


## Lampiran 1. Surat Observasi

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali  
Telp. (0362) 25571, Fax. (03620) 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 13 Juni 2023



No : 110/UN48.12.1/PP/2023  
Lampiran : -  
Prihal : Melakukan Penelitian

Yth. : Kepala SMA Negeri 1 Sawan  
di  
Singaraja



Dengan Hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan prihal tersebut kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk menggunakan obyek penelitian.

Nama : Ni Made Putri Darmayanti  
NIM : 1916011043  
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi  
Fakultas : Olahraga dan Kesehatan  
Judul Skripsi : Implementasi Model Pembelajaran Project Based Learning (PjBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai Roll Belakang Pada Peserta Didik Kelas X-C SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023

Atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

  
Wakil Dekan I  
  
Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or  
NIP 196805172001121001

## Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian

   
PEMERINTAH PROVINSI BALI  
DINAS PENDIDIKAN, KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA  
SMA NEGERI 1 SAWAN  
Alamat : Jl. Rayn Abasan, Desa Sangsit, Kecamatan Sawan, Telp. (0362) 24832  
email : smanegeri1sawan92@gmail.com website : www.sman1sawan.sch.id

---

**SURAT - KETERANGAN**  
Nomor: B.31.518/5108/SMAN 1 SAWAN/DIKPORA


Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Negeri 1 Sawan Kabupaten Buleleng menerangkan bahwa :



N a m a	:	Ni Made Putri Darmayanti
Nomor Induk Mahasiswa	:	1916011043
Prodi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas	:	Olahraga Kesehatan
Universitas	:	Pendidikan Ganesha

Memang benar nama tersebut di atas telah melaksanakan penelitian pada tanggal 08 Juni 2023 s/d 27 Juli 2023 di SMA Negeri 1 Sawan. Dimana judul Penelitian yaitu "Implementasi Model Pembelajaran Project Based Learning ( Pjbl ) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pjok Materi Senam Lantai Roll Belakang Pada Peserta Didik Kelas X-C SMA N 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023 ."


Demikianlah, Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Buleleng, 18 Agustus 2023

	Ditandatangani secara elektronik oleh : KEPALA SEKOLAH <b>Made Sutawa Redina, S.Pd, M.Pd</b> NIP. 19670329 199002 1 002
---	--

  Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSRE

### Lampiran 3. Surat Tugas

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI**  
**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**  
**FAKULTAS OLAH RAGA DAN KESEHATAN**  
**JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA**  
Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

---

**SURAT TUGAS**  
Nomor: 12.01/UN48.12.5/PP/2023


Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga,  
Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

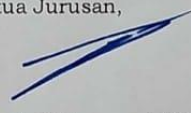
- Nama : I Gede Suwiwa, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198501172008121001  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Sebagai : Pembimbing Utama
- Nama : I Komang Sukarata Adnyana, S.Pd., M.Or.  
NIP : 198503082019031005  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Ni Made Putri Darmayanti  
NIM : 1916011043  
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Judul : Implementasi Model Pembelajaran Project based Learning (PjBL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Roll Belakang pada Peserta Didik Kelas X-C SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

  
Dekan,  
I Ketut Budaya Astra, S.Pd., M.Or.  
NIP. 196804081997031002

Singaraja, 11 Januari 2023  
Ketua Jurusan,  
  
I Made Satyawan, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 198206062008121002

#### Lampiran 4. Lembar Instrumen

### LEMBAR VALIDITAS INSTRUMEN TES HASIL BELAJAR SENAM LANTAI

Instrumen : Tes Hasil Belajar Senam Lantai  
Sasaran : Kelas XC SMA Negeri 1 Sawan  
Nama Peneliti : Ni Made Putri Darmayanti  
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

#### Petunjuk Pengisian :

1. Berikan tanda checklist (√) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
2. Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut.
  - 1 = Sangat Tidak Relevan
  - 2 = Tidak Relevan
  - 3 = Relevan
  - 4 = Sangat Relevan
3. Berikan komentar dan saran Bapak/Ibu terhadap masing-masing aspek penilaian, nilai tuliskan pada kolom yang telah tersedia.

#### Aspek Pengetahuan

Lembar penilaian aspek kognitif ini dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan dalam bentuk isian yang sesuai dengan materi pembelajaran PJOK materi senam *lantai roll* belakang.

Lembar Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai *Roll* Belakang.

No	Soal Aspek Pengetahuan
1	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan awalan <i>roll</i> belakang?
2	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan pelaksanaan <i>roll</i> belakang?
3	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan akhiran <i>roll</i> belakang?
4	Apa saja kesalahan umum yang sering terjadi saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?

5	Bagian tubuh manakah yang menjadi tumpuan saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?
---	--

Rumus penilaian kognitif:  $\frac{\text{skor peserta didik}}{\text{skor maksimal}} \times 100$

### Lembar Validasi Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai *Roll* Belakang

No	Soal Aspek Pengetahuan	SKOR					KR			R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	
1	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan awalan <i>roll</i> belakang?										
2	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan pelaksanaan <i>roll</i> belakang?										
3	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan akhiran <i>roll</i> belakang?										
4	Apa saja kesalahan umum yang sering terjadi saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?										
5	Bagian tubuh manakah yang menjadi tumpuan pada saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?										

### KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN

Singaraja, 11 Juli 2023

Pakar I Validasi Instrumen

Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 197309262001121001

### Penilaian Keterampilan

Penilaian aspek psikomotor berdasarkan unjuk kerja peserta didik dalam melakukan teknik dasar senam lantai. Asesmen Penilaian Teknik dasar senam lantai roll belakang.

#### Lembar Validasi Penilaian Aspek Psikomotor Senam Lantai Roll Belakang

Aspek yang dinilai	Deskripsi	SKOR					KR		R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4
<b>Sikap Awal</b>	a. Sikap jongkok membelakangi arah gerakan (matras).									
	b. Kedua kaki sedikit menjinjit dan tangan di letakkan di samping telinga dengan kedua telapak tangan menghadap ke atas.									
	d. Daggu menempel di dada dan pandangan tertuju ke bawah (matras).									
<b>Tahap Pelaksanaan</b>	a. Bersama dengan saat menjatuhkan pinggul ke matras, pandangan tertuju ke arah perut.									
	b. Kedua telapak tangan menumpu di atas matras pada saat pundak mengenai matras, gerakan kaki ke belakang diteruskan hingga kedua ujung kaki menyentuh matras.									
	c. Kedua kaki di dorong ke belakang sampai kedua telapak kaki menyentuh matras, kedua telapak tangan mendorong badan hingga posisi badan berjongkok dan badan digulingkan ke belakang hingga kedua lutut dengan tetap tertunduk mengikuti arah gerak badan dan kedua telapak tangan menempel matras.									
	d. Setelah badan kembali ke posisi jongkok, pandangan mata tertuju ke arah matras dan kembali di posisi jongkok,									
	a. Kembali pada posisi jongkok.									
	b. Kedua lengan lurus ke depan agak serong ke atas dengan kedua telapak tangan menghadap									

Aspek yang dinilai	Deskripsi	SKOR					KR		R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4
Tahap Akhir	ke bawah dan pandangan ke arah depan.									
	c. Dagu sedikit di angkat atau tidak menempel lagi dengan dada, telapak kaki berada atau menempel di matras.									

**Keterangan :**

Nilai 5 = Sangat Baik

Nilai 4 = Baik

Nilai 3 = Cukup

Nilai 2 = Kurang

Nilai 1 = Sangat Kurang

**Keterangan :**

a. Pada kriteria yang terpenuhi beri tanda centang (✓)

b. Pada kriteria yang tidak terpenuhi kosongkan

**Keterangan skor :**

1. Sikap Awal : 3

2. Sikap Pelaksanaan : 4

3. Sikap Akhir : 3

---

Jumlah : 10

**Rumus penilaian psikomotor :**

$$N2 = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN

Singaraja, 11 Juli 2023  
Pakar I Validasi Instrumen

Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 197309262001121001





### Penilaian Aspek Afektif

Penilaian Aspek Afektif yang dilakukan guru terhadap siswa didasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pengamatan dan memiliki skor maksimal adalah 15.

No	Nama	Aspek										Jumlah Skor	Nilai
		Percaya Diri		Kerjasama		Tanggung Jawab		Menghargai Teman		Menjaga Keselamatan			
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b		
1.													
2.													

Keterangan :

- Pada kriteria terpenuhi beri tanda (✓) yang berarti skor 1.
- Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan.
- Jumlah skor maksimal = 10

1. Percaya Diri	: 2
2. Kerjasama	: 2
3. Tanggungjawab	: 2
4. Menghargai Teman	: 2
5. Menjaga Keselamatan	: 2
<hr style="width: 100%; border: 0.5px solid black;"/>	
Jumlah	: 10

Rumus Penilaian Afektif (N2):

$$N2 = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Aspek Afektif	Deskripsi	Skor
Percaya Diri	a. Berani membimbing teman yang belum mengerti.	1
	b. Berani mengemukakan pendapat.	1
Kerjasama	a. Mau membantu teman dalam proses pembelajaran.	1
	b. Dapat menjaga kekompakan belajarnya.	1
Tanggung jawab	a. Mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik.	1
	b. Mampu menjamin keselamatan diri sendiri dan orang lain.	1
Menghargai Teman	a. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.	1
	b. Memberikan kesempatan teman untuk berpendapat.	1
Menjaga Keselamatan	a. Tidak mengganggu saat melakukan gerakan.	1
	b. Tidak melakukan gerakan-gerakan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.	1

#### KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN

Singaraja, 11 Juli 2023

Pakar I Validasi Instrumen

Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 197309262001121001

**LEMBAR VALIDITAS INSTRUMEN**  
**TES HASIL BELAJAR SENAM LANTAI**

Instrumen : Tes Hasil Belajar Senam Lantai  
 Sasaran : Kelas XC SMA Negeri 1 Sawan  
 Nama Peneliti : Ni Made Putri Darmayanti  
 Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

**Petunjuk Pengisian :**

4. Berikan tanda checklist (√) pada kolom kriteria penilaian yang paling sesuai dengan penilaian bapak/ibu terhadap setiap pernyataan komponen penilaian.
5. Rentang skor setiap komponen penilaian menggunakan skala 4 dengan keterangan kriteria penilaian sebagai berikut.
  - 1 = Sangat Tidak Relevan
  - 2 = Tidak Relevan
  - 3 = Relevan
  - 4 = Sangat Relevan
6. Berikan komentar dan saran Bapak/Ibu terhadap masing-masing aspek penilaian, nilai tuliskan pada kolom yang telah tersedia.

**Aspek Pengetahuan**

Lembar penilaian aspek kognitif ini dilaksanakan dengan cara memberikan pertanyaan dalam bentuk isian yang sesuai dengan materi pembelajaran PJOK materi senam *lantai roll* belakang.

Lembar Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai *Roll* Belakang.

No	Soal Aspek Pengetahuan
1	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan awalan <i>roll</i> belakang?
2	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan pelaksanaan <i>roll</i> belakang?
3	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan akhiran <i>roll</i> belakang?
4	Apa saja kesalahan umum yang sering terjadi saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?
5	Bagian tubuh manakah yang menjadi tumpuan saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?

Rumus penilaian kognitif:  $\frac{\text{skor peserta didik}}{\text{skor maksimal}} \times 100$

**Lembar Validasi Penilaian Aspek Kognitif Senam Lantai *Roll* Belakang**

No	Soal Aspek Pengetahuan	SKOR					KR		R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4
1	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan awalan <i>roll</i> belakang?									
2	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan pelaksanaan <i>roll</i> belakang?									
3	Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan akhiran <i>roll</i> belakang?									
4	Apa saja kesalahan umum yang sering terjadi saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?									
5	Bagian tubuh manakah yang menjadi tumpuan pada saat melakukan gerakan <i>roll</i> belakang?									

**KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN**

Singaraja, 11 Juli 2023

Pakar II Validasi Instrumen

Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198410252008121002

### Penilaian Keterampilan

Penilaian aspek psikomotor berdasarkan unjuk kerja peserta didik dalam melakukan teknik dasar senam lantai. Asesmen Penilaian Teknik dasar senam lantai roll belakang.

#### Lembar Validasi Penilaian Aspek Psikomotor Senam Lantai Roll Belakang

Aspek yang dinilai	Deskripsi	SKOR					KR		R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4
<b>Sikap Awal</b>	a. Sikap jongkok membelakangi arah gerakan (matras).									
	b. Kedua kaki sedikit menjinjit dan tangan di letakkan di samping telinga dengan kedua telapak tangan menghadap ke atas.									
	d. Dagu menempel di dada dan pandangan tertuju ke bawah (matras).									
<b>Tahap Pelaksanaan</b>	a. Bersama dengan saat menjatuhkan pinggul ke matras, pandangan tertuju ke arah perut.									
	b. Kedua telapak tangan menumpu di atas matras pada saat pundak mengenai matras, gerakan kaki ke belakang diteruskan hingga kedua ujung kaki menyentuh matras.									
	c. Kedua kaki di dorong ke belakang sampai kedua telapak kaki menyentuh matras, kedua telapak tangan mendorong badan hingga posisi badan berjongkok dan badan digulingkan ke belakang hingga kedua lutut dengan tetap tertunduk mengikuti arah gerak badan dan kedua telapak tangan menempel matras.									
	d. Setelah badan kembali ke posisi jongkok, pandangan mata tertuju ke arah matras dan kembali di posisi jongkok,									
	a. Kembali pada posisi jongkok.									
	b. Kedua lengan lurus ke depan agak serong ke atas dengan kedua telapak tangan menghadap									

Aspek yang dinilai	Deskripsi	SKOR					KR		R	
		1	2	3	4	5	1	2	3	4
Tahap Akhir	ke bawah dan pandangan ke arah depan.									
	c. Dagu sedikit di angkat atau tidak menempel lagi dengan dada, telapak kaki berada atau menempel di matras.									

**Keterangan :**

Nilai 5 = Sangat Baik

Nilai 4 = Baik

Nilai 3 = Cukup

Nilai 2 = Kurang

Nilai 1 = Sangat Kurang

**Keterangan :**

a. Pada kriteria yang terpenuhi beri tanda centang (✓)

b. Pada kriteria yang tidak terpenuhi kosongkan

**Keterangan skor :**

1. Sikap Awal : 3

2. Sikap Pelaksanaan : 4

3. Sikap Akhir : 3

---

Jumlah : 10

**Rumus penilaian psikomotor :**

$$N2 = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN

Singaraja, 11 Juli 2023

Pakar II Validasi Instrumen

Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198410252008121002



### Penilaian Aspek Afektif

Penilaian Aspek Afektif yang dilakukan guru terhadap siswa didasarkan pada perilaku yang ditunjukkan siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pengamatan dan memiliki skor maksimal adalah 15.

No	Nama	Aspek										Jumlah Skor	Nilai
		Percaya Diri		Kerjasama		Tanggung Jawab		Menghargai Teman		Menjaga Keselamatan			
		a	b	a	b	a	b	a	b	a	b		
1.													
2.													

Keterangan :

- Pada kriteria terpenuhi beri tanda (✓) yang berarti skor 1.
- Pada kriteria tidak terpenuhi dikosongkan.
- Jumlah skor maksimal = 10

1. Percaya Diri	: 2
2. Kerjasama	: 2
3. Tanggungjawab	: 2
4. Menghargai Teman	: 2
5. Menjaga Keselamatan	: 2
Jumlah	: 10

Rumus Penilaian Afektif (N2):

$$N2 = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$



Aspek Afektif	Deskripsi	Skor
Percaya Diri	c. Berani membimbing teman yang belum mengerti.	1
	d. Berani mengemukakan pendapat.	1
Kerjasama	c. Mau membantu teman dalam proses pembelajaran.	1
	d. Dapat menjaga kekompakan belajarnya.	1
Tanggung jawab	c. Mampu mengerjakan tugas yang diberikan dengan baik.	1
	d. Mampu menjamin keselamatan diri sendiri dan orang lain.	1
Menghargai Teman	c. Menerima pendapat dan masukan yang diberikan oleh teman.	1
	d. Memberikan kesempatan teman untuk berpendapat.	1
Menjaga Keselamatan	c. Tidak mengganggu saat melakukan gerakan.	1
	d. Tidak melakukan gerakan-gerakan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.	1

#### KOMENTAR DAN SARAN PERBAIKAN

Singaraja, 11 Juli 2023

Pakar II Validasi Instrumen

Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd.  
NIP : 198410252008121002

**Lampiran 5. Daftar Nama Peserta Didik Kelas X-C SMA Negeri 1 Sawan**

No	Nama	L/P
1	Desak Kadek Trisna Dwik Utami	P
2	Dewa Kadek Agropatria	L
3	Gede Ari Budiartawan	L
4	Gede Bayu Dharma Wibawa	L
5	Gede Bayu Saputra	L
6	Gede Martin Juliarta	L
7	Gede Ranga Pratama	L
8	Gede Restana	L
9	Gede Sepri Hartawan	L
10	Gusti Ayu Putu Bunga Handayani	P
11	Gusti Bagus Wahyu Saputra	L
12	I Komang Tri Eka Sugiantara	L
13	Kadek Dwi Oktaviani	P
14	Kadek Gita Dwi Lestari	P
15	Kadek Ira Mahayani	P
16	Kadek July Antara	L
17	Kadek Mesi Yuliani	P
18	Kadek Mita Sugiantari	P
19	Kadek Suyadnya	L
20	Ketut Hartawan	L
21	Ketut Septiani	P
22	Komang Agus Setiawan	L
23	Komang Devi Arta Mahayani	P
24	Komang Mytea Putri Narahita	P
25	Komang Sanggraha Putra	L
26	Komang Yoga Manik Wiguna	L
27	Luh Lita Sumiadi	P
28	Made Artani	P
29	Made Setiawati Darma Cahyani	P
30	Nengah Budiarta	L
31	Ni Komang Oktia Kusuma Sari	P
32	Nyoman Sugiarta	L
33	Putu Suryaningsih	P

**Lampiran 6. Daftar Kelompok Peserta Didik Kelas X-C SMA Negeri 1 Sawan**

No	Kelompok	Nama Peserta Didik
1	Kelompok I	Desak Kadek Trisna Dwik Utami
2		Dewa Kadek Agropatria
3		Gede Ari Budiartawan
4		Gede Bayu Dharma Wibawa
5		Gede Bayu Saputra
6		Gede Martin Juliarta
7		Gede Rangga Pratama
8		Gede Restana
9	Kelompok II	Gede Sepri Hartawan
10		Gusti Ayu Putu Bunga Handayani
11		Gusti Bagus Wahyu Saputra
12		I Komang Tri Eka Sugiantara
13		Kadek Dwi Oktaviani
14		Kadek Gita Dwi Lestari
15		Kadek Ira Mahayani
16		Kadek July Antara
17	Kelompok III	Kadek Mesi Yuliani
18		Kadek Mita Sugiantari
19		Kadek Suyadnya
20		Ketut Hartawan
21		Ketut Septiani
22		Komang Agus Setiawan
23		Komang Devi Arta Mahayani
24		Komang Mytea Putri Narahita
25	Kelompok IV	Komang Sanggraha Putra
26		Komang Yoga Manik Wiguna
27		Luh Lita Sumiadi
28		Made Artani
29		Made Setiawati Darma Cahyani
30		Nengah Budiarta
31		Ni Komang Oktia Kusuma Sari
32		Nyoman Sugiarta
33		Putu Suryaningsih

## Lampiran 7. Modul Ajar

### MODUL AJAR PROGRAM SEKOLAH PENGGERAK

#### I. Informasi Umum

##### 1. Identitas

Satuan Pendidikan : SMAN 1 SAWAN

Guru Mata Pelajaran : Ni Made Putri Darmayanti

Kelas/Fase : X/C

Alokasi Waktu : 2 x 45 Menit

Mata Pelajaran : PJOK

Materi : Senam Lantai

##### 2. Kompetensi Awal

Siswa sudah memahami teknik dasar dalam senam lantai

##### 3. Profil Pelajar Pancasila

- Membangun tim dan mengelola Kerjasama (Elemen, Kolaborasi, sub elemen : Kerjasama).
- Mengidentifikasi kekuatan dan tantangan-tantangan ( Elemen, Pemahaman Diri, sub elemen : Mengenali kualitas dan minat diri serta tantangan yang dihadapi).
- Bergotong royong: Melakukan praktik kegiatan senam lantai secara bersama-sama dengan menganalisis kesalahan yang dilakukan oleh teman lainnya.

##### 4. Sarana dan Prasarana

- Matras
- Video pembelajaran
- Pluit

##### 5. Target peserta didik

- Jumlah peserta didik yang terdiri dari 33 siswa dalam 1 kelas.

##### 6. Model pembelajaran

- PjBL
- Tatap Muka Terbatas

#### II. Komponen Inti

##### 7. Tujuan Pembelajaran

Melalui Pembelajaran menggunakan Model pembelajaran PjBL siswa dapat:

1. Menganalisis gerakan *roll* belakang awalan jongkok dari sikap awalan, saat melakukan dan sikap akhir.
2. Mampu mempraktikkan gerakan *roll* belakang awalan jongkok dari sikap awalan, saat melakukan dan sikap akhir
3. Dapat menghayati dan mengamalkan ajaran agama melalui pembelajaran PJOK sehingga peserta didik dapat mengembangkan sikap kerja sama, tanggungjawab.

#### 8. Pertanyaan pemantik

- Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan awalan *roll* belakang?
- Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan pelaksanaan *roll* belakang?
- Sebutkan langkah-langkah melakukan gerakan akhiran *roll* belakang?
- Apa saja kesalahan umum yang sering terjadi saat melakukan gerakan *roll* belakang?
- Bagian tubuh manakah yang menjadi tumpuan saat melakukan gerakan *roll* belakang?

#### Prosedur Kegiatan Pembelajaran

##### 1. Persiapan mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan aktivitas gerak senam lantai.
- c. Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
  - 1) Lapangan olahraga atau halaman sekolah (ruangan kelas).
  - 2) Matras senam lantai atau sejenisnya.
  - 3) Peluit dan *stopwatch*.

Lembar Kerja (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak

##### 2. Kegiatan pengajaran

Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:

- a. Kegiatan pendahuluan (10menit)
  - 1) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk menyiapkan barisan di lapangan sekolah dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada peserta didik.
  - 2) Guru meminta salah seorang peserta didik untuk memimpin doa, dan peserta didik berdoa sesuai dengan agamanya masing-masing.
  - 3) Guru memastikan bahwa semua peserta didik dalam keadaan sehat, bila ada peserta didik yang kurang sehat (sakit), maka guru meminta peserta didik tersebut untuk beristirahat di kelas.
  - 4) Guru memotivasi peserta didik untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan dan kebugaran.
  - 5) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
  - 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan aktivitas senam lantai: misalnya: bahwa aktivitas senam adalah salah satu aktivitas yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi cabang olahraga senam.
  - 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: senam lantai *roll* belakang.
  - 8) Guru menjelaskan teknik asesmen untuk kompetensi aktivitas senam, baik kompetensi sikap spiritual dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu perilaku keseriusan dalam berdoa dan berusaha secara maksimal, kompetensi sikap sosial: nilai-nilai karakter antara lain: gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: mengidentifikasi senam lantai *roll* belakang menggunakan penugasan atau tes lisan dan tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu:melakukan senam lantai *roll* belakang dalam bentuk rangkaian yang sederhana.
  - 9) Dilanjutkan dengan pemanasan agar peserta didik terkondisikan dalam

materi yang akan diajarkan dengan perasaan yang menyenangkan.

10) Dalam pembelajaran ini disamping dapat mengembangkan elemen keterampilan gerak dan pengetahuan gerak, peserta didik juga diharapkan dapat mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

b. Kegiatan Inti (70 menit)

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan prosedur sebagai berikut:

- 1) Peserta didik menyimak informasi dan peragaan materi tentang senam lantai *roll* belakang baik melalui video pembelajaran, gambar, maupun peragaan guru atau peserta didik.
- 2) Peserta didik mencoba gerak senam lantai *roll* belakang yang telah diperlihatkan melalui video pembelajaran, gambar, atau diperagakan oleh guru atau peserta didik.

Peserta didik melakukan gerak senam lantai *roll* belakang secara berulang-ulang sesuai dengan komando dan giliran yang diberikan oleh guru, sesuai dengan koreksi yang diberikan oleh guru.

**Materi : Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas gerak *roll* ke belakang**

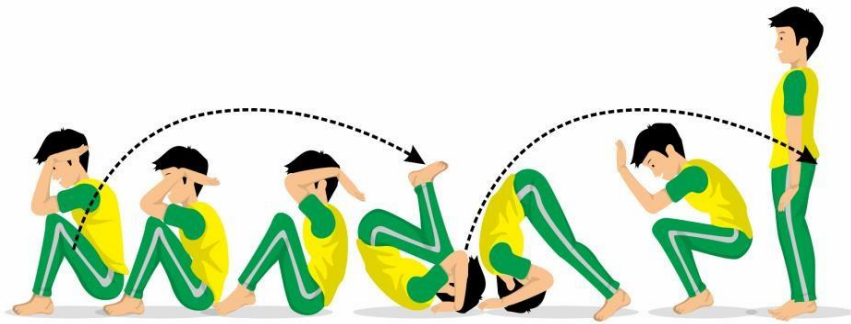
- a. Guru membagikan lembar kerja yang berisikan tentang fakta, konsep, dan prosedur serta mempraktikkan aktivitas gerak *roll* ke belakang.

*Roll* kebelakang adalah menggelundung kebelakang, posisi badan tetap harus membulat yaitu: kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada. Gerakan *roll* kebelakang dapat dilakukan dengan cara *roll* kebelakang dengan sikap jongkok.

Cara melakukannya:

1. Sikap awal dalam posisi jongkok, kedua tangan di depan dan kaki sedikit rapat.
2. Kepala ditundukkan kemudian kaki menolak kebelakang.

3. Pada saat panggul mengenai matras, kedua tangan segera dilipat kesamping telinga dan telapak tangan menghadap ke bagian atas untuk siap menolak.
4. Kaki segera diayunkan kebelakang melewati kepala, dengan dibantu oleh kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat di atas matras, ke sikap jongkok.



- b. Peserta didik menerima umpan balik secara langsung maupun tertunda dari guru secara klasikal, tentang berbagai gerak keseimbangan, *roll* ke belakang.
- c. Seluruh berbagai gerak keseimbangan, *roll* ke belakang yang dilakukan oleh peserta didik diawasi dan diberikan koreksi oleh guru apabila ada kesalahan dalam melakukan gerakan.
- d. Guru mengamati seluruh gerakan peserta didik secara individu maupun kelompok. Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan gerak keseimbangan, *roll* ke belakang secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.

Sawan, Juni 2023

Guru Pamong

Mahasiswa

I Wayan Sudarma, S.Pd  
NIP. 196802081993031009

Ni Made Putri Darmayanti  
NIM. 1916011043

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

Made Sutawa Redina, S.Pd., M.Pd.

NIP. 196703291990021002



### Lampiran 8. Siklus Satu Kognitif

No	Nama Peserta Didik	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	Desak Kadek Trisna Dwik Utami	7	70	Tuntas
2	Dewa Kadek Agropatria	6	60	Tidak Tuntas
3	Gede Ari Budiartawan	7	70	Tuntas
4	Gede Bayu Dharma Wibawa	7	70	Tuntas
5	Gede Bayu Saputra	6	60	Tidak Tuntas
6	Gede Martin Juliarta	8	80	Tuntas
7	Gede Rangga Pratama	7	70	Tuntas
8	Gede Restana	6	60	Tidak Tuntas
9	Gede Sepri Hartawan	7	70	Tuntas
10	Gusti Ayu Putu Bunga Handayani	7	70	Tuntas
11	Gusti Bagus Wahyu Saputra	6	60	Tidak Tuntas
12	I Komang Tri Eka Sugiantara	5	50	Tidak Tuntas
13	Kadek Dwi Oktaviani	8	80	Tuntas
14	Kadek Gita Dwi Lestari	7	70	Tuntas
15	Kadek Ira Mahayani	7	70	Tuntas
16	Kadek July Antara	7	70	Tuntas
17	Kadek Mesi Yuliani	6	60	Tidak Tuntas
18	Kadek Mita Sugiantari	8	80	Tuntas
19	Kadek Suyadnya	7	70	Tuntas
20	Ketut Hartawan	6	60	Tidak Tuntas
21	Ketut Septiani	7	70	Tuntas
22	Komang Agus Setiawan	6	60	Tidak Tuntas
23	Komang Devi Arta Mahayani	7	70	Tuntas
24	Komang Mytea Putri Narahita	6	60	Tidak Tuntas
25	Komang Sanggraha Putra	7	70	Tuntas
26	Komang Yoga Manik Wiguna	7	70	Tuntas
27	Luh Lita Sumiadi	6	60	Tidak Tuntas
28	Made Artani	6	60	Tidak Tuntas
29	Made Setiawati Darma Cahyani	7	70	Tuntas
30	Nengah Budiarta	6	60	Tidak Tuntas
31	Ni Komang Oktia Kusuma Sari	7	70	Tuntas
32	Nyoman Sugiarta	6	60	Tidak Tuntas
33	Putu Suryaningsih	6	60	Tidak Tuntas
<b>Total</b>			<b>2190</b>	
<b>Rata-rata</b>			<b>66,36</b>	

### Lampiran 9. Siklus Dua Kognitif

No	Nama Peserta Didik	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	Desak Kadek Trisna Dwik Utami	8	80	Tuntas
2	Dewa Kadek Agropatria	8	80	Tuntas
3	Gede Ari Budiartawan	9	90	Tuntas
4	Gede Bayu Dharma Wibawa	9	90	Tuntas
5	Gede Bayu Saputra	9	90	Tuntas
6	Gede Martin Juliarta	9	90	Tuntas
7	Gede Rangga Pratama	8	80	Tuntas
8	Gede Restana	6	60	Tidak Tuntas
9	Gede Sepri Hartawan	9	90	Tuntas
10	Gusti Ayu Putu Bunga Handayani	9	90	Tuntas
11	Gusti Bagus Wahyu Saputra	8	80	Tuntas
12	I Komang Tri Eka Sugiantara	9	90	Tuntas
13	Kadek Dwi Oktaviani	8	80	Tuntas
14	Kadek Gita Dwi Lestari	9	90	Tuntas
15	Kadek Ira Mahayani	9	90	Tuntas
16	Kadek July Antara	8	80	Tuntas
17	Kadek Mesi Yuliani	6	60	Tidak Tuntas
18	Kadek Mita Sugiantari	8	80	Tuntas
19	Kadek Suyadnya	9	90	Tuntas
20	Ketut Hartawan	8	80	Tuntas
21	Ketut Septiani	8	80	Tuntas
22	Komang Agus Setiawan	9	90	Tuntas
23	Komang Devi Arta Mahayani	9	90	Tuntas
24	Komang Mytea Putri Narahita	7	70	Tuntas
25	Komang Sanggraha Putra	8	80	Tuntas
26	Komang Yoga Manik Wiguna	9	90	Tuntas
27	Luh Lita Sumiadi	8	80	Tuntas
28	Made Artani	8	80	Tuntas
29	Made Setiawati Darma Cahyani	8	80	Tuntas
30	Nengah Budiarta	6	60	Tidak Tuntas
31	Ni Komang Oktia Kusuma Sari	7	70	Tuntas
32	Nyoman Sugiarta	7	70	Tuntas
33	Putu Suryaningsih	6	60	Tidak Tuntas
<b>Total</b>			<b>2660</b>	
<b>Rata-rata</b>			<b>83,13</b>	

**Lampiran 10. Siklus Satu Aspek Afektif**

<b>No</b>	<b>Nama Peserta Didik</b>	<b>Jumlah Skor</b>	<b>Nilai</b>	<b>Keterangan</b>
1	Desak Kadek Trisna Dwik Utami	7	70	Tuntas
2	Dewa Kadek Agropatria	7	70	Tuntas
3	Gede Ari Budiartawan	7	70	Tuntas
4	Gede Bayu Dharma Wibawa	7	70	Tuntas
5	Gede Bayu Saputra	7	70	Tuntas
6	Gede Martin Juliarta	7	70	Tuntas
7	Gede Rangga Pratama	7	70	Tuntas
8	Gede Restana	7	70	Tuntas
9	Gede Sepri Hartawan	7	70	Tuntas
10	Gusti Ayu Putu Bunga Handayani	7	70	Tuntas
11	Gusti Bagus Wahyu Saputra	7	70	Tuntas
12	I Komang Tri Eka Sugiantara	8	80	Tuntas
13	Kadek Dwi Oktaviani	7	70	Tuntas
14	Kadek Gita Dwi Lestari	7	70	Tuntas
15	Kadek Ira Mahayani	7	70	Tuntas
16	Kadek July Antara	7	70	Tuntas
17	Kadek Mesi Yuliani	7	70	Tuntas
18	Kadek Mita Sugiantari	7	70	Tuntas
19	Kadek Suyadnya	8	80	Tuntas
20	Ketut Hartawan	7	70	Tuntas
21	Ketut Septiani	7	70	Tuntas
22	Komang Agus Setiawan	7	70	Tuntas
23	Komang Devi Arta Mahayani	7	70	Tuntas
24	Komang Mytea Putri Narahita	7	70	Tuntas
25	Komang Sanggraha Putra	7	70	Tuntas
26	Komang Yoga Manik Wiguna	7	70	Tuntas
27	Luh Lita Sumiadi	7	70	Tuntas
28	Made Artani	7	70	Tuntas
29	Made Setiawati Darma Cahyani	8	80	Tuntas
30	Nengah Budiarta	7	70	Tuntas
31	Ni Komang Oktia Kusuma Sari	7	70	Tuntas
32	Nyoman Sugiarta	7	70	Tuntas
33	Putu Suryaningsih	7	70	Tuntas
<b>Total</b>			<b>2340</b>	
<b>Rata-rata</b>			<b>73,13</b>	

**Lampiran 11. Siklus Dua Afektif**

No	Nama Peserta Didik	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	Desak Kadek Trisna Dwik Utami	9	90	Tuntas
2	Dewa Kadek Agropatria	9	90	Tuntas
3	Gede Ari Budiartawan	9	90	Tuntas
4	Gede Bayu Dharma Wibawa	9	90	Tuntas
5	Gede Bayu Saputra	9	90	Tuntas
6	Gede Martin Juliarta	9	90	Tuntas
7	Gede Rangga Pratama	9	90	Tuntas
8	Gede Restana	9	90	Tuntas
9	Gede Sepri Hartawan	9	90	Tuntas
10	Gusti Ayu Putu Bunga Handayani	9	90	Tuntas
11	Gusti Bagus Wahyu Saputra	9	90	Tuntas
12	I Komang Tri Eka Sugiantara	9	90	Tuntas
13	Kadek Dwi Oktaviani	9	90	Tuntas
14	Kadek Gita Dwi Lestari	9	90	Tuntas
15	Kadek Ira Mahayani	9	90	Tuntas
16	Kadek July Antara	9	90	Tuntas
17	Kadek Mesi Yuliani	9	90	Tuntas
18	Kadek Mita Sugiantari	9	90	Tuntas
19	Kadek Suyadnya	9	90	Tuntas
20	Ketut Hartawan	9	90	Tuntas
21	Ketut Septiani	9	90	Tuntas
22	Komang Agus Setiawan	8	80	Tuntas
23	Komang Devi Arta Mahayani	9	90	Tuntas
24	Komang Mytea Putri Narahita	8	80	Tuntas
25	Komang Sanggraha Putra	9	90	Tuntas
26	Komang Yoga Manik Wiguna	9	90	Tuntas
27	Luh Lita Sumiadi	9	90	Tuntas
28	Made Artani	9	90	Tuntas
29	Made Setiawati Darma Cahyani	9	90	Tuntas
30	Nengah Budiarta	9	90	Tuntas
31	Ni Komang Oktia Kusuma Sari	9	90	Tuntas
32	Nyoman Sugiarta	9	90	Tuntas
33	Putu Suryaningsih	9	90	Tuntas
<b>Total</b>			<b>2950</b>	
<b>Rata-rata</b>			<b>89,4</b>	

Lampiran 12. Siklus Satu Psikomotor

No	SAw	SP	SAk	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	2	3	2	7	70	Tuntas
2	2	3	2	7	70	Tuntas
3	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
4	1	2	2	5	50	Tidak Tuntas
5	1	3	1	5	50	Tidak Tuntas
6	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
7	2	2	3	7	70	Tuntas
8	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
9	2	3	2	7	70	Tuntas
10	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
11	2	3	2	7	70	Tuntas
12	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
13	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
14	2	3	2	7	70	Tuntas
15	1	3	2	6	60	Tidak Tuntas
16	2	3	1	6	60	Tidak Tuntas
17	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
18	3	2	2	7	70	Tuntas
19	2	3	2	7	70	Tuntas
20	2	3	1	6	60	Tidak Tuntas
21	1	3	2	6	60	Tidak Tuntas
22	2	3	2	7	70	Tuntas
23	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
24	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
25	2	2	3	7	70	Tuntas
26	2	3	1	6	60	Tidak Tuntas
27	2	3	1	6	60	Tidak Tuntas
28	2	3	2	7	70	Tuntas
29	2	2	1	5	50	Tidak Tuntas
30	2	3	1	6	60	Tidak Tuntas
31	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
32	2	3	2	7	70	Tuntas
33	3	2	2	7	70	Tuntas
<b>Total</b>					<b>2020</b>	
<b>Skor rata-rata</b>					<b>61,2121</b>	
<b>Nilai Tertinggi</b>					<b>70</b>	
<b>Nilai Terendah</b>					<b>50</b>	
<b>Standar Deviasi</b>					<b>8,19969</b>	
<b>Ketuntasan Klasikal</b>					<b>30,303</b>	

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Kategori</b>
89-100			Sangat Baik
77-88			Baik
65-76	13	39,39	Cukup
53-64	11	33,33	Kurang
0-52	9	27,27	Sangat Kurang
Jumlah	33	100	



Lampiran 13. Siklus Dua Psikomotor

No	SAw	SP	SAk	Jumlah Skor	Nilai	Keterangan
1	3	3	3	9	90	Tuntas
2	3	3	3	9	90	Tuntas
3	3	2	3	8	80	Tuntas
4	2	2	3	7	70	Tuntas
5	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
6	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
7	3	2	3	8	80	Tuntas
8	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
9	2	3	3	8	80	Tuntas
10	3	3	2	8	80	Tuntas
11	3	3	3	9	90	Tuntas
12	2	2	3	7	70	Tuntas
13	3	3	2	8	80	Tuntas
14	2	3	3	8	80	Tuntas
15	3	3	3	9	90	Tuntas
16	3	4	2	9	90	Tuntas
17	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
18	2	3	3	8	80	Tuntas
19	3	3	3	9	90	Tuntas
20	2	3	2	7	70	Tuntas
21	2	3	3	8	80	Tuntas
22	3	4	2	9	90	Tuntas
23	3	3	3	9	90	Tuntas
24	2	3	3	8	80	Tuntas
25	2	3	3	8	80	Tuntas
26	3	2	3	8	80	Tuntas
27	3	2	3	8	80	Tuntas
28	3	2	3	8	80	Tuntas
29	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
30	2	2	2	6	60	Tidak Tuntas
31	3	3	2	8	80	Tuntas
32	3	2	2	7	70	Tuntas
33	3	2	3	8	80	Tuntas
<b>Total</b>					<b>2560</b>	
<b>Skor Rata-rata</b>					<b>77,576</b>	
<b>Nilai Tertinggi</b>					<b>90</b>	
<b>Nilai Terendah</b>					<b>60</b>	
<b>Standar Deviasi</b>					<b>10,317</b>	
<b>Ketuntasan Klasikal</b>					<b>81,818</b>	

<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>	<b>Kategori</b>
89-100	8	24,24	Sangat Baik
77-88	14	42,42	Baik
65-76	5	15,15	Cukup
53-64	6	18,19	Kurang
0-52			Sangat Kurang
Jumlah	33	100	





## Lampiran 14. Dokumentasi Kegiatan Pembelajaran



## RIWAYAT HIDUP



Ni Made Putri Darmayanti lahir di Desa Sading Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung pada tanggal 13 Desember 2000. Penulis adalah anak kedua dari pasangan suami istri I Nyoman Subrata dan Ni Wayan Suji. Penulis berkebangsaan Warga Negara Indonesia dan beragama Hindu. Kini penulis beralamat di Banjar Bhuana Graha Kelurahan Kerobokan Kaja Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Bali. Penulis menyelesaikan Pendidikan Dasar di SD Negeri 5 Dalung dan lulus pada tahun 2013. Kemudian penulis melanjutkan Pendidikan di SMP Negeri 1 Kuta Utara dan lulus tahun 2016 dan pada tahun 2019, penulis lulus di SMA Negeri 1 Kuta Utara. Selanjutnya, mulai tahun 2019 sampai dengan penulisan tugas akhir Skripsi yang berjudul “Implementasi Model Pembelajaran *Project Based Learning* (PjBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar PJOK Materi Senam Lantai *Roll* Belakang Pada Peserta Didik Kelas X-C SMA Negeri 1 Sawan Tahun Pelajaran 2022/2023”, penulis terdaftar sebagai mahasiswa program S1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Pendidikan Ganesha.