



e - ISSN : 2477 - 3379

p - ISSN : 2548 - 7833

JURNAL PENELITIAN PEMBELAJARAN



SPORTIF

VOLUME 4 — **NOMOR 1** — **HALAMAN 1-144** — **MEI 2018**

Diterbitkan Oleh :

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

JI. KH. ACHMAD DAHLAN NO 76 KEDIRI

Website : <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk/index>

Email : jurnal.sportif@unpkediri.ac.id



VOLUME 4 NOMOR 1 HALAMAN 1-144 MEI 2018

Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran terbit dua kali setahun pada bulan Mei dan November berisi naskah hasil penelitian, kajian teori, gagasan konseptual mengenai pembelajaran di bidang olahraga. Fokus dan ruang lingkup jurnal SPORTIF yaitu olahraga pendidikan, olahraga kepelatihan, olahraga rekreasi, dan olahraga tradisional.

Ketua Penyunting : Yulingga Nanda Hanief, S.Pd., M.Or.
(*Editor in Chief*)

Penyunting Pelaksana : Drs. Sugito, M.Pd.

(*Section Editor*)

Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

Wasis Himawanto, S.Pd., M.Or.

Ardhi Mardiyanto Indra P., M.Or.

Budiman Agung Pratama, M.Pd.

M. Akbar Husein Allsabab, M.Or.

(*Copyeditor*)

Hendra Mashuri, M.Pd.

Nur Ahmad Muharram, S.Pd., M.Or.

(*Layout Editor*)

Weda, M.Pd.

(*Proofreader*)

M. Anis Zawawi, S.Pd., M.Or.

Penyunting Ahli
Mitra Bebestari

: Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.

(UNS Surakarta)

Prof. Dr. M. E. Winarno, M.Pd.

(UM Malang)

Prof. Dr. Dewi Lailatul Badriah, M.Kes. AIFO

(STIKES Kuningan)

Dr. M. Muhyi Faruq, M.Pd.

(UNIPA Surabaya)

Dr. Syahrudin, M.Kes.

(UNM Makassar)

Kunjung Ashadi, M.Pd., AIFO

(UNESA Surabaya)

Redaksi Pelaksana : Chandra Surya, S.Pd.

Bulan Terbit

: Mei – November

ALAMAT REDAKSI

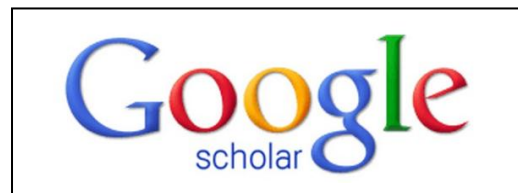
Kantor Penjaskesrek Kampus I UNP Kediri, Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri

Telp. (0354) 771503, Fax. (0354) 771576

Website: ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk

Email: jurnal.sportif@unpkediri.ac.id

JURNAL SPORTIF telah terindeks oleh:





DAFTAR ISI

- PERBEDAAN PENGARUH PENGGUNAAN ALAT BANTU MATRAS LEBIH TINGGI DAN MATRAS GULUNG TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN *HANDSPRING*** 1 - 14
Dodik Aprihadi¹, M. Furqon Hidayatullah², Sapta Kunta Purnama³
- SUMBANGAN KOORDINASI MATA-KAKI, KELINCAHAN, KESEIMBANGAN DINAMIS DAN FLEKSIBILITAS TOGOK TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAK BOLA (Studi Korelasional pada Pemain Sepak Bola Mahasiswa Universitas Nusantara PGRI Kediri)** 15 - 27
Andika Priya Pratama¹, Sugiyanto Sugiyanto², Agus Kristiyanto³
- PENGARUH LATIHAN *JUMP TO BOX* DAN LATIHAN *BICYCLE* TERHADAP KECEPATAN LARI 60 METER PADA SISWA PUTRA KELAS XI IPA SMA NEGERI 1 TANJUNG BUMI** 28 - 37
Handoko Handoko
- PERSEPSI GURU PAMONG TERHADAP KUALITAS MAHASISWA CALON GURU PJOK SAAT MELAKSANAKAN PROGRAM PENGELOLAAN PEMBELAJARAN DI SEKOLAH MITRA** 38 - 53
Fifukha Dwi Khory¹, Setiyo Hartoto², Sudarso Sudarso³, dan Bayu Budi Prakoso⁴
- PENGARUH LATIHAN *TRADITIONAL PUSH UP, PLYOMETRIC PUSH UP, DAN INCLINE PUSH UP* TERHADAP KEKUATAN OTOT LENGAN, *POWER* OTOT LENGAN, DAN *DAYA TAHAN* OTOT LENGAN** 54 - 72
Febriyan Dwi Cahyono¹, Oce Wiriawan², dan Hari Setijono³
- UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *DRIBBLE* SEPAK BOLA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN *NUMBERED HEAD TOGETHER (NHT)* DAN MEDIA AUDIO VISUAL** 73 - 86
I Dewa Made Aryananda Wijaya Kusuma
- PENGARUH LATIHAN *JUMP TO BOX, DEPTH JUMP* DAN *SINGLE LEG DEPTH JUMP* TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN *POWER* OTOT TUNGKAI** 87 - 104
Devi Lestyia Pembayun¹, Oce Wiriawan², dan Hari Setijono³

PENGARUH LATIHAN *PLYOMETRIC FRONT CONE HOPS* DAN *COUNTER MOVEMENT JUMP* TERHADAP POWER DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI 105 – 119
Febrianti Zarra Pratiwi¹, Hari Setijono², dan Yusuf Fuad³

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI ATLET WUSHU SANDA SENIOR PADA PROGRAM LATIHAN DENGAN MOTIVASI BERPRESTASI DALAM MENGHADAPI PEKAN OLAHRAGA PROVINSI (PORPROV) TAHUN 2019 120 – 132
Muhammad Anis Zawawi

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN KESEIMBANGAN UNTUK SEKOLAH DASAR 133 – 144
Hilal Tauhidman¹ dan Gilang Ramadan²

INDEKS SUBJEK

INDEKS PENULIS

UCAPAN TERIMA KASIH

PEDOMAN PENULISAN