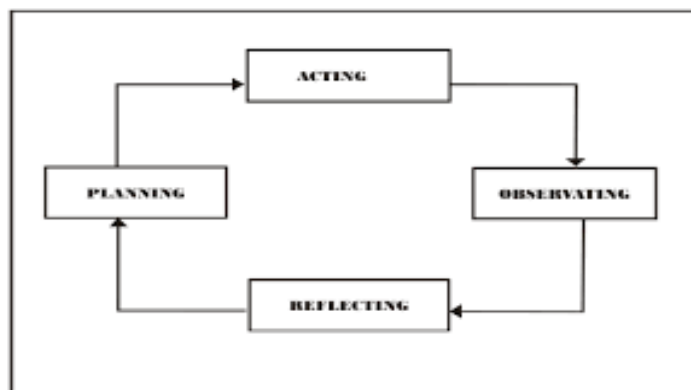
Model pembelajaran *jigsaw* ini dikenal juga dengan kooperatif para ahli. Karena anggota setiap kelompok dihadapkan pada permasalahan yang berbeda. Namun, permasalahan yang dihadapi setiap kelompok sama, kita sebut sebagai team ahli yang bertugas membahas permasalahan yang dihadapi. Selanjutnya, hasil pembahasan itu di bawa kekelompok asal dan disampaikan pada anggota kelompoknya. Kegiatan yang dilakukan pada model pembelajaran kooperatif Jigsaw sebagai berikut: (Handayani 2020)

- 1) Melakukan membaca untuk menggali informasi; Siswa memperoleh topik-topik permasalahan untuk di baca sehingga mendapatkan informasi dari permasalahan tersebut.
- 2) Diskusi kelompok ahli; Siswa yang telah mendapatkan topik permasalahan yang sama bertemu dalam satu kelompok atau kita sebut dengan kelompok ahli untuk membicarakan topik permasalahan tersebut.
- 3) Laporan kelompok; kelompok ahli kembali ke kelompok asal dan menjelaskan dari hasil yang didapat dari diskusi tim ahli.
- 4) Kuis dilakukan mencakup semua topik permasalahan yang dibicarakan tadi
- 5) Perhitungan skor kelompok dan menentukan penghargaan kelompok.

## 2. Rancangan Penelitian

- a) Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Penelitian Tindakan Kelas merupakan kegiatan untuk memperbaiki praktik pembelajaran terhadap kegiatan pembelajaran dari permasalahan yang muncul dalam situasi pembelajaran. sedangkan untuk desain penelitian yang digunakan peneliti adalah desain penelitian Model

Kurt Lewin. Ada empat komponen yang dikenalkan dalam penelitian tindakan , yaitu perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), observasi (*observing*) dan refleksi (*reflecting*). Hubungan dari komponen ini disebut dengan satu siklus (Trisdiono, H., & Zuwanti 2017) sebagaimana gambar berikut :



Gambar 1. Alur Siklus Penelitian

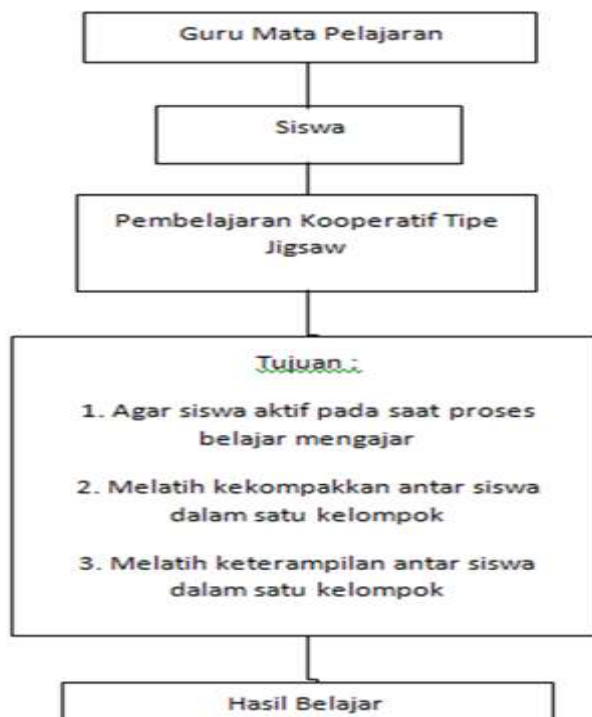
### b) Langkah-langkah tindakan

- 1) Perencanaan; Merancang penelitian tindakan yang akan dilakukan. Kalau pelaksanaannya di kelas maka rencana/pelaksanaannya disesuaikan dengan objek dan masalah yang ditingkatkan.
- 2) Tindakan; Melakukan intervensi sesuai dengan rencana yang telah disusun. Tindakan dilaksanakan dengan hati-hati dan teliti agar dicapai peningkatan yang baik.
- 3) Pengamatan; Mengamati dampak tindakan yang dilakukan. Apakah rencana dan tindakannya berhasil atau tidak. Artinya apakah ketika proses ada peningkatan atau tidak (peningkatan motivasi/semangat, peran dan hasil).
- 4) Refleksi; Membuka dan membahas kembali terhadap apa yang telah dilakukan. Refleksi disini untuk mengetahui kekurangan, kelemahan dan ketidak berhasilan tindakan yang telah dilakukan, kemudian menyusun rekomendasi dan saran untuk melangkah pada siklus berikutnya jika belum tuntas.

### c) Kerangka pemikiran

Sugiyono mengemukakan bahwa: (Sugiyono 2016)

- 1) Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.
- 2) Kerangka berpikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antar variabel yang akan diteliti. Secara umum kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Pertautan Antar Variabel

- d) Teknik pengumpulan data; teknik pengumpulan data ini merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utamanya adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan (Trisdiono, H., & Zuwanti 2017). Adapun beberapa teknik yang digunakan, sebagai berikut (Sugiyono 2016) :
- 1) Observasi; observasi merupakan suatu proses yang kompleks, yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantaranya terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.
  - 2) Wawancara; wawancara adalah penemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam topik tertentu. Wawancara ini dilakukan untuk mendapatkan jawaban sesuai kebutuhan peneliti.
  - 3) Dokumentasi; dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar ataupun karya-karya monumental dari seorang.
- e) Analisis data; Analisis data dilakukan setelah siklus selesai dilaksanakan, dengan melihat hasil tes setiap siklus, melalui gambar, dan lembar observasi. Data dianalisis berdasarkan hasil tes tertulis sebagai indikator utama dalam menarik kesimpulan peningkatan hasil belajar yang berarti adanya peningkatan aktivitas belajar pada siswa. Hasil analisis tahap pertama, yang berasal dari lembar observasi, dan hasil tes digunakan

sebagai acuan untuk menentukan tahap penelitian selanjutnya. Penskoran dilakukan sebagaimana gambar berikut:

$$S = \frac{R}{N} \times 100\%$$

Gambar 3. Rumus Penskoran

Keterangan:

S = Persentase ketuntasan individual

R = Skor yang diperoleh

N = Skor maksimal

Tingkat keberhasilan adalah standar yang sudah di tentukan atau digunakan untuk menentukan hasil atau tidaknya sesuatu penelitian. Dari hasil penilaian masing-masing sesuai dengan patokan nilai dengan perhitungan perolehan skor. Keberhasilan dalam penelitian ini dengan persentase 75%, seperti tabel berikut:

Tabel 1. Interval Keberhasilan Tindakan

Interval (rentangan)	Kategori
91 – 100 %	Sangat Termotivasi
71 – 90 %	Termotivasi
61 – 70 %	Mulai Termotivasi
< 61 %	Kurang Termotivasi

Sebagai kriteria keberhasilan, peneliti menetapkan nilai rata-rata minimal 75, sesuai kriteria ketuntasan minimal (KKM) adalah 85 % yang ditetapkan oleh Sekolah Dasar Negeri 006 Teluk Sebong, Bintan.

### 3. Hasil Penelitian

Data penelitian yang diperoleh berupa *output* uji coba *item* soal, data observasi berupa pengamatan pengelolaan pembelajaran metode tanya jawab dan pengamatan kegiatan belajar mengajar antara murid dan guru pada akhir pembelajaran, dan data tes formatif siswa pada setiap siklus. Data *output* uji coba *item* soal digunakan untuk mendapatkan tes yang betul-betul mewakili apa yang diinginkan. Data ini selanjutnya dianalisis tingkat validitas, reliabilitas, tingkat kesukaran, dan daya pembeda.

Data lembar observasi diambil dari dua pengamatan yaitu data pengamatan pengelolaan pembelajaran metode *jigsaw* yang digunakan untuk mengetahui pengaruh penerapan metode pembelajaran metode *jigsaw* dalam meningkatkan aktivitas siswa yang tergambar melalui peningkatan prestasi dikelas. Data tes formatif untuk mengetahui peningkatan prestasi belajar siswa setelah diterapkan pembelajaran metode *jigsaw*.

**Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Siklus I**

No.	Uraian	Hasil Siklus I
1	Nilai Rata-rata tes Formatif	59
2	Jumlah siswa yang tuntas	3
3	Persentase ketuntasan belajar	30 %

Dari tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dengan menerapkan metode pembelajaran metode *jigsaw* diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 59 dan ketuntasan belajar 30% yang berarti 3 siswa dari 10 siswa sudah tuntas belajar. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pada siklus pertama secara klasikal siswa belum tuntas belajar, karena siswa yang memperoleh nilai  $\geq 75$  hanya sebesar 30% lebih kecil dari persentase ketuntasan yang dikehendaki yaitu sebesar 85%. Hal ini disebabkan karena siswa masih merasa baru dan belum termotivasi untuk aktif dalam kegiatan diskusi dan juga belum mengerti apa yang dimaksudkan dan digunakan guru dengan menerapkan metode pembelajaran metode *jigsaw*. Karenanya dilakukan tindakan di siklus II, yang hasilnya seperti tabel berikut :

**Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Siklus II**

No.	Uraian	Hasil Siklus II
1	Nilai Rata-rata tes Formatif	72
2	Jumlah siswa yang tuntas	5
3	Persentase ketuntasan belajar	50%

Dari tabel di atas diperoleh nilai rata-rata prestasi belajar siswa adalah 72 dan ketuntasan belajar mencapai 50 % atau ada 5 siswa dari 10 siswa sudah tuntas belajar. Hasil ini menunjukkan bahwa pada siklus II ini ketuntasan belajar secara klasikal telah mengalami peningkatan sedikit lebih baik dari siklus I. Adanya peningkatan hasil belajar siswa ini karena siswa telah memahami aturan metode *jigsaw* sehingga siswa mengikuti diskusi dalam tim kecil dengan optimal. Selain itu siswa juga sudah mulai mengerti apa yang dimaksudkan dan diinginkan guru dengan menerapkan metode pembelajaran metode *jigsaw*. Karenanya dilakukan tindakan di siklus III, yang hasilnya seperti tabel berikut :

**Tabel 4. Rekapitulasi Hasil Siklus III**

No.	Uraian	Hasil Siklus I
1	Nilai Rata-rata tes Formatif	83.5
2	Jumlah siswa yang tuntas	9
3	Persentase ketuntasan belajar	90%

Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai rata-rata tes formatif sebesar 83.5 dan dari 10 siswa yang telah tuntas sebanyak 9 siswa dan 1 siswa belum mencapai ketuntasan belajar. Maka secara klasikal ketuntasan belajar yang telah tercapai sebesar 90% (termasuk kategori tuntas). Hasil pada siklus III ini mengalami peningkatan lebih baik dari siklus II. Adanya peningkatan hasil belajar pada siklus III ini dipengaruhi oleh adanya peningkatan kemampuan guru

dalam menerapkan pembelajaran metode *jigsaw* sehingga siswa menjadi lebih terbiasa dengan pembelajaran seperti ini sehingga siswa lebih mudah dalam memahami materi yang telah diberikan. Pada siklus III ini ketuntasan secara klasikal telah tercapai, sehingga penelitian ini hanya sampai pada siklus III.

### C. Simpulan

Dari hasil kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan selama tiga siklus, dan berdasarkan seluruh pembahasan serta analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Pembelajaran dengan metode *jigsaw* memiliki dampak positif dalam meningkatkan keaktifan belajar siswa yang ditandai dengan peningkatan ketuntasan belajar siswa dalam setiap siklus, yaitu siklus I (30%), siklus II (50%), siklus III (90%). 2) Penerapan metode pembelajaran metode *jigsaw* mempunyai pengaruh positif, yaitu dapat meningkatkan motivasi belajar siswa dan juga keaktifannya dalam proses belajar mengajar yang ditunjukkan dengan hasil wawancara dengan sebagian siswa, rata-rata jawaban siswa menyatakan bahwa siswa tertarik dan berminat dengan metode pembelajaran metode *jigsaw* sehingga mereka menjadi termotivasi untuk aktif dalam proses pembelajaran. Untuk melaksanakan model metode *jigsaw* memerlukan persiapan yang cukup matang, sehingga guru harus mampu menentukan atau memilih topik yang benar-benar bisa diterapkan dengan model metode *jigsaw* dalam proses belajar mengajar sehingga diperoleh hasil yang optimal. Dalam rangka meningkatkan prestasi belajar siswa, guru hendaknya lebih sering melatih siswa dengan berbagai metode pembelajaran, walau dalam taraf yang sederhana, dimana siswa nantinya dapat menemukan pengetahuan baru, memperoleh konsep dan keterampilan, sehingga siswa berhasil atau mampu memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, M.H. 1995. *Kapita Selekta Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Gulo, W. 2008. *Strategi Belajar Mengajar*. Grasindo.
- Handayani, Hani. 2020. "Pengaruh Implementasi Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Siswa Sekolah Dasar." *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* V(Vol 5 No 1 June 2020): 50–60.
- Rismawati, R., Rustono, & Nugraha, A. 2017. "Pengaruh Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Terhadap Hasil Belajar IPS Siswa Kelas IV Di Sekolah Dasar." *PEDADIDAKTIKA* 4. <https://ejournal.upi.edu/index.php/pedadidaktika/article/view/7425>.
- Sani, Ridwan Abdullah. 2013. "Inovasi Pembelajaran." *Jakarta: Bumi Aksara*.
- Santosa, Donald Samuel Slamet. 2017. "Dampak Implementasi Metode Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Di Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan Dasar PerKhasa* 3(2): 440–46.
- Sinambela, Pardomuan N J M. 2017. "Kurikulum 2013 Dan Implementasinya Dalam Pembelajaran." *Generasi Kampus* 6(2).
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung:

Alfabeta.

Trisdiono, H., & Zuwanti, I. 2017. “Strategi Implementasi Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Di Kelas IV Sekolah Dasar.” *Premiere Educandum* 7.

Usman, Bandi, Khairil Akbar, and Kurnia Dyah A, M.Or. 2020. “Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi(Penjaskesrek) Volume 3, Nomor 2, Juli 2016.” *Jurnal Pendidikan Jamani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek)* 3(2): 56–63.