



Sports Community Motivation Level (SCML) of Indonesia During the Corona Virus Pandemic

 <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i2.40>

*Muhammad Hafiz^{1abcde}, Raffly Henjilito^{1abcde} 

¹Departement of Physical Education Health and Recreation Islamic University of Riau, Riau, Indonesia.

ABSTRACT

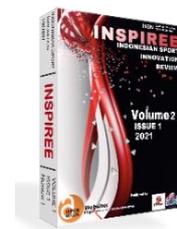
ARTICLE INFO

The purpose of the study. The purpose of this study was to determine the motivation level of society to sport in the corona virus environment. This type of research is descriptive and qualitative.

Materials and methods. The population in this study were the people of Kampar sub-district. this Kampar district has a population of 45,575 people. Sampling in this study using random sampling techniques, namely taking members of the sample randomly from the population. So that the total sample of this study is 50 from Kampar sub-district. The research instrument used through questionnaires. The data analysis technique used is to calculate the percentage of the society level of motivation.

Results. Kampar sub-district society to sport in the corona virus environment is included in the value range of 21%-40% or in the low category with a percentage of 37.8%.

Conclusions. Based on the results of research in this study, the motivation level of the Kampar sub-district community to exercise in the corona virus environment is in the low category.



Article History:

Keywords: *community of sports; motivation level; corona virus pandemic*

Received: February 10, 2021

Accepted: April 21, 2021

Published: May 27, 2021

PENDAHULUAN

Coronaviruses (Cov) merupakan bagian dari keluarga virus yang menyebabkan penyakit mulai dari flu hingga penyakit yang lebih berat seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS-coV) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV). Penyakit yang disebabkan virus corona, atau dikenal dengan COVID-19, adalah jenis baru yang ditemukan pada tahun 2019 dan belum pernah menyerang manusia sebelumnya (World Health Organization, 2019). Yunus (2020) mengungkapkan dalam jurnalnya bahwa Coronavirus adalah sekumpulan virus dari subfamili Orthocoronavirinae dalam keluarga Coronaviridae dan ordo Nidovirales. Kelompok virus ini yang dapat menyebabkan penyakit pada burung dan mamalia, termasuk manusia. Pada manusia, coronavirus menyebabkan infeksi saluran pernapasan yang umumnya ringan, seperti

* Corresponding Author: Muhammad Hafiz, e-mail: Hafizmuhammad1777@gmail.com

Authors' Contribution: a-Study design; b-Data collection; c-Statistical analysis; d-Manuscript preparation; e-Funds collection.



© 2021 The Author. This article is licensed CC BY SA 4.0. visit [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

pilek, meskipun beberapa bentuk penyakit seperti; SARS, MERS, dan COVID-19 sifatnya lebih mematikan.

Dalam kondisi saat ini, virus corona bukanlah suatu wabah yang bisa diabaikan begitu saja. Jika dilihat dari gejalanya, orang awam akan mengiranya hanya sebatas influenza biasa, tetapi bagi analisis kedokteran virus ini cukup berbahaya dan mematikan. Saat ini di tahun 2020, perkembangan penularan virus ini cukup signifikan karena penyebarannya sudah mendunia dan seluruh negara merasakan dampaknya termasuk Indonesia. Olahraga yang di gemari semua orang dan dapat di lakukan oleh berbagai kalangan adalah olahraga yang bersifat rekreatif, untuk memperoleh kegembiraan, kepuasan, jati diri, dan juga meningkatkan kesegaran jasmani dan rohani. Kegiatan yang menyenangkan sering kali dilakukan masyarakat untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Aktivitas ini berjalan seiring dengan kebutuhan manusia kini yang serba instan dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari. Aktivitas yang dapat dikatakan olahraga ini tidak seperti olahraga pada umumnya yang membutuhkan sarana dan prasarana yang komplit dan peraturan yang baku, akan tetapi jenis kegiatan yang menyenangkan dan fleksibel. Jogging, jalan santai, bersepeda merupakan sedikit contoh dari aktivitas olahraga yang dapat dilakukan di lakukan oleh semua kalangan masyarakat. Mudahnya pelaksanaan aktivitas ini yang sederhana, membuat masyarakat memilih melakukan olahraga ini daripada aktivitas olahraga lain yang membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai yang menyulitkan masyarakat awam tentang peraturan suatu cabang olahraga seperti basket, sepak bola dan volly.

Belakangan ini perkembangan olahraga semakin pesat bahkan sudah memasyarakat, sehingga sebagian masyarakat telah memandang olahraga sudah menjadi bagian dalam hidupnya, bahwa melakukan olahraga merupakan sesuatu yang sama pentingnya dengan kebutuhan yang lainnya. Dalam upaya menjaga kesehatan dan kebugaran selama pandemi virus corona masyarakat tidak bisa terlepas dari kegiatan olahraga, banyak sekali jenis-jenis olahraga yang dapat dilakukan, salah satu contoh yang marak belakangan ini adalah bersepeda. Bersepeda adalah sebuah kegiatan rekreasi atau olahraga serta merupakan salah satu transportasi darat, sepeda pertama kali diperkenalkan pada abad ke-19 Masehi. Banyak penggemar bersepeda yang melakukan kegiatan tersebut di berbagai macam medan misalnya perbukitan,

medan yang terjal maupun hanya sekedar bersepeda di jalan raya atau di pedesaan. Telah lama para ahli mengakui bersepeda salah satu latihan aerobik yang terbaik. Hampir setiap orang, berapapun umurnya dapat bersepeda untuk kebugaran dan setiap orang yang sehat dapat menjadi pengendara. Bersepeda merupakan satu cara yang baik untuk membina pernafasan jantung dan kebugaran otot. Salah satu keindahan bersepeda adalah bahwa anda dapat memperkuat tubuh dan jiwa secara simultan. Kegembiraan dan kebugaran dapat terbina secara bahu membahu.

Salah satu faktor yang menentukan terlaksananya kegiatan berolahraga di suatu daerah adalah keikutsertaan masyarakat atau warga di daerah tersebut. Hal ini jelas karena masyarakatlah yang menjadi subjek dalam kegiatan yang dilaksanakan di daerah tersebut. Kesediaan masyarakat dalam mengikuti suatu kegiatan olahraga tergantung dengan motivasi masyarakat tersebut tentunya. Suatu kegiatan akan terlaksana dengan baik apabila terdapat motivasi yang cukup pada masyarakat dan sebagian masyarakat berminat untuk melakukan kegiatan tersebut. Untuk mewujudkan suatu aktivitas olahraga perlu adanya motivasi karena dengan adanya motivasi akan menimbulkan rasa tertarik dan senang untuk melakukan aktivitas olahraga, ini akan menyebabkan kegiatan atau aktivitas yang dilakukan masyarakat menjadi lebih bermakna dan bersungguh-sungguh dengan demikian masyarakat akan lebih rutin melakukan kegiatan berolahraga. Tanpa adanya motivasi masyarakat tidak akan memperdulikan kegiatan berolahraga. Untuk itu penulis tertarik untuk mengetahui tingkat motivasi masyarakat Bangkinang untuk berolahraga selama pandemi ini, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul. "Tingkat Motivasi Masyarakat kec. Kampar Untuk Berolahraga Dalam Pandemi Virus Corona".

Olahraga dapat diartikan sebagai suatu kegiatan menggerakkan seluruh atau sebagian tubuh baik untuk kesehatan maupun hiburan. Menurut Irianto (2004) olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup, dan mencapai tingkat kemampuan jasmani yang sesuai dengan tujuan. Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa olahraga dapat untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kemampuan jasmani sesuai tujuan dengan cara serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana. Menurut Yandianto (2000:391) olahraga adalah gerak badan untuk menguatkan dan

menyehatkan badan. Secara umum olahraga memiliki tujuan untuk lebih meningkatkan kesehatan fisik maupun mental. Dari kutipan di atas kita dapat memahami bahwa olahraga adalah suatu gerakan badan untuk menguatkan badan dan meningkatkan kesehatan fisik maupun mental.

Selanjutnya Giriwijoyo dalam Pratama (2005) mengatakan olahraga merupakan serangkaian pergerakan tubuh yang teratur dan terencana yang dilakukan untuk mencapai sebuah tujuan tertentu. Griwijoyo (2005:30) membahakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan fungsional Menurut Khamdani (2010:) olahraga adalah proses sistematis berupa segala aktivitas atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan, membangkitkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai individu atau kelompok masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan, pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi dan kemenangan. Selanjutnya Prasetyo (2012) olahraga merupakan alat ampuh untuk pembentukan fisik dan mental bangsa dengan sering berolahraga maka aktivitas sehari-hari juga akan terasa ringan saat melakukannya

Menurut Woolfolk (1993) faktor yang mempengaruhi motivasi ada dua yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Di faktor internal mencangkup jenis kelamin dan urutan kelahiran, sedangkan eksternal itu mencangkup faktor konformitas akelompok yaitu keluarga, masyarakat dan teman. Sedangkan menurut Kalsum (2014) menjelaskan ada beberapa alasan individu melakukan konformitas yaitu keinginan untuk di sukai, rasa takut akan penolakan, keinginan untuk merasa benar dankonsekuensi kognitif. Tujuan seseorang untuk melakukan konformitas dapat menimbulkan motivasi seseorang.

METODOLOGI

Study participants

Menurut Sugiyono (2010) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat kec. Kampar yang sedang berolahraga kemudian dipilih secara acak sebanyak 50 orang.

Study organization

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang memberikan gambaran tentang objek yang diteliti, metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jenis survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya. Kemudian Sugiyono (2010) mengemukakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independent) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan antara variabel satu dengan variabel yang lain. Data akan diklasifikasi menjadi dua kelompok yaitu data yang bersifat kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif digambarkan dengan kata-kata atau kalimat, sedangkan terhadap data yang bersifat kuantitatif akan diprosentasekan lalu ditransformasikan ke dalam angka setelah mendapat hasil akhir, kemudian dikualitatifkan kembali.

Testing Procedur

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Menurut Arikunto (2006) Angket adalah "sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang dia ketahui" dan Sugiyono (2010) mengatakan angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Teknik pengumpulan data menggunakan: 1) Observasi, untuk melakukan pengamatan secara langsung terhadap objek yang akan diteliti, 2) Angket, untuk mengumpulkan data yang diperlukan. Dalam hal ini penulis melakukan penyebaran kuisioner kepada masyarakat. 3) Kepustakaan, untuk mencari teori-teori pendukung yang relevan dengan permasalahan dalam penelitian ini. Data tersebut diolah dengan menggunakan rumus persentase Sudijono (2004):

$$p = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Number of Cases (jumlah frekuensi/banyaknya individu)

P = Angka persentase

100% = Bilangan tetap

HASIL PENELITIAN

Untuk mengetahui tanggapan responden penelitian yang berjumlah 50 orang masyarakat kec. Kampar dengan menggunakan angket yang telah valid sebanyak 35

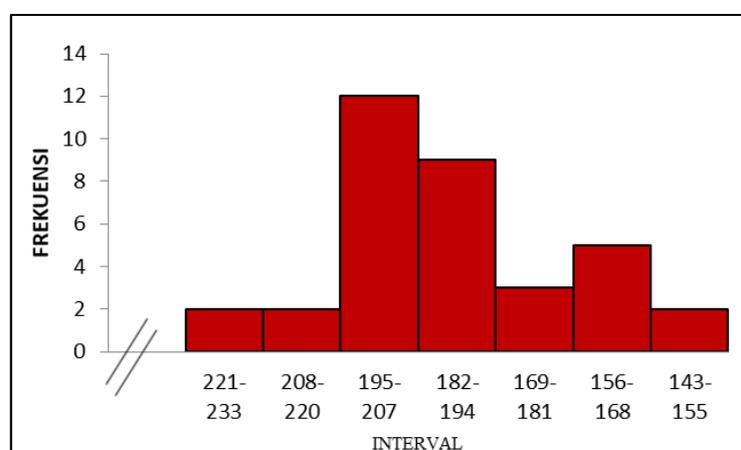


bentuk pernyataan tentang tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga dalam pandemi virus corona, dapat diketahui dari distribusi frekuensi skor nilai dari keseluruhan angket tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga dalam pandemi virus corona dengan jumlah kelas interval ada 7 dan panjang kelas interval sebanyak 13 yang tersebar pada rentang kelas pertama skor 143-155 ada 2 dengan frekuensi relatif sebesar 5,71%, pada rentang 156-168 ada 5 dengan frekuensi relatif sebesar 14,29%, pada rentang 169-181 ada 3 dengan frekuensi relatif sebesar 8,57%, pada rentang 182-194 ada 9 dengan frekuensi relatif sebesar 25,71%, pada rentang 195-207 ada 12 dengan frekuensi relatif sebesar 34,29%, pada rentang 208-220 ada 2 dengan frekuensi relatif sebesar 5,71%, pada rentang 221-233 ada 2 dengan frekuensi relatif sebesar 5,7%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Distribusi frekuensi skor nilai tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga dalam suasana pandemi covid19

No	Interval Skor Nilai	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	143 -155	2	5,71%
2	156 - 168	5	14,29%
3	169 - 181	3	8,57%
4	182 - 194	9	25,71%
5	195 - 207	12	34,29%
6	208 - 220	2	5,71%
7	221 - 233	2	5,71%
Jumlah Pernyataan		35	100%

Data yang tertera dalam tabel di atas, tentang distribusi frekuensi data keseluruhan motivasi masyarakat kec. Kampar, maka dapat digambarkan pada grafik dibawah ini:



Gambar 1. Histogram tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga selama pandemi covid 19

Dari angket yang telah disebarkan kepada 50 orang masyarakat kec. Kampar yang sedang berolahraga diketahui bahwa rata-rata nilai skor dari angket yang telah

diberikan kepada masyarakat tergolong RENDAH dengan nilai rata-rata sebesar 37,8% yang terletak pada rentang 21% - 40% pada kriteria penilaian. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan ini maka dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga selama pandemi covid 19 ini tergolong rendah, ini didapat dari jawaban yang diberikan oleh masyarakat saat mengisi angket yang telah diberikan, sebagaimana dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 2. Jawaban Masyarakat Saat Mengisi Angket Tingkat Motivasi Masyarakat Kec. Kampar Untuk Berolahraga Selama Pandemi Covid 19

Alternatif Jawaban	SS	S	N	TS	STS	Persentase Akhir Skor Angket
Persentase Jawaban Masyarakat	23,43%	44,80%	20,80%	8,29%	2,69%	37,80%

PEMBAHASAN

Olahraga saat pandemi covid 19 tidaklah mustahil untuk dilakukan, bahkan semestinya olahraga kian digiatkan untuk lebih menjaga kebugaran tubuh. Tubuh yang bugar dan sehat akan lebih sulit dimasuki virus karena daya tahan tubuh lebih kuat. Dibarengi dengan kedisiplinan menerapkan protokol kesehatan, olahraga bisa memberikan manfaat besar bagi setiap orang. Olahraga ditengah pandemi tetap mesti dengan melihat protokol kesehatan demi mencegah penularan Covid 19. Karena itulah tidak semua jenis olahraga bisa dilakukan lantaran rentan menjadi sarana penularan covid 19. Sebelumnya, kompetisi sepak bola, basket, dan olahraga tim lainnya banyak yang ditangguhkan, diselesaikan lebih awal bahkan dibatalkan akibat pandemi. Bagi masyarakat umum, jenis olahraga ditengah pandemi yang disarankan adalah yang bersifat individual, misalnya yang marak akhir-akhir ini seperti bersepeda dan jogging yang banyak dilakukan oleh masyarakat Kecamatan Kampar, untuk berolahraga tentunya kita harus mempunyai motivasi. Motivasi adalah sebuah dorongan, hasrat ataupun minat yang begitu besar di dalam diri untuk mencapai suatu keinginan dan tujuan tertentu.

Salah satu permasalahan yang membuat masyarakat tidak termotivasi untuk berolahraga yaitu dengan terbatasnya sarana dan prasarana untuk berolahraga, sarana dan prasarana olahraga merupakan komponen penting dalam aktivitas berolahraga sehingga tujuan untuk berolahraga akan tercapai dengan baik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001) dijelaskan " Sarana adalah segala sesuatu yang dipakai

sebagai alat dalam mencapai maksud dan tujuan” contoh: bola, raket, pemukul dll. Sarana atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi kepada masyarakat untuk berolahraga. Sedangkan prasarana menurut Depdiknas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001) bahwa, “prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha, pembangunan proyek dan lain sebagainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga selama pandemi covid 19. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tingkat motivasi masyarakat masuk dalam kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat kec. Kampar kurang termotivasi untuk berolahraga dan menjaga kesehatan selama masa pandemi covid 19 ini.

Berdasarkan kriteria penilaian yang telah ditetapkan, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga selama pandemi covid 19 ini tergolong rendah dengan persentase rata-rata sebesar 37,8%. Dengan hasil tersebut, berarti motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga masih tergolong rendah, hal itu mungkin disebabkan oleh kurangnya dukungan dari teman atau keluarga dan tidak memberi motivasi untuk berolahraga. Hasil penelitian ini relevan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Abdul Sadar (2020) . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 1 Pajukukang secara keseluruhan menyatakan (42%). Dengan hasil tersebut, berarti motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli belum terlalu kuat, hal itu mungkin disebabkan karena masih kurangnya dukungan dari berbagai pihak sekolah, guru atau pelatih, maupun orang tua siswa itu sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan dalam penelitian ini yaitu: Tingkat motivasi masyarakat kec. Kampar untuk berolahraga selama pandemi covid 19 termasuk pada rentang nilai 21%-40% atau dalam kategori rendah dengan persentase sebesar 37,8%.

HAMBATAN DAN KENDALA

Tidak ada Hambatan dan kendala dalam pelaksanaan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, S. (2019) Survei Motivasi Berolahraga Siswa Terhadap Ekstrakurikuler Bola Volly SMP Negeri 1 Pajukukang Kabupaten Bantaeng. *Jurnal Universitas Negeri Makassar*. 1-6.
- Akhamad, S. (2019). Minat Masyarakat Berolahraga Rekreasi Di Kegiatan Car Free Day Di Kota Palangka Raya. *Jurnal MERETAS*. Vol.6. No.2. 60-70
- Ananta, P. M. (2019). Pengembangan Aplikasi Sportyway : Aplikasi Pencari Teman untuk Berolahraga Bersama Berbasis Lokasi. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*. Vol.3. No.3. 2761-2767
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka cipta.
- Depdiknas. (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Fajri, A. . (2020). Metode Drill Dalam Peningkatan Keterampilan Dasar Rolling Senam Lantai: Drill Method In Improving Rolling Basic Skills for Gymnastics. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 9–15.
<https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>
- Gilang, O. P. (2013). Pengaruh Aktivitas Olahraga Terhadap Kebugaran Jasmani. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol.2. No.3. 32-36
- Hamidi, A. (2021). Axiological of Positive Value Sports (PVS) in the Social Life Junior High School Students in Indonesia. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 2(1), 29–41. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i1.30>
- Husdarta. (2011). *Psikologi Olahraga*. Bandung : Alfabeta
- Iqbal, M. (2020). Analisis Kebutuhan Mahasiswa Dalam Penerapan Multimedia Interaktif Pada Cabang Olahraga Futsal. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(2), 75–83. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i2.9>
- Kasriman. (2017). Motivasi Masyarakat Melakukan Olahraga Rekreasi Melalui Program Car Free Day Di Jakarta. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. Vol.2. No.2. 72-78
- Komarudin. (2017). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung : PT.Remaja Rosdakarya.
- Nova, A. (2015). Peran Fisiologi Olahraga dalam Menunjang Prestasi . *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol.11. No.2. 8-18

- Nailul, M. (2020). Konsep Isolasi dalam Jaringan Sosial untuk Meminimalisasi Efek Contagious (Kasus Penyebaran Virus Corona di Indonesia). *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*. Vol.2. No.2. 117-125
- Nur, R. Y. dan Annisa, R. (2020). Kebijakan Pemberlakuan Lockdown Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19. *Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*. Vo.7. No.3. 227-238
- Onny Siagian, A. (2021). Learning Outcomes in Sports and Health Education Students: Correlational Study between Perceptions, Student Attitudes and Motivation in Learning. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 2(1), 72–84. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i1.32>
- Pardilla, H. ., Henjilito, R. ., Asilestari, P. ., & Husnayadi, I. . (2020). Decreased Athlete Motor Skills: Before And After Activity Coronavirus Disease (Covid-19) Pandemic. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(2), 57–65. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i2.6>
- Puji, R. dan Dwi, H. S. (2018). Survei Motivasi Masyarakat Kota Binjai dalam Melakukan Aktivitas Olahraga Di Lapangan Merdeka Kota Binjai. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Vol.2. No.2. 22-33
- Ridwan. (2015). Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula. Bandung. CV. ALFABETA
- Rizky, V. ., Damanik, S. ., & Siregar, S. (2021). Inclusion Teaching Style in Improving Learning Outcomes of Forehand Drive Table Tennis in Junior High School. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 2(1), 52–71. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i1.33>
- Sepriadi. (2016). Pengaruh Motivasi Berolahraga dan Status Gizi Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani. *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universtias Negeri Padang*. 77-89
- Sugiyono . (2010). Metode Penelitian Administrasi. Bandung : Alfabeta
- Sudijono, A. (2004). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- TAUHID, I., Aufan, R. ., & Siregar, S. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lari Sprint Melalui Pendekatan Bermain Pada Siswa Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama:



LAMPIRAN

Information Tentang Penulis:

Muhammad Hafiz:

Email: Hafizmuhammad1777@gmail.com; Departement of Physical Education Health and Recreation, Islamic University of Riau, Indonesia, Kaharuddin Nasution Street, 113, Pekanbaru, 28284, Indonesia.

Dr. Raffly Henjilito, M.Pd:

Email: rafflyhenjilito@edu.uir.ac.id; <https://orcid.org/0000-0003-3804-8950>; <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57214072395>; Departement of Physical Education Health and Recreation, Islamic University of Riau, Indonesia, Kaharuddin Nasution Street, 113, Pekanbaru, 28284, Indonesia.

