

PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN MELOMPAT MELALUI PERMAINAN LOMPAT CERMIN UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR

Faizal Suharnoko¹ dan Guntur Firmansyah²

¹SDN Lumbangrejo 1 Prigen Pasuruan

²IKIP Budi Utomo Malang

E-mail: *ichalfaizal17@gmail.com*¹, *gunturpepeng@gmail.com*²

Diterima: 3 Juli 2018; Lolos: 22 September 2018; Dipublikasikan: 14 Oktober 2018

DOI: https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12169

Abstrak

Penelitian bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar melompat yang menarik dan variatif yaitu melalui permainan lompat cermin yang sesuai dengan dengan karakteristik gerak dasar melompat yang mengacu pada teknik pelaksanaan dan prinsip-prinsipnya. Berdasarkan data awal yang diperoleh melalui pengamatan menunjukkan bahwa perlu adanya dilakukan penelitian lebih mendalam. Penelitian pengembangan model pembelajaran ini mengikuti langkah-langkah yang digunakan oleh Gall & Borg II yang dikutip oleh Ramadan yang dimodifikasi oleh peneliti karena pertimbangan waktu dan biaya. Secara ringkas data yang diperoleh dari evaluasi ahli pembelajaran diperoleh hasil 81, 25% pada kategori baik, evaluasi ahli pendidikan jasmani diperoleh hasil 91,67% pada kategori baik, evaluasi ahli permainan lompat cermin diperoleh hasil 87,50% pada kategori baik, uji coba kelompok kecil diperoleh data 69,27 % pada kategori cukup, uji coba kelompok besar diperoleh data 82,29 % pada kategori baik maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran hasil pengembangan dapat digunakan.

Kata kunci: Pengembangan, model pembelajaran, lompat cermin, sekolah dasar.

DEVELOPMENT OF LEARNING MODELS THROUGH MIRROR JUMP GAMES FOR ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Abstract

The study aims to develop a model of basic motion learning that is interesting and varied, namely through the mirror jump game which is in accordance with the basic motion characteristics of jump which refers to the implementation technique and its principles. Based on the initial data obtained through observations, it is necessary to conduct more in-depth research. Research into the development of this learning model follows the steps used by Gall & Borg II cited by Ramadan modified by researchers because of time and cost considerations. In summary, the data obtained from the evaluation of learning experts obtained results of 81, 25% in the good category, physical education expert evaluation obtained 91.67% in the good category, expert evaluation of mirror jumping games obtained 87.50% in the good category, trial small groups obtained 69.27% data in the sufficient category, large group trials obtained 82.29% data in the good category it can be concluded that the development learning model can be used

Keywords: Development, learning model, mirror jump, elementary school.

PENDAHULUAN

Pembelajaran olahraga di sekolah diharapkan dapat memberikan dampak positif pada pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga inovasi dan pengembangan harus terus dilakukan. Penggunaan model pembelajaran dan media pembelajaran yang menarik, bervariasi, aman serta mudah digunakan merupakan senjata utama yang harus dimiliki oleh setiap pengajar. Penguasaan gerak bukan satu-satunya tujuan yang harus dicapai pada proses pembelajaran olahraga di sekolah akan tetapi kematangan emosional, psikis, sosial juga harus menjadi target dari hasil pembelajaran olahraga. Meskipun hasil dari banyak penelitian yang dilakukan di bidang pendidikan jasmani menunjukkan bahwa kurikulum pendidikan jasmani tidak ada pada tingkat yang tepat dan memuaskan (Ljubojevi, Muratovi, & Bubanja, 2016)

Anni yang dikutip Kisyanto (2015) menjelaskan bahwa belajar merupakan suatu proses penting bagi perubahan perilaku setiap orang dan belajar itu mencakup segala sesuatu yang dipikirkan dan dikerjakan oleh seseorang. Prinsip belajar menurut teori belajar tertentu, teori tingkah laku dan prinsip-prinsip pengajaran dalam implementasinya akan berintegrasi menjadi prinsip-prinsip pembelajaran. Menurut Burstiando & Nurkholis (2018) menyatakan bahwa dalam kegiatan belajar pembelajaran di sekolah siswa dibekali berbagai macam hal mulai dari pembelajaran yang bersifat kognitif, afektif maupun psikomotor. Ketiga ranah tersebut menjadi indikator tercapainya tujuan pembelajaran. Seringkali dalam mencapai tujuan pembelajaran, guru mengemas materi pembelajaran dalam bentuk permainan, hal itu dikarenakan dengan anak cenderung senang bermain sambil belajar.

Game atau permainan merupakan suatu sistem yang memiliki aturan-aturan tertentu dimana pemain akan terlibat di dalam suatu permasalahan sehingga dapat menghasilkan suatu hasil yang dapat diukur yaitu menang dan kalah. Permainan merupakan sesuatu hal yang dimainkan dengan suatu aturan tertentu yang biasa digunakan untuk tujuan kesenangan dan dapat juga untuk tujuan pendidikan (Adhanisa,

Kridalukmana, & Martono, 2016). Sesuai dengan hasil penelitian BOTA (2103) bahwa permainan dinamis mempunyai hubungan yang positif dengan pertumbuhan anak, perkembangan anak, keterampilan gerak, dan keharmonisan hubungan sosial antar teman.

Lompat dan loncat adalah suatu rangkaian gerakan untuk mengangkat tubuh ke atas melalui beberapa proses yaitu lari, tumpuan, melayang dan mendarat (Ariawan, 2015). Gerak dasar lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan pada usia anak sekolah dasar atau usia 6-8 tahun. Gerak dasar lokomotor merupakan dasar dari macam-macam keterampilan yang sangat perlu adanya bimbingan, latihan dan pengembangan agar anak-anak dapat melaksanakan dengan benar (Ardhika, 2012).

Gerak lokomotor mempunyai peran penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani, terutama cabang olahraga yang menuntut perpindahan tempat atau titik berat badan seperti lari cepat, lompat jauh, lompat tinggi dan cabang olahraga lainnya. Para siswa sekolah dasar seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani yang menuntut kemampuan gerak lokomotor (Hanief & Sugito, 2015).

Lompat dan loncat merupakan salah satu dari gerak motorik anak yang harus terus mendapatkan perhatian untuk terus ditingkatkan sesuai dengan program yang dilakukan secara teratur. Hasil penelitian keterampilan motorik anak pada usia sebelum sekolah dasar dapat meningkat melalui beberapa modifikasi permainan seperti berjalan dengan pergeseran, lompatan lateral diatas tali, tekuk dibangku dan berdiri lompat jauh (Stanojević, 20116).

Beberapa penelitian tindakan kelas yang menggunakan berbagai model permainan lompat yang mendapatkan hasil positif atau sumbangan kepada prestasi melompat anak-anak diantaranya permainan rangkaian 3 pos (Bakhtiar, 2010), modifikasi permainan engklek (Ardhika, 2012), modifikasi permainan lompat karet (Pramono, Setyawati, & Akhiruyanto, 2015), permainan *jump box* (Ali Khafidin S, 2015), permainan lompat

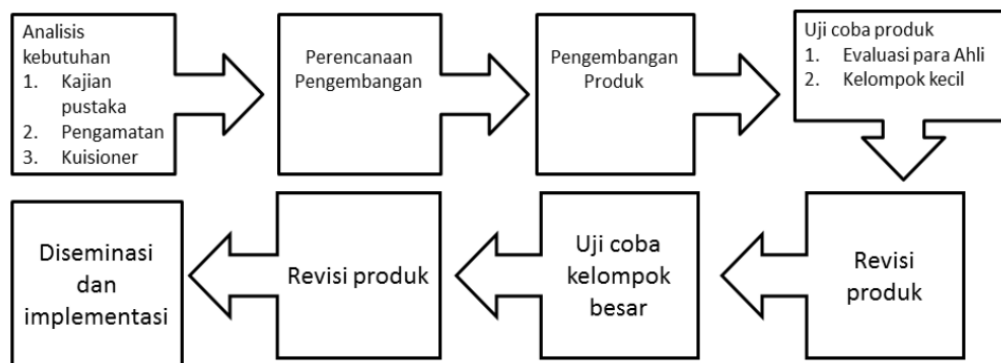
kangguru (Suroso, 2015), permainan lompat gelang-gelang (Raharjo, 2015). Serta penelitian-penelitian eksperimen yang membuktikan bahwa permainan melompat berpengaruh pada prestasi lompat dan pertumbuhan motorik anak seperti penelitian yang dilakukan oleh (Ilham, 2011) dan (A. Suroso, Rustiana, & Sugiharto, 2013).

Hasil observasi awal melalui metode pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap pembelajaran gerak dasar melompat di SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 diperoleh data bahwa: 1) Pembelajaran gerak dasar melompat belum berjalan dengan maksimal, 2) Hampir sebagian besar siswa merasa kurang percaya diri melakukan gerakan melompat, 3) Media pembelajaran yang digunakan oleh guru adalah yang sesungguhnya sehingga kurang variatif, 4) Sarana dan prasarana sekolah yang memadai untuk mengembangkan model pembelajaran gerak dasar melompat.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti berusaha mengembangkan model pembelajaran gerak dasar melompat yang menarik dan variatif yaitu melalui permainan lompat cermin yang sesuai dengan dengan karakteristik gerak dasar melompat yang mengacu pada teknik pelaksanaan dan prinsip-prinsipnya. Diharapkan dengan adanya pengembangan ini bisa dijadikan sebagai media untuk mengembangkan kemampuan gerak dasar siswa sekolah dasar. Lebih jauh lagi model pembelajaran yang dikembangkan menjadi bahan dan media alternatif untuk memberikan materi pembelajaran gerak dasar melompat.

METODE

Model pengembangan yang digunakan mengikuti langkah-langkah *Research & Development (R & D)* dari Gall & Borg (2007) yang dikutip Ramadan (2018) secara lengkap terdiri dari sepuluh langkah pelaksanaan strategi penelitian dan pengembangan, yang dimodifikasi oleh peneliti sehingga menjadi delapan langkah karena berbagai pertimbangan. Subjek penelitian melibatkan 38 siswa kelas 5 laki-laki dan perempuan yang berusia 11-12 tahun. Uraian langkah dalam penelitian sebagai berikut:



Bagan 1. Prosedur Pengembangan Gall & Borg yang dimodifikasi

1. Analisis kebutuhan (*need assessment*), melalui penyebaran angket pada 2 guru penjas dan 30 siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan sesuai dengan langkah pertama Gall & Borg.
2. Perencanaan pembuatan produk model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar sesuai dengan langkah kedua Gall & Borg.
3. Pengembangan produk awal yang didasarkan dari hasil analisis kebutuhan.
4. Uji coba produk awal yang sudah terbentuk dijustifikasi oleh terhadap 1 orang ahli pembelajaran, 1 orang ahli pendidikan jasmani dan 1 orang ahli permainan lompat cermin. Selanjutnya, produk yang telah dijustifikasi oleh para ahli diuji cobakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan dengan melibatkan 8 subyek uji coba sesuai dengan langkah keempat Gall & Borg.
5. Merevisi hasil uji coba dan memperbaiki atau menyempurnakan hasil uji coba sesuai dengan hasil dari uji coba tahap I (kelompok kecil) sesuai dengan langkah kelima Gall & Borg.
6. Uji coba produk akhir atau uji coba kelompok besar dilakukan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan dengan melibatkan 30 subyek uji coba.
7. Penyempurnaan produk hasil uji coba lapangan berdasarkan hasil dari uji coba lapangan sesuai dengan langkah ketujuh Gall & Borg.

8. Langkah terakhir adalah diseminasi dan implementasi produk yang meliputi menulis laporan dan penyebarluasan produk kepada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah teknik analisis kualitatif dan deskriptif berupa presentase yaitu:

1. Analisis kualitatif digunakan untuk menganalisis hasil pengumpulan data menggunakan model yang digunakan Miles dan Huberman yang dikutip (Sugiyono, 2008) yaitu 1) mereduksi data, 2) penyajian data, 3) kesimpulan awal
2. Analisis deskriptif berupa presentase menggunakan rumus (Sudijono, 2008):

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

Keterangan:

f : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : *Number of case* (jumlah frekuensi dari banyaknya individu)

P : Angka persentase

Apabila datanya berupa persentase, proporsi maupun rasio, maka kesimpulan dapat diambil, disesuaikan dengan permasalahannya (Arikunto, 2006). Berikut ini penggolongan persentase kategori yang akan digunakan adalah:

Tabel 1. Kategori Kelayakan

Kategori	Persentase	Keterangan
Baik	76%-100%	Digunakan
Cukup	56%-75%	Digunakan
Kurang Baik	40%-55%	Tidak digunakan
Tidak baik	Kurang dari 40%	Tidak digunakan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penyajian data analisis kebutuhan yang diberikan kepada 2 guru penjas dan 30 siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen

Pasuruan. Untuk mendapatkan data peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa angket.

Tabel 2. Penyajian Data Hasil Analisis Kebutuhan 2 Guru dan 30 Siswa

No	Komponen	Temuan
1	Analisis kebutuhan guru melalui pengisian angket	<ol style="list-style-type: none"> 1. diperoleh data bahwa 50% siswa sering mengalihkan perhatian pada siswa lain saat anda memberikan materi gerak dasar melompat 2. diperoleh data bahwa 100% pengembangan model pembelajaran gerak dasar melompat diperlukan 3. diperoleh data bahwa 100% setuju dilakukan pengembangan model pembelajaran gerak dasar melompat untuk siswa kelas IV melalui permainan lompat cermin secara sintetik dengan variasi model-model pembelajaran sehingga kompetensi yang diharapkan bisa tercapai
2	Analisis kebutuhan siswa melalui pengisian angket	<ol style="list-style-type: none"> 1. diperoleh data bahwa 80% siswa menyatakan materi pembelajaran gerak dasar melompat yang sudah diberikan oleh guru sulit untuk dipahami 2. diperoleh data bahwa 93,3% siswa menyatakan materi pembelajaran gerak dasar melompat yang sudah diberikan oleh guru sulit untuk dipraktikkan 3. diperoleh data bahwa 75% siswa menyatakan setuju jika dibuat/dikembangkan model-model pembelajaran gerak dasar melompat dengan berbagai variasi guna mempercepat proses keterampilan gerak dasar melompat

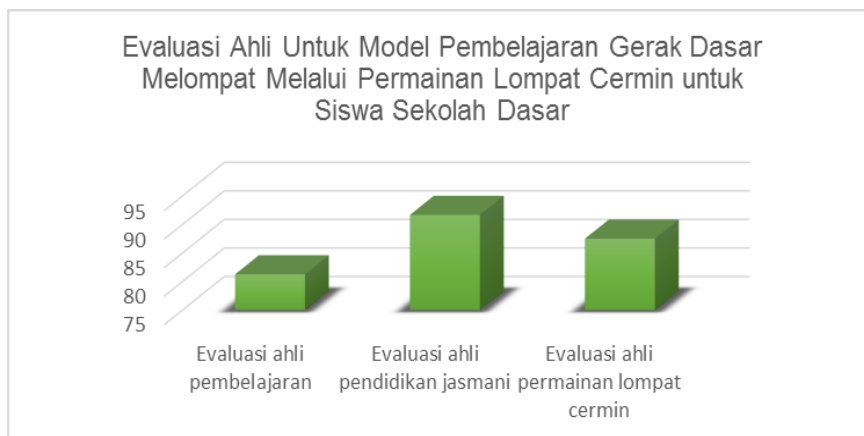
Tabel 3. Penyajian Data Evaluasi (Ahli) 1 Orang Ahli Pembelajaran, 1 Orang Ahli Pendidikan Jasmani dan 1 Orang Ahli Permainan Lompat Cermin

No	Komponen	Temuan
1	Evaluasi ahli pembelajaran oleh Dr. Ahmad Lani, M.Kes (n=1) dengan jumlah instrumen 12 pertanyaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Data evaluasi ahli pembelajaran diperoleh hasil 81,25% maka dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan dan siap untuk diuji cobakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan 2. Menyusun manual book
2	Evaluasi ahli pendidikan jasmani oleh Drs. Sulikan, MS (n=1) dengan jumlah instrumen 12 pertanyaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Data evaluasi ahli pendidikan jasmani diperoleh hasil 91,67% maka dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan dan siap untuk diuji cobakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan 2. Sesuaikan model pembelajaran gerak dasar melompat dengan proses pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini 3. Model pembelajaran melompat tidak boleh terlalu dipaksakan
3	Evaluasi ahli permainan lompat cermin oleh Drs. H. Budijanto, M.Kes (n=1) dengan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Data evaluasi ahli permainan lompat cermin diperoleh hasil 87,50% maka dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan dan siap untuk diuji

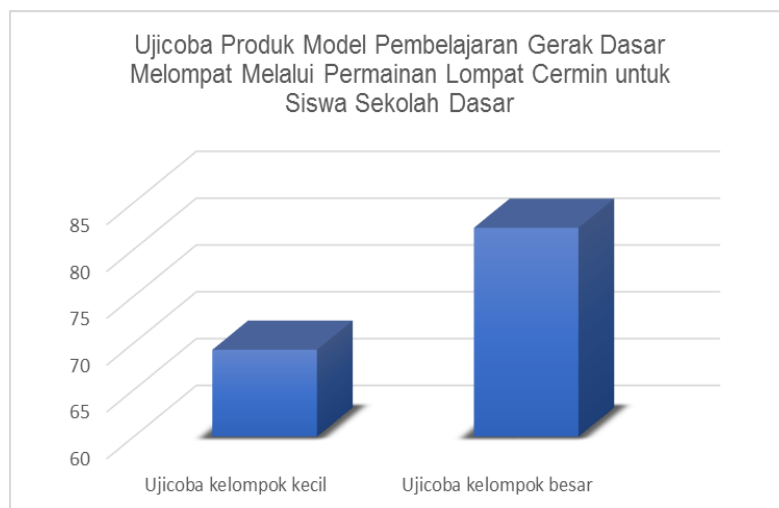
jumlah instrumen 12 pertanyaan	cobakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan 2. Tentukan anak yang menjadi cermin agar permainan mudah dilakukan 3. Perjelas gambar untuk mengetahui batas dan area bermain
-----------------------------------	---

Tabel 4. Penyajian Data Hasil Uji Coba

No	Komponen	Temuan
1	Uji coba kelompok kecil (n=8) dengan jumlah instrumen 12 pertanyaan	1. diperoleh data 69,27% maka dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan
2	Uji coba kelompok besar (n=30) dengan jumlah instrumen 12 pertanyaan	1. diperoleh data bahwa 82,29% maka dapat dinyatakan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan pada siswa SDN Lumbangrejo 02 dan SDN Pecalukan 01 Prigen Pasuruan



Gambar 1. Evaluasi Ahli Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Melalui Permainan Lompat Cermin untuk Siswa Sekolah Dasar



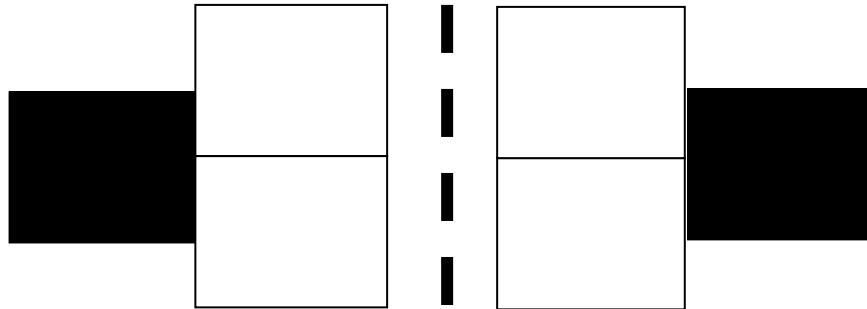
Gambar 2. Uji Coba Produk Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Melalui Permainan Lompat Cermin untuk Siswa Sekolah Dasar

Berdasarkan data evaluasi ahli dan uji coba pada gambar 2 maka dapat diketahui bahwa model pembelajaran yang dikembangkan sudah memenuhi aspek kesesuaian, kemanfaatan, kemenarikan dan keefektifan untuk diterapkan. Hasil penelitian ini juga mendukung beberapa penelitian lain tentang pengembangan model pembelajaran melompat yang dilakukan oleh beberapa peneliti yaitu permainan *level jump* dan garis tangkap (Rinanto, 2015), permainan lompat bergandengan (Anggi Feri Setiadi, Rumini, 2015).

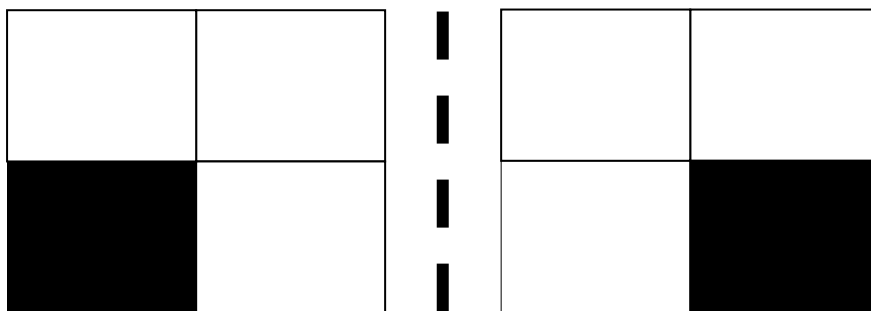
Tujuan penelitian yang mengharapkan kemenarikan dan kevariatifan model pembelajaran sudah tercapai jika melihat data yang

sudah diperoleh. Model pembelajaran melompat yang selama ini dilakukan relatif sama dengan yang sudah ada sedangkan hasil penelitian ini menunjukkan kebaruan, hal ini bisa dilihat pada keantusiasan anak-anak ketika mencoba dan sering terjadinya diskusi antar anak tentang cara bermainnya.

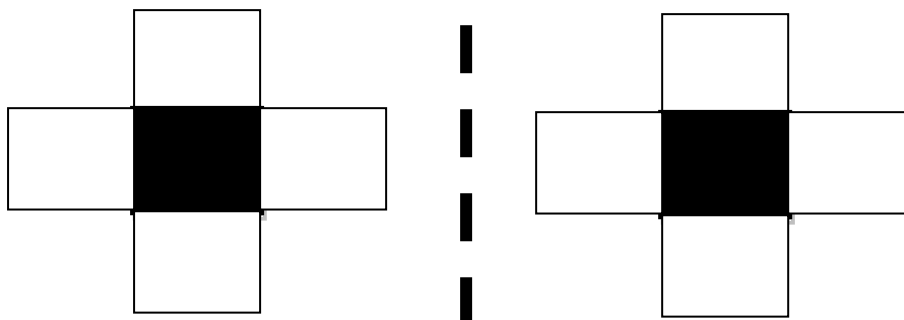
Model permainan lompat cermin area bermain persegi 3 petak



Model permainan lompat cermin area bermain persegi 4 petak



Model permainan lompat cermin area bermain persegi 5 petak



Jumlah pemain : 2 - 4 anak

Alat yang digunakan: kapur, lapangan

Waktu bermain : 1 menit sampai dengan tak terbatas (sesuai kemampuan)

Cara bermain :

1. Tentukan pemain yang menjadi cermin

2. Permainan dimulai dari petak yang berwarna hitam
3. Pemain yang menjadi cermin harus mengikuti kearah mana pemain nyata melompat.
4. Permainan bisa menggunakan 1 kaki atau 2 kaki.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari evaluasi ahli pembelajaran, evaluasi ahli pendidikan jasmani, evaluasi ahli permainan lompat cermin, uji coba kelompok kecil, uji coba kelompok besar maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran gerak dasar melompat melalui permainan lompat cermin untuk siswa sekolah dasar dapat digunakan dan disebarluaskan. Beberapa saran yang diberikan oleh peneliti sehubungan dengan produk yang dikembangkan yaitu diantaranya 1) produk pengembangan ini sudah dikemas dalam bentuk video sehingga mudah untuk dipelajari karena dapat dijadikan rujukan untuk memberikan materi pembelajaran melompat, 2) sebelum disebarluaskan kesasaran yang lebih luas sebaiknya produk dikaji ulang dan dilakukan penyesuaian-penyesuaian sesuai dengan keadaan sasaran yang dituju agar lebih mudah diterima, 3) melakukan sosialisasi pada pihak-pihak yang terkait untuk memperoleh ijin dan pengakuan sebagai bekal penerapan produk di lapangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah terlibat secara langsung maupun tidak langsung dalam penyelesaian penelitian ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada para ahli yang telah memberikan masukan-masukan demi kesempurnaan dari produk penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhanisa, L., Kridalukmana, R., & Martono, K. T. (2016). Pembuatan Permainan Lompat Karung Berbasis iOS Menggunakan GameSalad. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Komputer*, 4(2), 414–424.

- Ali Khafidin S. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Jump Box. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(8), 1983–1987.
- Anggi Feri Setiadi, Rumini, H. W. (2015). Model Pembelajaran Gerak Dasar Melompat Dalam Penjasorkes Melalui Permainan Lompat Bergandeng Pada Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(5), 1807–1813.
- Ardhika, D. F. (2012). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lompat Melalui Modifikasi Permainan Tradisional Engklek Pada Siswa Kelas Ii Sd Negeri 2 Jeruk Kabupaten Blora Tahun 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 1(2), 648–655.
- Ariawan, D. C. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Dan Loncat Melalui Permainan Tali Merdeka. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(10), 2123–2131.
- Arikunto, S. (2006). . *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bakhtiar, W. (2010). Pembelajaran Teknik Dasar Lompat Jauh Melalui Permainan Rangkaian 3 Pos Pada Siswa Kelas V Sd Negeri Bumijawa 07 Kecamatan Bumijawa Kabupaten Tegal Tahun 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 21(1), 1–11.
- BOTA, E. (2103). Contribution of the game in the development of motor skills during the physical education class. *Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal.*, 6(11), 65–69.
- Burstiando, R., & Nurkholis, M. (2017). Permainan Invasi dan Permainan Netting untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Fundamental Siswa SD Negeri Se Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 3(2), 167. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v3i2.11892
- Hanief, Y. N., & Sugito, S. (2015). Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 1(1), 100–113. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v1i1.575
- Ilham. (2011). Pengaruh Permainan Tradisional Terhadap Peningkatan Kemampuan Lompat Jauh Tanpa Awalan Siswa Sekolah Dasar Negeri No. 52/Iv Kota Jambi. *Jurnal Penelitian Universitas Jambi Seri Humaniora*, 13(2), 19–24.
- Kisyanto, D. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Permainan Lompat Pada Siswa Kelas V Mi Nurul Iman Kendalserut Kecamatan Pangkah Kabupaten Tegal

- Tahun Pelajaran 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(10), 2117–2122.
- Ljubojevi, M., Muratovi, A., & Bubanja, M. (2016). Effects of Various Physical Education Curriculum on Motor Skills in Students of Final Grades in Primary School. *Sport Mont*, 14, 25–28.
- Pramono, T. E., Setyawati, H., & Akhiruyanto, A. (2015). Peningkatan Hasil Belajar Lompat Tinggi Menggunakan Modifikasi Permainan Lompat Karet Pada Siswa Tunarungu Di Sdlb Negeri Semarang Tahun Ajaran 2013/2014. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(3), 1660–1665.
- Raharjo, T. B. (2015). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Permainan Lompat Gelang-Gelang Pada Siswa Kelas V Sdn 02 Garungwiyoro. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(8), 2002–2009.
- Ramadan, H. T. dan G. (2018). Pengembangan Model latihan Keseimbangan Untuk Sekolah Dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4, 134–144.
- Rinanto. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Melalui Permainan Level Jump Dan Garis Tangkap Pada Siswa Kelas Vii Smp Negeri 1 Tulis Kecamatan Tulis Kabupaten Batang Tahun 2013. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(6), 1839–1844.
- Stanojević, I. (2016). Influence Of Programmed Exercise On The Motor Abilities Of Preschool Children. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 4(1), 55–58.
- Sudijono, A. (2008). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2008). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suroso, A., Rustiana, E. R., & Sugiharto, S. (2013). Pengaruh Model Pembelajaran Dan Motorik Dasar Sekolah Dasar Kelas Awal. *Journal Of Physical Educatin And Sport*, 2(1), 187–192.
- Suroso, M. B. (2015). Permainan Lompat Kanguru Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 4(9), 2089–2093.