

PENGARUH PERMAINAN KUCING HINGGAP TERHADAP KECEPATAN LARI JARAK PENDEK

1. Enggar Andrian Sisfajar (eandrians52@student.upi.edu)
2. Tatang Muhtar (tatangmuhtar@upi.edu)
3. Tedi Supriyadi (tedisupriyadi@upi.edu)

Program studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No. 211 Sumedang

Abstrak

Penelitian ini berdasarkan atas temuan di lapangan pada saat observasi yang telah dilakukan, dimana prestasi siswa dibidang atletik khususnya dibidang lari masih sangat kurang, upaya yang dilakukan untuk membantu siswa meningkatkan kecepatan larinya dan membuat prestasi untuk sekolah, dalam upaya untuk meningkatkan kecepatan lari pada anak kelas 4 SDN Citimun 2, kecamatan Cimalaka kabupaten sumedang menggunakan permainan tradisional kucing hinggap, Metode penelitian yang digunakan adalah Pre Eksperimen dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 SDN Citimun 2 Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang dengan jumlah sampel 28 siswa. Teknik sampling yang dilakukan dengan *Sampling Jenuh*. Analisis data dilakukan dengan cara kuantitatif dari hasil *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari permainan tradisional kucing hinggap terhadap kecepatan lari siswa sehingga didapatkan hasil pembelajaran yang meningkat dan menunjukkan peningkatan hasil belajar yang signifikan berdasarkan uji t (*paired samples t-test*).

Kata kunci : *Permainan Tradisional, Lari, Peningkatan*

PENDAHULUAN

Winarno (2006) Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang disajikan di SMU. Mata pelajaran ini memiliki karakteristik yang berbeda dibanding dengan mata pelajaran lain, perbedaan tersebut meliputi: tujuan yang ingin dicapai, prosedur yang harus dilaksanakan, dan alat atau media yang digunakan. Metode pengajaran, kondisi pengajaran dan hasil pengajaran merupakan tiga variabel utama yang mempengaruhi pengajaran. Ketepatan guru dalam memilih metode mengajar, dan didukung dengan kualitas kondisi pengajaran yang baik, maka akan berpengaruh terhadap hasil pengajaran. Efektifitas pengajaran merupakan salah satu indikator untuk mengukur hasil pengajaran. Efektifitas pengajaran dapat dilihat dari: kecepatan penguasaan materi pelajaran, kesesuaian dengan prosedur, kuantitas kinerja, dan kualitas hasil akhir. Pengajaran pendidikan jasmani yang efektif di Sekolah Menengah Umum (SMU) salah satunya dapat diukur melalui kuantitas kinerja siswa, pada saat proses belajar mengajar (PBM) berlangsung.

Arifin (2009) pembelajaran adalah suatu proses atau kegiatan yang sistematis, berkelanjutan dan menyeluruh dalam rangka pengendalian, penjaminan dan penetapan kualitas (nilai dan arti) pembelajaran terhadap berbagai komponen pembelajaran, berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu, sebagai bentuk pertanggungjawaban guru dalam melaksanakan pembelajaran, selain itu Gasong (2018) juga mengungkapkan pembelajaran adalah usaha untuk mengelola lingkungan belajar dengan sengaja agar seseorang membentuk diri secara positif. Dengan hal ini bisa disimpulkan bahwasanya pembelajaran adalah sebuah proses belajar yang mempunyai tujuan sesuai dengan kompetensi dasar, selain itu juga dalam proses pembelajaran juga terdapat manfaat yang sangat baik

bagi guru ataupun murid untuk berkomunikasi sehingga dalam kegiatan belajar bisa lebih hidup dan menarik, dan memudahkan guru untuk melakukan sebuah penelitian

Pembelajaran memiliki sebuah tujuan yang ingin dicapai, dalam hal ini tujuan pembelajaran menggambarkan dari proses dan hasil belajar yang diharapkan bisa tercapai oleh peserta didik sesuai dengan kompetensi dasar (KD) . dengan ini berarti kemampuan yang dirumuskan dalam tujuan pembelajaran yang mencakup kemampuan yang akan dicapai siswa selama proses belajar dan hasil akhir belajar pada suatu kompetensi dasar Permendiknas (2007)

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah mata pelajaran yang mendorong perkembangan motorik siswa, keterampilan fisik siswa dan pembentukan karakter serta membiasakan menerapkan pola hidup yang sehat. Rukmana (2008) Pendidikan jasmani adalah sebagai bagian integral dari pendidikan yang akan membantu para siswa untuk dapat menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan secara optimal yang baik, baik itu fisik, motorik, mental dan sosial. Sedangkan menurut Rosdiani (2012, p. 12) mengungkapkan bahwa "pendidikan jasmani adalah salah satu proses pendidikan yang memanfaatkan kegiatan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis yang mempunyai tujuan untuk dapat mengembangkan serta meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Dengan adanya perbedaan pendapat dalam pengertian pendidikan jasmani dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah pembelajaran yang mendorong perkembangan motorik, dan juga dapat meningkatkan pengetahuan kognitif dan emosionalnya.

Atletik salah satu materi yang ada didalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah baik tingkat SD, SMP, maupun SMA. Gerakan-gerakan atletik seperti jalan, lari, lompat dan lempar. Istilah "atletik" berasal dari bahasa Yunani yaitu "*athlon*" yang berarti berlomba atau bertanding. Supriyono (2015, p. 1927) Atletik adalah sebuah aktivitas jasmani atau latihan fisik yang berisikan gerakan-gerakan alamiah atau wajar seperti jalan, lari, lompat, dan lempar. Atletik mempunyai peranan penting dalam pengembangan kondisi fisik, dan sering menjadi dasar pokok untuk pengembangan maupun peningkatan prestasi yang optimal bagi cabang olahraga lain

Atletik merupakan salah satu perlombaan yang sangat diminati baik dari tingkatan Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), perlombaan yang sering dilombakan dibagi menjadi 3 cabang perlombaan, seperti yang diuraikan dibawah ini :

1. Cabang lari : (1) Lari jarak pendek = 100, 200, 400 meter (2) Lari jarak menengah = 800 dan 1500 meter. (3) Lari jarak jauh = 5000, 10000 meter dan marathon 42,195 km. (4) Lari halang rintang (steeplechase) (5) Jalan Cepat, terdiri dari jarak mulai 3000m, 5000m, 10.000m, 20.000m, 50.000 m.

2. Cabang lempar : (1) Tolak Peluru (Shot Put). (2) Lempat Cakram (Discus Throw) (3) Lempat Lembing (Javelin throw) (4) Lontar Martil (hammer throw)
3. Cabang lompat : (1) Lompat jauh (long jump). (2) Lompat jangkit (triple jump). (3) Lompat tinggi (high jump). (4) Lompat galah (Pole Vault)

Perkembangan zaman serta diikuti dengan perkembangan teknologi yang maju perlahan-lahan menggeser keberadaan permainan tradisional yang biasa dimainkan untuk mengisi ruang dan waktu yang kosong bersama teman-teman. Sekarang ini jarang sekali kita melihat anak-anak jaman sekarang bermain memainkan permainan tradisional seperti petak umpet, egrang, congklak, lompat tali, gatrik, engklek, pesawat-pesawat, layang-layang dan kelereng. Sesungguhnya Permainan tradisional sebuah kekayaan budaya lokal yang seharusnya bisa diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, akan tetapi tergeser dengan munculnya berbagai permainan yang membuat anak bermain di dunia gadget ataupun computer. Seperti yang diungkapkan oleh Nur (2013) manfaat permainan anak tradisional dalam membangun karakter anak. Hal ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena perubahan aktivitas bermain anak saat ini, yang lebih sering bermain permainan modern yang identik dengan penggunaan teknologi seperti video games dan games online. Akibatnya, permainan anak tradisional mulai terlupakan dan menjadi asing di kalangan anak-anak. Selain itu, tingkat kecanduan terhadap permainan modern pada anak juga tinggi sehingga berpengaruh pada kebiasaan dan perilaku anak.

Pada umumnya, permainan tradisional memiliki ciri-ciri kedaerahan tertentu, sesuai dengan tradisi budaya dan kebiasaan warga setempat. Oleh karena itu, dalam pelaksanaannya, unsur-unsur permainan rakyat dan permainan anak sering dimasukkan dalam permainan tradisional. Dimungkinkan juga untuk memasukkan kegiatan yang mengandung unsur seni seperti yang biasa kita sebut dengan seni tradisional. Permainan tradisional memiliki ciri yang punya unsur tradisi dan berkaitan erat dengan kebiasaan atau adat suatu kelompok masyarakat tertentu. Kegiatan yang dilakukan harus mengandung unsur fisik nyata yang melibatkan kelompok otot besar dan juga mengandung unsur bermain sebagai landasan maksud dan tujuan dari kegiatan tersebut.

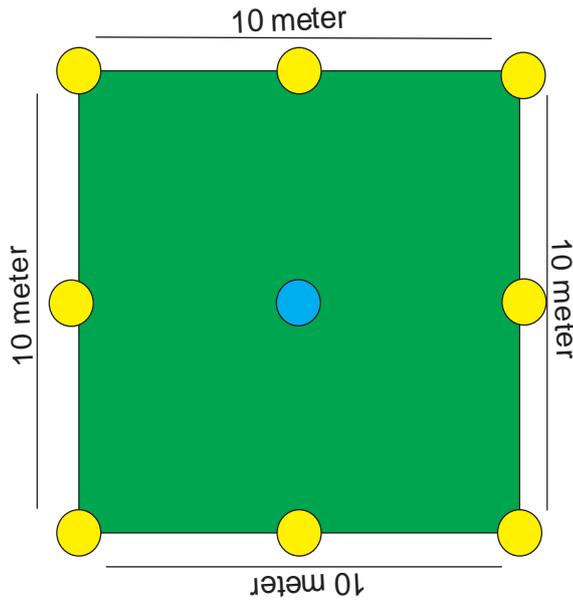
Permainan tradisional ini memiliki banyak manfaat yang baik untuk perkembangan anak, baik secara fisik ataupun mental. Kita bisa mengembangkan kecerdasan intelektual anak dengan menggunakan permainan congklak atau dakon. Permainan ini dapat melatih otak kiri anak dan melatih anak dalam perancangan strategi untuk mengumpulkan biji agar lebih banyak daripada lawannya. Kecerdasan secara mental atau emosional dapat dikembangkan dengan bermain layang-layang karena permainan ini membutuhkan kesabaran dari pemainnya sehingga pemain dapat mencari arah angin yang tepat untuk memainkan dan menerbangkan layang-layang. Selain itu, kreatifitas anak juga dapat

dikembangkan melalui permainan pesawat-pesawat yang berasal dari kertas bekas atau kertas lipat. Kemampuan bersosialpun dapat ditingkatkan melalui permainan lompat tali, kelereng, dan petak umpet. Selain itu, permainan tradisional seperti egrang juga mampu untuk melatih perkembangan motorik anak. Hal tersebut dikarenakan anak harus melompat dengan satu kaki dan anak berusaha untuk menyeimbangkan tubuhnya. Loncatan tersebut baik bagi metabolisme anak.

Permainan tradisional dapat merangsang system sensoric seorang anak, emosi anak, perkembangan fisik anak dan perbendaharaan gerak anak seperti yang diungkapkan oleh Khasanah, Prasetyo, and Rakhmawati (2011) “ Kegiatan fisik yang sering dilakukan oleh anak prasekolah seperti: berguling, melompat, meluncur, berputar, berjalan dan berlari dipercaya dapat menjadi sarana dalam merangsang sistem kepekaan dan sensori bagi anak usia dini. Kegiatan tersebut melibatkan emosi dan fisik setiap individu. Setiap kegiatan yang dilakukan mengandung nilai yang penting bagi aspek perkembangan dasar gerak anak”

Mengacu pada hasil observasi yang telah dilakukan peneliti di SDN Citimun 2, Kecamatan Cimalaka, Kabupaten Sumedang yakni kurangnya prestasi siswa tentang lomba atletik khususnya dalam cabang olahraga lari atau *sprint*, perbaikan yang dilakukan pada siswa kelas 4 SDN Citimun 2, Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang, peneliti memilih kelas 4 yang dijadikan penelitian, karena peneliti bisa membangun dari kelas tinggi dimulai dari kelas 4, yang tidak terpengaruh karena nanti adanya tes ujian nasional dan masih bisa berkontribusi untuk 3 tahun kedepan.

Dengan melihat fakta yang ada, peneliti mencoba untuk meningkatkan kecepatan lari siswa, menggunakan metode permainan tradisional permainan kucing hinggap, dimana permainan ini merupakan sebuah permainan yang biasa dilakukan anak-anak 5-10 tahun. Pelaku permainan ini tidak ada kawan ataupun lawan, permainan ini menuntut pemainnya untuk cekatan ketika instruksi sudah diberikan dan berlari menuju tempat hinggap yang telah disediakan



Gambar 1: Arena Permainan Kucing Hinggap

keterangan :

-  : tiang hinggap
-  : tempat kucing berdiri

Permainan ini terdiri dari 9 pemain, 9 pemain ini saling berebut tiang hinggap yang telah disediakan, untuk menentukan siapa yang mengisi tiang hinggap dan siapa yang menjadi kucing, 9 pemain tersebut melakukan undian terlebih dahulu melalui hompipah, yang kalah menjadi kucing dan menempati tengah-tengah arena, yang menang menempati tiang hinggap,

Cara bermain :

1. Pemain menempati posisi yang telah ditentukan
2. Intruksi permainan ada pada seorang yang menjadi kucing
3. Ketika si kucing bilang kanan maka pemain yang berada tiang hinggap harus sesegera mungkin lari ke arah tiang hinggap yang berada disamping kanan pemain tersebut, dan si kucing pun berusaha merebut tiang hinggap yang sekiranya bisa untuk ditempati.
4. Pemain yang tidak dapat mendapat tiang hinggap maka akan menjadi kucing.

Dipilihnya permainan tradisional untuk meningkatkan kecepatan lari atau *sprint* dikarenakan sifat anak itu selalu ingin berkompetisi untuk menunjukkan siapa diantara mereka yang lebih hebat, karena dalam permainan tradisional ini akan ada yang tercepat dan terlama dalam melakukan lari, dengan jiwa

kompetisi yang sangat tinggi, maka anak termotivasi untuk selalu menjadi pemenang, selain itu dengan metode permainan siswa bisa lebih menikmati keseruan dalam proses peningkatan kecepatan lari siswa

Sehubungan dengan penjelasan diatas penulis menggunakan permainan tradisional kucing hinggap, yang diharapkan dapat meningkatkan kecepatan lari siswa, sehingga bisa membuat siswa lebih dapat untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya dalam cabang olahraga atletik khususnya dalam nomor lari. Untuk itu penulis berinisiatif untuk menjadikan permainan tradisional kucing hinggap sebagai salah satu latihan untuk meningkatkan kecepatan lari siswa.

Metode penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif yang penyajiannya menggunakan angka, data dan hasil penelitiannya seperti yang diungkapkan Hamdi and Bahrudin (2015) "Penelitian kuantitatif menekankan fenomena-fenomena objektif dan dikaji secara kuantitatif, maksimalisasi objektivitas desain penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angka-angka, pengolahan statistic, struktur dan percobaan kontrol"

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen yang dimana peneliti langsung terjun ke lapangan untuk memberikan perlakuan, penelitian ini mencoba untuk mempengaruhi suatu variable, yang berhipotesis sebab akibat, seperti yang telah diungkapkan oleh Fraenkel, Wallen, and Hyun (2011) *Experimental research is unique in to very important respects. It is only type of research that directly attempt to influence a particular variable, and when properly applied, it is best type for testing hypotheses about cause-and-effect relationships.*

Populasi adalah satu kelompok objek atau data yang mempunyai karakteristik tertentu. Dalam populasi dijelaskan juga secara spesifik tentang siapa atau golongan mana yang menjadi sasaran penelitian tersebut menurut Juliansyah Noor (2016, p. 225) dengan kata lain populasi adalah sekelompok orang yang menjadi subyek penelitian yang bisa diambil datanya kemudian dijadikan sebuah kesimpulan seperti yang telah diungkapkan oleh Sugiyono (2011) populasi adalah generalisasi dari objek maupun subjek penelitian yang memiliki karakteristik dan ditentukan oleh peneliti untuk diteliti, kemudian dapat ditarik sebuah kesimpulan. Selanjutnya, populasi juga dapat diartikan sebagai nilai yang diperoleh dari hasil pengukuran ataupun perhitungan dari sekelompok objek tertentu.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah populasi homogen, karena keseluruhan objek dijadikan populasi yang memiliki sifat-sifat yang relatif sama satu sama lain dan oleh karena itu populasi dalam penelitian ini yakni siswa kelas 4 SDN Citimun 2 dan jumlah populasi sebanyak 28 siswa.

Sampel adalah bagian dari sebuah populasi yang dijadikan objek penelitian, dalam penelitian pemilihan sampel harus dilakukan dengan tepat, karena apabila tidak tepat dalam pemilihan sampel maka akan berefek pada kesimpulan penelitian

Dalam penelitian untuk melihat pengaruh permainan kucing hinggap terhadap kecepatan lari jarak pendek ini, peneliti menggunakan sampling jenuh atau penelitian yang mengambil seluruh populasi, seperti yang diungkapkan oleh Widyastuti (2010) sampling jenuh. Sampling jenuh adalah teknik pengambilan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel

Sample pada penelitian yakni siswa kelas 4 SDN Citimun 2, Kecamatan Cimalaka, Kabupaten Sumedang, dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 19 siswa dan siswa perempuan sebanyak 9 siswa.

Program pembelajaran

Ramadhan (2018) "untuk mendapatkan hasil yang baik dapat dilaksanakan dalam frekuensi latihan 3 hari perminggu, sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu" senada dengan pendapat Arifin Macgregor, Borghese, and Janssen (2019) "Mereka rata-rata berolahraga minimal 150 menit perminggu, baik olahraga intensitas sedang sampai berat. Sebagian orang membagi total waktu itu dalam lima sampai tujuh kali sesi olahraga, sementara ada juga yang melakukan olahraga satu kali sampai empat kali dalam seminggu".

Maka setelah melakukan pertimbangan dari uraian diatas peneliti memilih melakukan treatment sebanyak tiga kali dalam seminggu selama sepuluh kali pertemuan ditambah dengan pretest dan posttest dua pertemuan, total dua belas kali pertemuan

Hasil dan pembahasan

Pembahasan hasil penelitian ini dilaksanakan dengan cara memahami data yang telah diperoleh dari hasil penelitian. Tujuan dari pembahasan hasil penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh permainan kucing hinggap terhadap kecepatan lari jarak pendek siswa. Dari hasil yang telah didapatkan, peneliti melihat adanya peningkatan hasil lari siswa. Hal ini ditunjukkan dari nilai rata-rata yang mengalami peningkatan dari hasil *pretest* dan *posttest*. Analisis data dan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh permainan kucing hinggap. Hasil nilai rata-rata yang diperoleh pada nilai *pretest* sebesar 7.07 kemudian diberikan perlakuan dengan menggunakan permainan kucing hinggap sebesar 9.46. Sehingga didapatkan selisih dari hasil *pretest* dan *posttest* yang memiliki selisih sebesar 2.39.

Berdasarkan hasil analisis yang diperoleh dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan kucing hinggap terbukti efektif dan memiliki pengaruh dalam meningkatkan kecepatan lari jarak pendek siswa SDN Citimun Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang.

Tabel 1. Tests of Normality

	Tes	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Nilai	pretest	.136	28	.195	.955	28	.265
	posttest	.106	28	.200*	.959	28	.328

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 2. Test of Homogeneity of Variances

hasil lari

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.000	1	54	1.000

Tabel 3. Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
sebelum treatment diberikan – setelah treatment diberikan	-2.393	3.947	.746	-3.923	-.862	-3.208	27	.003

Besarnya pengaruh permainan kucing hinggap terhadap kecepatan lari jarak pendek

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ,diperoleh hasil sebagai berikut

Tabel 4. Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	28	7.07	4.198	1	16
Posttest	28	9.46	5.440	1	20

Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan statistic terhadap uji hipotesis pengaruh permainan kucing hinggap terhadap kecepatan lari jarak pendek pada siswa kelas 4 SDN Citimun 2 Kabupaten Sumedang, maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut.

Kesimpulan

Hasil pengujian hipotesis dan analisi data secara statistic menggunakan *software* SPS yaitu dengan adanya pengaruh permainan kucing hinggap terhadap kecepatan lari jarak pendek siswa dengan hasil pretest sebesar 7.07 dan hasil posttest 9,46 dengan selisih 2,39 . Dengan demikian permainan kucing hinggap berpengaruh terhadap kecepatan lari jarak pendek pada siswa kelas 4 SDN Citimun 2 Kecamatan Cimalaka Kabupaten Sumedang

Dalam penelitian ini diharapkan akan memberi beberapa manfaat untuk pembelajaran Pendidikan Sekolah Dasar. Selain itu, siswa dan guru mengalami kondisi lapangan secara langsung dalam permainan tradisional , serta mendapatkan pengalaman selama menyusun karya ilmiah.

1. Bagi Siswa

Siswa lebih tertarik mengikuti pelajaran karena dikemas dalam bentuk permainan. mampu mengembangkan gerak maupun pengetahuan tentang lari, serta meningkatnya kecepatan lari siswa

2. Bagi Guru

- a. Dapat meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani
- b. Sebagai bahan pertimbangan dalam upaya meningkatkan kecepatan lari siswa dalam pendidikan jasmani.
- c. Guru memperoleh informasi dan referensi tentang kecepatan lari siswa lebih mudah dalam mencapai tujuan pembelajaran.

3. Bagi Sekolah.

Hasil penelitian ini akan memberikan sumbangan yang baru dan bersifat baik dalam membantu peningkatan kemampuan siswa.

4. Bagi peneliti .

Penelitian ini dapat dijadikan sebuah pengalaman dan pemahaman ilmu pengetahuan yang kemudian dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk mengadakan penelitian lanjutan khususnya yang berhubungan dengan kecepatan lari siswa.

Referensi

- Arifin, Z. (2009). *Evaluasi pembelajaran* (Vol. 152): Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2011). *How to design and evaluate research in education*: New York: McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages.
- Gasong, D. (2018). *Belajar dan pembelajaran*: Deepublish.
- Hamdi, A. S., & Bahruddin, E. (2015). *Metode penelitian kuantitatif aplikasi dalam pendidikan*: Deepublish.
- Juliansyah Noor, S. (2016). *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah*: Prenada Media.
- Khasanah, I., Prasetyo, A., & Rakhmawati, E. J. P. J. P. d. B. P. A. U. D. (2011). Permainan tradisional sebagai media stimulasi aspek perkembangan anak usia dini. 1(1).
- Macgregor, A. P., Borghese, M. M., & Janssen, I. (2019). Is replacing time spent in one type of physical activity with another associated with health in children? (ja).
- Nur, H. J. J. P. K. (2013). Membangun karakter anak melalui permainan anak tradisional. (1).
- Permendiknas, R. J. J. D. (2007). No. 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses.
- Ramadhan, A. (2018). PENGARUH LATIHAN ZIG-ZAG RUN TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN PEMAIN SEPAKBOLA JPOK FKIP ULM BANJARBARU.
- Rosdiani, D. J. B. A. (2012). Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan.
- Rukmana, A. J. J. p. d. (2008). Pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. 9.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyono. (2015). UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LARI JARAK PENDEK MELALUI PERMAINAN GOBAG PERANG. 4(7).
- Widyastuti, Y. J. J. A. P. (2010). Pengaruh persepsi remunerasi pegawai, motivasi kerja dan disiplin kerja terhadap kinerja pegawai di kantor pelayanan perbendaharaan negara (kppn) percontohan serang provinsi banten. 1(2).
- Winarno, M. J. M. L. J. I. K. (2006). Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga.