IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) TERHADAP MATERI SEPAK BOLA DI SMK MUHAMMADIYAH 1 LABUHAN MARINGGAI MENGGUNAKAN METODE *INDIRECT INSTRUCTION*

Hadri Manjaya Putra[1], Nanda Dwicahya[2], Ferdi Zulkarnain[3]
[1,2,3]PJKR, FKIP, Universitas Nahdlatul Ulama Lampung
[1]jayahadi125@gmail.com, [2]nanda.cahya96@gmail.com, [3]ferdizul007@gamil.com

ABSTRACT

This study aims to describe the implementation of Physical Education, Sports, and Health (PJOK) learning on football materials using the Indirect Instruction method at SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai. This study uses a qualitative descriptive method with data collection techniques through observation, interviews, and documentation. The results of the study show that the application of the Indirect Instruction method is carried out through the use of images or videos, discussions, problem-solving, and the practice of basic football techniques, including passing, dribbling, control, and shooting. This method provides opportunities for students to actively participate and cooperate in learning. The obstacles found include time limitations, differences in student interests, and difficulty understanding some basic football techniques. Therefore, time management and the use of interesting learning media are needed to support the effectiveness of PJOK learning.

Keywords: *PJOK, Football, Indirect Instruction.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi sepak bola menggunakan metode *Indirect Instruction* di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan metode *Indirect Instruction* dilakukan melalui penggunaan gambar atau video, diskusi, pemecahan masalah, serta praktik teknik dasar sepak bola, meliputi *passing*, *dribbling*, *control*, dan *shooting*. Metode ini memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi aktif dan bekerja sama dalam pembelajaran. Hambatan yang ditemukan meliputi keterbatasan waktu, perbedaan minat siswa, dan kesulitan memahami beberapa teknik dasar sepak bola. Oleh karena itu, diperlukan pengelolaan waktu dan penggunaan media pembelajaran yang menarik untuk mendukung efektivitas pembelajaran PJOK.

Kata Kunci: PJOK, Sepak Bola, *Indirect Instruction*.

A. Pendahuluan

Pendidikan merupakan aspek penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, baik dari segi pengetahuan, sikap, maupun keterampilan. Salah satu mata pelajaran yang berperan dalam mengembangkan kemampuan fisik, mental, dan sosial peserta didik adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan meningkatkan kebugaran jasmani dan keterampilan motorik, tetapi juga menanamkan nilai sportivitas, disiplin, tanggung jawab, dan kerja sama (Daruhadi & Sopiati, 2024; Hasmyati et al., 2024).

Salah satu materi dalam pembelajaran PJOK adalah sepak bola yang bertujuan mengembangkan keterampilan dasar, seperti mengoper, menggiring, menendang, dan mengontrol bola, sekaligus melatih kemampuan berpikir taktis serta kerja sama tim. Namun, pembelajaran yang kurang bervariasi dan terlalu berpusat pada guru dapat menyebabkan peserta didik kurang aktif dan memiliki keterbatasan dalam mengeksplorasi kemampuan secara mandiri (Saktiawan & Kanca, 2023). Berdasarkan pengamatan awal di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai, beberapa peserta didik terlihat kurang aktif dalam pembelajaran sepak bola sehingga diperlukan metode pembelajaran yang lebih variatif.

Salah satu metode yang dapat diterapkan adalah *Indirect Instruction*, yaitu metode yang mendorong peserta didik belajar melalui pengamatan, diskusi, eksplorasi, dan pemecahan masalah, sementara guru berperan sebagai fasilitator. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mendeskripsikan implementasi metode *Indirect Instruction* dalam pembelajaran PJOK materi sepak bola, meliputi perencanaan, pelaksanaan, respons dan keaktifan peserta didik, serta evaluasi pembelajaran di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan implementasi pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi sepak bola menggunakan metode *Indirect Instruction* di SMK

Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur, Lampung. Subjek penelitian meliputi guru PJOK, peserta didik, dan pihak sekolah yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran.

Data dikumpulkan melalui observasi terhadap proses pembelajaran, wawancara semi-terstruktur, serta dokumentasi yang mendukung penelitian. Fokus pengumpulan data mencakup perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran, partisipasi peserta didik, evaluasi, serta hambatan dalam penerapan metode *Indirect Instruction*.

Data dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman melalui tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data secara deskriptif, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi untuk membandingkan informasi yang diperoleh dari berbagai sumber sehingga hasil penelitian dapat dipertanggungjawabkan.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Profil SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai

SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai merupakan salah satu lembaga pendidikan kejuruan swasta yang berada di bawah naungan Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah (Dikdasmen) Pimpinan Wilayah Muhammadiyah Provinsi Lampung.

Sekolah ini berlokasi di Desa Srigading, Kecamatan Labuhan Maringgai, Kabupaten Lampung Timur, Provinsi Lampung (Kode Pos 34198). Secara kelembagaan dan administrasi pendidikan, SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai telah terakreditasi B dengan identitas Nomor Pokok Sekolah Nasional (NPSN) 69828965, Nomor Statistik Sekolah (NSS) 402120812060, serta Nomor Induk Sekolah (NIS) 400600.



Gambar 1. Dokumentasi Bersama Kepala SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai

Saat ini, kepemimpinan SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai diampu oleh Bapak M. Zaynul Anwar, S.Kom.I., M.Pd. selaku Kepala Sekolah. Sebagai institusi pendidikan

vokasi berbasis keislaman dan kedisiplinan, sekolah ini berkomitmen membentuk lulusan yang berakhlak mulia, memiliki keterampilan teknis yang siap pakai di dunia kerja, serta memiliki kebugaran jasmani yang prima. Proses pembinaan tersebut didukung oleh jajaran tenaga pendidik yang profesional, termasuk guru bidang studi Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom., yang membimbing aktivitas akademik maupun kegiatan olahraga siswa

2.Perencanaan Pembelajaran PJOK Materi Sepak Bola Menggunakan Metode *Indirect Instruction*

Perencanaan pembelajaran merupakan tahapan krusial yang disusun oleh guru sebelum kegiatan belajar mengajar dilaksanakan di kelas maupun di lapangan. Pada tahap perencanaan ini, Guru PJOK SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai, Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom., telah menyiapkan perangkat pembelajaran terstruktur yang disesuaikan dengan karakteristik materi sepak bola serta pendekatan *Indirect Instruction* (pembelajaran tidak langsung).

Penyiapan perangkat ini mencakup penyusunan Modul Ajar/Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), penetapan alokasi waktu, penyiapan sarana dan prasarana praktik, serta pemilihan media pembelajaran berbasis visual untuk memancing daya kritis siswa.



Gambar 2. Wawancara Dengan Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom

Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom., beliau menjelaskan pemahamannya sekaligus kesiapannya dalam merancang pembelajaran berbasis *Indirect Instruction* sebagai berikut:

"Pendekatan indirect interaction adalah pendekatan belajar di mana seorang guru itu akan menjadi seorang fasilitator... Guru itu berperan sebagai fasilitator untuk merancang lingkungan belajar agar siswa sendiri yang menemukan konsep informasi dan juga membangun pengetahuannya..." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026).

Dalam merancang kegiatan awal pembelajaran, guru merencanakan alur pembukaan yang sistematis guna mengondisikan mental dan fisik peserta didik. Sebelum memasuki materi inti, guru menjadwalkan pembukaan dengan doa bersama, pengarahan tujuan pembelajaran, hingga kegiatan pemanasan fisik (warming up). Hal ini sebagaimana disampaikan oleh guru:

"Sebelum pembelajaran di PJOK itu, saya sendiri menyiapkan perangkat pembelajaran. Setelah itu kita berjalan sesuai dengan biasanya, yaitu berdoa. Setelah itu kita, kalau praktik ya kita pemanasan terlebih dahulu... Untuk awalan pembelajaran itu biasanya kami menyampaikan tujuan pembelajaran sampai dengan pencapaian pembelajaran." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026).

3. Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Materi Sepak Bola Menggunakan Metode *Indirect Instruction*

Pelaksanaan pembelajaran merupakan tahap realisasi dari perencanaan yang telah disusun sebelumnya, di mana terjadi interaksi langsung antara guru dan peserta didik dalam proses belajar mengajar. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, pelaksanaan pembelajaran PJOK pada materi sepak bola di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai mengimplementasikan metode *Indirect Instruction* (pembelajaran tidak langsung).

Dalam pendekatan ini, peran guru bergeser dari sumber informasi utama (*teacher-centered*) menjadi fasilitator (*student-centered*) yang merancang situasi belajar agar peserta didik secara aktif menemukan konsep, menganalisis masalah, dan membangun pengetahuannya secara mandiri maupun berkolaborasi.

Proses pelaksanaan pembelajaran dimulai dengan pengondisian kelas dan lapangan. Guru mengawali kegiatan dengan berdoa bersama, dilanjutkan dengan kegiatan pemanasan (*warming up*). Untuk pelaksanaan praktik materi sepak bola full field, guru memanfaatkan Lapangan Merdeka Srigading yang berlokasi strategis di dekat sekolah, di mana perjalanan menuju lapangan difungsikan sekaligus sebagai aktivitas fisik awal. Setelah pengondisian fisik, guru menyampaikan tujuan pembelajaran serta indikator pencapaian yang harus dicapai oleh siswa.

Selanjutnya, kegiatan inti dilaksanakan melalui beberapa

tahapan utama metode Indirect Instruction yang terstruktur sebagai berikut:

a. Orientasi Masalah dan Penyampaian Media Pemantik

Guru mengorientasikan suatu permasalahan teknik gerak dasar sepak bola (seperti teknik *passing, dribbling, control,* maupun *shooting*) kepada peserta didik. Untuk memperjelas gambaran masalah, guru memutarkan video pembelajaran atau menampilkan gambar peragaan teknik. Hal ini dijelaskan oleh Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom dalam wawancara:

"Ya, saya menyampaikan untuk memberikan orientasinya juga... Ketika kita menggunakan metode, materi teori, itu kita menggunakan yang namanya ada papan tulis untuk menulis dan juga untuk PID, kita melihat video dan juga mencari referensi-referensi yang ada." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026).



Gambar 2. Wawancara Dengan Siswa Kevin Riski saputra

Proses orientasi masalah berbasis media ini turut dibenarkan oleh siswa. Kevin Riski Saputra menyatakan bahwa guru sering memberikan masalah gerak untuk diamati bersama:

"Iya, sering sekali. Guru PJOK itu memberikan suatu masalah yang kita nanti selesaikan bersama-sama." (Wawancara dengan Siswa 1, 2026).

b. Pengorganisasian Siswa dan Belajar Mandiri/Kelompok

Setelah masalah disajikan, guru tidak langsung memberi tahu jawaban atau memperagakan teknik secara kaku, melainkan menekankan serta membimbing siswa untuk belajar mandiri dan berdiskusi dalam kelompok kecil. Siswa diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi serta menganalisis masalah teknik gerak berdasarkan referensi video atau bahan ajar yang telah disiapkan. Guru memberikan ruang yang seluas-luasnya bagi peserta didik untuk bertanya jika menemukan kendala pemahaman. Sebagaimana dituturkan oleh Guru PJOK:

"Ya, saya sering memberikan sebuah permasalahan dan nantinya itu akan diselesaikan oleh siswa.

Setelah itu kita akan selesaikan secara bersama-sama secara diskusi... Kami memberikan kesempatan untuk seluruh siswa bertanya ketika baik itu sebelum maupun sesudah belajar." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026). Demikian pula Umi Nurul Fadilah mengonfirmasi adanya penugasan mandiri maupun kelompok dari guru:

"Ya, kami sering diberi atau diminta belajar mandiri maupun kompak untuk memahami beberapa materi yang telah diberikan atau disampaikan." (Wawancara dengan Siswa 2, 2026).



Gambar 3. Wawancara Dengan Siswi Umi Nurul Fadilah

c. Unjuk Kerja, Praktik Lapangan, dan Presentasi Hasil Pemecahan Masalah

Tahap berikutnya adalah mentransformasikan hasil pemikiran dan diskusi kelompok ke dalam aksi nyata di lapangan. Siswa diminta untuk menampilkan hasil karya atau mempraktikkan pemecahan masalah teknik dasar sepak bola di hadapan guru dan teman-temannya. Sebagai contoh, siswa diminta mempraktikkan variasi teknik menendang atau *longshot* dalam upaya mencetak gol selain menggunakan *shooting* biasa. Guru mendampingi jalannya praktik di lapangan guna menguji dan mengarahkan penerapan pemecahan masalah yang telah didiskusikan. Mengenai hal ini, Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom. menjelaskan:

"Ya, saya selalu mengarahkan siswa untuk menjalankan apa yang sudah didiskusikan sehingga praktik itu juga dilaksanakan secara mandiri maupun kelompok." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026). Pelaksanaan unjuk kerja ini dilaksanakan secara penuh oleh siswa melalui kegiatan presentasi dan peragaan gerak langsung.

4. Respon dan Keaktifan Siswa dalam Pembelajaran PJOK Materi Sepak Bola Menggunakan Metode *Indirect Instruction*

Dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK di lapangan, karakteristik siswa SMK umumnya terbagi ke dalam kelompok yang memiliki kecenderungan gaya belajar

atau minat berbeda: ada siswa yang lebih menyukai teori/konsep dan ada siswa yang hanya berfokus pada kegiatan fisik/praktik lapangan saja.

Penerapan metode Indirect Instruction terbukti mampu menyeimbangkan dan menyatukan kedua tipe siswa tersebut karena mereka dituntut untuk berdiskusi, menganalisis masalah, dan mempraktikkannya secara bersama-sama. Hal ini dijelaskan oleh Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom. dalam wawancara:

"Untuk siswa sendiri, kan siswa ada yang terbagi menjadi dua. Biasanya ada yang senang teori, ada juga yang senang di praktiknya saja. Itu memang agak susah untuk bagi yang hanya suka untuk praktiknya. Tapi di sini kita menggunakan metode ini, jadi dituntut untuk menggunakan indirect interaction itu sendiri, sehingganya siswa itu semuanya bisa sama-sama karena dituntut untuk berdiskusi." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026).

Selain meningkatkan kolaborasi antar siswa, metode ini juga dinilai sangat membantu dalam meningkatkan pemahaman dan penguasaan teknik dasar sepak bola. Sebelum siswa turun ke lapangan untuk melakukan gerakan praktik, mereka telah terlebih dahulu dibekali pemahaman konsep dan analisis gerak melalui media pembelajaran.

5. Evaluasi Pembelajaran PJOK Materi Sepak Bola Menggunakan Metode *Indirect Instruction*

Evaluasi pembelajaran merupakan komponen esensial dalam proses pendidikan yang berfungsi untuk mengukur tingkat pencapaian tujuan pembelajaran, menilai penguasaan kompetensi peserta didik, serta memberikan umpan balik (*feedback*) guna perbaikan proses belajar mengajar selanjutnya. Berdasarkan hasil penelitian di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai, evaluasi pembelajaran PJOK materi sepak bola berbasis metode Indirect Instruction dilaksanakan secara konsisten dan berkelanjutan di setiap akhir sesi pembelajaran, baik pada ranah kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Pelaksanaan evaluasi pembelajaran diawali dengan sesi refleksi dan analisis bersama antara guru dan siswa di bagian penutup kegiatan belajar. Guru tidak hanya memberikan penilaian terhadap hasil akhir praktik gerak, melainkan juga

menganalisis proses pemecahan masalah serta pemahaman konsep yang telah didiskusikan oleh siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini disampaikan oleh Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom. dalam wawancara:

"Ya, kami selalu menganalisis apa yang sudah kita praktikkan dan kita teorikan sehingga nanti siswa-siswi itu lebih paham mendalam." (Wawancara dengan Guru PJOK, 2026).

6. Hambatan dalam Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Materi Sepak Bola Menggunakan Metode *Indirect Instruction*

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru PJOK, Bapak Muhammad Badrudin, S.Kom., beberapa kendala utama yang dihadapi saat menerapkan metode *Indirect Instruction* antara lain:

1) Membutuhkan Alokasi Waktu yang Cukup Lama: Proses perumusan masalah, eksplorasi mandiri, diskusi kelompok, hingga penemuan solusi gerak oleh siswa memerlukan durasi waktu yang jauh lebih panjang dibandingkan metode pengajaran langsung (*direct instruction*).
2) Kesesuaian dengan Penguasaan Materi Dasar: Pembelajaran berbasis pemecahan masalah secara mandiri kurang efektif jika diterapkan pada materi-materi teknik gerak yang sangat dasar bagi siswa yang belum memiliki dasar fisik/motorik sama sekali.
3) Tuntutan Kreativitas Guru dalam Memantik Pemahaman: Guru dituntut untuk ekstra kreatif dan pintar dalam memilih serta memberikan pemantik (*scaffolding*) berupa masalah atau pertanyaan agar perhatian dan daya kritis siswa tetap terjaga.

Pembahasan

Hasil penelitian mengenai implementasi pembelajaran PJOK materi sepak bola menggunakan metode *Indirect Instruction* di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai menunjukkan bahwa pembelajaran dilaksanakan melalui perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, serta penanganan hambatan pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran dilakukan dengan menyiapkan perangkat pembelajaran, mengatur alokasi waktu, serta mempersiapkan

sarana dan media visual berupa gambar atau video.

Dalam pelaksanaannya, peserta didik diarahkan untuk mengamati, berdiskusi, mengeksplorasi masalah, dan mempraktikkan teknik dasar sepak bola, meliputi *passing*, *dribbling*, *control*, dan *shooting*. Guru berperan sebagai fasilitator yang membimbing peserta didik selama kegiatan berlangsung.

Penerapan metode *Indirect Instruction* memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat dalam diskusi kelompok dan praktik lapangan. Evaluasi pembelajaran mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik, termasuk pemahaman materi, kerja sama, serta keterampilan melakukan teknik dasar sepak bola.

Namun, pelaksanaannya masih menghadapi hambatan berupa keterbatasan waktu, perbedaan minat peserta didik, dan kesulitan memahami beberapa teknik dasar. Upaya mengatasi hambatan tersebut dilakukan melalui pengaturan waktu yang efektif, penggunaan media visual yang ringkas, serta pemberian instruksi langsung secara singkat apabila diperlukan. Dengan demikian, metode *Indirect Instruction* memberikan ruang bagi pembelajaran PJOK yang aktif dan kolaboratif dengan tetap memperhatikan kebutuhan peserta didik.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, implementasi pembelajaran PJOK materi sepak bola menggunakan metode *Indirect Instruction* di SMK Muhammadiyah 1 Labuhan Maringgai dilakukan melalui perencanaan yang terstruktur, penggunaan media visual, diskusi kelompok, dan praktik teknik dasar sepak bola, meliputi *passing*, *dribbling*, *control*, dan *shooting*. Metode ini mendorong keaktifan, kerja sama, dan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran. Evaluasi mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Meskipun terdapat hambatan berupa keterbatasan waktu, perbedaan minat siswa, dan kesulitan memahami teknik dasar, hambatan tersebut diupayakan melalui pengelolaan waktu yang efektif, penggunaan media visual, serta kombinasi instruksi langsung secara singkat sesuai kebutuhan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Adam, A., Umar, Z. A., & Niode, I. Y. (2022). Analisis strategi bersaing dan strategi bertahan pada UMKM di Kota Gorontalo pada masa pandemi COVID-19 (Studi kasus UMKM Zoellen Sagela). *5*(2).

Annasthasya, D., Alfindoria, I., Rahayu, S., & Khair, O. I. (2025). Metodologi penelitian kualitatif: Tinjauan literatur dalam konteks pendidikan. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin, 3*(7), 423–429. https://doi.org/10.60126/jim.v3i7.1070

Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian ilmiah pendidikan pada pendekatan kualitatif dan kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam, 1*(2), 1–9. https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57

Ash-Shiddiqi, H., Sinaga, R. W., & Audina, N. C. (n.d.). *Kajian teoritis: Analisis data kualitatif*.

Aulia Lita Pradina, Latifah, N. M., Prianggi, Y. N., Prakoso, B. B., & Purasara, A. (2024). Peningkatan hasil belajar PJOK materi aktivitas gerak berirama melalui penerapan project based learning (PjBL). *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani dan Olah Raga), 9*(1), 112–119. https://doi.org/10.36526/kejaora.v9i1.3731

Dahlia, D., Wulandari, S., & Indrawan, I. (2025). *Teknik pengumpulan data evaluasi pendidikan, 4*(2).

Daruhadi, G., & Sopiati, P. (2024). *Pengumpulan data penelitian*. [Informasi penerbit belum tersedia].

Fadila, F., & Khaddafi, M. (2025). *Pengumpulan data dalam penelitian kualitatif: Wawancara*.

Fauzi, S. A., & Mustika, D. (n.d.). *Peran guru sebagai fasilitator dalam pembelajaran di kelas V sekolah dasar*.

Fernandes, H. M., Costa, H., Esteves, P., Machado-Rodrigues, A. M., & Fonseca, T. (2024). Direct and indirect effects of youth sports participation on emotional intelligence, self-esteem, and life satisfaction. *Sports, 12*(6), 155. https://doi.org/10.3390/sports12060155

Fikri, M. H., Murhayati, S., & Darmawan, R. (2025). *Kebebasan data dalam penelitian kualitatif, 9*.

Firdaus, M., Hidayatullah, M. A., Rahman, A., Aliannur, A., Nashih, M., Hafiani, M., Irawan, A. M., & Firdaus, M. V. V. (2024). Pemberdayaan olahraga korfball di Kabupaten Banjar. *Journal Sportindo, 3*(2), 31–37. https://doi.org/10.24853/jsi.3.2.31-37

Firnanda, A. P., & Andrijanto, D. (2025). *Pengaruh penerapan permainan kecil terhadap partisipasi gerak aktif siswa dalam pembelajaran PJOK pada siswa SMA Kemala Bhayangkari 1 Surabaya, 9*.

Fitriyah, S., Wijayanti, A., & Purwaningrum, M. R. (2024). Pelaksanaan self-assessment peserta didik pada pembelajaran Bahasa Indonesia sekolah dasar. *Jurnal Inovasi, Evaluasi dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP), 4*(1), 121–127. https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i1.377

Kurniawan, G. B., Indahwati, N., & Ilmiawan, D. (2024). Meningkatkan kemampuan teknik dasar sepak bola melalui pendekatan bermain terhadap kelas VII SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah dan Karya Mahasiswa, 2*(5), 283–292.

https://doi.org/10.54066/jikma.v2i5.2513

Hafizudin, M. U., Suardi, S., Hidayat, A., & Raga, P. O. (n.d.). *Analisis kemampuan teknik dasar permainan sepak bola di Sekolah Jakarta Islamic School*.

Harahap, H. H., & Hendryanto, F. (2025). *Tinjauan kemampuan teknik dasar sepak bola passing, dribbling, shooting pada siswa ekstrakurikuler MTs. S Al-Jumhuriyah, 9*.

Hasmyati, H., Anwar, N. I. A., Hamzah, A., Sadzali, M., & Aksir, M. I. (2024). Pelatihan penerapan model pendidikan gerak pada guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Kabupaten Polewali Mandar. *Jurnal Pengabdian Olahraga Masyarakat (JPOM), 5*(1), 122–129. https://doi.org/10.26877/jpom.v5i1.19207

Irfan, A. M., & Husda, B. R. (n.d.). *Mengidentifikasi profil peserta didik SMK: Kajian literatur tentang karakteristik psikologis dan vokasional*.

Lubis, N. A., Khadijah, K., & Nasution, F. (2023). Penerapan media Movie Maker dalam mengenalkan pendidikan seksual anak usia 5–6 tahun di TK Al-Rasyid. *Jurnal Raudhah, 11*(2), 197. https://doi.org/10.30829/raudhah.v11i2.3061

Malahati, F., B, A. U., Jannati, P., Qathrunnada, Q., & Shaleh, S. (2023). Kualitatif: Memahami karakteristik penelitian sebagai metodologi. *Jurnal Pendidikan Dasar, 11*(2), 341–348. https://doi.org/10.46368/jpd.v11i2.902

Malik, R., Susanti, R., Hidir, A., Ihsan, M., & Dzulqarnain, M. F. (n.d.). *Triangulasi dan analisis domain: Meningkatkan kredibilitas dan kedalaman penelitian kualitatif, 6*.

Manalu, N., Lumban, F. A., Simanjuntak, B. D., & Isiprasa, J. W. (2025). Analisis teknik passing dengan metode problem-based learning dalam pembelajaran permainan sepak bola pada mahasiswa PJKR B 2023. *23*(1).

Mardatillah, N. A., & Murhayati, S. (2025). *Data dan fakta penelitian kualitatif, 9*. [Informasi penerbit dan halaman belum lengkap].

Mekarisce, A. A. (2020). Teknik pemeriksaan keabsahan data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat, 12*(3), 145–151. https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102

Faisol, M., Andrijanto, D., & Aidin, L. (2024). Peningkatan motivasi belajar melalui pendekatan bermain pada pembelajaran PJOK kelas VI SDN Airlangga 1 Surabaya. *Jurnal Ilmiah dan Karya Mahasiswa, 2*(5), 161–170. https://doi.org/10.54066/jikma.v2i5.2494

Patty Diaz, Y. R. (2021). Pendekatan saintifik dan model pembelajaran kooperatif tipe Teams Games Tournament untuk meningkatkan hasil belajar taktik dan strategi permainan sepak bola pada peserta didik kelas XII SMA. *Journal of Education Action Research, 5*(4), 507. https://doi.org/10.23887/jear.v5i4.12355

Pertiwi, A. O. (2025). *Metode pembelajaran inovatif dalam meningkatkan minat belajar siswa SMA pada mata pelajaran pendidikan jasmani: Systematic literature review, 15*(4).

Prayogi, S., Sukaisih, R., Muhali, M., & Asy'ari, M. (2024). Dampak penerapan pembelajaran kooperatif tipe STAD terhadap keterampilan kolaborasi dan hasil belajar siswa dalam mata pelajaran fisika. *Journal of Authentic Research, 3*(2), 156–173. https://doi.org/10.36312/jar.v3i2.2126

Putri, E. (2023). *Upaya peningkatan kompetensi guru dalam menyusun silabus dan RPP melalui supervisi akademik yang berkelanjutan di MTs Al-Fajar Kota Pekanbaru, 7*.

Putri, H. J., & Murhayati, S. (2025). *Metode pengumpulan data kualitatif, 9*.

Putri, K., Lubis, D. P., & Sadono, D. (2024). *Pengaruh literasi digital dengan hasil belajar, kecerdasan emosional, kewirausahaan digital siswa SMK di Depok, 28*.

Qomaruddin, Q., & Sa'diyah, H. (2024). Kajian teoritis tentang teknik analisis data dalam penelitian kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman. *Journal of Management, Accounting, and Administration, 1*(2), 77–84. https://doi.org/10.52620/jomaa.v1i2.93

Rangkuti, M. H., & Albina, M. (2025). *Penilaian dan evaluasi pembelajaran dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran pada lembaga pendidikan Islam, 3*.

Rego, D., Suyatno, H. R., Fadly, A., & Kustati, M. (n.d.). *Analisis bibliometrik direct instruction dalam konteks pembelajaran abad 2*.

Rinaldi, R., & Albina, M. (2025). Analisis konsep, jenis, dan kelayakan instrumen penelitian pendidikan. *QAZI: Journal of Islamic Studies, 2*(1), 225–232. https://doi.org/10.61104/qz.v2i1.279

Saktiawan, A. R., & Kanca, I. N. (2023). Meningkatkan minat dan hasil belajar PJOK materi permainan sepak bola melalui penerapan metode pembelajaran flipped classroom berbantuan video. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha, 11*(2), 116–124. https://doi.org/10.23887/jiku.v11i2.62496

Setiawan, F., Sabhara, H., & Ariyanti, L. (2022). Karakteristik peserta didik dalam proses pembelajaran di SMK Nasional Berbah. *ALSYS, 2*(2), 184–194. https://doi.org/10.58578/alsys.v2i2.246

Susanto, D., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik pemeriksaan keabsahan data dalam penelitian ilmiah. *Jurnal QOSIM: Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora, 1*(1), 53–61. https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.60

Thalib, M. A. (2022). Pelatihan analisis data model Miles dan Huberman untuk riset akuntansi budaya. *Madani: Jurnal Pengabdian Ilmiah, 5*(1), 23–33. https://doi.org/10.30603/md.v5i1.2581

Prastyo, A., Jariono, G., & Fatoni, M. (2025). Analisis kemampuan dribbling sepak bola. *Jurnal Porkes, 8*(1), 84–95. https://doi.org/10.29408/porkes.v8i1.29402

Prayogi, S., Firdiansyah, H. M., Aljaohari, Z. A., Wibowo, S., & Prambudi, D. Y. (2024). Peningkatan kebugaran jasmani melalui permainan tradisional pada mata pelajaran PJOK. *Jurnal Porkes, 7*(2), 770–781. https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.26143

Widaningsih, S., Husaeni, A., & Mahdani, Z. Z. (2024). Penerapan model pembelajaran direct

teaching pada belajar keterampilan passing permainan sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 20*(2), 120–129. https://doi.org/10.21831/jpji.v20i2.60439

Wiratama, A. D., Raibowo, S., & Prabowo, A. (2022). Proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SLB Kota Bengkulu di masa pandemi COVID-19. *Sport Gymnastics: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 3*(1), 54–61. https://doi.org/10.33369/gymnastics.v3i1.18625

Wulandari, W., Basyar, M., & Putra, A. E. (2024). *Model pembentukan karakter disiplin peserta didik di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, 8*.

Younus, A. Q. (2025). Effect of using indirect mental training to learn football skills. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science, 5*(3), 348–357. https://doi.org/10.52188/ijpess.v5i3.1283