

# JSH : Journal of Sport and Health

## Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi Terhadap Hasil Belajar Kebugaran Jasmani Pada Mata Pelajaran PJOK Siswa Kelas XII SMA N 4 Semarang

Muhamad Afiful Umam<sup>1</sup>, Setiyawan<sup>2</sup>, Budi Sulistiyanto<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Universitas PGRI Semarang, Indonesia

<sup>3</sup> SMA N 4 Semarang, Indonesia

Penulis yang sesuai : <sup>1</sup>[aumam8883@gmail.com](mailto:aumam8883@gmail.com), <sup>2</sup>[Setiyawan@upgris.ac.id](mailto:Setiyawan@upgris.ac.id), <sup>3</sup>[budi.sport10@gmail.com](mailto:budi.sport10@gmail.com)

### ARTICLE INFO

### ABSTRAK

Kata kunci: Pendidikan jasmani. Pembelajaran Berdiferensiasi, Hasil Belajar

Keyword:  
*Physical education,  
Differentiated Learning,  
Learning Outcomes*

Penelitian ini dilatarbelakangi berdasarkan hasil wawancara saat observasi yang memiliki kesimpulan adanya permasalahan pendekatan pembelajaran yang kurang efektif dalam mata pelajaran PJOK terhadap hasil belajar peserta didik. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen *pre-ekperimental* dengan menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest*. Peneliti menggunakan sampel satu kelas XII 7 SMA N 4 Semarang. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes. Analisis data menggunakan uji *paired sample tes*. Nilai rata-rata hasil *pre-test* hasil belajar siswa sebesar 85,28 Sementara nilai rata-rata hasil *posttest* hasil belajar siswa sebesar 89,50. Penelitian ini memiliki kesimpulan pembelajaran beridiferensiasi memiliki pengaruh terhadap hasil belajar PJOK dalam materi kebugaran jasmani hal ini dapat didukung dengan hasil uji *paired sample correlation* pada hasil akhir yang diperoleh  $\alpha = 0,000$ , dengan demikian  $\alpha < 0,05$ .

### ABSTRACT

*This research was based on the results of interviews during observations which concluded that there was a problem of less effective learning approaches in PJOK subjects on student learning outcomes. This research uses quantitative research. This research uses a pre-experimental type of experiment using a One - Group Pretest - Posttest design. Researchers used a sample of one class XII 7 SMA N 4*

---

*Semarang. The data collection technique in this research uses tests. Data analysis uses paired sample tests. The average value of the pre-test results for student learning outcomes was 85.28, while the average value of the post-test results for student learning outcomes was 89.50. This research concludes that differentiated learning has an influence on PJOK learning outcomes in physical fitness material. This can be supported by the results of the paired sample correlation test. The final result obtained was  $\alpha = 0.000$ , thus  $\alpha < 0.05$ .*

---

## **Pendahuluan**

Pendidikan merupakan suatu hal yang bisa dikatakan sangat penting bagi kehidupan manusia, karena adanya pendidikan manusia akan mengalami perkembangan dari belum tahu menjadi tahu. Proses penyadaran manusia untuk mengembangkan potensi fisik serta non fisiknya, serta proses yang berupaya untuk memanusiaakan manusia. (Abzar, 2024). Pendidikan diartikan sebagai suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta suatu proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan membuat sumber daya manusia semakin meningkat dengan demikian pendidikan di Indonesia mempengaruhi kualitas sumber daya manusia.

Perjalanan pendidikan di Indonesia tidak lepas dari peran salah satu tokoh pendidikan dalam pemikirannya, yakni Ki Hajar Dewantara. Menurut Ki Hajar Dewantara, pendidikan merupakan tuntutan didalam hidup tumbuhnya anak-anak, adapun maksudnya, pendidikan adalah menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak tersebut, agar mereka sebagai manusia serta sebagai anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan dan kebahagiaan setinggi-tingginya (Perdani et al., 2024). Ki Hajar Dewantara bahwa berpendapat pendidikan di Indonesia itu sangat penting. Pendidikan di Indonesia bisa dilaksanakan di sekolah yang ada di Indonesia, melalui sekolah yang ada di Indonesia maka proses pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.

Pembelajaran merupakan proses interaksi siswa dengan pendidikan serta sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran serta perilaku, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada siswa. Dengan demikian,

pembelajaran merupakan suatu proses untuk membantu siswa agar dapat belajar dengan baik (sulisty, 2013). Pembelajaran yang baik memiliki cara atau strategi pembelajaran dengan tujuan untuk mencapai tujuan pembelajaran. Sehingga dengan adanya strategi pembelajaran maka capaian serta tujuan pembelajaran akan terwujud sesuai dengan perangkat yang sudah di miliki oleh guru.

Strategi pembelajaran adalah penyusunan pola kemungkinan variasi dalam arti dan macam urutan umum mengajar, maka secara prinsip akan berbeda antara yang satu dengan yang lain (Mochamad Riyanto, 2022). Penerapan berbagai strategi pembelajaran menjadi salah satu solusi untuk menemukan ramuan yang sesuai dalam mentransformasikan pengetahuan kepada peserta didik. Peran guru sebagai pendidik tentunya harus dapat bekerjasama dengan berbagai pihak, khususnya menjadi jembatan penghubung antara orang tua dan peserta didik. Banyak pendekatan pembelajaran yang digunakan di dalam pelaksanaan pembelajaran dalam pelaksanaan pembelajaran di indonesia, salah satunya adalah pembelajaran berdiferensiasi.

Pembelajaran berdiferensiasi merupakan sebuah keberagaman yang mana terjadinya suatu kegiatan untuk mencari tahu tentang siswa serta memperhatikan respon belajar siswa sesuai dengan keberagamannya (Fauzia & Hadikusuma Ramadan, 2023). Tujuan pembelajaran berdiferensiasi adalah untuk mengkoordinasikan pembelajaran dengan memperhatikan minat belajar, kesiapan belajar serta preferensi belajar, membantu semua dalam belajar agar tujuan pembelajaran dapat dicapai oleh semua siswa, meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa, menjalin hubungan harmonis antara guru dan siswa agar siswa dapat lebih semangat dalam belajar, membantu siswa menjadi pelajar yang mandiri agar menjadi individu yang terbiasa dan juga memiliki sikap menghargai terhadap keberagaman, meningkatkan kepuasan guru karena ada rasa tertantang untuk mau mengembangkan kemampuan mengajarnya sehingga guru akan menjadi lebih kreatif (Faiz et al., 2022). Dengan menggunakan pembelajaran berdiferensiasi maka kemungkinan akan memiliki hasil belajar secara maksimal. Guru bisa menerapkan pendekatan pembelajaran sesuai dengan karakteristik, kemampuan serta latar belakang siswa, dengan demikian maka pembelajaran akan memiliki hasil belajar yang memuaskan baik untuk peserta didik maupun untuk guru.

Hasil belajar yang dimaksudkan adalah pencapaian prestasi belajar yang dicapai siswa dengan kriteria, atau nilai yang telah ditetapkan (Somayana, 2020). Hasil belajar siswa yang didapatkan melalui pendidikan akan mampu bersaing dalam berbagai aktivitas kehidupan

masyarakat. Pada setiap proses pembelajaran tentu memiliki masalah yang timbul dari mana saja, mungkin saja dari pengajar, siswa atau fasilitas di sekolah. Pembelajaran berdiferensiasi pada pembelajaran pendidikan jasmani dalam materi kebugaran jasmani dapat memberikan peluang kepada setiap siswa untuk belajar sesuai dengan tingkat pemahaman mereka.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang menggunakan aktivitas fisik sebagai sarana untuk mencapai perubahan secara holistik dalam kualitas individu (Sari et al., 2024). Menurut (Lengkana & Sofa, 2017) pendidikan jasmani merupakan suatu proses mengajar melalui aktivitas jasmani serta sekaligus pula sebagai proses ajar untuk menguasai keterampilan jasmani.

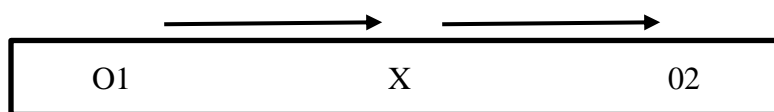
Materi yang di ambil merupakan materi yang sulit di mengerti secara langsung atau nyata, sehingga dengan menggunakan pembelajaran berdiferensiasi materi dapat dilihat secara abstrak serta mudah di mengerti karena pembelajarannya di sesuaikan dengan minat bakat dan dengan cara yang berbeda-beda dalam belajar. Berdasarkan hasil observasi melalui wawancara yang memiliki kesimpulan bahwa pembelajaran berdiferensiasi belum digunakan di kelas XII dalam mata pelajaran PJOK materi kebugaran jasmani (kekuatan) sehingga peneliti ingin melakukan penelitian terkait dengan pembelajaran berdiferensiasi. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan fisik seseorang dalam melakukan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti atau tidak mudah lelah (Sumantri et al., 2024). Kebugaran jasmani dibentuk pada saat pembentukan fisik atau komponen biomotor, komponen biomotor meliputi kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan(Wibowo, 2016).

Penerapan pembelajaran berdiferensiasi di dalam kelas bertujuan untuk menciptakan pengalaman belajar yang relevan dan bermakna bagi setiap siswa, sehingga mereka dapat mencapai potensi maksimalnya. Pendekatan diferensiasi mencerminkan pengakuan bahwa setiap siswa memiliki keunikan dan keberagaman yang perlu diakomodasi pada proses pembelajaran. Berdasarkan urgensi tersebut, maka metode pembelajaran berdiferensiasi mampu memotivasi siswa untuk berperan aktif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran. Berkaitan dengan tersebut penerapan pembelajaran berdiferensiasi baik dalam menciptakan pembelajaran yang membuat siswa terlibat secara aktif, memotivasi, dan menyenangkan sehingga partisipasi dan hasil belajar siswa dapat meningkat.

## Metode

Pendekatan penelitian yang dilakukan yaitu dengan menggunakan penelitian kuantitatif. Dengan jenis eksperimen pre ekperimental dengan menggunakan menggunakan desain *One –Group Pretest –Posttest*. karena hanya melibatkan satu kelas sebagai kelas eksperimen yaitu kelas XII 7 SMA N 4 SEMARANG.

Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah bentuk penelitian deskriptif. Mengungkapkan bahwa penelitian deskriptif yang di maksudkan untuk menguji hipotesis tertentu. Dengan penelitian kuantitatif, Penelitian kuantitatif berisi unsur-unsur kuantitatif (angka, frekuensi, persentase) dimana data diarahkan untuk menguji hipotensis, dan sifat-sifat lain yang secara umum berhubungan dengan ilmu universalis kuantitatif (Suharsimi, 2010). deskripsi adalah karangan yang melukiskan, menggambarkan, memerikan suatu peristiwa atau objek hasil penginderaan dengan sehidup-hidupnya dan disertai data-data yang kuat sehingga pembaca merasa seolah-olah terlibat di dalamnya secara langsung (Sanita & Marta, 2020). Deskriptif yang dimaksudkan adalah untuk memberikan gambaran tentang hasil belajar peserta didik dalam mata pelajaran pendidikan jasmani tahun 2024.



Keterangan:

O1 : *Pre-test* (tes awal sebelum perlakuan diberikan)

X : Eksperimen (diberikan perlakuan menggunakan strategi pembelajaran berdiferensiasi )

O2 : *Post-test* (tes akhir sesudah diberikan perlakuan)

Penelitian ini dilakukan di SMA N 4 Semarang pada siswa kelas XII 7 dengan subjek sebanyak 36 siswa. variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) dan (Y) adalah variabel terikat strategi pembelajarn berdiferensiasi merupakan variabel bebas, sedangkan hasil belajar siswa pada mata pelajaran kebugaran jasmani dengan materi kebugaran jasmani merupakan variabel terikatnya. *Pre-test* dilakukan untuk mendapatkan hasil kemampuan awal siswa sebelum menerapkan strategi pembelajaran berdiferensiasi, sedangkan *post-tes* digunakan peneliti untuk mendapatkan hasil belajar peserta didik setelah diterapkannya strategi pembelajaran berdiferensiasi.

Populasi adalah semua anggota kelompok manusia, binatang, peristiwa, atau benda

yang tinggal bersama dalam suatu tempat secara terencana menjadi terikat kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian (Amin et al., 2023). Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah kelas XII SMA N 4 Semarang. Sampel adalah sebagian dari populasi untuk mewakili seluruh populasi (Amin et al., 2023).

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik proporsional *random sampling*. Teknik *random sampling* adalah penentuan sampel secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Yasi, 2024), teknik sampling ini diberi nama demikian karena didalam pengambilam sampelnya, peneliti menghendaki pengambilan sampel dari tiap-tiap sub populasi dengan memperhitungkan besar kecilnya sub-sub polulasi tersebut dan mencampur subyek-subyek di dalam populasi sehingga semua subyek dianggap sama (Hatmoko, 2015). Dengan demikian peneliti menggunakan sampel satu kelas XII 7 SMA N 4 Semarang.

## **Hasil Dan**

### **Pembahasan Hasil**

Penelitian ini dilakukan di kelas XII 7 SMA N 4 Semarang. Tes yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui nilai sebelum dan sesudah perlakuan pada kelas kontrol. Data *pretest* dan *posttest* yang telah dikumpulkan disajikan sebagai berikut.

**Tabel.1 Hasil rata-rata siswa kelas XII 7 SMA N 4 Semarang**

		Statistics	
		Pretes	Postes
N	Valid	72	36
	Missing	0	36
Mean		89.65	93.58
Median		90.00	97.00
Std. Deviation		6.222	5.266
Minimum		77	78
Maximum		98	98

Penggunaan uji normalitas adalah untuk mengetahui berdistribusi data, apakah data yang diperoleh dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Berikut hasil uji normalitas data pretest dan posttest hasil belajar PJOK.

**Tabel. 2 Hasil uji normalitas**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		36
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.40358047
Most Extreme Differences	Absolute	.144
	Positive	.115
	Negative	-.144
Test Statistic		.144
Asymp. Sig. (2-tailed)		.056 <sup>c</sup>

**Tabel.3 Hasil uji homogenitas**

**Test of Homogeneity of Variances**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	2.390	1	70	.127
	Based on Median	.523	1	70	.472
	Based on Median and with adjusted df	.523	1	57.278	.472
	Based on trimmed mean	1.821	1	70	.182

**Tabel.4 Hasil uji paired sample tes**

**Paired Samples Test**

		Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
Pair					Lower	Upper			
1	Pretest - Posttest	-8.139	8.980	1.497	-11.177	-5.101	-5.438	35	.000

**Pembahasan**

Menerapkan pembelajaran yang berdiferensiasi di kelas bertujuan untuk menciptakan pengalaman belajar yang relevan dan bermakna yang memungkinkan setiap siswa mencapai potensi penuhnya serta mencapai hasil belajar dengan maksimal. Pendekatan yang berbeda menghasilkan pengakuan bahwa setiap siswa mempunyai keunikan serta keragaman yang harus diperhatikan dalam proses pembelajaran. Berdasarkan hal tersebut, metode pembelajaran menggunakan pembelajaran berdiferensiasi dapat memotivasi siswa untuk berperan aktif dan menyenangkan dalam proses pembelajaran. Diferensiasi merupakan proses belajar mengajar di mana siswa mempelajari materi pelajaran berdasarkan

kemampuannya, apa yang mereka sukai (Wahyuningsari et al., 2022). Pembelajaran berdiferensiasi merupakan pembelajaran yang mengakomodir kebutuhan belajar peserta didik (Pitaloka & Arsanti, 2022).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang berjudul Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi terhadap Hasil Belajar IPAS Siswa Kelas V SDN Sawah Besar 01. Bahwa terdapat pengaruh strategi pembelajaran berdiferensiasi terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran IPAS materi teknologi yang ada dalam kehidupan sehari-hari (Istiqomah et al., 2024). Pada penelitian yang berjudul Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi Terhadap Literasi dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar, memiliki kesimpulan bawah pembelajaran terdiferensiasi menunjukkan adanya dampak positif dalam meningkatkan kemampuan literasi dan numerasi setiap siswa (Fitriyana & Dewi Nirmala, 2024). Berkaitan dengan hal tersebut, penerapan pembelajaran berdiferensiasi sangat cocok untuk menciptakan pembelajaran dimana siswa terlibat secara aktif, termotivasi dan menikmati, serta dapat meningkatkan partisipasi dan hasil belajar siswa. Maka hasil dari penelitian yang dilakukan kelas XII 7 SMA N 4 Semarang.

### **1. Hasil Statistik Kebugaran Jasmani Kelas XII 7 SMA N 4 Semarang**

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata hasil *pre-test* hasil belajar hasil belajar siswa sebesar 89,65, sementara nilai maksimal diperoleh nilai sebesar 77 dan nilai minimum sebesar 98. Serta nilai rata-rata hasil *posttest* hasil belajar hasil belajar siswa sebesar 93,58, sementara nilai maksimal diperoleh nilai sebesar 98 dan nilai minimum sebesar 78.

### **2. Hasil Uji Normalitas Kebugaran Jasmani Kelas XII 7 SMA N 4 Semarang**

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa dari hasil uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov* dan *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa nilai signifikansi hasil belajar PJOK 0,056 uji *Kolmogorov Smirnov*, uji ini memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $\alpha > 0,05$ ) hal ini membuktikan bahwa hasil belajar siswa memiliki nilai yang berdistribusi normal.

### **3. Hasil Uji Homogenitas Kebugaran Jasmani Kelas XII 7 SMA N 4 Semarang**

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *homogenitas* bahwa nilai signifikansi hasil belajar PJOK 0,182, uji ini memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ( $\alpha > 0,05$ ) hal ini membuktikan bahwa hasil belajar siswa memiliki nilai yang berdistribusi normal.



#### 4. Hasil Uji Hipotesis Kebugaran Jasmani Kelas XII 7 SMA N 4 Semarang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji hipotesis menggunakan uji *paired sample tes* menunjukkan bahwa nilai signifikansi hasil belajar PJOK 0,000 uji *paired sample tes* ini memiliki nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $\alpha < 0,05$ ) hal ini membuktikan bahwa pembelajaran berdiferensiasi pada pelajaran PJOK berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik.

#### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pembelajaran berdiferensiasi telah terbukti berpengaruh dalam meningkatkan hasil belajar PJOK Kelas XII 7 SMA N Semarang. Hal ini didukung oleh analisis uji T pada tahap akhir yang menunjukkan bahwa  $\alpha = 0,000$  dengan demikian  $\alpha < 0,05$  sehingga menguatkan kesimpulan bahwa model pembelajaran berdiferensiasi efektif dalam meningkatkan hasil belajar siswa. Sehingga kedepannya harus di kembangkan lagi agar lebih efektif dan memberikan hasil yang maksimal.

#### Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada mahasiswa dan dosen atas kerja sama yang telah dilakukan, dan juga Universitas PGRI Semarang (UPGRIS) yang telah memberikan dukungan untuk menyelesaikan tugas mahasiswa dan penerbitan di *Journal of Sport and Health* (JSH).

#### Daftar Pustaka

- Abzar, M. (2024). Pendidikan Islam Multikultural Tinjauan Literatur Perguruan Muhammadiyah : Studi Multicultural Islamic Education at Muhammadiyah Universities : Literature Review Study. *Iqra: Jurnal Ilmu Kependidikan Dan Keislaman*, 19(1), 81–92. <https://doi.org/10.56338/iqra.v19i1.4432>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15–31.
- Faiz, A., Pratama, A., & Kurniawaty, I. (2022). Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Program Guru Penggerak pada Modul 2.1. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2846–2853. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i2.2504>
- Fauzia, R., & Hadikusuma Ramadan, Z. (2023). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi Dalam Kurikulum Merdeka. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(3), 1608–1617. <https://doi.org/10.31949/educatio.v9i3.5323>
- Fitriyana, I., & Dewi Nirmala, S. (2024). Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi Terhadap Literasi dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 7(1), 439–453. <https://doi.org/10.30605/jsgp.7.1.2024.4275>
- Hatmoko, J. H. (2015). Survei Minat Dan Motivasi Siswa Putri Terhadap Mata Pelajaran

- Penjasorkes Di Smk Se-Kota Salatiga Tahun 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(4), 1729–1736.
- Istiqomah, L., Reffiane, F., Sanjaya, D., Strudi Pendidikan Profesi Guru, P., PGRI Semarang Jl Sidodadi Timur Jalan Dokter Cipto No, U., Semarang Tim, K., Semarang, K., Tengah, J., Sawah Besar, S., Tambak Dalam Raya No, J., & Besar, S. (2024). Pengaruh Strategi Pembelajaran Berdiferensiasi terhadap Hasil Belajar IPAS Siswa Kelas V SDN Sawah Besar 01. *Journal on Education*, 06(03), 16153–16158.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Mochamad Riyanto. (2022). Strategi Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Suara Pengabdian* 45, 1(1), 48–54. <https://doi.org/10.56444/pengabdian45.v1i1.14>
- Perdani, A. S., Busri, H., & Tabrani, A. (2024). Perjalanan Pendidikan di Indonesia dalam Perspektif Filosofis Ki Hajar Dewantara. *Al Qalam: Jurnal Ilmiah Keagamaan Dan Kemasyarakatan*, 18(2), 1197. <https://doi.org/10.35931/aq.v18i2.3124>
- Pitaloka, H., & Arsanti, M. (2022). Pembelajaran Diferensiasi dalam Kurikulum Merdeka. *Seminar Nasional Pendidikan Sultan ...*, November, 2020–2023. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/sendiksa/article/view/27283>
- Sanita, S., & Marta, R. (2020). Nomor 1 Tahun 2020 Halaman 239-246 JOURNAL ON TEACHER EDUCATION Research & Learning in Faculty of Education. *Jote*, 2, 240.
- Sari, Y. Y., Dhitia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657>
- Somayana, W. (2020). Peningkatan Hasil Belajar Siswa melalui Metode PAKEM. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 1(03), 283–294. <https://doi.org/10.59141/japendi.v1i03.33>
- Suharsimi, A. (2010). *Prosedur Penelitian*. 2(3), 211–213.
- sulistyo. (2013). Perpustakaan. *Pendidikan*, 10(1020030), 23.
- Sumantri, R. J., Azizah, A. R., Syarif, A., & Irawan, Y. F. (2024). *Kebugaran Jasmani melalui Permainan Tradisional sebagai Jati Diri Bangsa*. 3(02), 69–81.
- Wahyuningsari, D., Mujiwati, Y., Hilmiyah, L., Kusumawardani, F., & Sari, I. P. (2022). Pembelajaran Berdiferensiasi Dalam Rangka Mewujudkan Merdeka Belajar. *Jurnal Jendela Pendidikan*, 2(04), 529–535. <https://doi.org/10.57008/jjp.v2i04.301>
- Wibowo, A. T. (2016). Gaya Hidup, Kebugaran Jasmani, Dan Konsentrasi Atlet Bola Basket Tim Satya Wacana Salatiga Menghadapi Indonesian Basketball League (Ibl) 2017. *Sportif*, 2(2), 76–84.
- Yasi, R. M. (2024). *Dampak Penggunaan Lembar Kerja Siswa ( LKS ) Terhadap Hasil Belajar Pada Materi Perbandingan*. 44–50.