

MINAT PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN SENAM KETANGKASAN DI SD NEGERI 6 BENDUNGAN KULONPROGO

Wava Ramadhani

Faculty of Sport Sciences, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

* Coresponding Author. E-mail: wavaramadhani@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan rendahnya minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri 6 Bendungan. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas atas SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo yang memiliki minat rendah terhadap senam ketangkasan dengan jumlah 11 peserta didik. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan kesimpulan. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang menyebabkan peserta didik memiliki minat yang rendah dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri 6 Bendungan disebabkan oleh 2 faktor yaitu: (1) Faktor intrinsik: kondisi fisik/bentuk tubuh peserta didik, kurang tertarik terhadap senam ketangkasan karena kurang mengasyikkan, peserta didik takut mengalami cedera. (2) Faktor eksternal: guru tidak mengajarkan tentang senam ketangkasan karena keterbatasan fisik, ada beberapa peserta didik yang beranggapan matras yang digunakan keras.

Kata kunci: *minat, senam ketangkasan*

THE INTEREST OF SENIOR CLASS STUDENTS IN PARTICIPATING IN ARTISTIC GYMNASTICS LEARNING AT SD NEGERI 6 BENDUNGAN KULON PROGO

ABSTRACT

The aim of this study is to determine the factors that cause the low interest of students in participating in artistic gymnastics learning at SD Negeri 6 Bendungan. This study was conducted with a qualitative descriptive study. The subjects of this study were senior-class students at SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo who had a low interest in artistic gymnastics learning with 11 students. Data collection was conducted using observation, interviews, and documentation techniques. The stages are data collection, data reduction, data presentation and drawing the conclusions. The validity of the data was checked by triangulation techniques. Findings show that there are 2 factors that caused the low interest of senior class students in participating in artistic gymnastics learning at SD Negeri 6 Bendungan: (1) Internal factor: physical condition/body shape, less attractive, fear of injury. (2) External factors: Students don't take advantage of encouragement from teacher dan parents, some students think that the mat used is hard

Keywords: *interests, artistic gymnastics*

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pendidikan dapat mempengaruhi perkembangan manusia dalam seluruh

aspek kepribadian dan kehidupannya. Hal ini sesuai dengan isi Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 yang menyatakan bahwa: "Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik

melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang”. Pendidikan bukan hanya sebagai sarana untuk menyiapkan individu bagi kehidupannya di masa depan, tetapi juga untuk kehidupan anak masa sekarang yang sedang mengalami perkembangan menuju ke tingkat kedewasaan.

Pendidikan berupaya menciptakan kondisi yang kondusif bagi perkembangan anak agar mampu berkembang secara optimal. Pada proses pendidikan, anak aktif mengembangkan diri dan guru aktif membantu menciptakan kemudahan untuk perkembangan yang optimal tersebut. Pendidikan yang diterapkan dengan benar akan mengembangkan anak dengan baik, sebaliknya apabila pendidikan diterapkan tidak sesuai dengan perkembangan anak, maka anak akan mengalami kesulitan dalam belajar. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh.

Namun perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, peserta didik disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Suherman, 2000, p.1).

Pendidikan jasmani ini pada dasarnya memanfaatkan alat berupa fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia, namun pada kenyataannya melalui fisik ini, mental dan emosionalpun turut berkembang, sehingga harus menyebabkan perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh- jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan seperti psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan Robert Gensemer, penjas diistilahkan sebagai proses menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa.” Artinya, dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno: *Men sana in corpore sano* (Mahendra, 2007, p.67).

Senam merupakan salah satu bagian dari pendidikan jasmani. Menurut Hidayat (2000, p. 9), senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spriritual. Terdapat beberapa materi dalam senam meliputi guling depan, guling belakang, kayang, splits, sikap lilin, guling lenting, berdiri dengan kepala, berdiri dengan kedua telapak tangan, meroda, dan lain-lain. Namun penelitian ini lebih difokuskan kepada senam ketangkasan guling depan.

Aktivitas senam ketangkasan lebih banyak menggunakan gerakan seluruh bagian tubuh baik untuk aktivitas senam itu sendiri maupun untuk cabang aktivitas dasar. Senam ketangkasan mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan dan ketepatan (Muhajir, 2004, p.69).

Menurut Margono (2009, p.19) senam merupakan latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Senam merupakan kegiatan fisik yang paling kaya struktur geraknya karena diwakili oleh gerakan-gerakan dasar yang membangun pola gerak lokomotor sekaligus manipulatif (Mahendra, 2000, p.9).

Dari hasil pengamatan lapangan untuk pembelajaran senam ketangkasan guru sudah memberikan materi yang sesuai dengan tujuan pembelajaran dan memberikan motivasi kepada peserta didik. Namun kenyataan yang terjadi dilapangan bahwa ada beberapa peserta didik yang belum mampu menerima materi dengan baik dan tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan maksimal. Disisi lain dalam banyak peserta didik yang sudah mampu melakukan berbagai gerakan senam ketangkasan dan hanya sebagian kecil yang sulit mempraktikkan gerakan senam ketangkasan. Namun permasalahan yang paling nampak dialami oleh peserta didik adalah rendahnya minat peserta didik terhadap pembelajaran senam ketangkasan. Hal tersebut dapat diamati dari nilai peserta didik yang masih memiliki nilai dibawah KKM yaitu 75. Dari semua peserta didik kelas atas (kelas 4, 5, dan 6) ada 11 peserta didik yang masih memiliki nilai dibawah KKM. Banyak alasan yang diutarakan oleh peserta didik sehingga mereka kurang terampil dalam mempraktikkan gerak senam ketangkasan, ada yang beranggapan bahwa senam ketangkasan sulit dilakukan dan merasa takut mengalami cedera. Selain itu alasan lain yang muncul adalah bahwa senam ketangkasan dirasa membosankan dan gerakannya monoton sehingga peserta didik kurang aktif ketika mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.

Banyak faktor yang mempengaruhi rendahnya minat peserta didik terhadap pembelajaran senam ketangkasan. Guru maupun orang tua harus memberi dorongan semangat dan motivasi terhadap peserta didik agar dapat mengikuti pembelajaran dengan baik dan mencapai hasil belajar yang maksimal. Akan tetapi yang lebih penting adalah dari diri peserta didik sendiri yaitu adanya kemauan peserta didik untuk menambah wawasan tentang senam ketangkasan. Minat secara psikologi sangat berpengaruh sekali didalam diri peserta didik untuk mencapai sesuatu yang diinginkan. Menurut Djaali (2006, p.121) “Minat adalah rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas tanpa adanya yang menyuruh”. Adanya suatu minat yang kuat didalam diri peserta didik secara otomatis akan menambah semangat dan antusias dalam mencapai apa yang diharapkan. Minat berperan sebagai kekuatan yang akan mendorong peserta didik untuk belajar. Berbeda dengan peserta didik yang hanya mengikuti pembelajaran tanpa mendapatkan hal yang positif yang dapat menambah wawasan pengetahuannya. Peserta didik tersebut tidak memiliki kemauan untuk mencari hal-hal baru yang dapat membuat peserta didik tumbuh dan berkembang. Sebagaimana yang telah dijelaskan diatas, bahwa minat merupakan kecenderungan perasaan seseorang yang senang terhadap sesuatu, maka apabila peserta didik tekun belajar nilainya akan memuaskan. Demikian pula, minat peserta didik terhadap pendidikan

jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pembelajaran senam ketangkasan.

Berdasarkan beberapa permasalahan yang telah teruraikan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Minat Peserta Didik Kelas Atas Dalam Mengikuti Pembelajaran Senam Ketangkasan Di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Arikunto (2014: 139), penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam berupa data, gambaran, dan pengetahuan mengenai faktor-faktor yang menyebabkan kurangnya minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo. Moleong (2007, p.6) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian (misalnya perilaku, persepsi, motivasi, dan lain-lain) secara holistik dengan mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata pada konteks khusus yang alamiah.

Penelitian ini dimulai pada bulan Agustus 2019 atau kurang lebih selama satu bulan yang dilaksanakan di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo. Subjek penelitian ini adalah peserta didik yang diambil sebanyak 11 anak dari jumlah peserta didik kelas atas yaitu 83, subjek ini didapatkan melalui observasi kegiatan pembelajaran dan juga melihat nilai KKM yang didapatkan peserta didik. Bentuk instrumen pendukung yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen observasi, pedoman wawancara, dan pedoman dokumentasi.

Nasution (Sugiyono, 2009, p.310) menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data diperoleh dengan menggunakan indera manusia. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi non partisipan. Observasi non partisipan adalah observasi yang tidak melibatkan peneliti dengan kegiatan sehari-hari orang yang diamati atau yang digunakan sebagai sumber penelitian. Peneliti hanya sebagai pengamat independen yang mencatat, menganalisis, dan membuat kesimpulan tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik kurang minat dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan kelas atas di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo.

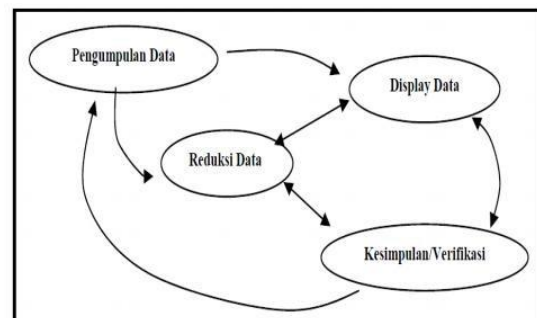
Moleong (2007, p.186) menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan narasumber yang memberikan jawaban atas pertanyaan. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk mengetahui hal-hal yang akan diteliti dari responden secara mendalam berkaitan dengan faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik kurang minat dalam melaksanakan pembelajaran senam ketangkasan kelas atas di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo. Berikut adalah tabel kisi-kisi instrumen wawancara yang digunakan.

Tabel 1. Kisi-kisi Wawancara

Variabel	Faktor	Indikator	No Soal	Jumlah
Minat Peserta didik dalam mengikuti senam ketangkasan	Intrinsik	Fisiologis	1, 2	2
		Psikologis	3, 4, 5	3
	Ekstrinsik	Sosial	6, 7, 8	3
		Non Sosial	9, 10	4
Jumlah				10

Arikunto (2005, p. 206) mengemukakan bahwa dokumentasi adalah metode dalam mencari data berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda program sekolah, jadwal pelajaran, dan sebagainya. Dokumentasi dalam kegiatan penelitian ini dilakukan untuk mendukung kelengkapan data dari hasil pengamatan dan hasil wawancara yang telah dilakukan. Data dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data 11 peserta didik yang memiliki nilai senam dibawah KKM dan dokumentasi pada saat pengambilan data wawancara.

Miles & Huberman (Sugiyono, 2009: p.246-253) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*. Langkah-langkah analisis ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 1. Komponen dalam analisis data

Sumber: Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009: p.338)

Kemudian untuk uji keabsahan data peneliti menggunakan triangulasi sumber dengan mengecek data yang telah diperoleh melalui hasil wawancara dengan guru penjas SD Negeri 6 Bendungan. Apabila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil wawancara dilakukan dengan peserta didik yang berjumlah 83 peserta didik, ada 11 peserta didik memiliki minat rendah dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan. Sebagai key informan dalam penelitian ini yaitu Guru PJOK di SD Negeri 6 Bendungan Kulon. Berikut rangkuman hasil wawancara dengan peserta didik sebagai berikut:

1. Faktor Instrinsik
 - a) Faktor fisiologi. Dari 11 peserta didik, 5 peserta didik yang menyatakan fisik atau bentuk tubuh menjadi alasan peserta didik kurang minat terhadap pembelajaran senam ketangkasan
 - b) Faktor psikologi. Dari 11 peserta didik, 9 peserta didik yang menyatakan tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai karena takut mengalami cedera.
2. Faktor Ekstrinsik
 - a) Faktor Sosial. Dari 11 peserta didik, ada 11 peserta didik yang menyatakan bahwa guru dan orang tua memberikan motivasi dan semangat tetapi peserta didik tidak menanamkan semangat tersebut ke dalam dirinya sendiri yang menjadikan peserta didik kurang antusias saat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.
 - b) Faktor Non Sosial, dari 11 peserta didik, ada 10 peserta didik yang menyatakan bahwa sarana matras tidak mempengaruhi minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan. Tetapi dari 11 peserta didik ada 3 peserta didik yang menyatakan bahwa lingkungan sekitar mempengaruhi minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul pada tabel sebagai berikut

Tabel 2. Kesimpulan Hasil Wawancara

No.	Faktor	Indikator	Kesimpulan Hasil Wawancara
1.	Intrinsik	Fisiologis	a) Bentuk tubuh mempengaruhi gerakan peserta didik saat melakukan senam ketangkasan sehingga menyebabkan banyak peserta didik yang belum mampu melakukan gerakan dengan baik dan benar. b) Dari 11 peserta didik 5 diantaranya menyatakan bentuk tubuh berpengaruh terhadap gerakan senam ketangkasan guling depan
		Psikologis	a) Peserta didik kurang tertarik dengan senam ketangkasan karena

kurang mengasyikkan dan tidak seperti olahraga lain yang banyak menggunakan permainan

- b) Banyak peserta didik yang merasa takut cedera saat melakukan senam ketangkasan
- c) Dari 11 peserta didik ada 10 diantaranya tidak tertarik dengan senam ketangkasan dan 9 diantaranya takut mengalami cedera saat melakukan senam ketangkasan

2.	Ekstrinsik	Sosial	a) Guru memberikan motivasi kepada peserta didik tetapi tidak dapat diterapkan oleh peserta didik b) Dorongan motivasi dari orang tua membantu peserta didik untuk lebih semangat dalam mengikuti pembelajaran c) Dari 11 peserta didik semuanya menyatakan bahwa orang tua dan guru selalu memberi motivasi
		Non Sosial	Sarana dan prasarana di SD Negeri 6 Bendungan cukup baik dan aman untuk digunakan.

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan kurangnya minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo. Ada 2 faktor yang berpengaruh terhadap minat peserta didik, yaitu:

1. Faktor intrinsik, terdiri dari factor fisiologis dan psikologis anak

Faktor fisiologis dapat digolongkan seperti panca indra, pusat syaraf dan keadaan anggota tubuh peserta didik. Dengan panca indra berupa mata, anak dapat melihat sehingga anak tahu apakah anak suka terhadap objek tersebut atau tidak, apakah individu tersebut mampu atau tidak dengan fisik yang ada pada dirinya. Dengan faktor fisiologis yang menandai maka minat anak dapat terwujud.

Berdasarkan faktor intrinsik pada indikator fisik yaitu (1) bentuk fisik peserta didik menghambat untuk melakukan gerakan senam ketangkasan, karena masih ada peserta didik yang memiliki berat badan lebih besar dibandingkan dengan peserta didik lainnya. Anak yang memiliki bentuk tubuh dengan berat badannya yang diatas rata-rata dari anak seusianya menyebabkan sulit bergerak. (2) Peserta didik mengeluh setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, misalnya badan menjadi pegal-pegal dan merasa pusing.

Faktor psikologis meliputi pengamatan, perhatian, emosi, motivasi dan intelegensi. Anak melakukan suatu pengamatan terhadap objek yang menimbulkan rasa senang, setelah dia senang maka dia akan memberikan suatu perhatian terhadap objek tersebut. Sehingga dengan emosi yang ada, anak dapat memberikan motivasi yang diciptakan sehingga terbentuk intelegensi terhadap anak. Berdasarkan faktor intrinsik pada indikator psikologis yaitu (1) Peserta didik kurang tertarik mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, karena dirasa membosankan dan kurang menarik dibandingkan dengan olahraga lain seperti sepak bola, hadang, atau olahraga yang energik. (2) Peserta didik baik laki-laki maupun perempuan merasa takut cedera saat melakukan gerakan senam ketangkasan.

2. Faktor ekstrinsik terdiri dari dua yaitu factor social dan factor non social yang berasal dari lingkungan anak

Faktor sosial yaitu pengaruh yang menimbulkan minat/tidak berminat. Faktor sosial dapat berupa dorongan dari orang tua atau keikutsertaan orang tua untuk anak melakukan suatu aktivitas dapat menimbulkan minat pada anak tersebut. Misalnya seseorang bapak mendukung anaknya ikut serta atau ikut terlibat dalam ekstrakurikuler sesuai dengan bakat anak. Berdasarkan faktor ekstrinsik pada indikator sosial yaitu (1) guru sebenarnya memberikan dorongan semangat dan motivasi ke peserta didik namun ada beberapa peserta didik yang memang memiliki minat yang rendah sehingga kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran. Peserta didik belum mampu mengikuti intruksi dari guru dengan baik dan masih terkesan malas-malasan. (2) dorongan motivasi orang tua banyak membantu peserta didik dalam mengikuti setiap pembelajaran di sekolah. Karena motivasi dapat menumbuhkan semangat dan rasa keingintahuan peserta didik. Faktor orang tua sangat penting bagi kelangsungan perkembangan peserta didik.

Faktor non-sosial yaitu faktor alam yang dapat menimbulkan minat seseorang, misal panas, dingin, lembab, perlengkapan, sarana dan prasarana. Misalnya suatu aktivitas tersebut dilakukan pada kondisi yang panas, dengan perlengkapan yang berat dan sarana yang kurang bagus dengan suatu aktivitas dilakukan pada kondisi yang lebih baik dengan perlengkapan yang ringan atau mudah diperoleh dan sarana yang cukup menarik. Dalam kondisi yang ada di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo fasilitas tidak berpengaruh terhadap kegiatan pembelajaran senam ketangkasan. Sebagian besar peserta didik

merasa bahwa fasilitas yang ada cukup aman untuk digunakan. Tetapi kondisi cuaca yang panas menyebabkan peserta didik malas untuk mengikuti pembelajaran. hal ini berpengaruh terhadap proses pembelajaran senam ketangkasan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa yang menyebabkan peserta didik kurang minat dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri 6 Bendungan Kulon Progo yaitu karena peserta didik beranggapan bahwa senam ketangkasan kurang mengasyikkan dan monoton. (1) Faktor intrinsik: kondisi fisik/bentuk tubuh peserta didik, kurang tertarik terhadap senam ketangkasan karena kurang mengasyikkan, peserta didik takut mengalami cedera. (2) Faktor eksternal: dorongan motivasi dari orang tua dan guru belum mampu membuat peserta didik lebih semangat dan termotivasi, ada beberapa peserta didik yang beranggapan matras yang digunakan keras.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmanagara, A. A. (2012). Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal dengan Keseimbangan Lansia di Desa Ahmadi, A. (2013). Psikologi belajar. Jakarta: Rineka Cipta. 10
- Arikunto, S. (2006). Manajemen penelitian. Jakarta: Rineka Cipta. Sokaraja Banyumas. Universitas Indonesia.
- Aunurrahman. (2010). Belajar dan pembelajaran. Cetakan ke-4. Bandung: Alfabeta.
- Mahendra, A. (2004). Pemanduan bakat olahraga senam. Jakarta: Depdiknas.
- Moleong, L.J. (2007). Metodologi penelitian kualitatif. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rosdiani, D. (2012). Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Sabini, N. (2012). Psikologi pembelajaran. Yogyakarta: Mentari Pustaka.
- Sugiyono. (2009). Metode penelitian pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2004). Teori pendidikan jasmani. Yogyakarta: Esa Grafika.