

Riyadhoh

Jurnal Pendidikan Olahraga

Daftar Isi

Cover Riyadhoh	i
Halaman Riyadhoh	iii
Halaman Redaksi	iv
Prakarta	v
Daftar Isi	vi
UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DI MASA PANDEMI: MATERI LOMPAT TINGGI GAYA STRADDLE MELALUI LATIHAN SQUAT JUMP	
Raden Bagus Budi Rahardja SMA Negeri 2 Tarakan	1-8
KOMPETENSI KEPRIBADIAN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DALAM MENGGUNAKAN GOOGLE CLASSROOM	
Alventur Baun, Isak Riwu Rohi, Agustinus Jacob Nafie, Pnatmo Masi Universitas Kristen Artha Wacana ^{1,2,3,4}	9-14
PENINGKATAN HASIL BELAJAR MENGGIRING BOLA PERMAINAN SEPAKBOLA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE STUDENT TEAM ACHIEVEMENT DIVISIONS	
Muhammad Hasbillah, Ikadarny Ikadarny, Suparman Suparman, Suastika Nurafiaty, Ariana Asri, Achmad Karim, Herman Herman STKIP YPUP Makassar ^{1,3,4,5,6,7,1} Universitas Negeri Makassar ²	15-20
CORRELATION SELF-EFFICACY DENGAN PERFORMA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA NEGERI 1 SEBERIDA	
Kharis Nurdiansyah, Agus Sulastio, Ni Putu Nita Wijayanti Universitas Riau ^{1,2,3}	21-26
PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KETERAMPILAN SHOOTING PADA PEMAIN SEPAKBOLA USIA 16-20 TAHUN	
Muhammad Taufik Aziz, Khoiril Anam Universitas Negeri Semarang ^{1,2,}	27-31
HUBUNGAN EMOTIONAL QUOTIENT DENGAN COMPETITIVE ANXIETY PADA TIM FUTSAL ROMANITA FC KOTA DUMAI	
Rizki Ramadhan Lubis, Ni Putu Nita Wijayanti, Oca Fernandes AF, Hirjah Hidayat Universitas Riau ^{1,2,3,4}	32-38
PENINGKATAN KEBUGARAN JASMANI SISWA MELALUI AKTIVITAS FISIK RINGAN DALAM PEMBELAJARAN PJOK	
Tahta Krisna Wira Prakosa, Sasminta Christina Yuli Hartati Universitas Negeri Surabaya ^{1,2}	39-49
EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI BERBASIS MULTIMEDIA DI SMA YP YAQLI OKU TIMUR SUMATERA SELATAN	
Muhsana Elcintami Lanos, Hikmah Lestari Universitas PGRI Palembang ^{1,2}	50-54



UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal
Universitas Islam Kalimantan
Muhammad Arsyah Al Banjari

PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMANASAN TERHADAP KESIAPAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK di SMPN 1 TUBAN		
Erwin Yusuf Tirtana, Sasmina Christina Yuli Hartati	Universitas Negeri Surabaya ^{1,2}	55-63
PENGARUH METODE LATIHAN <i>DISTRIBUTED PRACTICE</i> DAN <i>MASSED PRACTICE</i> TERHADAP KETERAMPILAN PUKULAN BACKHAND SMASH PADA PERMAINAN TENIS MEJA		
Muhammad Kamal	Universitas Negeri Makassar	64-70
PENINGKATAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI PERGAULAN SEHAT MENGGUNAKAN METODE PEMBELAJARAN PENDEKATAN SAINTIFIK		
Meri Haryani, Nurkhoiroh Nurkhoiroh, I Kadek Suardika, Arief Ibnu Haryanto, Khoirul Anwar Pulungan	Universitas Negeri Gorontalo ^{1,2,3,4,5}	71-77
ANALISIS BIOMEKANIK GERAKAN TEKNIK SERVIS PADA TENIS LAPANGAN		
Andhika Yudhatama, Wegianta Anggarmana Bangun, Ainun Padilah Siregar	Universitas Negeri Medan ^{1,2,3}	78-82
PEMBINAAN OLAH RAGA TENIS LAPANGAN MELALUI ASPEK BIOMEKANIK DAN KINESIOLOGI		
Nurkadri Nurkadri, Samira Samira, Rahmad Dame, Joshua Sitompul, Theresia Marpaung, Tuahta Mario Eka Putra Pubra, Hasanul Arifin, Putri Rahmadani Lubis	Universitas Negeri Medan ^{1,2,3,4,5,6,7,8}	83-90
MODEL LATIHAN <i>WICKET KEEPING CRICKET</i> BERBASIS OPEN SKILL PADA ATLET POPB <i>CRICKET</i> DKI JAKARTA		
Dede Abdurrohman, Andi Hasriadi Hasyim, Mastri Juniarto	Universitas Negeri Jakarta ^{1,2,3}	91-98
PENGARUH KELENGKAPAN SARANA PRASARANA BULUTANGKIS DALAM MOTIVASI UNTUK BERPRESTASI PADA ATLET PB. TUGU MUDA SEMARANG		
Fanisa Yuliawan, Nanang Indardi, Heny Setyawati	Universitas Negeri Semarang ^{1,2,3}	99-106
PROFIL KEBUGARAN ATLET FUTSAL KABUPATEN KLATEN DINYATAKAN DENGAN VO₂MAX		
Agung Widodo, Bachtiar Bachtiar, Sayid Fariz, Yunensy Novitasari	Universitas Muhammadiyah Semarang ^{1,3,4} Universitas Muhammadiyah Sukabumi ²	107-112
EVALUASI PELAKSANAAN EVENT SPORT TOURISM DALAM KEGIATAN TRIATHLON SUMATERA UTARA		
Melda Vinna br. Sipayung, Joen Parningotan Purba, Jurdan Martin Siahaan	Universitas Quality Brastagi ¹ , Universitas Quality ² Universitas Nusa Cendana Kupang ³	113-120
SURVEI KETERAMPILAN <i>BATTING</i> TIM <i>CRICKET</i> PUTRA KABUPATEN PANDEGLANG PADA PERSIAPAN PORPROV		
Aminudin Aminudin, Mastri Juniarto, Mustafa Masyhur	Universitas Negeri Jakarta ^{1,2,3}	121-127
PENGARUH LATIHAN POWER OTOT TUNGKAI TERHADAP PENINGKATAN GERAK DASAR TENDANGAN DEPAN PENCAK SILAT		
Amalia Barikah, Rudy Saputra, Mudayat Mudayat	Uniska MAB ¹ , STKIP STKIP Rosalia Lampung ^{2,3}	128 -137
MODEL PEMBELAJARAN RENANG GAYA BEBAS UNTUK PEMULA		
Muhammad Faisal Lutfi Amri, Juni Isnanto, Al Ilham	Universitas Negeri Gorontalo ^{1,2,3}	138-144
PENERAPAN BELA DIRI MENCA SANGGE SEBAGAI PENDIDIKAN KARAKTER BUGIS MASYARAKAT LINGKUNGAN DARE'E, KABUPATEN BONE		
Hezron Alhim Dos Santos, Rahyuddin Jide, Muhammad Zufikar, Dede Wahyudi, Maria Herlinda Dos Santos	Universitas Negeri Makassar Universitas Muhammadiyah Bone	145-152
KONTRIBUSI POWER OTOT TUNGKAI DAN FLEKSIBILITAS TERHADAP KETERAMPILAN SMASH SEPAK TAKRAW DI CLUB RANGSANG KABUPATEN PULAU MERANTI		
Azizan Hakim, Zainur Zainur, Fekie Adila, Ittaqwa Ittaqwa, Muhammad Iman Ramatullah	Universitas Riau ^{1,2,3,5} Universitas Negeri Malang ⁴	153-160

**PERBEDAAN PHYSICAL PERFORMANCE SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL
DAN SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 1 TOBOALI**

Sevin Sevin Sevin, Dedy Putranto,

Muhammad Eka Mardiansyah Simbolon

Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung^{1,2,3}

161-168

KUALITAS TEKNIK RENANG GAYA BEBAS ATLET TIRTA KALUANG

Naluri Denay, Afrizal Afrizal, Argantos Argantos,

M Iqbal Pratama, Wasti Danardani, Suci Nanda Sari

Universitas Negeri Padang^{1,2,3,4,5}

169-177

VARIASI LATIHAN *SHADOW* MENINGKATKAN PUKULAN *FOREHAND*

Husni Fahrītsani, Sugar Wanto,

I Made Andika Bayu, Mutiara Fajar, Ardo Okilanda

Universitas PGRI Palembang^{1,2,3,4,}

Universitas Negeri Padang⁵

178-184



Jurnal Pendidikan Olahraga Riyadhoh

Volume 5 , Nomor 2, Desember 2022, pp. 1-184

© UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin

Manajer Jurnal	Hegen Dadang Prayoga, M.Pd (Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin)
Kepala Editor	Endang Pratiwi M.Pd (Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin)
Editor Bagian	Amalia Barikah, M.Pd (Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin) M. Ari Fitrianto, M.Pd (Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin) Muhammad Habibie, M.Pd (Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin) Devaron Suardi (STKIP Syekh Mansyur)
Mitra Bestari	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd (Universitas Negeri Jakarta) Scopus ID : 57216494787 Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or (Universitas Negeri Jakarta) Scopus ID : 57202117393 Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd (Universitas Negeri Medan) Dr. Ardo Okilanda, M.Pd (Universitas PGRI Palembang) Scopus ID:57216617401 Dr. Dede Dwiansyah Putra, M.Pd (Universitas PGRI Palembang) Scopus ID : 57216618550 Dr. Feby Kurniawan, Kor., M.Or (Universitas Singaperbangsa Karawang) Dr. Adam Mappaompo, M.Pd (Universitas Negeri Makassar) Dr. Aridotul Haqiyah, M.Pd (Universitas Islam 45 Bekasi) Scopus ID : 57217154890 Gilang Ramadhan, M.Pd (Universitas Muhammadiyah Gorontalo) Scopus ID : 57216621122 Adi. S., M.Pd (Universitas Negeri Semarang) Scopus : ID 57212107118 Norma Anggara (Universitas Lambung Mangkurat) Novri Asri (Universitas Mitra Karya) Rinaldi Aditya, S.Pd., M.Pd (STOK Bina Guna Medan)
Desain Layout	Abdurrahman Sidik, M.Ds
Sekretariat	Gedung A, Lantai 4. Kampus Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin Jln. Adhyaksa No. 2, Kel. Sei. Miai, Kec. Banjarmasin Utara, Kota Banjarmasin Website https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal/index Email riyadhoh.uniska@gmail.com Telepon 0813-7022-5722



PRAKATA

Puji syukur Alhamdulillah kami panjatkan ke hadirat Allah *subhanahuwata'ala* atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga Jurnal Pendidikan Olahraga Riyadhoh dapat diterbitkan. Terbitnya jurnal pada edisi Volume 5 Nomor 2 Desember 2022 ini juga tidak lepas dari peran, partisipasi dan kerjasama dari seluruh pihak yang terkait, baik penerbit, editor, mitra bestari, dan para penulis yang telah mempercayakan tulisan ilmiahnya untuk dipublikasi melalui jurnal Riyad Hoh. Hasil terbitan Volume 5 No 2 Desember 2022 sebanyak 25 naskah.

Sesuai dengan visi dan misi Jurnal Pendidikan Olahraga Riyadhoh, yaitu melakukan diseminasi ilmiah dan pembahasan mengenai isu-isu seputar dunia olahraga, jurnal ini telah memuat sejumlah naskah ilmiah baik hasil penelitian maupun gagasan konseptual yang ditulis oleh para akademisi, praktisi, serta pembelajar. Naskah telah dikumpulkan dari para penulis, melalui proses *peer-review* dan ditata oleh tim editor untuk diterbitkan secara *online*. Hingga saat ini telah tercatat sebanyak dua puluh buah naskah yang dinilai telah layak untuk dipublikasikan.

Semoga jurnal ini berikut naskah yang dipublikasikan dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan pengembangan ilmu, teknologi, budaya, dan olahraga terutama dalam kaitannya dengan dunia profesi olahraga. Di samping itu, jurnal ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi upaya perluasan wawasan, ilmu pengetahuan, serta pembangunan bangsa dan negara. Akhir kata, tiada gading yang tak retak. Kami mengucapkan permohonan maaf jika ada hal-hal yang kurang berkenan dalam segenap proses penerbitan jurnal ini. Saran dan kritik yang membangun tetap kami harapkan demi pengembangan jurnal lebih lanjut.

Hormat kami,

Kepala Editor

Daftar Isi

Cover Riyadhoh		i
Halaman Riyadhoh		ii
Halaman Redaksi		iv
Prakarta		v
Daftar Isi		vi
UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR DI MASA PANDEMI: MATERI LOMPAT TINGGI GAYA STRADDLE MELALUI LATIHAN SQUAT JUMP		
Raden Bagus Budi Rahardja	SMA Negeri 2 Tarakan	1-8
KOMPETENSI KEPERIBADIAN GURU PENDIDIKAN JASMANI OLAAHRAGA DAN KESEHATAN DALAM MENGGUNAKAN GOOGLE CLASSROOM		
Alventur Baun, Isak Riwu Rohi, Agustinus Jacob Nafie, Pnatmo Masi	Universitas Kristen Arthaa Wacana ^{1,2,3,4}	9-14
PENINGKATAN HASIL BELAJAR MENGGIRING BOLA PERMAINAN SEPAKBOLA MELALUI MODEL PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE STUDENT TEAM ACHIEVEMENT DIVISIONS		
Muhammad Hasbillah, Ikadarny, Suparman, Suastika Nurafiaty, Ariana Asri, Achmad Karim, Herman	STKIP YPUP Makassar ^{1,3,4,5,6,7} Universitas Negeri Makassar ²	15-20
CORRELATION SELF-EFFICACY DENGAN PERFORMA SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMA NEGERI 1 SEBERIDA		
Kharis Nurdiansyah, Agus Sulastio, Ni Putu Nita Wijayanti	Universitas Riau ^{1,2,3}	21-26
PENGEMBANGAN INSTRUMEN TES KETERAMPILAN SHOOTING PADA PEMAIN SEPAKBOLA USIA 16-20 TAHUN		
Muhammad Taufik Aziz, Khoiril Anam	Universitas Negeri Semarang ^{1,2}	27-31
HUBUNGAN EMOTIONAL QUOTIENT DENGAN COMPETITIVE ANXIETY PADA TIM FUTSAL ROMANITA FC KOTA DUMAI		
Rizki Ramadhan Lubis, Ni Putu Nita Wijayanti, Oca Fernandes AF, Hirjah Hidayat	Universitas Riau ^{1,2,3,4}	32-38
PENINGKATAN KEBUGARAN JASMANI SISWA MELALUI AKTIVITAS FISIK RINGAN DALAM PEMBELAJARAN PJOK		
Tahta Krisna Wira Prakosa, Sasminta Christina Yuli Hartati	Universitas Negeri Surabaya ^{1,2,3,4}	39-49
EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN SERVIS BAWAH PERMAINAN BOLAVOLI BERBASIS MULTIMEDIA DI SMA YP YAQLI OKU TIMUR SUMATERA SELATAN		
Muhsana Elcintami Lanos, Hikmah Lestari	Universitas PGRI Palembang ^{1,2}	50-54
PENGARUH PENERAPAN PERMAINAN KECIL DALAM PEMANASAN TERHADAP KESIAPAN SISWA DALAM PEMBELAJARAN PJOK di SMPN 1 TUBAN		
Erwin Yusuf Tirtana, Sasminta Christina Yuli Hartati	Universitas Negeri Surabaya ^{1,2}	55-63
PENGARUH METODE LATIHAN DISTRIBUTED PRACTICE DAN MASSED PRACTICE TERHADAP KETERAMPILAN PUKULAN BACKHAND SMASH PADA PERMAINAN TENIS MEJA		
Muhammad Kamal	Universitas Negeri Makassar	64-70
PENINGKATAN HASIL BELAJAR PJOK MATERI PERGAULAN SEHAT MENGGUNAKAN METODE PEMBELAJARAN PENDEKATAN SAINTIFIK		
Meri Haryani, Nurkhoiroh Nurkhoiroh, I Kadek Suardika, Arief Ibnu Haryanto, Khoirul Anwar Pulungan	Universitas Negeri Gorontalo ^{1,2,3,4,5}	71-77
ANALISIS BIOMEKANIKA GERAKAN TEKNIK SERVIS PADA TENIS LAPANGAN		
Andhika Yudhatama, Wegianta Anggarmana Bangun, Ainun Padilah Siregar	Universitas Negeri Medan ^{1,2,3}	78-82

PEMBINAAN OLAHRAGA TENIS LAPANGAN MELALUI ASPEK BIOMEKANIK DAN KINESIOLOGI

Nurkadri Nurkadri, Samira Samira, Rahmad Dame, Joshua Sitompul, Theresia Marpaung, Tuahta Mario Eka Putra Pubra, Hasanul Arifin, Putri Rahmadani Lubis Universitas Negeri Medan^{1,2,3,4,5,6,7,8} **83-90**

MODEL LATIHAN WICKET KEEPING CRICKET BERBASIS OPEN SKILL**PADA ATLET POPB CRICKET DKI JAKARTA**

Dede Abdurrohman, Andi Hasriadi Hasyim, Mastri Juniarto Universitas Negeri Jakarta^{1,2,3} **91-98**

PENGARUH KELENGKAPAN SARANA PRASARANA BULUTANGKIS DALAM MOTIVASI UNTUK BERPRESTASI**PADA ATLET PB. TUGU MUDA SEMARANG**

Fanisa Yuliawan, Nanang Indardi, Heny Setyawati Universitas Negeri Semarang^{1,2,3} **99-106**

PROFIL KEBUGARAN ATLET FUTSAL KABUPATEN KLATEN DINYATAKAN DENGAN VO2MAX

Agung Widodo, Bachtiar Bachtiar, Sayid Fariz, Universitas Muhammadiyah Semarang^{1,3,4}
Yunensy Novitasari Universitas Muhammadiyah Sukabumi² **107-112**

EVALUASI PELAKSANAAN EVENT SPORT TOURISM DALAM KEGIATAN TRIATHLON SUMATERA UTARA

Melda Vinna br. Sipayung, Joen Parningotan Purba, Universitas Quality Brastagi¹, Universitas Quality²
Jurdan Martin Siahaan Universitas Nusa Cendana Kupang³ **113-120**

SURVEI KETERAMPILAN BATTING TIM CRICKET PUTRA KABUPATEN PANDEGLANG**PADA PERSIAPAN PORPROV**

Aminudin Aminudin, Mastri Juniarto, Mustafa Masyhur Universitas Negeri Jakarta^{1,2,3} **121-127**

PENGARUH LATIHAN POWER OTOT TUNGKAI TERHADAP PENINGKATAN GERAK DASAR TENDANGAN DEPAN PENCAK SILAT

Amalia Barikah, Rudy Saputra, Mudayat Mudayat Uniska MAB¹, STKIP STKIP Rosalia Lampung^{2,3} **128 -137**

MODEL PEMBELAJARAN RENANG GAYA BEBAS UNTUK PEMULA

Muhammad Faisal Lutfi Amri, Juni Isnanto, Al Ilham Universitas Negeri Gorontalo^{1,2,3} **138-144**

PENERAPAN BELA DIRI MENCA SANGGE SEBAGAI PENDIDIKAN KARAKTER BUGIS MASYARAKAT LINGKUNGAN DARE'E, KABUPATEN BONE

Hezron Alhim Dos Santos, Rahyuddin Jide, Universitas Negeri Makassar
Muhammad Zufikar, Dede Wahyudi, Maria Herlinda Dos Santos Universitas Muhammadiyah Bone **145-152**

KONTRIBUSI POWER OTOT TUNGKAI DAN FLEKSIBILITAS TERHADAP KETERAMPILAN SMASH SEPAK TAKRAW DI CLUB RANGSANG KABUPATEN PULAU MERANTI

Azizan Hakim, Zainur Zainur, Fekie Adila, Ittaqwa Ittaqwa, Universitas Riau^{1,2,3,5}
Muhammad Iman Ramatullah Universitas Negeri Malang⁴ **153-160**

PERBEDAAN PHYSICAL PERFORMANCE SISWA EKSTRAKURIKULER FUTSAL**DAN SEPAKBOLA DI SMP NEGERI 1 TOBOALI**

Sevin Sevin Sevin, Dedy Putranto, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung^{1,2,3} **161-168**
Muhammad Eka Mardiansyah Simbolon

KUALITAS TEKNIK RENANG GAYA BEBAS ATLET TIRTA KALUANG

Naluri Denay, Afrizal Afrizal, Argantos Argantos, Universitas Negeri Padang^{1,2,3,4,5} **169-177**
M Iqbal Pratama, Wasti Danardani, Suci Nanda Sari

VARIASI LATIHAN SHADOW MENINGKATKAN PUKULAN FOREHAND

Husni Fahrtsani, Sugar Wanto, Universitas PGRI Palembang^{1,2,3,4}
I Made Andika Bayu, Mutiara Fajar, Ardo Okilanda Universitas Negeri Padang⁵ **178-184**