
EFEKTIFITAS MODEL PEMBELAJARAN DIFERENSIASI UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI MAHASISWA DALAM MATA KULIAH KEBUGARAN JASMANI

THE EFFECTIVENESS OF DIFFERENTIATED LEARNING MODELS TO INCREASE STUDENT MOTIVATION IN PHYSICAL FITNESS COURSES

Nur Indah Atifah Anwar¹, Muhammad Akbar Syafruddin²

^{1,2}Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi/Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

*nurindah@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini merupakan suatu eksperimen yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi mahasiswa melalui penerepan model pembelajaran diferensiasi dalam mata kuliah kebugaran jasmani. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar dengan jumlah sampel sebanyak 37 orang mahasiswa. Teknik penentuan sample dilakukan dengan menggunakan teknik *random sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket motivasi dengan nilai reliabilitas *Crinbach's Alpha* sebesar 0,960. Soal terdiri dari 20 butir dengan 5 (lima) pilihan jawaban. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan uji t dan uji N-Gain yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektifitas penerapan model pembelajaran deferensiasi dalam meningkatkan motivasi mahasiswa dalam mengikuti proses perkuliahan. Berdasarkan hasil uji efektifitas diketahui nilai maximum sebesar 89,29; nilai minimum sebesar 52,63; dan nilai rata-rata sebesar 75,6. Berdasarkan nilai rata-rata tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran diferensiasi cukup efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani..

Kata Kunci: Pembelajaran Diferensiasi, Motivasi, Mahasiswa.

Abstract

This study is an experiment that aims to increase student motivation through the implementation of a differentiation learning model in physical fitness courses. The population in this study were students of the Faculty of Sport Sciences, Makassar State University with a sample size of 37 students. The sampling technique was carried out using a random sampling technique. The data collection technique was carried out using a motivation questionnaire with a Crinbach's Alpha reliability value of 0.960. The questions consisted of 20 items with 5 (five) answer choices. The data analysis technique was carried out using the t-test and the N-Gain test which aimed to determine the extent to which the implementation of the differentiation learning model was effective in increasing student motivation in following the lecture process. Based on the results of the effectiveness test, the maximum value was 89.29; the minimum value was 52.63; and the average value was 75.6. Based on these average values, it can be concluded that the implementation of the differentiation learning model is quite effective in increasing student learning motivation in physical fitness lectures.

Keywords: Differentiation Learning, Motivation, Students.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi memiliki peran strategis dalam membentuk generasi yang sehat secara fisik dan mental, terutama melalui mata kuliah yang berfokus pada kesehatan dan kebugaran jasmani (Hapsari et al., 2024). Salah satu mata kuliah penting dalam bidang ini adalah kebugaran jasmani, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan fisik dan memberikan pengalaman langsung dalam berolahraga. Namun, dalam praktiknya, masih terdapat banyak mahasiswa yang kurang termotivasi untuk mengikuti mata kuliah ini secara aktif. Sebagian besar mahasiswa merasa kurang tertarik, terbebani, atau bahkan enggan untuk berpartisipasi penuh dalam kegiatan kebugaran jasmani, sehingga berdampak pada efektivitas pembelajaran. Rendahnya motivasi ini tentu menjadi tantangan tersendiri bagi dosen dalam menyampaikan materi secara optimal.

Rendahnya motivasi mahasiswa dalam mengikuti mata kuliah kebugaran jasmani dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti latar belakang kemampuan fisik yang berbeda, minat yang bervariasi, hingga pola pikir yang kurang menghargai pentingnya kebugaran dalam kehidupan sehari-hari (Wijayanto, 2023). Sebagian mahasiswa mungkin merasa minder karena tidak memiliki keterampilan fisik yang memadai, sementara yang lain mungkin merasa jenuh dengan metode pembelajaran yang cenderung monoton atau tidak sesuai dengan minat mereka. Akibatnya, banyak mahasiswa yang hanya sekadar mengikuti mata kuliah ini sebagai kewajiban akademis, tanpa menyadari manfaat jangka panjang yang bisa mereka peroleh dari menjaga kebugaran jasmani.

Untuk mengatasi permasalahan ini, penerapan model pembelajaran diferensiasi menjadi salah satu pendekatan yang menarik untuk dikaji lebih lanjut. Model pembelajaran diferensiasi adalah strategi yang menyesuaikan metode, materi, dan kegiatan pembelajaran berdasarkan kebutuhan, minat, serta tingkat kemampuan setiap mahasiswa (Iman, 2024). Dalam konteks kebugaran jasmani, penerapan diferensiasi berarti dosen memberikan beragam pilihan aktivitas yang dapat disesuaikan dengan kemampuan fisik dan minat mahasiswa (Nisa et al., 2024). Dengan demikian, setiap mahasiswa dapat mengikuti kegiatan kebugaran dengan lebih nyaman dan termotivasi, karena merasa metode yang digunakan relevan dan memperhatikan karakteristik mereka masing-masing.

Model pembelajaran diferensiasi memungkinkan dosen untuk menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan responsif terhadap keberagaman mahasiswa (Wahyuni et al., 2023). Dosen dapat menerapkan diferensiasi dalam beberapa aspek, seperti konten pembelajaran, proses pelaksanaan, serta hasil yang diharapkan. Dalam konteks mata kuliah kebugaran jasmani, diferensiasi konten dapat berupa variasi materi dan jenis latihan yang disesuaikan dengan level kebugaran mahasiswa. Diferensiasi proses memungkinkan mahasiswa memilih cara belajar yang paling sesuai, seperti latihan individu atau kelompok (Khomsanah et al., 2023). Sementara itu, diferensiasi hasil memberi kebebasan bagi mahasiswa untuk menunjukkan pencapaian mereka melalui berbagai bentuk tugas, seperti laporan, presentasi, atau demonstrasi fisik.

Penerapan diferensiasi dalam mata kuliah kebugaran jasmani diyakini dapat meningkatkan motivasi intrinsik mahasiswa, yakni dorongan dari dalam diri mereka untuk aktif berpartisipasi tanpa adanya paksaan eksternal. Ketika mahasiswa merasa memiliki pilihan dan kontrol atas kegiatan yang mereka ikuti, mereka akan lebih antusias

dan terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini tidak hanya meningkatkan motivasi belajar mereka, tetapi juga membuat mereka lebih menghargai pentingnya kebugaran jasmani dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup mereka.

Selain itu, model pembelajaran diferensiasi juga membantu mahasiswa untuk lebih percaya diri dalam mengikuti kegiatan fisik, karena mereka tidak merasa dipaksa untuk mengikuti satu standar yang mungkin terlalu tinggi atau sulit bagi mereka (Adisjam & Saparia, 2023). Dalam pendekatan ini, mahasiswa dapat mencapai tujuan pembelajaran yang sesuai dengan kapasitas dan tingkat kebugaran mereka sendiri. Mahasiswa dengan kemampuan fisik yang lebih rendah tidak merasa terintimidasi atau minder, sementara mahasiswa yang lebih mahir dapat menantang diri mereka dengan latihan yang lebih kompleks. Dengan demikian, setiap mahasiswa memiliki kesempatan untuk berkembang sesuai kemampuan dan merasa bangga dengan pencapaian mereka.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penerapan diferensiasi dalam pembelajaran memiliki dampak positif terhadap motivasi dan keterlibatan mahasiswa di berbagai bidang studi (Alfath et al., 2023). Model ini telah berhasil meningkatkan motivasi belajar, partisipasi, serta hasil pembelajaran pada mata kuliah yang melibatkan keterampilan praktis. Namun, dalam konteks mata kuliah kebugaran jasmani, studi mengenai diferensiasi masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya untuk mengisi celah tersebut dengan mengeksplorasi penerapan model pembelajaran diferensiasi dalam meningkatkan motivasi mahasiswa untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan kebugaran jasmani.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan metode pengajaran kebugaran jasmani di perguruan tinggi. Temuan yang diperoleh diharapkan dapat menjadi panduan bagi dosen dalam merancang pembelajaran yang adaptif dan lebih berpusat pada mahasiswa, sehingga proses pembelajaran kebugaran jasmani dapat berlangsung lebih efektif dan menyenangkan. Dengan meningkatnya motivasi mahasiswa dalam mengikuti mata kuliah ini, mereka diharapkan dapat mengembangkan kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan dan menjadi individu yang peduli terhadap kesehatan fisik mereka.

Selain bermanfaat bagi mahasiswa, penerapan model diferensiasi juga membawa keuntungan bagi dosen dalam menciptakan suasana pembelajaran yang dinamis dan tidak monoton (Hasanah et al., 2023). Dengan memberikan pilihan dan variasi aktivitas, dosen dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan menantang. Hal ini juga mendorong dosen untuk lebih kreatif dalam menyusun kegiatan pembelajaran, sehingga setiap sesi kuliah menjadi kesempatan bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi potensi mereka secara maksimal.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai efektivitas model pembelajaran diferensiasi dalam meningkatkan motivasi mahasiswa pada mata kuliah kebugaran jasmani. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan kurikulum kebugaran jasmani yang lebih inklusif dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa yang beragam. Dengan demikian, implementasi model pembelajaran diferensiasi tidak hanya berdampak pada pencapaian akademis mahasiswa, tetapi juga mendukung terbentuknya generasi yang sadar akan pentingnya kesehatan fisik dan mampu menjaga kebugaran mereka dalam jangka panjang.

METODE

Penelitian ini merupakan suatu eksperimen yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi mahasiswa melalui penerepan model pembelajaran diferensiasi dalam mata kuliah kebugaran jasmani. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar dengan jumlah sampel sebanyak 37 orang mahasiswa. Teknik penentuan sample dilakukan dengan menggunakan teknik *random sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket motivasi dengan nilai reliabilitas *Crinbach's Alpha* sebesar 0,960. Soal terdiri dari 20 butir dengan 5 (lima) pilihan jawaban. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan uji t dan uji N-Gain yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektifitas penerapan model pembelajaran deferensiasi dalam meningkatkan motivasi mahasiswa dalam mengikuti proses perkuliahan. Adapun *blue print* dari angket motivasi yang disusun adalah sebagai berikut (Vallerand, R. J., et al. 1992) dalam (Zeng & Yao, 2023):

No.	Indikator	Materi	Butir Soal
1	Motivasi Intrinsik	Mengukur motivasi berdasarkan minat pribadi dan tantangan yang dirasakan dalam aktivitas	1, 3, 5, 6, 8, 12, 14, 15, 17, 18, 19
2	Motivasi Ekstrinsik	Mengukur motivasi berdasarkan faktor eksternal seperti nilai, manfaat kesehatan, dan pengakuan	2, 4, 7, 9, 10, 16
3	Amotivation	Mengukur kurangnya motivasi atau keterpaksaan dalam aktivitas	1, 13, 20

HASIL

Hasil dalam penelitian ini dijawab dengan menggunakan analisis data yang terdiri dari uji deskriptif, uji normalitas, uji hipotesis, dan uji efektifitas.

1. Uji Deskriptif

		PRE TEST MOTIVASI	POST TEST MOTIVASI
N	Valid	37	37
	Missing	0	0
Mean		67.00	91.73
Median		67.00	92.00
Std. Deviation		3.037	3.246
Minimum		62	82
Maximum		72	97

Berdasarkan hasil uji deskriptif pre test dan post test motivasi mahasiswa dalam mata kuliah kebugaran jasmani diketahui hasil berikut :

- a. Hasil uji deskriptif pre test motivasi mahasiswa diketahui nilai mean sebesar 67; nilai median sebesar 67; standar deviasi sebesar 3,037; nilai terendah sebesar 62; dan nilai tertinggi sebesar 72.
- b. Hasil uji deskriptif post test motivasi mahasiswa diketahui nilai mean sebesar 91,73; nilai median sebesar 92; standar deviasi sebesar 3,246; nilai terendah sebesar 82; dan nilai tertinggi sebesar 97.

2. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE TEST MOTIVASI	.082	37	.200*	.955	37	.143
POST TEST MOTIVASI	.101	37	.200*	.962	37	.233

Hasil uji normalitas data pre test dan post test motivasi mahasiswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani diketahui nilai Sig. masing-masing data sebesar 0,143 dan 0,233 atau $> 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data motivasi mahasiswa berdistribusi normal.

3. Uji Hipotesis

Data	N	Mean	Mean Difference	Sig.
Pre Test Motivasi	37	67	24,73	0,000
Post Test Motivasi	37	91,73		

Hasil uji paired sample t test diketahui nilai Sig. sebesar 0,000 atau $< 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan data antara pre test dan post test motivasi mahasiswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani. Selanjutnya diketahui mean data pre test motivasi sebesar 67, sedangkan nilai mean post test data motivasi sebesar 91,73. Sehingga dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran diferensiasi terbukti mampu meningkatkan motivasi mahasiswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani.

4. Uji Efektifitas

Data	N	Max.	Min.	Mean
Efektivitas Pembelajaran Diferensiasi Untuk Meningkatkan Kebugaran	37	89,29	52,63	75,6

Berdasarkan hasil uji efektifitas diketahui nilai maximum sebesar 89,29; nilai minimum sebesar 52,63; dan nilai rata-rata sebesar 75,6. Berdasarkan nilai rata-rata tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran diferensiasi cukup efektif dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pembelajaran diferensiasi dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa pada perkuliahan kebugaran jasmani. Pembelajaran diferensiasi merupakan pendekatan yang memungkinkan penyesuaian metode pengajaran agar sesuai dengan kebutuhan, minat, dan kemampuan masing-masing mahasiswa (Gymnastiar, 2024). Dalam konteks perkuliahan kebugaran jasmani, penerapan diferensiasi dapat mencakup variasi dalam latihan fisik, tingkat kesulitan tugas, serta metode evaluasi yang dipersonalisasi. Dengan demikian, mahasiswa memiliki kesempatan untuk belajar sesuai dengan kecepatan dan kemampuan masing-masing, yang diharapkan dapat meningkatkan motivasi mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan perkuliahan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran diferensiasi memberikan dampak positif terhadap motivasi belajar mahasiswa (Prihandini et al., 2023). Data yang diperoleh dari kuesioner dan wawancara mengindikasikan bahwa mahasiswa merasa lebih terlibat dan bersemangat dalam mengikuti perkuliahan kebugaran jasmani ketika mereka diberi kesempatan untuk memilih atau mengakses kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan fisik mereka. Peningkatan motivasi

ini tampak dari meningkatnya frekuensi kehadiran, partisipasi aktif dalam latihan, dan kesediaan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas praktikum.

Faktor-faktor spesifik dalam pembelajaran diferensiasi yang memberikan pengaruh besar adalah penyesuaian aktivitas latihan dan kebebasan dalam memilih tugas (Santoso et al., 2023). Mahasiswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani yang berbeda merasakan manfaat ketika diberikan variasi aktivitas yang sesuai dengan kondisi fisik mereka (KRISTINA, 2023). Misalnya, mahasiswa yang baru mulai berlatih diberi kegiatan dasar yang lebih mudah, sementara mahasiswa yang memiliki pengalaman lebih banyak diberi latihan yang lebih menantang. Fleksibilitas ini memungkinkan setiap mahasiswa merasakan pencapaian, yang pada akhirnya meningkatkan kepercayaan diri mereka dan motivasi untuk berpartisipasi lebih aktif.

Selain dari segi aktivitas fisik, diferensiasi dalam metode evaluasi juga turut berkontribusi dalam meningkatkan motivasi mahasiswa (Syahputri et al., 2023). Beberapa mahasiswa merasa tertekan ketika harus dinilai dengan standar yang sama, terutama dalam aktivitas fisik yang mungkin di luar kemampuan mereka. Dengan adanya diferensiasi, penilaian dilakukan berdasarkan kemampuan dan kemajuan individu, bukan sekadar hasil akhir. Hal ini membuat mahasiswa merasa lebih dihargai atas usaha yang mereka lakukan, dan meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam mengejar tujuan kebugaran pribadi tanpa takut terhadap kegagalan.

Penerapan pembelajaran diferensiasi juga memberikan dampak positif pada hubungan antara dosen dan mahasiswa. Dengan pendekatan yang lebih personal, dosen memiliki kesempatan untuk memahami kondisi fisik dan psikologis setiap mahasiswa lebih dalam. Hal ini menciptakan hubungan yang lebih erat, sehingga mahasiswa merasa lebih nyaman dan terdorong untuk berkomunikasi dan berkonsultasi dengan dosen. Hubungan yang harmonis ini secara signifikan dapat meningkatkan lingkungan belajar yang positif, di mana mahasiswa lebih mudah terdorong untuk terlibat dan termotivasi dalam perkuliahan.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan dampak positif, penerapan pembelajaran diferensiasi tidak lepas dari tantangan. Beberapa dosen mengakui bahwa penerapan diferensiasi memerlukan waktu dan persiapan yang lebih banyak, serta pemahaman mendalam tentang kebutuhan dan kemampuan individu mahasiswa. Selain itu, dalam perkuliahan kebugaran jasmani yang melibatkan banyak mahasiswa, pengaturan diferensiasi dalam kelas besar memerlukan keterampilan manajemen yang baik agar dapat berjalan efektif. Namun, dengan pelatihan dan perencanaan yang tepat, tantangan ini dapat diatasi, dan hasilnya cukup memuaskan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa pembelajaran diferensiasi dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani. Dengan memberikan fleksibilitas dan personalisasi dalam kegiatan belajar, mahasiswa merasa lebih dihargai dan termotivasi untuk mencapai tujuan mereka. Kesimpulan ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi dosen dan institusi pendidikan dalam merancang kurikulum yang lebih inklusif dan adaptif, serta mendorong penerapan diferensiasi secara lebih luas dalam berbagai mata kuliah, khususnya yang melibatkan keterampilan praktis dan aktivitas fisik.

SIMPULAN

Melihat hasil penelitian dan analisis data maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran diferensiasi cukup efektif dalam meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam perkuliahan kebugaran jasmani.

REFERENSI

- Adisjam, A., & Saparia, A. (2023). Penerapan pembelajaran diferensiasi mengoptimalkan minat dan bakat murid dalam pembelajaran pjok smp al azhar mandiri palu. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(4), 54–61.
- Alfath, A., Usman, A., & Utomo, A. P. (2023). Analisis Motivasi Belajar Siswa Dalam Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi. *Education Journal: Journal Educational Research and Development*, 7(2), 132–140.
- Gymnastiar, A. M. (2024). IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI KELAS. *El Banar: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 7(02), 24–45.
- Hapsari, A. N., Pratiwi, D. A., Firdausi, F. N., Alawiyah, F., Sari, N., & Mulyana, A. (2024). MENINGKATKAN KUALITAS PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI MELALUI PENDEKATAN OLAHRAGA DAN KEBUGARAN DI SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmiah Kajian Multidisipliner*, 8(5).
- Hasanah, E., Maryani, I., & Suyanto, R. G. (2023). *Diferensiasi Berbasis Digital Di Sekolah*. Yogyakarta: Maret.
- Iman, I. (2024). Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi Oleh Mahasiswa PPG PGSD Prajabatan Lintas Jurusan Pada Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). *Prosiding Seminar Nasional PPG Universitas Mulawarman*, 5, 55–61.
- Khomsanah, N., Sulianto, J., & Mushafanah, Q. (2023). Analisis Gaya Belajar Peserta Didik Sebagai Persiapan Pembelajaran Diferensiasi Di Kelas 1 Sd Supriyadi 02 Semarang. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 9(2), 4979–4993.
- KRISTINA, A. P. (2023). *SURVEI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA PEGIAT OLAHRAGA DI PONTIANAK KOTA*. IKIP PGRI PONTIANAK.
- Nisa, C. N., Maulana, A. A., & Agyl, A. A. (2024). Pembelajaran Diferensiasi Dalam PJOK: Literatur Review. *SEMINAR NASIONAL LPPM UMMAT*, 3, 684–693.
- Prihandini, D. R., Azizah, S. A., & Atikah, I. (2023). Sinergi antara pelaksanaan pembelajaran berdiferensiasi dengan Teaching at The Right Level dalam menghadirkan lingkungan belajar inklusif. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(2), 11.
- Santoso, G., Hermawan, C. M., Rosfiani, O., & Shabri, N. R. A. (2023). Pola Perencanaan Pembelajaran SD/MI Melalui Pembelajaran Terdiferensiasi Berbasis Minat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 2(6), 161–173.
- Syahputri, A. S., Dewi, C., & Widyaningrum, H. K. (2023). Pengaruh Pembelajaran Diferensiasi Berbantuan Website Genially terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Seminar Nasional Sosial, Sains, Pendidikan, Humaniora (Senassdra)*, 2(2), 685–691.
- Wahyuni, S., Thahir, A., Karma, R., & Putriani, A. (2023). Pembelajaran Berdiferensiasi

pada Mata Pelajaran Bahasa Indonesia Materi Menulis Puisi di Tingkat SMP. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 6(2), 264–269.

Wijayanto, A. (2023). *Membedah Keilmuan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*.
Zeng, Y., & Yao, D. (2023). A Literature Review of The Academic Motivation Scale (Ams) and Its Reliability and Validity. *International Journal of Education and Humanities*, 8(3), 43–46.