

**EFEKTIVITAS HASIL BELAJAR PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN SISWA PROGRAM ASRAMA DAN NON ASRAMA
(STUDI KASUS DI SMP MAJELIS TAFSIR AL-QUR'AN GEMOLONG)**

Khoirul Fatim Khumairo*¹, Pungki Indarto², Nurhidayat Nurhidayat³

Email: a810180012@student.ums.ac.id¹, pi311@ums.ac.id², nur574@ums.ac.id³

^{1,2,3} Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Penelitian ini di latar belakang oleh adanya program asrama dan non asrama yang ada di SMP MTA Gemolong. Maka dari itu, tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas hasil belajar siswa program asrama dan non asrama terhadap mata pelajaran PJOK. Metode penelitian ini menggunakan metode adalah kualitatif pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil dari penelitian ini dapat dilihat bahwa ada perbedaan dalam hasil belajar siswa program asrama dan non asrama. Dengan itu dapat diambil kesimpulan dari hasil penelitian yaitu program asrama lebih efektif dibandingkan program non asrama dalam hasil belajar PJOK dibuktikan dengan rata-rata nilai siswa program asrama lebih tinggi dibandingkan dengan siswa program non asrama.

Kata kunci: Efektivitas, Hasil Belajar, PJOK, Asrama

Info Artikel

Dikirim : 12 januari 2023
Diterima : 20 Februari 2023
Dipublikasikan : 30 April 2023

³ Alamat korespondensi: a810180012@student.ums.ac.id
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Gedung C (FKIP) Kampus 1, Jl . Ahmad Yani
Pabelan, Kartasura, Surakarta 57162, Jawa Tengah

© 2023 UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
Prodi Ilmu Keolahraagaan
Fakultas Sains dan Teknologi
E-ISSN 2964-4224

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan yang sangat penting bagi masyarakat di dunia dimana pendidikan sejak zaman dulu sudah dikenal dan akan terus berkembang seiring berjalannya waktu, sehingga banyak pola pikir maupun kebiasaan yang dapat berubah dengan adanya pendidikan. Menurut Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem pendidikan nasional Bab I pasal 1 menyebutkan bahwa 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 ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara (Indriani, 2021). Tujuan pendidikan sendiri adalah menciptakan seseorang yang berkualitas dan berkarakter sehingga memiliki pandangan yang luas kedepan untuk mencapai suatu cita-cita yang di harapkan dan mampu beradaptasi secara cepat dan tepat didalam berbagai lingkungan (Lisnawati et al., 2021).

SMP MTA Gemolong merupakan sekolah *Islamic Boarding School* yaitu sekolah islam yang berbasis asrama terakreditasi A, dimana dalam pelaksanaan pembelajaran memadukan kurikulum dinas dan diniyah. SMP MTA Gemolong adalah salah satu sekolah swasta yang berada di Desa Gemolong RT.02/III, Kecamatan Gemolong, Kabupaten Sragen, Provinsi Jawa Tengah dengan kepala sekolah bapak Izudin Joko Prasetyo. Pendidikan swasta merupakan salah satu jenis pendidikan formal yang dioperasikan atau disediakan oleh suatu yayasan, berbeda dengan pendidikan negeri yang mana pendidikannya disediakan oleh pemerintahan. Menurut (Bahtiar, 2019) pengertian *boarding school* adalah sistem sekolah berasrama, dimana peserta didik, guru dan pengelola sekolah berada dilingkungan sekolah atau tinggal di asrama dalam kurun waktu tertentu (Heriyadi et al., 2019). Meskipun menerapkan program asrama tetapi SMP MTA Gemolong juga terdapat program non asrama yang mana siswa dapat memilih diantara kedua program tersebut dengan syarat siswa yang mengambil program non asrama jarak rumah maksimal 7 KM dan dengan seizin kepala sekolah. Dalam program asrama peserta didik memiliki kegiatan yang lebih terstruktur dan terjadwal baik dalam belajar maupun aktifitas lainnya seperti olahraga yang mana jika di asrama maka peseta didik memiliki jadwal rutin setiap minggu untuk berolahraga, sedangkan peserta didik program non asrama memiliki kegiatan yang tidak terstruktur dan lebih bebas dilihat dari aktifitas sehari-hari yang berbeda-beda dari setiap peserta didik program asrama. Olahraga sendiri sangatlah bagus untuk pertumbuhan anak-anak usia remaja karena dengan olahraga seseorang dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani yang ditandai dengan meningkatnya fungsi jantung, pembuluh darah, sirkulasi darah, sistem pernafasan dan proses metabolisme (Sitepu, 2018), dimana hal tersebut dapat membantu peserta didik dalam mengikuti pembelajaran praktek seperti mata pelajaran pjok.

Pendidikan Jasmani dan Olahraga merupakan bagian dari kurikulum standar Lembaga Pendidikan Dasar dan Menengah. Dengan pengelolaan yang tepat, maka pengaruhnya bagi pertumbuhan dan perkembangan Jasmani, Rohani dan Sosial (Bangun, 2016). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan wadah dalam penyempurnaan kepribadian dan

sarana pengembangan sikap, kepribadian, dan perilaku yang berlandaskan nilai moral yang kuat melalui nilai-nilai yang dikandungnya seperti sportivitas, kejujuran, kedisiplinan, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis (Surahni, 2017). Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani (HEMUTO, 2015), untuk itu mata pelajaran pjok memiliki nilai yang lebih unggul karena dapat memberikan penilaian yang maksimal dalam hasil penilaian sikap afektif, kognitif, dan psikomotor.

Proses pembelajaran yang kurang efektif mempengaruhi hasil pembelajaran (Pendidik & Djamarah, 2021). Hal ini membuktikan bahwa hasil belajar peserta didik dapat dilihat dari seberapa efektif program yang siswa ambil dan berapa banyak aktifitas fisik yang dilakukan dalam kegiatan harian. Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan efektivitas hasil belajar pjok siswa program asrama dan program non asrama pada siswa kelas IX SMP MTA Gemolong.

METODE

Teknik pengumpulan data dari penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode kualitatif menurut Creswell adalah suatu proses penelitian dan pemahaman yang berdasarkan pada metodologi yang menyelidiki suatu fenomena sosial dan membuat suatu gambaran kompleks, meneliti kata-kata, laporan terinci dari pandangan responden dan melakukan studi pada situasi yang alami (Raco, 2018). Pendekatan studi kasus (*case study*) adalah pendekatan yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam mengenai suatu hal yang diteliti baik berupa program, peristiwa, aktivitas dan lainnya untuk memperoleh pengetahuan/informasi secara mendalam tentang hal tersebut (Baxter & Jack, 2008). Fenomena yang dipilih biasanya disebut dengan kasus, artinya hal yang actual (real-life events), sedang berlangsung bukan sesuatu yang sudah lewat (Fadli, 2021). Sedangkan menurut Sugiyono (2013) mengemukakan bahwa metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah (Ketaren et al., 2021). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas hasil belajar pjok siswa program asrama dan non asrama.

Penelitian ini dilakukan terhadap hasil belajar pjok peserta didik kelas IX SMP MTA Gemolong yang berjumlah 62 siswa dari 257 siswa. Waktu pelaksanaan penelitian selama kurang lebih dua minggu, dari tanggal 25 Oktober sampai dengan tanggal 3 November 2022.

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 62 siswa yang terdiri dari 18 siswa asrama 14 siswa non asrama dan 17 siswi asrama 13 siswi non asrama yang mana peserta didik tersebut diambil dari kelas IX B dan kelas IX I. Dimana pemilihan sampel ini bedasarkan jumlah siswa program asrama dan non asrama yang hampir sama, sehingga selisi siswa dalam pengambilan program tidak jauh berbeda.

Untuk memperoleh data yang diperlukan, peneliti akan menggunakan hasil belajar pjok

dalam aspek pengetahuan (kognitif) dan aspek keterampilan (psikomotor). Metode kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Danial, 2015). Teknik pengumpulan data kualitatif biasanya bertumpu pada triangulasi data yang diperoleh dari tiga metode yaitu wawancara (*interview*), pengamatan (*participant observation*), dan analisis dokumen (Fadli, 2021). Wawancara dilakukan agar peneliti memperoleh data yang lebih banyak sehingga peneliti dapat memahami situasi/kondisi sosial (Fadli, 2021) kemudian observasi adalah teknik pengumpulan data yang digunakan untuk menggali data dari sumber yang berupa tempat, aktivitas, benda atau rekaman gambar (Sugawara & Nikaido, 2014) dan yang terakhir ada dokumen yang dapat digunakan untuk mendukung data dari observasi dan wawancara (Fadli, 2021). Ketiga metode tersebut digunakan peneliti agar hasil penelitian mendapatkan hasil yang maksimal, dalam melakukan wawancara peneliti mewawancarai pimpinan pondok, guru pjok dan siswa. sedangkan dalam pengamatan peneliti melakukan pengamatan dalam kegiatan harian peserta didik program asrama dan non asrama dan yang terakhir dengan dokumen yang dapat diambil dari nilai raport pjok semester ganjil tahun pelajaran 2022/2023 kemudian ada dokumen berupa foto kegiatan dan wawancara, video dan rekaman suara dalam wawancara, serta jadwal kegiatan asrama dan non asrama.

Setelah seluruh pengumpulan data telah dilakukan peneliti akan melakukan uji keabsahan data dengan cara triangulasi data. Triangulasi data adalah teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada (Sugiyono, 2013). Seperti data dari wawancara, nilai hasil belajar, dan dokumen lainnya. Kemudian peneliti akan melakukan analisis data, menurut Huberman dan Miles mengatakan analisis data kualitatif dapat dilakukan dengan tiga cara yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Fadli, 2021). Reduksi data adalah proses penyempurnaan data dengan cara pengurangan terhadap data yang dianggap kurang perlu dan tidak relevan, maupun penambahan data yang dirasa masih kurang. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian/deskripsi, bagan, hubungan antar kategori atau lain sebagainya. Sedangkan penarikan kesimpulan merupakan tahap terakhir dari analisis data yang mana kesimpulan ini dapat menjawab rumusan masalah awal atau bisa juga tidak dikarenakan rumusan masalah awal bersifat sementara dan akan berkembang dengan adanya penelitian lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil Analisis Data

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada pimpinan pondok dan guru mata pelajaran pjok, rata-rata nilai kelas, rata-rata nilai siswa program asrama dan program non asrama. Berikut hasil wawancara dengan bapak Budi Tohari selaku guru pjok di SMP MTA Gemolong dimana peneliti merasa tertarik dan bertanya apakah ada perbedaan dalam sikap dan nilai peserta didik baik asrama dan non asrama dalam pembelajaran PJOK dan beliau menjawab:

“Jika perbedaan tentu saja ada baik dari sikap maupun nilai apalagi peserta didik memiliki kegiatan harian yang berbeda-beda baik yang di asrama maupun yang di rumah semua memiliki kesibukan sendiri-sendiri tetapi hal tersebut sangatlah wajar karena peserta didik memiliki karakter dan kemampuan yang berbeda-beda, sehingga kita sebagai guru tidak dapat menuntut peserta didik untuk selalu sempurna dalam segala hal tugas kita sebagai guru dan pengajar hanya mendidik, mengarahkan dan menasehati agar peserta didik mendapatkan hasil yang terbaik dan maksimal dalam proses pembelajarannya di sekolah”

Kemudian wawancara kembali dilakukan untuk mencari informasi yang lebih mendalam mengenai program asrama dimana peneliti akan bertanya kepada pimpinan pondok di SMP MTA Gemolong yaitu bagaimana cara pimpinan pondok dalam perencanaan dan pengelolaan kegiatan di asrama dan beliau menjelaskan bahwa:

“Dikarenakan pondok SMP MTA itu dari adanya SMP MTA jadi perencanaan atau pengelolaan itu atas perencanaan bersama dengan sekolah, untuk itu kita tidak bisa lepas dari SMP MTA Gemolong semua kegiatan nanti musyawarah dengan SMP dan asrama. Sehingga dalam pengelolaan kegiatan dibagi menjadi dua kategori, yaitu kegiatan pembelajaran formal (kegiatan belajar mengajar di sekolah) dan kegiatan pembelajaran non formal (kegiatan di pondok atau asrama).”

Tabel 1. Total Nilai dan Rata-rata Mata Pelajaran PJOK Kelas XI B

Aspek Penilaian	Nilai Pengetahuan (Rapor)	Nilai Keterampilan (Praktek)
Total nilai kelas	2.701	2.767
Rata-rata kelas	84,4	86,4

Tabel 2. Total Nilai dan Rata-rata Mata Pelajaran PJOK Kelas IX I

Aspek Penilaian	Nilai Pengetahuan (Rapor)	Nilai Keterampilan (Praktek)
Total nilai kelas	2.426	2.362
Rata-rata kelas	80,8	78,7

Berdasarkan tabel diatas kita dapat melihat perbedaan hasil belajar peserta didik dalam aspek pengetahuan dan aspek keterampilan bahwa untuk hasil belajar peserta didik putra nilai keterampilan lebih tinggi dari nilai pengetahuan sedangkan untuk putri nilai pengetahuan lebih tinggi dibandingkan dengan nilai keterampilan, tetapi hal ini belum menjawab pertanyaan apakah efektif program asrama dan non asrama terhadap hasil belajar pjok untuk itu peneliti akan mengkasifikasi data siswa berdasarkan programnya.

Berikut hasil rincian klasifikasi data peserta didik bedasarkan program beserta nilai pengetahuan dan nilai keterampilan yang diambil dari penilaian akhir semester ganjil:

Tabel 3. Peserta Didik Putra Program Asrama

No.	Nama	Program	Nilai Rapor	Nilai Praktek
1.	Abdullah Azzam Alfahry	Asrama	80	83
2.	Asyraf Ridwan Alfaruq	Asrama	74	80
3.	Fariz Choirul Huda	Asrama	87	88
4.	Khoirul Ridwan	Asrama	85	89
5.	Langgeng Kausar Dzamara	Asrama	83	85
6.	Luqman Habibulloh	Asrama	85	86
7.	Mahesa Aditya Damarjati	Asrama	86	87
8.	Muhammad Fais	Asrama	84	86
9.	Muhammad Habib Shafi`i	Asrama	85	86
10.	Nasrul Isnan	Asrama	84	86
11.	Naufa Arkaan Pramudana	Asrama	87	87
12.	Prabowo	Asrama	88	90
13.	Risqi Ardiana Putra	Asrama	86	89
14.	Satrya Langit Ramadhan	Asrama	85	85
15.	Sholiquh Hafidz Sektiansyah	Asrama	86	90
16.	Widad Arifudin	Asrama	87	88
17.	Yusuf Titok Abdul	Asrama	82	89
18.	Zaky Naufal Afifudin	Asrama	90	90
	Total nilai		1.524	1.564
	Rata-rata		84,6	86,8

Tabel 4. Peserta Didik Putra Program Non Asrama (Lajo)

No.	Nama	Program	Nilai Rapor	Nilai Praktek
1.	Agastya Haidar Giesha	Lajo	85	86
2.	Aliif Nur Hidayat	Lajo	89	89
3.	Amir Zaki Wicaksono	Lajo	83	84
4.	Caraka Restu Aji	Lajo	86	88
5.	Fahardian Adharifa	Lajo	85	87
6.	Fauzan Bintang Saiful	Lajo	86	85
7.	Kanaka Arya Rajendra	Lajo	83	85
8.	Mandala Putra	Lajo	84	88
9.	Marco Thoiriq Ahmadi	Lajo	79	84
10.	Misbakhul Munir Fitra	Lajo	83	87
11.	Mubarok Gading Bayu Septa	Lajo	90	90
12..	Putra Rahmana Budianto	Lajo	79	84
13.	Raihan Hilmi Ramadhan	Lajo	87	85
14..	Reynaldi Afif	Lajo	78	81
	Total nilai		1.177	1.203
	Rata-rata		84	85,9

Berdasarkan penjabaran hasil belajar pjok diatas dapat dilihat bahwa rata-rata nilai peserta didik program asrama lebih tinggi dibandingkan rata-rata peserta didik program non asrama baik dari nilai pengetahuan dan nilai keterampilan.

Berikut hasil belajar pjok peserta didik putri yang diambil dari nilai pengetahuan dan nilai keterampilan yang diambil dari penilaian akhir semester ganjil:

Tabel 5. Peserta Didik Putri Program Asrama

No.	Nama	Program	Nilai Rapor	Nilai Praktek
1.	Anggita Laras Pradisti	Asrama	83	80
2.	Anita Dwi Lestari	Asrama	81	82
3.	Cahaya Zumrotul	Asrama	80	78
4.	Cerryn Heronita	Asrama	82	78
5.	Fatimah Azzahra	Asrama	80	78
6.	Karlina Fijri Juanita	Asrama	81	77
7.	Keina Al Aina Al Mardhiyah	Asrama	81	77
8.	Maulydha Sani Istikhomah	Asrama	79	79
9.	Nazala Syadza Zahra	Asrama	79	80
10.	Ngadimatun Safitri	Asrama	81	79
11.	Novita Gayuh Pratiwi	Asrama	78	85
12.	Nur Rochmah	Asrama	89	80
13.	Putri Rahayu Utami	Asrama	79	78
14.	Razita Rifdah Lestari	Asrama	79	78
15.	Rindi Sahroni	Asrama	79	81
16.	Tazkiyatul Muntafi`ah	Asrama	84	84
17.	Zalfa` Aqillah Zasiwa	Asrama	82	77
	Total nilai		1.377	1.351
	Rata-rata		81	79,4

Tabel 6. Peserta Didik Putri Program Non Asrama (Lajo)

No.	Nama	Program	Nilai Rapor	Nilai Praktek
1.	Alfia Muna Mahira	Lajo	79	74
2.	Alifa Hana Mufidah	Lajo	80	76
3.	Alimatul Hayah	Lajo	80	79
4.	Helen Desta Bella	Lajo	77	81
5.	Kaina Kusuma Sari	Lajo	85	76
6.	Latifah Khoirunnisa	Lajo	88	80
7.	Nadia Arinal Haq	Lajo	75	72
8.	Naimah Fatin Rofifah	Lajo	80	84
9.	Rahfi Citaflesia	Lajo	82	78
10.	Rahma Faras Fadhila	Lajo	86	78
11.	Talitha Nabila Elysia	Lajo	81	80
12.	Verda Iolana Azzahra	Lajo	77	77
13.	Zena Azaria Mumtaz	Lajo	79	76
	Total nilai		1.049	1.011
	Rata-rata		80,6	77,7



Berdasarkan pemaparan hasil belajar diatas dapat dilihat bahwa rata-rata nilai dari peserta didik putra dan putri program asrama lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik program non asrama, yang membedakan rata-rata nilai pengetahuan peserta didik putri lebih tinggi dibandingkan rata-rata nilai praktek sedangkan untuk peserta didik putra rata-rata nilai keterampilan lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nilai pengetahuan.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas hasil belajar siswa program asrama dan program non asrama terhadap mata pelajaran pjok di SMP MTA Gemolong. Penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara, obeservasi dan pengambilan data hasil belajar pjok semester ganjil tahun pelajaran 2022/2023. Pada pembahasan ini akan menjelaskan empat hasil penelitian tersebut.

Berdasarkan hasil belajar pjok semester ganjil tahun pelajaran 2022/2022 didapatkan hasil yang pertama peserta didik program asrama memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata kelas dan rata-rata peserta didik program non asrama baik putra maupun putri. Hal ini terjadi karena pesera didik asrama memiliki jadwal kegiatan rutin dan terorganisir dibandingkan dengan peserta didik non asrama yang mana hal tersebut sejalan dengan keefektivan proses pembelajaran dipengaruhi oleh lingkungan, materi pembelajaran, tenaga pendidik, strategi pembelajaran, media dan latar belakang sosial peserta didik (Pendidik & Djamarah, 2021).

Kedua rata-rata nilai keterampilan putra lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nilai pengetahuan. Hal ini terjadi karenakan siswa putra banyak yang memiliki hobi dibidang olahraga selain itu juga lebih aktif dan sering dalam mengulang materi praktek atau olahraga mandiri baik di sekolah maupun di asrama. Hasil ini selaras dengan keberhasilan siswa dalam belajar dipengaruhi oleh kemampuan, kemauan, makanan yang bergizi, dan kondisi tubuh yang baik (Ninzar, 2018).

Ketiga Rata-rata nilai pengetahuan peserta didik putri lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nilai keterampilan. Hal ini terjadi karena peserta didik putri mungkin lebih suka membaca dan jarang yang memiliki hobi olahraga serta kurang aktif dalam mengulang materi praktek dan olahraga mandiri. Sehingga keefektifan dalam pembelajaran kurang didapatkan yang mana hal tersebut selaras dengan proses pembelajaran yang kurang efektif mempengaruhi hasil pembelajaran (Pendidik & Djamarah, 2021)

Dan yang keempat terdapat perbedaan dalam hasil belajar peserta didik program asrama dan program non asrama, yakni program asrama lebih lebih efektif dibandingkan dengan program non asrama. Hal ini terjadi karena pembelajaran pjok pada dasarnya adalah praktek dan lebih dominan aktivitas fisik, dimana peserta didik yang tinggal di asrama memiliki jadwal yang lebih rutin untuk berolahraga dibandingkan dengan peserta didik non asrama terbukti dengan kutipan yang mengatakan olahraga juga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan tingkat kebugaran jasmani seseorang (Ninzar, 2018).

Berdasarkan pembahasan diatas peneliti berharap bahwa penelitian ini dapat berguna dalam efektivitas program pembelajaran yang ada di sekolah maupun di asrama terkhusus mata pelajaran pjok di SMP MTA Gemolong.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas hasil belajar siswa program asrama dan program non asrama terhadap mata pelajaran pjok di SMP MTA Gemolong. Berdasarkan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan hasil belajar siswa program asrama dan non asrama yang menunjukkan bahwa rata-rata nilai pjok siswa program asrama lebih tinggi dibandingkan dengan siswa program non asrama. Hal tersebut dikarenakan siswa yang mengikuti program asrama memiliki waktu lebih terorganisir dan terjadwal dalam belajar, olahraga dan kegiatan harian lainnya, sedangkan siswa yang mengikuti program non asrama dalam kegiatan sehari-hari lebih bebas. Oleh karena itu untuk kedepannya dapat dilakukan evaluasi terhadap program non asrama agar memiliki kegiatan yang lebih terjadwal guna menunjang target dalam belajar terkhusus mata pelajaran pjok. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pandangan dan solusi dalam pengelolaan program sekolah dan asrama bagi praktisi pendidikan untuk meningkatkan efektifitas hasil belajar pjok

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, 6(3). <https://doi.org/10.26858/publikan.v6i3.2270>
- Danial, E. (2015). Metode Dokumentasi. *Universitas Pendidikan Indonesia*, 127.
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- HEMUTO, N. U. R. A. (2015). MENINGKATKAN KEMAMPUAN BLOCK DALAM PERMAINAN BOLA VOLI MELALUI METODE DISCOVERY LEARNING SISWA KELAS VII7 SMP NEGERI 1 TAPA. *Skripsi*, 1(831411214).
- Heriyadi, T., Fitriani, T., & Mutaqin, Z. (2019). Implementasi Pendidikan Berasrama (Boarding School) di MTs Al-Falah Tanjung Jaya. *AL-KARIM*, 4(2), 154–166.
- Indriani, E. (2021). Analisis Efektivitas Implementasi Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi Covid-19 Pada Siswa SMA Kelas X Se-Kecamatan Mranggen Mata Pelajaran PJOK. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(1), 1–11. <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i1.34>
- Ketaren, A. M. A., Kanca, I. N., & Parta lesmana, K. Y. (2021). EFEKTIVITAS PROSES PEMBELAJARAN LURING PESERTA DIDIK YANG TINGGAL DI ASRAMA DAN DARING BAGI PESERTA DIDIK DI LUAR ASRAMA TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 9(1), 29. <https://doi.org/10.23887/jjp.v9i1.36744>
- Lisnawati, L., Yulianti Fiyul, A., & Yurna, Y. (2021). Manajerial Supervisi Akademik Pengawas, Kepala dan Guru Sekolah dalam Rangka Peningkatan Kompetensi Pedagogik di Raudhatul Athfal. *Jurnal El-Audi*, 2(1), 1–19. <https://doi.org/10.56223/elaudi.v2i1.22>
- Ninzar, K. (2018). Tingkat Daya Tahan Aerobik (Vo2 Max) Pada Anggota Tim Futsal Siba Semarang. *E-Jurnal Mitra Pendidikan*, 2(8), 738–749.
- Pendidik, P., & Djamarah, S. B. (2021). *Issn : 2620-6692 Kondisi Dan Suasana Pembelajaran* *Issn : 2620-6692*. 04(02).
- Raco, J. (2018). *Metode penelitian kualitatif: jenis, karakteristik dan keunggulannya*.
- Sitepu, I. D. (2018). Manfaat Permainan Bola Basket Untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Prestasi*, 2(3), 27. <https://doi.org/10.24114/jp.v2i3.10129>
- Sugawara, E., & Nikaido, H. (2014). Properties of AdeABC and AdeIJK efflux systems of *Acinetobacter baumannii* compared with those of the AcrAB-TolC system of *Escherichia coli*. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 58(12), 7250–7257. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>



Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.

Surahni. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) sebagai Sarana Pendidikan Moral. *The 6th University Research Colloquium 2017*, 41–46.