



## Tingkat Pengetahuan Peraturan Permainan Rugby Union Ukm Rugby Universitas Negeri Surabaya 2023

Satria Wiradika<sup>1</sup>, Purbodjati Purbodjati<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup> Universitas Negeri Surabaya, Indonesia

Email: [satria.19057@mhs.unesa.ac.id](mailto:satria.19057@mhs.unesa.ac.id)<sup>1</sup>, [purbodjati@unesa.ac.id](mailto:purbodjati@unesa.ac.id)<sup>2</sup>

Alamat: Jl. Lidah Wetan, Kec. Lakarsantri, Surabaya, Jawa Timur 60213

Korespondensi penulis: [satria.19057@mhs.unesa.ac.id](mailto:satria.19057@mhs.unesa.ac.id)

**Abstract.** *The goal of this study is to learn what some of the many Rugby players at Universitas Negeri Surabaya know about the rules game in 2023. This essay is really scriptural. The survey was conducted using wrong and correct tes to gather data with share the draft. 41 athlete UKM Rugby are the subjects of the essay Data is available from 3 April - 5 April 2023. Deskriptif quantitative analysis is used in data analysis technique and is disclosed in persentase form. The results show the members of the team fall into the following categories: very high sebesar 0%, high sebesar 9,8%, medium 36,6%, low 48,8%, and very low 4,9%. The aforementioned study's findings suggest that the members of the University of Negeri Surabaya's rugby team need to be more motivated to train and learn with discipline and grit. In addition, Rugby University of Negeri Surabaya instructors must provide theoretical material to improve players' cognitive awareness, particularly that of new players, It is highly recommended for all students and supporters of the University of Negeri Surabaya to support the team's rugby team to the very end so that they can achieve higher standards of performance in the future and enhance the university's reputation.*

**Keywords:** *Knowledge Level, Law of Rugby Union Professional Games.*

**Abstrak.** Studi ini bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak tim Rugby Universitas Negeri Surabaya tahu tentang peraturan permainan Rugby Union pada tahun 2023. Penelitian ini bersifat deskriptif. Survei dilakukan menggunakan tes benar dan salah untuk mengumpulkan data dengan menyebarkan angket. Subjek penelitian adalah 41 siswa tim UKM Rugby UNESA 2023. Data dikumpulkan dari 3 april hingga 5 april 2023. Analisis deskriptif kuantitatif digunakan dalam teknik analisis data dan diungkapkan dalam bentuk persentase. Hasil menunjukkan bahwa anggota tim berada dalam kategori sangat tinggi sebesar 0%, kategori tinggi sebesar 9,8%, kategori sedang sebesar 36,6%, kategori rendah sebesar 48,8%, dan kategori sangat rendah sebesar 4,9%. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa anggota tim Rugby Universitas Negeri Surabaya harus lebih termotivasi untuk berlatih dan belajar dengan rajin dan giat. Selain itu, pelatih tim Rugby Universitas Negeri Surabaya harus memberikan materi teori untuk meningkatkan pengetahuan kognitif pemain, terutama pemain baru, Sangat disarankan bagi semua petinggi dan anggota tim Universitas Negeri Surabaya untuk mendukung tim Rugby Universitas Negeri Surabaya sepenuhnya agar mereka dapat mencapai prestasi yang lebih baik di masa mendatang untuk meningkatkan reputasi Universitas Negeri Surabaya.

**Kata kunci:** Tingkat Pengetahuan, Peraturan Permainan Rugby Union.

### 1. LATAR BELAKANG

Rugby termasuk dalam olahraga bertim dan termasuk dalam permainan bola yang terdiri dari dua tim. Tujuan utama masing-masing tim yakni untuk mencetak skor dengan melakukan tendangan, pukulan, lemparan, dan menggiring bola menuju gawang. Jika bola berhenti pada area rumput di belakang garis gawang tim lawan, tim yang mendapatkan skor paling tinggi akan menjadi pemenang. Di Indonesia, rugby semakin populer. Meskipun rugby bukan olahraga paling populer di negara ini, masih banyak orang yang

bermainnya di sekolah, universitas, klub, dan negara. Sementara itu, prestasi Indonesia semakin membanggakan, dan negara itu selalu berpartisipasi dalam turnamen internasional (Aswir & Misbah, 2018: 8).

Banyak orang di Indonesia mulai mengenal rugby belakangan ini dan bahkan membentuk tim sendiri, misalnya Jakarta Banteng Rugby Club dan Jakarta Komodo Rugby Club. Disamping itu, berbagai kampus negeri di Indonesia ingin tetap kompetitif dan mulai membentuk tim rugby. Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK) adalah jurusan keolahragaan di Universitas Negeri Surabaya. Pada tahun 2017, UNESA juga membentuk tim rugby yang terdiri dari FIKK (Jati, 2017: 4).

Selain latihan fisik, teknik, dan mental, juga penting untuk memahami peraturan permainan rugby. Peraturan rugby adalah aturan atau larangan yang dibuat oleh asosiasi rugby untuk mengurangi pelanggaran dalam permainan yang keras ini. agar game tetap terkendali dan aman, dan untuk membantu kinerja wasit di lapangan. Peraturan dalam rugby disebut Law Rugby yaitu striktur asli dibuat pada tahun 1871 oleh tiga mantan murid Sekolah Rugby. Karena mereka semua adalah pengacara, mereka menyebutnya hukum dari situlah nama Law Rugby dibuat. ujuan dari peraturan itu sendiri adalah untuk mencegah permainan menjadi anarkis karena banyaknya interaksi fisik. Karena ada banyak peraturan yang ditetapkan oleh Rugby Union yang harus dipahami agar game dapat berjalan dengan aman dan terkendali dan juga membantu kinerja wasit di lapangan (Utomo & Kharis Fajar, 2021: 33)

Berdasarkan Notoatmodjo (2003), Pengetahuan adalah output dari pengetahuan itu sendiri, hal ini akan terjadi ketika orang sudah menanggapi objek tertentu. Tanggapan tersebut hadir melewati panca indera yang dimiliki manusia yakni melalui proses meraba, merasa, mencium, mendengar, dan melihat. Mata dan telinga sangat mempengaruhi perolehan pengetahuan pada manusia. Dalam hal ini, pengetahuan adalah suatu hal yang sangat vital untuk memformulasikan tindakan dan tanggapan terhadap suatu objek. Tindakan yang diinformasikan lebih berkelanjutan dibandingkan tindakan yang tidak diinformasikan. Nana Sudjana (2006) mengungkapkan bahwa pengetahuan merupakan hasil terjemah dari kata pengetahuan pada taksonomi Bloom. Meski begitu, arti dari kata tersebut tidak seluruhnya dikatakan benar karena istilah tersebut mencakup pengetahuan yang benar terjadi selain pengetahuan hafalan misalnya nama kota, nama karakter, istilah, definisi, batasan, rumus, dan aturan. Jika dilihat dari ranah proses pembelajaran, berbagai

istilah tersebut harus dihafalkan dan dipertahankan sehingga dapat dikuasai sebagai dasar untuk mengetahui maupun memahami konsep lainnya.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, meskipun telah mengikuti turnamen tingkat nasional dan berlatih secara rutin, masih terdapat beberapa anggota tim Rugby UNESA yang masih belum mengetahui dan memahami dengan baik peraturan Rugby Union, khususnya Rugby Union. tim. Menurut pengalaman saya, pemain rugby UNESA banyak melakukan kesalahan selama pertandingan. Hal ini disebabkan keterbatasan jumlah trainer serta minimnya panduan dan bahan ajar dalam bermain rugby. Pasalnya, bahan ajar dalam bermain rugby masih belum diterjemahkan dari Bahasa asing, akibatnya peserta didik yang ingin mempelajarinya lebih sulit memahami dengan baik. Ini menciptakan penghalang lain untuk memahami dan memahami berbagai aturan permainan liga rugby. Fenomena ini terbukti dari ditemukannya beberapa peserta didik yang tidak mengetahui semua aturan permainan ini. Padahal setiap atlet semestinya harus memahami peraturan cabang olahraga yang dikuasainya agar memperoleh performa yang baik. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik menyelesaikan problematika yang telah dipaparkan dengan menulis skripsi berjudul “Pengetahuan Tim Rugby Universitas Negeri Surabaya Tahun 2023” .

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Legenda mengatakan bahwa pada tahun 1823, selama permainan sekolahsepak bola di kota Rugby, Inggris, pemuda bernama William Webb Ellis yakni menangkap bola menggunakan tangan lalu membawanya sambil berlari menuju gawang lawan. Kemudian, dua abad setelahnya, Rugby Sepak bola sudah berkembang sebagai bagian dari olahraga paling terkenal secara internasional, sebanyak jutaan orang melakukan, menonton dan menikmati permainan. Di jantung Rugby adalah unik etos yang dipertahankannya tahun-tahun. Tidak sebatas Game bermain untuk Hukum, tapi di dalam semangat Hukum.

Rugby adalah permainan yang dimainkan dengan bola oval. Itu dibagi menjadi persatuan rugby dan liga rugby. Tim rugby berbeda, di union ada 15 pemain. Persatuan rugby dan liga rugby berasal dari gaya sepak bola yang dimainkan di Sekolah Rugby di Inggris. Itu dimulai di Inggris dan menyebar ke dunia. Rugby kini menjadi olahraga populer di lebih dari 120 negara. Rugby di kalangan wanita termasuk jenis olahraga dengan perkembangan paling cepat secara internasional. Pada pergantian abad ke-21, International Rugby Board (IRB) yang berkantor pusat di Dublin, memiliki lebih dari 100 serikat pekerja

nasional yang berafiliasi (English, 2018: 1). Melalui disiplin, kontrol dansaling menghargai diri sendiri, persekutuan dan rasa fair play ditempa, mendefinisikan Rugby sebagai Game itu. Mulai dari taman bermain sekolah hingga final Piala Dunia Rugby, Rugby Union memberikan tawaran yang benar- benar unik dan pengalaman yang benar-benar bermanfaat untuk semua yang terlibat dalam Game(Williams, 2002: 11).

### 3. METODE PENELITIAN

Metode yang dipakai pada penelitian ini yakni metode eksperimen. (Sugiyono, 2011) penelitian eksperimen dilakukan dengan perlakuan, lain halnya dengan metode penelitian alamiah yang tidak perlu perlakuan.

Subjek penelitian terdiri dari anggota UKM Rugby Universitas Negeri Surabaya tahun 2023, dimana jumlah anggotanya yang mengisi angket ada 41 atlet . Dalam hal ini, pengambilan sampel dilakukan memakai incidental sampling agar memperoleh responden yang banyak yang selanjutnya menjadi subjek pada penelitian ini dengan membagikan kuisisioner soal.

Peneliti akan menggunakan soal pengujian yang disebarakan secara offline kepada responden sebelum maupun sesudah berlatih. Peneliti mengadopsi soal pengetahuan peraturan Rugby Union dari (Jati, 2017: 78) Pada penelitian ini menggunakan soal pengujian dimana responden cukup memilih pilihan jawaban yang disediakan. Instrumen disebarakan kepada 30 mahasiswa Liga Rugby UKM Universitas Negeri Surabaya tahun 2023, sampel ini didapatkan dari random sampling. Instumen berisi jawaban benar atau salah dengan menggunakan skala Guttman.

Teknik analisis data yang dipakai berupa analisis deskriptif kuantitatif dalam bentuk persentase. Analisis merupakan proses mengulas jawaban mengenai pertanyaan yang diajukan dalam proses meneliti terhadap subjek tersebut. (Anas Sudijono, 2018 : 43) mengungkapkan bahwa rumus menghitung setiap item kuesioner dengan memakai persentase yang didapatkan, melalui rumus:

Keterangan :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

f = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

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

P = Angka persentase

Jumlah pernyataan tes berjumlah 31 butir. skor untuk jawaban benar adalah 1, dan skor untuk jawaban yang salah adalah 0. Sehingga skor maksimal jawaban adalah 31 dan skor terendah adalah 0. Kriteria penilaian data untuk setiap faktor dapat ditentukan dengan klasifikasi oleh alat. Untuk kemudahan dalam mengidentifikasi dan mendeskripsikan masing-masing faktor dalam penelitian ini, penelitian ini didasarkan pada mean (M) dan standar deviasi (a) menggunakan skala lima poin.

Interval	Kategori
$X > M + 1,5 a$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 a < X \leq M + 1,5 a$	Tinggi
$M - 0,5 a < X \leq M + 0,5 a$	Sedang
$M - 1,5 a < X \leq M - 0,5 a$	Rendah
$X \leq M - 1,5 a$	Sangat Rendah

*Table 1. Pengkategorian*

Keterangan :

X : Total Jawaban Responden

M : Mean

a : Standar Deviasi

Sumber: Annas Sudjono (2006,4)

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian berisi gambaran data yang mengulas tentang wawasan mengenai peraturan rugby union tim ukm Rugby Unesa yang diungkapkan melalui kuesioner dengan jumlah pertanyaan sebanyak 31 pertanyaan yang dibagi menjadi tiga faktor yaitu peraturan sebelumnya, aturan, dan variasi permainan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada ukm Rugby Unesa tentang peraturan Rugby Union diperoleh skor paling rendah (minimal) adalah 10, skor tertinggi (maksimum) adalah 28.00, mean (mean) adalah 19,17, standar deviasi (SD) ) 3.098. Distribusi kepadatan berdasarkan klasifikasi ditunjukkan pada tabel berikut:

Dari tabel tersebut diketahui bahwa 4 orang anggota (9,08%) memiliki pengetahuan peraturan Rugby Union yang tinggi. 15 anggota (36,06%) memiliki pengetahuan sedang tentang aturan Rugby Union, bahkan 20 anggota (48,08%) dan 2 anggota (4,09%) sangat rendah. Melihat nilai rata-rata yang diperoleh yaitu 19,17 dari kisaran  $15 < X \leq 19$ . Dengan

demikian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tim ukm Rugby Universitas Negeri Surabaya tentang aturanpermainan Rugby Union tahun 2017 tergolong sedang.

### **A. Faktor Peraturan Sebelum Bermain**

Gambaran data mengenai faktor regulasi sebelum pertandingan dengan total 5 pertanyaan yakni nilai maksimum dari total respon sebesar 5,00 dan nilai minimum yaitu 1,00. Skor pada faktor regulasi sebelum memainkan game memiliki rata-rata 3,02 dan standar deviasi 1,012. Dalam penelitian ini, paragraf dengan faktor aturan foreplay diterjemahkan ke dalam lima pertanyaan. Klasifikasi data berpedoman pada rata-rata dan simpangan baku.

Berdasarkan tabel diketahui bahwa 1 responden (2,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang sangat tinggi mengenai peraturan sebelum dilaksanakannya pertandingan rugby union, 15 (36,6%) memiliki tingkat tinggi, 12 responden (29,3%) memiliki tingkat sedang, dan luar biasa 10 anggota (24,4%) adalah kelas rendah dan 3 anggota (7,3%) adalah kelas sangat rendah. Menurut tabel di atas, bias ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan tentang peraturan anggota tim UKM Rugby Unesa sebelum bertanding berada pada level yang tinggi.

### **B. Faktor Peraturan Dalam Permainan**

Hasil analisis pada data faktor aturan pada permainan didapatkan nilai maksimal 18.00 dan nilai minimal 8.00 yang diperoleh dari 20 soal. Rule scoring data game factor menghasilkan rata-rata (mean) sebesar 11,17 dan simpangan baku sebesar 2,052. Faktor peraturan dalam permainan Rugby Union menjadi faktor lain yang dipakai untuk menentukan pengetahuan subjek penelitian terhadap peraturan Rugby Union. Aturan yang membentuk permainan diterjemahkan ke dalam kalimat 20 poin.

Dari tabel terdapat informasi bahwa sebanyak 2 orang anggota tim ukm Rugby Unesa (4,9%) memiliki tingkat pengetahuan permainan dalam rugby union yang sangat tinggi bahkan 17 orang (41,5%) memiliki tingkat tinggi, sebanyak 18 anggota (43,9%) memiliki tingkat sedang, sebanyak 4 anggota (9,8%) berasal dari kategori rendah. Dalam hal ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan mengenai aturan main tergolong sedang.

### **C. Vaktor Variasi Permainan Rugby Union**

Hasil analisis mengenai koefisien variasi permainan rugby union disajikan dalam bentuk pertanyaan dengan skor maksimal 6,00 dan skor minimal 4,00. Skor ini memberikan rata-rata (mean) 4,46 dan standar deviasi 1,247. Faktor Variasi Permainan menjadi faktor ketiga yang mengukur pengetahuan Tim ukm Rugby Unesa terhadap peraturan Rugby Union.

Berdasarkan tabel diketahui bahwa tingkat pengetahuan varian permainan Rugby Union sangat tinggi pada 3 responden (7,3 %), kategori tinggi pada 6 responden (14,6%), sedangkan kategori sedang pada 8 responden (19,5 %). kategori rendah 16 responden (39%), kategori sangat rendah 8 responden (19,5%). Mengacu pada tabel di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa level skill Tim ukm Rugby Unesa 2023 variasi Rugby Union berada pada kisaran rendah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tim rugby Unesa masih belum tahu secara sempurna mengenai aturan main Rugby Union dengan tingkat pengetahuan rendah, sehingga perlu diberikan pembelajaran secara teori dan praktek. Latihan Tim Rugby UKM Universitas Negeri Surabaya hanya berlangsung pada sore hari dengan waktu yang terbatas, sehingga materi kognitifnya kurang karena penekanan pada praktek dan metode. Di sisi lain persepsi mahasiswa terhadap anggota tim UKM Rugby UNESA masih kurang baik dalam hal latihan, hal ini terlihat dari tidak stabilnya jumlah anggota yang mengikuti pelatihan secara konsisten. Hal ini mengakibatkan pengetahuan tidak merata pada seluruh anggota tim.

Beberapa anggota tim UKM Rugby UNESA dapat merespon laporan yang disampaikan dengan baik sehingga tergolong dalam kategori sedang, baik dan sangat baik. Beberapa anak tidak baik, sehingga tergolong rendah dan sangat rendah. Meskipun secara keseluruhan berada di sisi rendah dengan persentase faktor aturan pra-pertandingan sebesar 24,4%, faktor aturan dalam game sebesar 9,8% dan faktor variasi permainan adalah 39%. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman terhadap peraturan rugby union tim rugby UNESA tahun 2023 termasuk rendah.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Simpulan**

Mengacu pada penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, tingkat pengetahuan anggota tim Rugby UNESA tahun 2023 terhadap aturan permainan Rugby Union terdiri dari tidak ada anggota yang memiliki mempunyai tingkat pengetahuan sangat tinggi, terdapat 4 anggota (9,8%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, sebanyak 15 anggota (36,6%) mempunyai tingkat pengetahuan sedang, sebanyak 20 anggota (48,8%) memiliki pengetahuan dengan kategori rendah, dan 2 anggota (4,9%) memiliki pengetahuan sangat rendah terhadap permainan Rugby Union. Berdasarkan penelitian

yang dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa rata – rata nilai pengetahuan anggota UKM Rugby UNESA adalah 19,17. Selaras dengan hal ini, tingkat pengetahuan dengan kategori rendah (sebesar 48,8%) mendominasi anggota tim.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang dilaksanakan, saran yang dapat diberikan meliputi:

- a. Setiap pemain dan anggota tim rugby Universitas Negeri Surabaya perlu meningkatkan rasa ketekunan, giat melakukan latihan dan belajar untuk mendapatkan wawasan secara teori maupun praktek.
- b. Pelatih Tim Rugby Universitas Negeri Surabaya diharapkan memberikan teori sekaligus praktek secara maksimal untuk meningkatkan pengetahuan kognitif seluruh anggota tim, terlebih anggota yang baru bergabung.
- c. Seluruh pihak dan jajaran pimpinan Universitas Negeri Surabaya, diharapkan memberikan support secara utuh kepada tim rugby Universitas Negeri Surabaya agar dapat mencetak rekor-rekor yang lebih baik lagi dan mampu menaikkan standar reputasi Universitas Negeri Surabaya yang tinggi.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Anas Sudijono. (2018). Pengantar statistik pendidikan. 1, 395–397.
- Aswir, & Misbah, H. (2018). KESAN IMAGERI DAN MODELING TERHADAP PRESTASI CONVERSION KICK HANTARAN DAN TACKLE DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI. *Photosynthetica*, 2(1), 1–13.  
<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-76887-8%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/978-3-319-93594-2%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jff.2015.06.018%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41559-019-0877-3%0Aht>
- Gridling, G., Weiss, B., Elmenreich, W., & Trödhandl, C. (2006). Embedded Systems Exams With True/False Questions: A Case Study. *Proceedings of the Second IASTED International Conference on Education and Technology*, 168–172.
- Jati, T. S. (2017). INGGAT PENGETAHUAN PERATURAN PERMAINAN RUGBY UNION TIM RUGBY UJati, T. S. (2017). INGGAT PENGETAHUAN PERATURAN PERMAINAN RUGBY UNION TIM RUGBY UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2017 TUGAS. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 87(1,2), 149–200. *NI. Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 87(1,2), 149–200.

- Nana Sudjana. (2006). Penilaian hasil proses belajar mengajar. Bandung : Remaja Rosdakarya, 2006.
- Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta, 2003.
- Sugiyono. (2011). Populasi. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 80(x), 2013–2015.
- Utomo, R. S., & Kharis Fajar, M. (2021). Tingkat Kecemasan Atlet Pemula Rugby 7S Dalam Menghadapi Pertandingan. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 4(1), 33–39. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>
- Anas Sudijono. (2018). Pengantar statistik pendidikan. 1, 395–397.
- Aswir, & Misbah, H. (2018). KESAN IMAGERI DAN MODELING TERHADAP PRESTASI CONVERSION KICK HANTARAN DAN TACKLE DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI. *Photosynthetica*, 2(1), 1–13. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-76887-8>  
<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-93594-2>  
<http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3>  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jff.2015.06.018>  
<http://dx.doi.org/10.1038/s41559-019-0877-3>
- Gridling, G., Weiss, B., Elmenreich, W., & Trödhandl, C. (2006). Embedded Systems Exams With True/False Questions: A Case Study. *Proceedings of the Second IASTED International Conference on Education and Technology*, 168–172.
- Jati, T. S. (2017). INGGAT PENGETAHUAN PERATURAN PERMAINAN RUGBY UNION TIM RUGBY UJati, T. S. (2017). INGGAT PENGETAHUAN PERATURAN PERMAINAN RUGBY UNION TIM RUGBY UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA TAHUN 2017 TUGAS. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 87(1,2), 149–200. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 87(1,2), 149–200.
- Nana Sudjana. (2006). Penilaian hasil proses belajar mengajar. Bandung : Remaja Rosdakarya, 2006.
- Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta, 2003.
- Sugiyono. (2011). Populasi. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 80(x), 2013–2015.
- Utomo, R. S., & Kharis Fajar, M. (2021). Tingkat Kecemasan Atlet Pemula Rugby 7S Dalam Menghadapi Pertandingan. *JSES : Journal of Sport and Exercise Science*, 4(1), 33–39. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jses>