
PENGARUH *REWARD* DAN *PUNISHMENT* TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA SD KELAS IV

Afifatun Nafsiyah¹, Rizqiyatul Izzah Zulfiyah², Aniatul Khoirul Ummah³, dan F. Shoufika Hilyana⁴

Universitas Muria Kudus
Email: afifatunnafsiyah45@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diserahkan: 10 Juli 2022
Direvisi: 18 November 2022
Disetujui: 27 November 2022

Keywords: *reward, punishment, learning motivation*

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of reward and punishment on learning outcomes and student motivation of SDN 2 Ringin. This research is a type of quantitative research with a survey method. The instrument used is a questionnaire sheet in the form of a questionnaire. The type of questionnaire used is a closed questionnaire. The data collected by the researchers used interviews and questionnaires. The design of this research is the independent variable (independent) and the dependent variable (dependent). The population in this study was in class IV with a total of 17 students. The sampling used is a saturated sampling technique because the number of students is not too many and in accordance with research needs. The implementation of this research was carried out in the fourth grade of SD Negeri 2 Ringin, Pamotan District, Rembang Regency, Central Java. The results showed that there was a significant effect between the Reward Method (X1) on Student Learning Motivation (Y) at SDN 2 RINGIN. There is a significant effect between the Punishment Method (X2) on Student Learning Motivation (Y) at SDN 2 RINGIN. There is a significant effect between the Reward Method (X1) and the Punishment Method (X2) together on Student Learning Motivation (Y) at SDN 2 RINGIN.

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *reward* dan *punishment* terhadap hasil belajar dan motivasi belajar siswa SDN 2 Ringin. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode survei. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner berupa angket dan lembar wawancara. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup. Data dikumpulkan menggunakan wawancara dan kuesioner. Adapun teknik analisis data yang digunakan meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Desain penelitian ini adalah Variabel bebas (*Independen*) dan Variabel terikat (*Dependen*). Populasi dalam penelitian ini pada kelas IV dengan jumlah 17 siswa. Sampling yang digunakan adalah teknik sampling jenuh karena jumlah siswa tidak terlalu banyak dan sesuai dengan kebutuhan penelitian. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan di kelas IV SD Negeri 2 Ringin, Kecamatan Pamotan, Kabupaten Rembang, Jawa Tengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Reward (X1) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Punishment (X2) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Reward (X1) dan Metode Punishment (X2) secara bersama-sama terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN.

© 2022 Universitas Muria Kudus

PENDAHULUAN

Pendidikan yang baik akan sangat berpengaruh terhadap kemajuan bangsa dan negara. Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar untuk menumbuhkan kembali potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Secara detail dalam Undang-Undang RI No.2 Tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab I, Pasal (1), yang berbunyi : “pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara” Muhibbin Syah (2012:1).

Pendidikan pada dasarnya adalah interaksi antar pendidik dengan peserta didik untuk mencapai suatu tujuan pendidikan yang berlangsung dalam lingkungan tertentu. Pendidikan memerlukan seorang pendidik yang disebut guru. Tanpa guru, seorang siswa tidak mampu untuk belajar dan memahami mengenai sesuatu. Belajar adalah proses dimana seseorang yang tidak tahu menjadi tahu akan sesuatu. Belajar erat kaitannya dengan proses pembelajaran. Dalam proses pembelajaran yang menjadi subjek utama adalah siswa. Oleh sebab itu, guru harus memberikan motivasi belajar kepada siswa. Motivasi adalah suatu proses untuk menggiatkan motif menjadi perbuatan atau tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai tujuan tertentu Suci, dkk (2020: 22).

Dalam hal belajar motivasi diartikan sebagai daya penggerak dari diri siswa untuk melakukan kegiatan. Motivasi belajar siswa yang tinggi sangat diperlukan dalam proses pembelajaran. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi akan dapat melaksanakan proses pembelajaran dengan baik sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Dengan hasil belajar yang baik tentu suatu tujuan pendidikan akan tercapai dengan mudah. Menurut Syaiful Bahri, Djamarah (2008:139) melalui proses mengajar tersebut akan dicapai tujuan pendidikan yang tidak hanya dalam hal membentuk perubahan tingkah laku dalam diri peserta didik, akan tetapi juga meningkatkan pengetahuan yang ada dalam diri peserta didik serta meningkatkan hasil belajarnya. Berkaitan dengan motivasi belajar peserta didik, penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Utami & Jaya (2021), terdapat hasil bahwa motivasi belajar anak di SDN Kecamatan Sutera Kabupaten Pesisir Selatan dikategorikan cukup. Hal ini

perlu ditingkatkan kembali mengingat pentingnya motivasi berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik.

Hasil belajar merupakan suatu pernyataan dalam bentuk perilaku dan penampilan yang dapat dilihat. Hasil belajar berisi fakta konkrit dan tersamar. Oleh sebab itu, hasil belajar adalah suatu pernyataan yang menunjukkan keterampilan siswa yang diharapkan dapat tercapai dengan baik. Dalam proses pembelajaran tentu tidak selamanya berjalan dengan lancar. Terdapat kendala-kendala yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran itu sendiri. Kendala itu berasal dari siswa, guru, proses pembelajaran di dalam kelas dan sebagainya.

Dalam proses pembelajaran tidak asing dengan istilah reward dan punishment. Reward dan punishment dapat mempengaruhi hasil belajar siswa. Reward yang biasa kita sebut sebagai hadiah dan punishment sebagai hukuman. Salah satu bentuk penguatan (reinforcement) adalah reward. Menurut Purwanto (Kompri, 2015: 290) Reward merupakan alat pendidikan yang mudah dilaksanakan dan sangat menyenangkan bagi para siswa. Pendapat tersebut sejalan dengan Shoimin (2014: 157), yang menyatakan bahwa reward sebagai alat pendidikan diberikan ketika seorang anak melakukan sesuatu yang baik, telah berhasil mencapai sebuah tahap perkembangan tertentu, atau tercapainya sebuah target. Sedangkan punishment diartikan sebagai hukuman atau sanksi. Sedangkan menurut Shoimin 2014: 157-158), punishment biasanya dilakukan ketika apa yang menjadi target tertentu tidak tercapai atau ada perilaku anak yang tidak sesuai dengan norma-norma yang diyakini oleh sekolah tersebut. Sardiman (2012: 94), menyatakan bahwa punishment adalah salah satu bentuk reinforcement negatif yang menjadi alat motivasi jika diberikan secara tepat dan bijak sesuai dengan prinsip-prinsip pemberian punishment. Hal ini sejalan dengan pendapat Ahmadi, dkk (2013: 221), yang menyatakan bahwa punishment adalah prosedur yang dilakukan untuk memperbaiki tingkah laku yang tak diinginkan dalam waktu singkat dan dilakukan dengan bijaksana. Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa reward dan punishment merupakan cara untuk menyenangkan dan menggairahkan siswa agar bersemangat dan bertanggung jawab dalam mengerjakan tugas yang diberikan. Keduanya dapat memacu siswa untuk meningkatkan hasil belajarnya.

Salah satu reward yang diberikan adalah dengan memberikan bintang kepada siswa yang

bisa menjawab setiap pertanyaan yang diberikan dan untuk punishment bagi siswa yang tidak mengerjakan tugas adalah dengan memberikan tambahan tugas atau menghukumnya dengan menyuruh siswa tersebut bernyanyi di depan kelas atau membersihkan papan tulis.

Sejalan dengan pemberian reward dan punishment, penelitian yang dilakukan oleh Melinda & Susanto (2018), terdapat korelasi sedang antara reward dan punishment terhadap motivasi belajar siswa di SDN I Merak Kabupaten Tangerang. Lebih tepatnya pemberian reward dan punishment berpengaruh terhadap prestasi belajar siswa sebesar 28.8%. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Alwi & Salsabila (2019), terdapat pengaruh positif yang signifikan terhadap pemberian reward dan punishment yang diberikan kepada siswa dapat meningkatkan motivasi Muhadatsah Yaumiyyah di ponpes modern TGK. Chiek Oemar Diyan Aceh Besar.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Reward dan Punishment terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SDN Ringin Pada mata Pelajaran Bahasa Indonesia”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif metode survei. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner berupa angket. Angket dalam penelitian ini digunakan

Mo del	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.366 ^a	.134	.010	.862

untuk menilai tingkat motivasi siswa dalam proses pembelajaran. Angket diberikan sebelum dan setelah perlakuan.

Data dikumpulkan menggunakan Teknik wawancara dan kuesioner dengan menggunakan instrumen penelitian lembar angket dan lembar wawancara. Variabel bebas (*Independen*) pada penelitian ini adalah pengaruh pemberian reward dan Punishment (variabel X) sedangkan Variabel terikat (*Dependen*) dalam penelitian ini adalah motivasi belajar siswa pada mata pelajaran Bahasa Indonesia kelas IV SD (variabel Y).

Penelitian ini menggunakan dua jenis uji yakni uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah residual yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Cara mendeteksinya dengan menggunakan uji kolmogorov-smirnov. Adapun

kriteria kenormalan adalah jika nilai signifikansi lebih besar dari, 0,05 maka nilai residual berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Uji homogenitas dimaksudkan untu memperlihatkan bahwa ada dua atau lebih kelompok data sampel dari populasi yang memiliki variable yang sama. Metode yang digunakan adalah dengan menguji levenue yaitu tes uji of homogeneity of variance. Untuk menentukan homogenitas digunakan pedoman sebagai berikut:

Ho : Sampel tidak berasal dari populasi yang homogen

Ha : Sampel tidak berasal dari populasi yang homogen

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 2 Ringin. Peneliti menggunakan lembar angket sebagai alat pengumpulan data dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 17 siswa kelas IV. Tujuan melakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh pemberian reward terhadap Motivasi Belajar Siswa kelas IV di SD Negeri 2 ringin

Pemberian Reward Berdasarkan tabel skor variabel pemberian reward maka diperoleh skor terendah dari 32 responden diperoleh skor minimum 117, skor maksimum 148, dengan rata-rata 132, mean ideal (Mi) sebesar 132, standar devisi ideal (SDi) sebesar 5. Adapun distribusi frekuensi data tentang variabel pemberian reward dapat dilihat tabel dibawah ini:

Tabel 1. Variabel Pemberian Reward

Table 2 Hasil Signifikansi Pengaruh Parsial (Uji t)

Model	Unstandardized Coefficients		Sandarred Coefficient s	t	Sig.
		Std. Error			
(Constan t)	.928	1.162	Beta	.960	.000
Reward (X1)	302	210	360	1.441	.171
Punishm ent (X2)	892	213	108	.431	.673

Hasil dari output uji parsial (uji t) pada tabel 2 diatas dapat dijelaskan sebagai berikut: Uji t pada Reward (X1) Uji t terhadap indikator Reward (X1) didapatkan thitung sebesar 1.441

dengan signifikansi t sebesar 0,05. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($1.441 < 2.132$) atau signifikansi t lebih kecil dari 0,05 (0.717 terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) di SDN 2 RINGIN).

Uji t pada Punishment (X2) Uji t terhadap indikator Punishment (X2) didapatkan t_{hitung} sebesar 431 dengan signifikansi t sebesar 0,05. Karena $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($431 < 2.132$) atau signifikansi t lebih besar dari 0,05 ($0.673 < 0,05$), maka secara parsial indikator Punishment (X2) tidak berpengaruh signifikan terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) di SDN 2 RINGIN.

Berdasarkan uraian dan output uji T maka dapat disimpulkan bahwa :

H1 :diterima artinya variabel Reward berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa di SDN 2 RINGIN.

H2 :ditolak artinya variabel Punishment tidak berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa di SDN 2 RINGIN.

Hasil perhitungan regresi pada tabel 2 dapat diketahui bahwa koefisien determinasi (R) yang diperoleh sebesar 0,366. Hal ini berarti 37% Motivasi Belajar Siswa DNN 2 RINGIN yang dipengaruhi oleh variabel Reward (X1) dan Punishment (X2), sedangkan sisanya yaitu 63% Motivasi Belajar Siswa SDN 2 RINGIN dipengaruhi oleh variabel-variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil perhitungan pada tabel nilai $B = 0.302$ bertanda positif. Begitupun juga hasil dari Uji F, membandingkan F t_{hitung} dengan F t_{tabel} , dengan dasar pengambilan keputusan jika F $t_{hitung} > F$ t_{tabel} dengan signifikan kurang dari 0.05 maka terdapat pengaruh dari Variabel X terhadap variabel Y. Dengan N 4 maka F t_{tabel} menunjukkan angka 9.12. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan nilai F $t_{hitung} = 1.080$ ($1.080 > 3,24$) dan signifikan ($0.366 < 0.05$) ini artinya terdapat pengaruh dari Reward (X1) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y).

Uji t juga digunakan pada penelitian ini, dilakukan dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} , dengan N 4 maka didapat angka t_{tabel} yakni 2.132. Dengan dasar pengambilan keputusan jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, dan signifikansi $t < 0.05$ maka terdapat pengaruh Variabel X terhadap Variabel Y. Dimana hasil yang di dapat yakni t_{hitung} sebesar 1.441 ini berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($1.441 < 2.132$) dan signifikansi ($0.171 < 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh Reward (X1) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y).

Uji t juga digunakan pada penelitian ini, dilakukan dengan membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} , dengan N 4 maka didapat angka t_{tabel} yakni 2.776. Dengan dasar pengambilan keputusan jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, dan signifikansi $t < 0.05$ maka terdapat pengaruh Variabel X terhadap Variabel Y. Dimana hasil yang di dapat yakni t_{hitung} sebesar 0.431 ini berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($0.431 < 2.776$) dan signifikansi ($0.673 < 0.05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Punishment (X2) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y). Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa antara variabel Punishment (X2) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) terdapat pengaruh yang cukup tinggi pada taraf signifikan = 0.05, ini menunjukkan sumbangan yang sangat berarti

Berdasarkan uji regresi linier berganda maka terdapat pengaruh yang signifikan antara Reward (X1) dan Punishment (X2) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Berdasarkan hasil perhitungan regresi dapat diketahui bahwa koefisien determinasi (R) yang diperoleh sebesar 0.366. Hal ini berarti 37% Motivasi Belajar Siswa SDN 2 RINGIN yang dipengaruhi oleh variabel Reward (X1) dan Punishment (X2), sedangkan sisanya yaitu 63% Motivasi Belajar Siswa SDN 2 RINGIN dipengaruhi oleh variabel- variabel lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hal ini sejalan dengan teori menurut Sadirman (2011:95), yang menyatakan bahwa reward atau hadiah merupakan sesuatu yang mampu menumbuhkan motivasi dalam kegiatan belajar di sekolah. Sejalan dengan pendapat tersebut menurut Hamalik (2011:166), menyatakan bahwa reward merupakan suatu cara untuk menggerakkan atau membangkitkan motivasi belajar siswa.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Reward (X1) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien regresi melalui bantuan SPSS Versi Windows 25.0. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Metode Reward (X1) berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y).

Terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Punishment (X2) terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa Metode Punishment (X2) berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y).

Terdapat pengaruh yang signifikan antara Metode Reward (X1) dan Metode Punishment (X2) secara bersama-sama terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) SDN 2 RINGIN. Pengaruh Metode Reward (X1) dan Metode Punishment (X2) secara bersama-sama terhadap Motivasi Belajar Siswa (Y) berdasarkan hasil uji "t" pada hipotesis 3 sebesar 1.080 ini berarti $f_{hitung} > f_{tabel}$ ($1.080 > 3.24$) dan signifikansi ($0.000 < 0.05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, S., & Salsabila, A. (2019). Pengaruh *Reward* dan *Punishment* Terhadap Motivasi Siswa dalam Muhadatsah Yaumiyyah di Pondok Pesantren Modern Tgk. Chiek Oemar Diyan Aceh Besar.
- Lestari, S. A. (2021). Tesis. Pengaruh Pemberian *Reward* dan *Punishment* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas V Sdn Dadaprejo 01 Kecamatan Junrejo Kota Batu.
- Mabruri, Rizky Ardi. 2016. Pengaruh *Reward* Terhadap Motivasi Belajar Ipa Siswa Kelas Iv Sd Muhammadiyah Piyaman, jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi 32 Tahun ke-5
- Mahfidz, I. K. (2021). Skripsi. analisis Dampak Pemberian *Reward* dan *Punishment* Terhadap Kualitas Sumber Daya Manusia Pada Cv. Daeng Kuliner di Makassar.
- Melinda, Ima dan Susanto, Ratnawati. 2018. Pengaruh Reward dan Punishment Terhadap Motivasi Belajar Siswa, *International Journal of Elementary Education*, Vol. 2, No. 2, pp. 81-86
- Priyatno, Duwi. 2016. Belajar Alat Analisis Data, Olah Data dan Penyelesaian Kasus-kasus Dengan SPSS. Yogyakarta: Media Kom
- Purnomo, Halim dan Khotimal, Husnul. 2013. Model Reward dan Punishment. Yogyakarta: CV Budi Utama
- Putri, Grahani Erien Mega dan Hidayat, Taufiq. 2018. Pengaruh Pemberian Reward Dan Punishment Terhadap Hasilbelajar Passing Bawah Pada Permainan Bola Voli *Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan*, Volume 06 Nomor 02
- Rismanto. (2019). Tesis. ANALISIS KOMPETENSI KARYAWAN, REWARD DAN PUNISHMENT TERHADAP KINERJA KARYAWAN.
- Rosyid, Moh Zaiful dan Abdullah, Aminol Rosid. 2018. *Reward & Punishment dalam Pendidikan*. Malang: Literasi Indonesia
- Sardiman. 2012. *Interaksi Dan Motivasi Belajar-Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers
- Setiawan, Wahyudi. 2018. *Reward and Punishment Perspektif Islam*. Al-Murabbi Volume 4, Nomor 2, ISSN 2406-775X
- Sari, A. P. (2019). Tesis. PENGARUH METODE REWARD DAN PUNISHMENT TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS V SDN DADAPREJO 01 KECAMATAN JUNREJO KOTA BATU.
- Sesri Utami, P., & Jaya, I. (2021). Motivasi Belajar Anak Masa Pandemi Covid-19 di Kelas Awal Sekolah Dasar Kecamatan Sutera. *Jurnal Pelita PAUD*, 5(2), 239–246. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v5i2.1318>
- Halawa, Efa Henistik. 2022. Suvei Motivasi Belajar Siswa Kelas IV dan V SDN Depok 1 Dalam Mengikuti Pembelajaran Jarak jauh Selama Pandemi Covid-19. Disertai tidak diterbitkan. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Guru Sekolah dasar FKIP Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Suci, N., Pradnyani, & Rahmawati, 2020. Pengaruh Reward Dan Punishment Terhadap Motivasi. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 2(1), 21–30.
- Supardi. 2014. *Aplikasi Statistika Dalam Penelitian: Konsep Statistika yang*

Lebih Komprehensif. Jakarta: Change
Publication

- Sujiantari, Ni Kadek. 2016. Pengaruh Reward Dan Punishment Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran IPS (Studi Pada SMP Negeri 1 Singaraja Kelas VIII Tahun Ajaran 2015/2016), *Jurnal Jurusan Pendidikan Ekonomi (JJPE)* Vol: 7 Nomor: 2
- Syarifudin, M. A. (2020). *Jurnal Pendidikan Islam. DASAR-DASAR PEMBERIAN PUNISHMENT.*
- Triningsih, E. (2018). skripsi. Pengaruh Pemberian *Reward* dan *Punishment* dengan Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas Vii SMP Negeri 13 Makassar.
- Wulandari, Ika Suci. 2014. Pengaruh Pemberian Reward And Punishment Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Passing Bawah Bolavoli (Studi Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Yosowilangun Lumajang), *jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* Volume 02 Nomor 03, 599 – 604