



---

## Indeks Subjek

---

### A

*A restrospective causal-comparative design*, 284  
*aerobic*, 1  
*American Association for Active Lifestyles and Fitness*, 171  
*anaerobic*, 1  
*anterior cingulate cortex*, 203  
*Asian Commitee on the Standardization of Physical Fitness Test (ACSPFT)*, 255  
*assessment*, 1, 176, 177, 180, 181, 183

### C

*Commission on Higher Education*, 168  
*curriculum*, 1, 167, 169, 170, 171, 172, 173

### E

*edukatif*, 250, 251  
*edukatif*, 250, 251  
*ekstrakurrikuler*, 1  
*error-related negativity*, 203, 213  
*experiment counterbalans*, 204

### G

*gerakan ritmik*, 252, 253, 258  
*gerakan ritmik*, 252, 253, 258

### H

*Higher Educational Institutions*, 167

*Hula Hoop*, 1, 252, 262, 263  
*Hula Hoop*, 1, 252, 262, 263

### I

*Informed concent*, 189  
*interaksi sosial*, 1, 216, 218, 219, 220, 226, 228, 229  
*interpersonal*, 282

### K

*karate*, 1, 185, 186, 187, 188, 191, 192, 193  
*kardiovaskular*, 314  
*Kediri Emas*, 1, 344, 347, 351  
*kepemimpinan kepala sekolah*, 1, 299, 301, 307, 308  
*keterampilan psikologis*, 1, 282, 283, 284, 285, 286, 288, 289, 290, 291, 292  
*keterampilan sosial*, 216, 218, 220, 227  
*kinestetik*, 1, 233, 235, 236, 237, 239, 240, 241, 244, 245, 247  
*konsentrik*, 258  
*konsentrik*, 258  
*konsumsi oksigen maksimal*, 316  
*kumite*, 1, 185, 187, 188, 190, 191, 192, 193, 194

### L

*latihan psikologis*, 282

## **P**

*Peer teaching*, 1, 216, 218, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 228  
POMNAS, 185  
produktivitas kerja, 299  
Profesionalisme guru, 1, 298  
Puslatkot, 1, 344, 346, 347, 348, 349, 351

## **Q**

*Quality Physical Education*, 167

## **R**

rekreatif, 250, 251  
rekreatif, 250, 251  
relaksasi, 283  
reproduktif, 234  
*reward and punishment*, 1, 201, 203, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 213

## **S**

simpai, 251, 252, 258, 260, 261  
simpai, 251, 252, 258, 260, 261  
Situational interest, 1, 200, 202, 209, 210  
*system review*, 218

## **T**

*Tabata*, 1, 329, 330, 331, 333, 334, 335, 337, 339, 340, 341  
Tes multistahap, 316  
*The Psychological Skills Inventory for Sports (PSIS)*, 284

## **U**

UKG, 298



---

**Indeks Penulis**

---

<b>A</b>		<b>M</b>	
Albadi Sinulingga	296	Mahir Dwi Nugroho	175
Asngari	215	Mashuri Eko Winarno	312
<b>B</b>		Muhammad Syahrul Saleh	232
Bimo Satrio	312	Muhammad Yanuar Rizky	342
<b>D</b>		M. Sahib Saleh	232
Dhedhy Yuliawan	342	Mustika Fitri	184
Dian Pertiwi	296	<b>R</b>	
Didik Hariyanto	265	Reo Prasetyo Herpandika	342
Dimyati	279	Rizki Illahi	198
<b>E</b>		<b>S</b>	
Ersha Ady Nickytha	184	Sri Widaningsih	198
<b>G</b>		Sumaryanto	215
Gita Febria Friskawati	198	Suprayitno	296
Guntur Firmansyah	265	Syahrudin	232
<b>I</b>		<b>T</b>	
I Dewa Made Aryananda		Teejay Dela Cueva	
Wijaya Kusuma	327	Panganiban	113
<b>K</b>		Tomoliyus	175
Khoirul Anwar Pulungan	279	<b>U</b>	
Kuston Sultoni	184	Ujang Rohman	249



---

### Ucapan Terima Kasih

---

Kami mengucapkan terima kasih dan apresiasi setinggi-tingginya atas kerjasama dan dedikasi Mitra Bebestari untuk menelaah artikel yang telah dipublikasikan dalam Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran pada edisi Volume 5 Nomor 2 November 2019.

Berikut ini adalah nama-nama yang telah berpartisipasi sebagai Mitra Bebestari pada Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran:

1. Prof. Dr. Yustinus Sukarmin, MS. (Universitas Negeri Yogyakarta)
2. Prof. Dr. M. E. Winarno, M.Pd. (Universitas Negeri Malang)
3. Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd. (Universitas Sebelas Maret Surakarta)
4. Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd. (Universitas Adi Buana Surabaya)
5. Kunjung Ashadi, S.Pd., M.Fis. (Universitas Negeri Surabaya)
6. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D. (Universitas Pendidikan Indonesia)
7. Ricky Wibowo, M.Pd. (Universitas Pendidikan Indonesia)
8. Jusuf Blegur, M.Pd. (Universitas Kristen Artha Wacana)



**GAYA SELINGKUNG PENULISAN**  
**Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran**  
**Program Studi Penjasokesrek**  
**Universitas Nusantara PGRI Kediri**



---

Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran merupakan jurnal elektronik yang dibentuk oleh Program Studi Penjasokesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri dan melibatkan para reviewer yang kompeten di bidangnya baik di dalam maupun di luar Universitas Nusantara PGRI Kediri. Tujuan Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran adalah sebagai wadah publikasi penelitian dan tulisan para praktisi/ilmuan dalam bidang olahraga. Tulisan merupakan tulisan asli (bukan plagiat).

#### **FORMAT PENULISAN SECARA UMUM**

Menggunakan penulisan yang sesuai Ejaan Bahasa Indonesia yang Disempurnakan (EYD). Ketik rapi pada kertas **A4, font 12 Arial, margin (atas, kiri, kanan, bawah) 3433, spasi 1,5 dan maksimal 15 halaman** (terhitung dari judul hingga daftar pustaka/lampiran yang diperlukan jika ada). Naskah yang diterima bisa berbahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Pengaturan untuk jarak spasi sangat diperhatikan (*before and after spacing* harus 0 (nol)). Jarak antar bab, subbab, dengan anak bab hanya berjarak 1 spasi (1 kali enter). *First line indent* pada penulisan awal paragraf menjorok ke dalam 9 huruf (1,1 cm). **Secara umum naskah ajuan terdiri atas judul, abstrak, pendahuluan, metode, hasil, pembahasan (analisis), kesimpulan, saran dan daftar pustaka.** Penambahan bab atau subbab tergantung pada format penelitian atau naskah pengirim dengan tidak menyalahi penulisan karya tulis ilmiah.

*\*perhatikan dan taati aturan format penulisan secara umum, guna kelancaran seleksi dan pertimbangan penerimaan naskah Anda.*

Untuk keseragaman penulisan, khusus naskah penelitian asli harus mengikuti sistematika sebagai berikut:

1. Judul (*Title*)
2. Nama dan Lembaga Pengarang (*Authors and Institution*)
3. Abstrak (*Abstract*)
4. Naskah (*Text*), yang terdiri atas:
  - Pendahuluan (*Introduction*)
  - Metode (*Methods*)
  - Hasil (*Results*)
  - Pembahasan (*Discussion*)
  - Kesimpulan (*Conclusion*)
  - Saran (*Recommendation*)
5. Daftar Pustaka (*Reference*)

## **PENJELASAN PENULISAN SECARA RINCI**

### *Penulisan Judul*

Judul ditulis secara singkat, jelas, dan padat yang akan menggambarkan isi naskah. Ditulis tidak terlalu panjang, maksimal **20 kata** dalam bahasa Indonesia. Ditulis di bagian tengah atas dengan *Sentence case* (huruf pada kata pertama diketik besar), tidak digarisbawahi, tidak ditulis di antara tanda kutip, tidak diakhiri tanda titik(.), tanpa singkatan, kecuali singkatan yang lazim.

Contoh :

**Upaya meningkatkan hasil belajar servis bawah bola voli melalui  
penggunaan modifikasi bola**

### *Penulisan Nama Pengarang*

Dibuat taat azas tanpa penggunaan gelar dan dilengkapi dengan penjelasan asal instansi atau universitas. Penulisan nama pengarang dimulai dari pengarang yang memiliki peran terbesar dalam pembuatan artikel.

Contoh :

**Aba Sandi Prayoga<sup>1</sup> dan Andri Kustiawan<sup>2</sup>**  
<sup>1,2</sup>Penjaskesrek STKIP MODERN Ngawi  
E-mail : *aba\_sandy@yahoo.com*

#### *Penulisan Abstrak*

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (tujuan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang maksimal **200** kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam **Bahasa Indonesia** dan **Bahasa Inggris**. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 3-6 kata benda.

#### *Penulisan Pendahuluan*

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. Pada bab ini juga ditekankan adanya kejelasan pengungkapan *background of problem*, perbedaan dengan penelitian sebelumnya, dan kontribusi yang akan diberikan.

#### *Penulisan Metode atau Cara dan Bahan*

Penulisan metode berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah.

#### *Penulisan Hasil*

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Penyajian hasil dan ketajaman analisis (dapat disertai tabel dan gambar untuk memudahkan pemahaman)

### *Penulisan Pembahasan*

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Jelaskan arti statistik (misal  $p < 0.001$ , apa artinya? dan bahas apa arti kemaknaan. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya.

### *Penulisan Kesimpulan*

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

### *Penulisan Tabel*

Judul tabel di tulis dengan *title case*, subjudul ada pada tiap kolom, sederhana, tidak rumit, tunjukkan keberadaan tabel dalam teks (misal lihat tabel 1), dibuat tanpa garis vertical, dan ditulis diatas tabel.

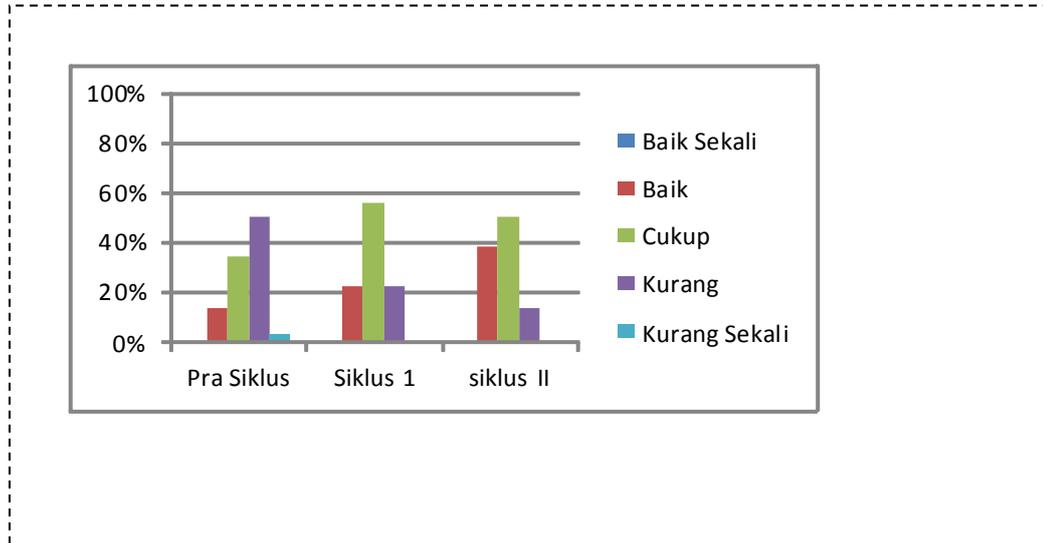
Tabel 1. Power Otot Tungkai Siswa Kelas 5 SD

Jenis Daerah	Power (J/s)
Daerah pantai	14497
Dataran rendah	15059.25833
Dataran tinggi	22198.62857

### *Penulisan Gambar*

Judul gambar ditulis dibawah gambar.

Contoh :



Gambar 8. Perbandingan Hasil Belajar Servis bawah Bolavoli

### *Penulisan Daftar Pustaka*

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 10 sumber, disarankan berasal dari artikel jurnal nasional dan internasional.

**JUDUL NASKAH (Maksimal 12 Kata)**

*[Arial 12, UPPERCASE, bold, centered]*

**Penulis1<sup>1</sup>, Penulis2<sup>2</sup>, Penulis3<sup>3</sup>**

*[Arial 12, Capitalize Each Word, bold, centered]*

<sup>1,2</sup> Afiliasi Penulis, <sup>3</sup> Afiliasi Penulis

<sup>1</sup>e-mail penulis1, <sup>2</sup>e-mail penulis2, <sup>3</sup>e-mail penulis3

*[Arial 12, Capitalize Each Word, bold, centered]*

**Abstrak**

*[Arial 11, Capitalize Each Word, bold, centered]*

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (pendahuluan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang 150 - 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 5-8 kata benda. Abstrak Bahasa Indonesia dan kata kunci ditulis tegak. *[Arial 11, justified]*

**Kata kunci:** harus ditulis sebanyak 3-6 kata, m dipisahkan dengan koma

*[Arial 11, justified]*

**JUDUL NASKAH DALAM BAHASA INGGRIS (Maksimal 12 Kata)**

*[Arial 12, UPPERCASE, bold, centered]*

**Abstract**

*[Arial 11, Capitalize Each Word, bold, centered]*

*Abstract is a miniature of the article as the main picture of the reader of your article. Abstract contains all components of the article concisely (introduction, methods, results, discussion and conclusions). Length of 150-200 words (may not be outside of this provision), do not write citation references, and are written in one paragraph. Abstracts are written in Indonesian and English. Equipped with keywords as many as 5-8 nouns. Indonesian abstracts and keywords are written upright. [Arial 11, italic, justified]*

**Keywords:** must be written in 3-6 words, m separated by commas [Arial 11, justified]

**PENDAHULUAN**

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. *[Arial 12, justified, 1,5 spasi]*

## **METODE**

Penulisan metode berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengambilan data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah. [*Arial 12, justified, 1,5 spasi*]

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar.

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Bandingkan hasil temuan dengan teori yang relevan. Perkuat hasil temuan dengan penelitian relevan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

## **UCAPAN TERIMA KASIH (Jika ada)**

Ucapan terima kasih hanya dituliskan jika dianggap penting untuk ditulis terkait sumber pendanaan (*funding*), akses data dan pembimbingan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 10 sumber. Pustaka menggunakan ***American Psychological Association (APA) Six Edition*** wajib menggunakan reference management (Mendeley, Zotero atau Endnote).

***Pustaka Primer (Jurnal):***

Hanief, Y., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 60-73. doi:10.29407/js\_unpgri.v1i1.575

***Buku Teks:***

Maksum, A. (2008). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Univesity Press.

***Prosiding:***

Nurkholis, Moh. (2015). Kontribusi Pendidikan Jasmani dalam Menciptakan SDM yang Berdaya Saing di Era Global. *Prosiding. Seminar Nasional Olahraga UNY Yogyakarta*; 192-201.

***Skripsi/Tesis/Disertasi:***

Hanief, Y.N. (2014). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 M. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

***Internet:***

Asnaldi, Arie. Pendidikan Jasmani. <http://artikel-olahraga.blogspot.co.id/>  
Diakses tanggal 1 Januari 2015.