



**PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH DENGAN MENGGUNAKAN
MEDIA BOX PADA SISWA**
Jumaking¹, Wahyudin²

¹Univesitas Sembilanbelas November Kolaka, Pendidikan Jasmani, Kolaka, Indonesia

²Universitas Negeri Makassar, Pendidikan Olahraga, Makassar, Indonesia

*Coessponding Author. Email: jhoemaking.usn@gmail.com

*Email Author: jhoemaking.usn@gmail.com, wahyudin@unm.ac.id

Received: DFebruari 2022, Revised: Februari 2023, Accepted: Maret 2023

Abstract

This study aims to improve the quality of long jump learning for students at SMKN 1 Makassar. This type of research is classroom action research (PTK) which consists of 4 steps, namely: planning, action, observation and reflection. Classroom action was carried out in several cycles, each cycle consisting of two meetings of 2 x 45 minutes each. Using the media box as a form of long jump game is used to improve long jump learning. Initial long jump data showed that 43% completed from the total frequency 13 and 57% incomplete from the total frequency 17. The results of the performance of the long jump cycle 1 which scored 87.50 were 1 person and 8 people who got 81.3 and 16 who getting a score of 75.00 and 1 person getting a score of 62.5 and 4 people getting a score of 56.3 and the long jump percentage shows 25 students (83.33%) in the complete category and (16.67%) in the incomplete category. The results of the performance of the long jump in cycle 2 which got a score of 87.50 were 9 people and 6 people who got a score of 81.25 and 15 people who got a score of 75. And the percentage of the long jump showed 30 students (100%) in the complete category and (0 %) the long unfinished category and the long jump also increased. The results for the performance of the long jump cycle 1 showed 25 students (83%) in the complete category and 5 students (17%) in the incomplete category. Meanwhile, the results for the long jump performance in cycle 2 showed 30 students (100%) in the complete category and (0%) incomplete category

Keywords: Long jump, learning outcome, box

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran lompat jauh pada siswa SMKN 1 Makassar. Adapun pokok permasalahan diladakannya ini penelitian adalah disebabkan beberapa faktor, diantaranya : siswa dari sekolah ini belum pernah berprestasi pada cabang olahraga lompat jauh, baik tingkat regional maupun tingkat daerah, minat siswa dalam olahraga lompat jauh sangat rendah, serta pembelajaran lompat jauh masih monoton. penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang terdiri dari 4 langkah langkah, yakni : perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Pelaksanaan tindakan kelas dilakukan dalam beberapa siklus, setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan masing-masing 2 x 45 menit. Dengan menggunakan media box sebagai bentuk permainan lompat jauh gunanya untuk meningkatkan pembelajaran lompat jauh. Data awal lompat jauh menunjukkan 43% tuntas dari jumlah frekuensi 13 dan 57% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 17. Hasil dari unjuk kerja lompat jauh siklus 1 yang mendapatkan nilai 87,50 sebanyak 1 orang dan 8 orang yang mendapatkan 81,3 dan 16 yang mendapatkan nilai 75,00 dan 1 orang yang mendapatkan nilai 62,5 dan 4 orang yang mendapatkan nilai 56,3 dan persentase lompat jauh menunjukkan 25 siswa (83,33%) kategori tuntas dan (16,67%) kategori tidak tuntas. Hasil dari unjuk kerja lompat jauh siklus 2 yang mendapatkan nilai



87,50 sebanyak 9 orang dan 6 orang yang mendapatkan nilai 81,25 dan 15 orang yang mendapatkan nilai 75. Dan persentase lompat jauh menunjukkan 30 siswa (100%) kategori tuntas dan (0%) kategori tidak tuntas jauh dan lompatan lompat jauh ikut meningkat. Hasil untuk unjuk kerja lompat jauh siklus 1 menunjukkan 25 siswa (83%) kategori tuntas dan 5 siswa (17%) kategori tidak tuntas. Sedangkan untuk hasil unjuk kerja lompat jauh siklus 2 menunjukkan 30 siswa (100%) kategori tuntas dan (0%) kategori tidak tuntas.

Kata kunci: Lompat jauh, pembelajaran, box

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga adalah satu kesatuan atau satu bagian yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Karena hal ini memiliki tujuan yang sangat penting diantaranya, mengembangkan aktivitas jasmani, aspek kebugaran, kesehatan, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial serta beberapa tindakan moral melalui rangkaian aktivitas jasmani. Hadirnya aktivitas jasmani dari seluruh jejnjang pendidikan, memiliki dampak sehingga tercipta jiwa inovatif, disiplin, sportif, kepribadian yang hebat dan lain-lain. Pendidikan jasmani merupakan sumber energi dari semua mata pelajaran yang meliputi tujuan pendidikan nasional mencerdaskan kehidupan bangsa dan menciptakan pribadi lebih berkualitas di Indonesia dan pendidikan jasmani memiliki sasaran yang unik berupa gerakan sebagai media untuk membelajarkan siswa. Proses pembelajaran pendidikan jasmani yang didalamnya terdapat berbagai jenis pembelajaran, misalnya olahraga permainan bola besar, aktivitas air, pembelajaran atletik, dan lain – lain. yang dilaksanakan di sekolah–sekolah cenderung monoton, hal ini karena kurangnya kreativitas guru pendidikan jasmani dan kesehatan dalam inovasi pembelajaran.

Salah satu pembelajaran dalam pendidikan jasmani adalah atletik. Atletik merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki nilai-nilai yang unik. Diantaranya melalui kegiatan atletik terbina kemajuan manusia untuk bertahan hidup hingga menjadi manusia yang produktif. Atletik mencakup jalan, lari, lompat dan lempar. Pada cabang olahraga atletik, nomor lompat jauh merupakan salah satu nomor lompat dan cabang yang paling populer dan paling sering di lombakan dalam kompetisi kelas dunia. Lompat jauh adalah suatu gerakan melompat kedepan atas dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan melakukan tumpuan pada satu kaki untuk mencapai jarak sejauh-jauhnya. menurut Djumidar (dalam Indarto, 2017:6.13), adalah suatu gerakan mengangkat tubuh dari suatu titik ke titik lain yang lebih jauh atau tinggi dengan anjang-ancang lari cepat atau lambat, dengan menumpu satu kaki dan mendarat dengan kaki atau anggota tubuh lainnya dengan keseimbangan yang baik.

Banyak kasus yang terjadi para guru hanya menggunakan fasilitas yang ada, dalam proses kegiatan belajar. Sementara pembelajaran olahraga yang tidak ada fasilitasnya, tidak dilaksanakan



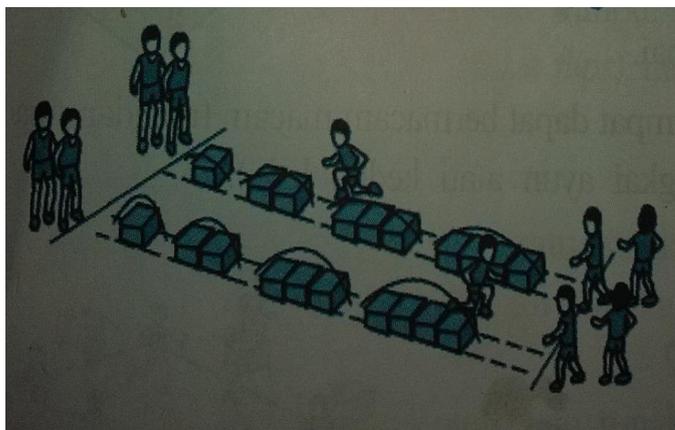
atau tidak di ajarkan materinya. Atau dengan kata lain belum memanfaatkan penggunaan alat bantu atau modifikasi alat yang bisa mendukung pencapaian proses pembelajaran. Sehingga pada umumnya penyampaian materi yang diberikan untuk anak usia sekolah dasar sama dengan materi yang diberikan kepada orang dewasa. Akhirnya ketika setiap guru memberikan pelajaran yang tidak populer siswa terkesan menghindar dan hasil pembelajaran praktek tidak mengalami peningkatan secara signifikan. Olehnya itu dari permasalahan tersebut diatas, peneliti mengangkat satu topik yaitu peningkatan hasil belajar lompat jauh dengan menggunakan media box sebagai permainan lompat jauh. Dengan adanya alat bantu dalam proses pembelajaran lompat jauh siswa di harapkan dapat mengatasi masalah di atas guna meningkatkan pembelajaran lompat jauh. Menurut Aip Syarifuddin (dalam Budi Santoso, 2012:17) untuk mendapatkan lompatan yang tinggi dapat di beri lompat kardus kira-kira 25 cm sampai 30 cm. Dengan jalan demikian siswa dapat melompat lebih tinggi. Ilustrasi mengenai permainan lompat kardus. Box merupakan barang lunak dan ringan, sehingga apabila siswa terpaksa menendang atau kaki menyangkut pada kardus, siswa tidak akan merasa kesakitan atau takut melompati kardus. Adapun urgensi penelitian ini adalah yang pertama, menitikberatkan pada besar atau kecilnya pengaruh pembelajaran lompat jauh dengan modifikasi (menggunakan media box), sehingga pembelajaran lompat jauh antara modep pembelajaran yang sederhana dan yang dimodifikasi diketahui hasilnya. Yang kedua sebagai media yang bisa menunjang siswa bisa berprestasi dalam cabang olahraga lompat jauh.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang merupakan salah satu jenis penelitian yang dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas pembelajarannya di kelasnya. Subyek dari penelitian ini siswa kelas XI Pemasaran 3 SMKN 1 Makassar yang dilaksanakan selama dua bulan. PTK diperkenalkan 4 langkah, yakni : perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Pelaksanaan tindakan kelas dilakukan dalam beberapa siklus, setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan masing-masing 2 x 45 menit. Setiap pertemuan siswa diberikan materi lompat jauh. Materi pembelajaran tersebut sudah dimodifikasi dalam bentuk permainan. Peneliti merangkap sebagai kolaborator bekerja sama dengan guru. Adapun tahapan pada siklus adalah sebagai berikut : 1. Siklus Pertama a) Perencanaan tindakan : Menentukan tempat penelitian, Menentukan metode dan strategi mengajar, Membuat lembar observasi, Menyusun RPP, Menyiapkan alat yang digunakan. b) Tindakan. Tindakan yang dilakukan ialah siswa diberikan materi pembelajaran lompat jauh dengan modifikasi berupa permainan-permainan yang menarik yaitu dengan variasi model permainan kardus yang disusun sedemikian rupa sehingga permainan tersebut akhirnya mengarah pada lompat jauh yang sesungguhnya. c) Observasi. Proses pengamatan pada siswa



dilakukan dengan cara pengamatan langsung terhadap proses pembelajaran, dilakukan oleh guru dan kolaborator. Variabel yang diamati adalah aktivitas siswa, rasa senang dan juga unjuk kerja siswa dalam melakukan lompat jauh. Pengamatan menggunakan tabel observasi. d) Refleksi (tahap evaluasi). Dilakukan dengan menganalisis hasil observasi sehingga di peroleh kesimpulan apa saja yang perlu di pertahankan. Tahap ini mengemukakan hasil penemuan dari pelaksanaan tindakan 1 yang memerlukan perbaikan pada siklus berikutnya. Refleksi merupakan uraian tentang prosedur analisis terhadap hasil penelitian dan refleksi berkaitan dengan proses dan dampak tindakan perbaikan yang di laksanakan serta criteria dan rencana bagi siklus tindakan berikutnya bila disiklus ini belum tercapai tujuannya.



Gambar 1.1. Permainan lompat kardus
 Sumber : Dikdik Zafar 2017 : 64

HASIL PENELITIAN

Media box digunakan sebagai bentuk permainan lompat jauh gunanya untuk meningkatkan pembelajaran lompat jauh. Media box adalah sebuah kardus yang bahannya lunak dan aman digunakan. Tinggi box adalah 25-30 cm dan jarak box pertama dengan box kedua adalah 2 meter, begitu pula dengan box selanjutnya. Berikut data awal yang di dapat peneliti pada kelas XI Pemasaran 3 SMKN 1 Makassar.

Tabel 1. Deskripsi data awal pembelajaran lompat jauh

Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase %
>75	Tuntas	13	43%
<75	Tidak Tuntas	17	57%



Hasil penelitian diperoleh dari pengamatan yang dilakukan oleh kolaborator (peneliti) pada siswa kelas XI PEMASARAN 3 SMKN 1 MAKASSAR adapun Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus 1 pertemuan pertama yang terdiri dari empat tahap: a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahap tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: 1. Hasil Pengamatan Tindakan Siklus Pertama Pertemuan Pertama oleh Kolaborator. a. Perencanaan. Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. b. Pelaksanaan Tindakan. Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus I berlangsung sebanyak tiga kali pertemuan, dengan perincian yaitu dua kali pertemuan untuk proses pembelajaran dan satu kali pertemuan untuk tes unjuk kerja lompat jauh. Setiap pertemuan berlangsung (2x45 menit). Hasil penelitian pada siklus pertama pertemuan pertama diuraikan berdasarkan pengamatan sebelum pembelajaran, saat pembelajaran dan sesudah pembelajaran. 1) Pengamatan sebelum pembelajaran. Siswa keluar dari kelas setelah bel berbunyi, mereka berbaris di depan halaman sekolah untuk segera melakukan kegiatan pembelajaran, mereka di presensi terlebih dahulu sebelum melakukan kegiatan. Kemudian siswa yang ditunjuk di suruh mengambil alat yang akan digunakan. Setelah dibawa kedepan siswa mereka bingung dan heran apa yang akan dilakukan dengan alat tersebut. 2). Pengamatan saat pembelajaran. Pengamatan saat proses pembelajaran berlangsung dilakukan dalam tiga tahap yaitu: a) Pengamatan saat pendahulua. Siswa dibariskan kemudian siswa berdoa dengan dipimpin oleh ketua kelas dan peneliti memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan. Setelah jelas mereka melakukan pemanasan. b) Pengamatan saat inti pembelajaran. Pada pembelajaran inti siswa melakukan permainan lompat kardus yang telah di susun sedemikian rupa kemudian siswa disuruh melompat di bak lompat. c) Pengamatan saat penutup. Kegiatan penutup yaitu siswa di bariskan kemudian disimpulkan materi yang dilakukan dan menjelaskan materi yang akan dilakukan pertemuan selanjutnya.

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I, pada observasi terhadap hasil masih ada siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran khususnya tolakan dan melayang. Refleksi masih ada siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran khususnya saat tolakan dan melayang maka dengan evaluasi tersebut pertemuan berikutnya akan menjadi lebih baik. Hasil Pengamatan Tindakan Siklus Pertama Pertemuan Kedua oleh Kolaborator. Hasil penelitian diperoleh dari pengamatan yang dilakukan oleh kolaborator (peneliti) pada siswa kelas XI PEMASARAN 3 SMKN 1 MAKASSAR adapun Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus 1 pertemuan ke dua yang terdiri dari empat tahap: a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi.



Keempat tahap tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: a) Perencanaan. Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah membuat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP), menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. b) Pelaksanaan Tindakan. Pelaksanaan tahap penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus 1 pertemuan ke dua waktu (2x45 menit). Hasil penelitian pada siklus pertama pertemuan kedua diuraikan berdasarkan pengamatan sebelum pembelajaran, saat pembelajaran, dan sesudah pembelajaran 1). Pengamatan sebelum pembelajaran. Setelah terdengar bel tanda pembelajaran dimulai, siswa kumpul di lapangan Bahkan ada siswa yang sudah ada di lapangan sebelum bel tanda masuk berbunyi. Sedangkan peneliti mempersiapkan alat alat yang akan digunakan. Setelah siap kemudian siswa dibariskan, berdoa dan di presensi. 2. Pengamatan saat inti pembelajaran. Pengamatan saat proses pembelajaran berlangsung dilakukan dalam tiga tahap yaitu: a. Pengamatan saat pendahuluan. Siswa dibariskan kemudian siswa berdoa dengan dipimpin oleh ketua kelas dan peneliti memberikan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan. Setelah jelas mereka melakukan pemanasan.b. Pengamatan saat inti. Pada pembelajaran inti siswa melakukan permainan lompat kardus yang telah di susun sedemikian rupa kemudian siswa disuruh melompat di bak lompat. c. Pengamatan saat penutup. Kegiatan penutup yaitu siswa di bariskan kemudian disimpulkan materi yang dilakukan dan penjelasan materi yang akan dilakukan pertemuan selanjutnya. d.Observasi. Berdasarkan hasil observasi pada siklus I, pada observasi terhadap hasil pelaksanaan pembelajaran lompat jauh cukup baik namun belum didapatkannya hasil yang optimal. d.Hasil penelitian siklus 1

Tabel 2. Unjuk kerja Lompat jauh siklus pertama

No	Nilai	Kategori	Siklus 1	
			Frekuensi	Persentase %
1	>75	Tuntas	25	83%
2	<75	Tidak Tuntas	5	17%
Jumlah			30	100%

Berdasarkan data hasil pengamatan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran pada siklus ini terdapat temuan temuan sebagai berikut:

1). Secara keseluruhan pelaksanaan pembelajaran lompat jauh cukup baik namun belum didapatkannya hasil yang optimal. Sehingga perlu perbaikan perbaikan pada siklus selanjutnya.



2). Pada saat kegiatan sebagian besar siswa sudah dapat melakukan kegiatan dengan baik dan sungguh-sungguh namun masih ada beberapa siswa yang kurang aktif karena merasa kurang menantang.

3). Siswa sangat senang dengan pembelajaran yang dilakukan guru, namun ada beberapa siswa yang kurang serius dalam proses pembelajaran karena merasa mudah dalam melakukan kegiatan.

4). Upaya perbaikan untuk siklus kedua

Memberikan permainan yang lebih menantang supaya memacu siswa untuk lebih aktif dan sungguh-sungguh dalam melakukan kegiatan pembelajaran. Karena pada siklus ini belum tercapai target atau standar yang diharapkan maka peneliti melanjutkan ke siklus kedua. Berdasarkan hasil observasi pada siklus 2 pertemuan pertama, pada observasi terhadap hasil pelaksanaan pembelajaran lompat jauh terjadi peningkatan, adapun hasil penelitian siklus 2 adalah sebagai berikut :

Tabel. 3. Unjuk Kerja Lompat jauh Siklus kedua

No	Nilai	Kategori	Siklus 2	
			Frekuensi	Persentase %
1	>75	Tuntas	30	100%
2	<75	Tidak Tuntas	0	0%
Jumlah			30	100%

Melihat hasil yang diperoleh selama empat kali pertemuan secara keseluruhan telah menunjukkan tercapainya kriteria keberhasilan dalam rangka peningkatan pembelajaran melalui permainan media boxsehingga dapat meningkatkan unjuk kerja dalam mencapai ketuntasan belajar. Adapun perbandingan Hasil Lompat Jauh Siklus 1 Dan Siklus 2 dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4. Perbandingan hasil lompat jauh siklus 1 dan siklus 2

No	Nilai	Kategori	Siklus 1		Siklus 2	
			Frekuensi	Persentase %	Frekuensi	Persentase%
1	>75	Tuntas	25	83%	30	100%
2	<75	Tidak tuntas	5	17%	0	0%
Jumlah			30	100%	30	100%



PEMBAHASAN

Menurut Azhar Arsyad (dalam Budi, 2012:17) kata media berasal dari bahasa latin medius yang secara harafiah berarti tengah, perantara, atau pengantar.. Menurut Saidihardjo (dalam Indarto, 2004: 12) pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar. .Mochamad Jumidar 2004 (dalam Wahyu Kurniawan, 2013 : 16) menyatakan lompat jauh adalah gerakan mengangkat tubuh dari titik ke titik yang lain dengan kaki/anggota badan lainnya dengan keseimbangan baik. Menurut Aip Syarifuddin (dalam Budi Santoso, 2012:17) untuk mendapatkan lompatan yang tinggi dapat di beri lompat kardus kira-kira 25 cm sampai 30 cm. Muhajir, 2006:40) yaitu : 1) gaya jongkok (waktu melayang bersikap jongkok), 2) gaya lenting/gaya menggantung (waktu di udara badan dilentingkan), 3) gaya berjalan . Yuli Fajar Susetyo(dalam Wahyu, 2011:46) berpendapat bahwa "guru yang sukses biasanya mampu memasukkan rasa senang siswa ke dalam pembelajarannya". . Dengan jalan demikian siswa dapat melompat lebih tinggi. Ilustrasi mengenai permainan lompat kardusDari data awal yang mendapatkan nilai 81,5 sebanyak 7 orang dan 6 orang yang mendapatkan nilai 75,00 dan 11 orang yang mendapatkan nilai 62,5 dan 6 orang yang mendapatkan nilai 56,3 dan persentase data awal lompat jauh menunjukkan 43% tuntas dari jumlah frekuensi 13 dan 57% tidak tuntas dari jumlah frekuensi 17. Hasil dari unjuk kerja lompat jauh siklus 1 yang mendapatkan nilai 87,50 sebanyak 1 orang dan 8 orang yang mendapatkan 81,3 dan 16 yang mendapatkan nilai 75,00 dan 1 orang yang mendapatkan nilai 62,5 dan 4 orang yang mendapatkan nilai 56,3 dan persentase lompat jauh menunjukkan 25 siswa (83,33%) kategori tuntas dan (16,67%) kategori tidak tuntas. Hasil dari unjuk kerja lompat jauh siklus 2 yang mendapatkan nilai 87,50 sebanyak 9 orang dan 6 orang yang mendapatkan nilai 81,25 dan 15 orang yang mendapatkan nilai 75.Dan persentase lompat jauh menunjukkan 30 siswa (100%) kategori tuntas dan (0%) kategori tidak tuntas jauh dan lompatan lompat jauh ikut meningkat. Hasil untuk unjuk kerja lompat jauh siklus 1 menunjukkan 25 siswa (83%) kategori tuntas dan 5 siswa (17%) kategori tidak tuntas.Sedangkan untuk hasil unjuk kerja lompat jauh siklus 2 menunjukkan 30 siswa (100%) kategori tuntas dan (0%) kategori tidak tuntas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya, secara umum dapat di simpulkan bahwa pembelajaran lompat jauh melalui permainan media box untuk siswa kelas XI Pemasaran 3 SMKN 1 Makassar terjadi peningkatan pembelajaran lompat jauh. Adapun hasil pembelajaran pada siklus 2 menunjukkan hasil yang sangat maksimal dibandingkan dengan silus pertama dengan kriteria 100%.



DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad, Azhar 2017. *Media Pembelajaran*, Jakarta :Raja Grafindo.
- Djumidar. (2014). *Gerak-gerak Dasar Atletik Dalam Bermain*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- HamalikOemar. (2011). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- IAAF. (2000). *Pedoman Mengajar Lari, Lompat, Lempar level I Atletik*. Jakarta: Staf Sekretariat IAAF-RDC
- Milez, M.B. Dan Huberman, A.M. 2012. *Analisis Data Kualitatif*. Penerjemah Tjepjep Rohendi. Jakarta : UI-Press
- Muhajir. (2016). *Pendidikan Kasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta : Erlangga
- Ridwan Abdullah, (2017). *Ed. Revisi: Penelitian Tindakan Kelas. Pengembangan Profesi Guru*. Tangerang: Tira Smart.
- Saidihardjo. (2014). *Pengembangan kurikulum ilmu pengetahuan sosial (IPS)*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sugihartono, dkk. (2017). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.
- Sugiyono. 2009. *Statistic untuk Penelitian*. Bandung : Penerbit CV. Alfabeta
- Suryobroto, Agus S. (2019). *Sarana dan Prasarana Pendidikan jasmani*. Yogyakarta: UNY
- Sukintaka. (2018). *Permainan Dan metodik*. Jakarta: Depdikbud Dirjendikti.
- Syarifuddin Aip. (2012). *Pendidikan jasmani dan kesehatan*, Jakarta:Depdikbud.
www.iaag.org. KIDS ATHLETICS
- Yuli Fajar Susetyo (2011). *Rahasia sukses menjadi motivator siswa: Panduan guru memotivasi siswa di kelas*. Yogyakarta: Pinus Book Publisher.

