

## Penerapan Pendekatan Taktis Terhadap Hasil Belajar Passing dan Controlling dalam Sepak Bola

M Robith Abdullah Farabi\*, Sudarso

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga,

Universitas Negeri Surabaya

\*[abdullahfaroby@gmail.com](mailto:abdullahfaroby@gmail.com)

### Abstrak

Pada suatu pembelajaran PJOK materi dalam permainan bola besar khususnya sepakbola terdapat berapa teknik dasar yang dikuasai seperti *passing* dan *controlling*. Namun, bagi siswa yang baru mengenal teknik dasar dalam sepakbola tentu akan mengalami kesulitan. Oleh karena itu diperlukan pendekatan yang sesuai, salah satunya yaitu pendekatan taktis. Pendekatan tersebut menekankan pada keaktifan gerak siswa selama proses pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan pendekatan taktis terhadap peningkatan hasil belajar *passing* dan *controlling* dalam sepak bola. Jenis penelitian ini adalah eksperimen murni dengan pendekatan kuantitatif. Desain yang digunakan yaitu *Randomized Controlling Group Pretest-Posttest Design*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII di SMPN 1 Lamongan dengan mengambil 2 kelas sampel, dimana 1 kelas digunakan sebagai kelompok kontrol, sedangkan 1 kelas selain sebagai kelompok eksperimen. Peningkatan hasil belajar diperoleh dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Data penelitian menunjukkan bahwa terdapat ada pengaruh yang signifikan antara pemberian perlakuan penerapan pendekatan taktis terhadap peningkatan hasil belajar siswa yang dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,002. Sedangkan untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok eksperimen yaitu (9.92 > 2.03) dan untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok kontrol yaitu (4.12 > 2.03) pada taraf signifikansi 5%. Serta selisih nilai antara kelompok kontrol dan eksperimen cukup besar yaitu sebesar 75,47 %.

**Kata Kunci :** PJOK, sepak bola, pendekatan taktis, *passing* dan *controlling*

### Abstract

In PJOK learning, the material of big ball games, especially soccer, has some basic techniques that must be mastered such as passing and controlling. However, for students who learning that techniques for the first time will face difficulties. Therefore an appropriate approach is need. Tactical approach emphasizes the active movement of students during the learning process. This determine applying a tactical approach to improving the results learning of passing and controlling in soccer. This type of research is a pure experiment with a quantitative approach. The design used is *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Subjects in this study were VIII grade students at SMPN 1 Lamongan by taking 2 sample classes, where 1 class was used as a control group, while 1 other class was an experimental group. Improved learning result are obtained. The research data there is a significant influence between the application of a tactical approach to improving student learning result as evidenced by a significance value of 0.002. As for data analysis T count > T table of the experimental group, is (9.92 > 2.03) and for data analysis T count > T table of the control group, is (4.12 > 2.03) at a significance level of 5%. And the difference in value between the control and experimental groups is quite large, amounting to 75.47%.

**Keywords:** PJOK, soccer, tactical approach, passing and controlling

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan pembelajaran yang memuat pengetahuan, keterampilan dan kebiasaan seseorang atau kelompok untuk menyalurkan melalui sebuah pengajaran, pelatihan atau penelitian dari waktu ke waktu. Pendidikan dapat terjadi karena dibawah sebuah bimbingan atau sebuah proses dimana seseorang mendapatkan pengalaman berupa hal baru yang menyebabkan seseorang tersebut belajar dari tidak tahu menjadi tahu. Menurut Suryosubroto (2010: 2) "Pendidikan adalah usaha dan terencana sengaja untuk membantu perkembangan dan potensi kemampuan peserta didik agar bermanfaat bagi kepentingan kehidupannya sebagai individu dan sebagai warga negara/masyarakat, dengan memilih isi (materi), strategi kegiatan dan teknik penilaian yang sesuai".

Dengan demikian pendidikan dapat dikatakan membawa anak ke arah tingkat kedewasaan. Artinya, membawa anak didik agar dapat berdiri sendiri (mandiri) di dalam hidupnya ditengah masyarakat. Dalam dunia pendidikan di Indonesia terdapat berbagai macam pendidikan. Salah satunya adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). Kegiatan dari PJOK yaitu mendorong, perkembangan fisik dan psikis yang berpengaruh pada tubuh. Sehubungan dengan pernyataan diatas dapat dibuktikan melalui pendapat menurut Husdarta(2009: 4) "fokus pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia". Artinya tidak hanya pertumbuhan dan perkembangan fisik namun aspek mental dan emosional pun berkembang. Maka tidak salah ketika banyak ahli yang menyatakan bahwa PJOK bahwa membentuk manusia seutuhnya. Dalam PJOK yang harus mencakup kognitif, afektif, dan psikomotor. Dengan PJOK, anak-anak secara tidak langsung melakukan aktifitas fisik sekaligus memperoleh pendidikan, sehingga anak dapat menumbuhkan dan perkembangan potensi fisik, mental melalui aktivitas gerak yang kreatif dan inovatif.

Dengan pendidikan yang baik seorang individu diharapkan mampu mengatasi permasalahan yang dihadapinya dengan baik pula. Pendidikan yang baik juga tidak hanya akan berdampak pada dirinya sendiri melainkan juga akan berdampak pada lingkungannya secara langsung atau tidak langsung. Hal tersebut menunjukkan bahwa pendidikan bukan hanya berperan yang dalam hal pengetahuan, kecerdasan, dan ketrampilan, namun sebagai pendidikan tersebut juga berperan untuk membentuk manusia yang beriman, dan bertakwa kepada Tuhan. Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional dalam kurikulum 2013 terdapat suatu mata pelajaran wajib (kelompok A) dan mata

pelajaran wajib (kelompok B) yang salah satu didalamnya terdapat mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Dalam pembelajaran PJOK tentu saja dihadapkan dengan berbagai permasalahan yang menuntut guru untuk mengidentifikasi atau merumuskan sebuah solusi secara inovatif dan kreatifitas baru dalam proses pembelajaran PJOK. PJOK merupakan suatu bagian penting dalam pendidikan yang secara keseluruhan, bertujuan menjaga kebugaran jasmani para peserta didik, ketrampilan gerak, belajar sportif dan bekerja sama yang juga saling berkaitan dengan tujuan pendidikan nasional. Tidak hanya mempelajari salah satu jenis olahraga atau permainan saja tetapi para peserta didik yang memiliki aktivitas cukup padat baik di sekolah maupun di luar sekolah dapat tetap menjaga kebugaran jasmani dengan adanya mata pelajaran PJOK. Dengan mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan para siswa tidak hanya mampu menyerap nilai-nilai yang terkandung dalam PJOK, tetapi juga para peserta didik diharapkan menjadi lebih *fresh* dalam melakukan kegiatan di sekolah.

Untuk pembelajaran PJOK materi permainan bola besar khususnya sepakbola terdapat beberapa teknik dasar sepakbola seperti *passing, controlling, dribbling, heading, dan shooting*. Salah satunya adalah materi pembelajaran *passing dan controlling*. Maka dari itu, perlu adanya pemahaman dan penguasaan teknik dasar *passing dan controlling* dalam sepakbola. Bagi siswa yang baru mengenal teknik dasar dalam sepakbola tentu akan mengalami kesulitan karena belum pernah menguasai dan merasakan sentuhan dengan bola. Oleh karena itu, ketika pembelajaran PJOK yang dilaksanakan pada saat proses pembelajaran kurang optimal, akibatnya tugas gerak siswa kurang terpenuhi dengan baik

Di samping itu pembelajaran PJOK juga mempersiapkan siswa supaya dapat mengembangkan keterampilan gerak secara maksimal. Pemahaman siswa terhadap pembelajaran PJOK dapat memberikan kemudahan di dalam memahami dan melakukan gerak dasar pada saat melakukan aktivitas olahraga. Terdapat materi atletik, aktivitas bola kecil, contohnya: tenis meja, badminton, tenis lapangan serta aktivitas bola besar, contohnya: bola basket, bola voli dan sepak bola. Adapun materi olahraga permainan yang diajarkan salah satunya adalah Sepak bola, Sepak bola merupakan termasuk olahraga yang paling sangat populer. Dengan adanya permainan yang bertujuan untuk mencetak angka (*goal*) ke gawang lawan. Sepak bola dapat dimainkan baik laki-laki maupun

perempuan, tua ataupun muda. Dan Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim dengan jumlah yang bermain sebanyak 22 pemain dan 7 pemain cadangan di setiap timnya, serta di pimpin oleh satu orang wasit, dua orang asisten dan satu wasit cadangan. Menurut Ridwan dkk (2016) teknik-teknik dasar permainan olahraga sepak bola diantaranya adalah menyundul (*heading*), menahan (*stopping*), menembak (*shooting*), merebut (*tackling*), teknik menjaga gawang (*goal keeping*), lemparan ke dalam (*throw in*), menggiring (*dribbling*), mengoper (*passing*) dan menghentikan bola (*controlling*). Sepak bola merupakan olahraga yang relatif banyak digemari siswa waktu di sekolah, mulai dari tingkat sekolah dasar hingga tingkat sekolah menengah atas menyukainya. Para siswa tidak hanya bermain sepak bola waktu jam pelajaran dimulai, melainkan juga waktu istirahat dan juga waktu terdapat perlombaan antar kelas atau semacamnya.

Ada banyak model pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan ketrampilan gerak siswa. Contohnya Model Pembelajaran Kooperatif, Model Pendekatan Teknis dan Model Pendekatan Taktis. Model pembelajaran ini dilakukan agar siswa dapat aktif bergerak atau materi disampaikan oleh guru PJOK. Oleh sebab itu, peran guru PJOK sangat penting untuk menciptakan pembelajaran yang aktif, kreatif, efektif, dan menyenangkan. Disamping itu penggunaan model pembelajaran juga disesuaikan dengan kemampuan siswa. Dalam kegiatan belajar mengajar terdapat (RPP) yang digunakan untuk merancang proses pembelajaran. Pada saat membuat RPP, mengacu pada kurikulum 2013. Dari Kurikulum 2013 PJOK pada kelas VIII, terdapat pembelajaran bola besar. Didalam permainan bola besar, memainkan bola dengan teknik dasar adalah siswa agar dapat menunjang proses pembelajaran.

Dari permasalahan PJOK di SMP Negeri 1 Lamongan terletak di Jalan Ki Sarmidi Mangunsarkara Nomor 18 Lamongan. Pada saat proses pembelajaran *passing* dan *controlling* pada materi pembelajaran sepak bola, ada beberapa siswa yang kurang antusias. Ketika guru memberikan materi tentang *passing* dan *controlling*, pemahaman siswa tentang materi tersebut rendah. Sehingga peserta didik merasa kurang tertarik dengan materi peserta didik cepat merasa bosan dalam melakukan praktek *passing* dan *controlling*. Dengan demikian hasil gerakan yang dilakukan oleh peserta didik tidak maksimal. Oleh karena itu seorang guru diharapkan mampu memberikan pembelajaran, salah satu penggunaan pendekatan pembelajaran, yang tepat sangat diperlukan agar siswa dapat cepat memahami dan menguasai teknik dasar permainan sepak bola, <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>

selain itu yang terpenting adalah siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran sepak bola. Adapun pendekatan pembelajaran yang diharapkan mampu mengatasi masalah tersebut adalah dengan menggunakan model pendekatan taktis dalam pembelajaran sepak bola. Pendekatan taktis merupakan pendekatan pembelajaran dengan menekankan kepada keaktifan bergerak dan keterlibatan aktif selama proses pembelajaran PJOK, sehingga dengan menggunakan pendekatan taktis akan memotivasi siswa untuk terlihat lebih aktif dalam proses pembelajaran permainan sepak bola.

Solusi dengan menerapkan pendekatan taktis, karena dengan menerapkan pendekatan taktis diharapkan kemampuan siswa dalam materi *passing* dan *controlling* dapat meningkat. Berdasarkan suatu latar belakang masalah yang diuraikan tersebut akan dilakukan suatu penelitian materi sepak bola khususnya *passing* dan *controlling* dengan menggunakan model pendekatan taktis dengan judul **“Penerapan Pendekatan Taktis Terhadap Hasil Belajar Keterampilan *Passing* dan *Controlling* Dalam Sepak Bola”**.

#### **METODE**

Desain penelitian yang dilakukan pada penelitian ini yaitu *Randomized Controlling Group Pretest-Posttest Design*, yang mana desain ini mendekati sempurna, karena terdapat kelompok kontrol, ada suatu perlakuan, terdapat subjek yang ditempatkan secara acak, dan adapre-test dan post-test untuk efektivitas perlakuan.

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Lamongan dengan alamat Jalan Raya Ki Sarmidi Mangunsarkara 18, Jetis, Kecamatan Lamongan, Kabupaten Lamongan. Subjek sampel pada penelitian adalah siswa kelas VIII diambil 2 kelas untuk dijadikan sampel di SMP Negeri 1 Lamongan dan dengan menggunakan suatu teknik *Cluster random sampling*. Penelitian keterampilan ini secara menggunakan tes keterampilan sepakbola. Instrumen yang digunakan adalah test *passing* dan *Controlling*

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada deskripsi suatu data ini membahas tentang sesuatu rata-rata, standart devisiasi, varian hasil belajar siswa terhadap materi sepakbola materi *passing* dan *control* pada siswa kelas VIII SMPN 1 Lamongan. Sehingga menghasilkan.

**Tabel 1. Deskripsi Data Hasil *Pretest* dan *Posttest***

Kelompok		Siswa	Mean	Std. Deviasi	Varian	Peningkatan
Kontrol	<i>Pre test</i>	34	49,04	8,46	71,59	19.08%
	<i>Post test</i>	34	58,40	10,14	102,90	
Eksperimen	<i>Pre test</i>	33	63,97	9,36	87,75	75.47%
	<i>Post test</i>	33	76,47	10,02	100,52	

Berdasarkan analisis tabel diatas, maka bahwa dapat diketahui hasil *pre test* *passig* dan *control* kelompok kontrol yang berjumlah 34 siswa memiliki nilai rata-rata 49,04, standart deviasi 8,46 dan nilai varian 87,75. Hasil *pre test* *passig* dan *control* dari kelompok kontrol yang berjumlah 33 siswa memiliki nilai rata-rata 63,97, standart deviasi 9,36 dan nilai varian 87,75. Sedangkan hasil *post test* *passing* dan *control* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 33 siswa memiliki nilai rata-rata 58,40 , standart deviasi 10,14 dan nilai varian 102,90. Hasil *post test* *passing* dan *control* dari kelompok eksperimen yang berjumlah 33 siswa memiliki nilai rata-rata 76,47, standart deviasi 10,02 dan nilai varian 100,52

Berdasarkan hasil diatas terlihat bahwa ada pengaruh pendekatan taktis terhadap hasil belajar *passing* dan *control* dalam sepak bola. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil perolehan nilai rata-rata, standart deviasi dan varian antara *pre test* dan *post tes* terjadi peningkatan

**Tabel 2. Uji Normalitas menggunakan SPSS Kolmogorov Smirnov Z**

Kelompok		Uji Normalitas	Signifikan	Kategori
Kontrol	<i>Pre test</i>	0,05	0,05	Normal
	<i>Post test</i>	0,08	0,05	Normal
Eksperimen	<i>Pre test</i>	0,06	0,05	Normal
	<i>Post test</i>	0,10	0,05	Normal

Berdasarkan tabel diatas, uji normalitas digunakan untuk mengetahui sebuah data yang didapatkan yang memiliki nilai distribusi normal atau tidak. Untuk membantu perhitungannya digunakan rumus *Kolmogorov Smirnov*. Berdasarkan hasil penelitian nilai Sig pada *pretest* kelas eksperimen yakni 0.06 dan nilai Sig *pretest* padakelas kontrol yang mempunyai Sig 0,05. Sedangkan nilai Sig *posttest* pada kelas eksperimen sebesar 0.10 dan nilai Sig untuk kelas kontrol sebesar 0.08. dengan demikian nilai *pretest* dan *posttest* baik kelas kontrol dan kelas eksperimen memiliki Sig. > 0,05 dalam analisis SPSS. Oleh karena itu ditetapkan bahwa hasil *pretest* maupun *posttest* pada kedua kelompok memiliki data dengan distribusi normal. Pada kelompok kontrol mengalami peningkatan nilai rata-rata sebesar 19.08%, sedangkan untuk kelompok eksperimen mengalami peningkatan 75,47 %.

**Tabel 3. Uji T Kelompok Eksperimen dan Kontrol**

Variabel	N	sd	T hitung	T tabel	Df	Sig
- Eksperimen	33	7,26	-9,88	2,03	32	0,00
- Kontrol	34	13,2	-4,12	2,03	33	0,00

Berdasarkan tabel diatas, untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok eksperimen yaitu (9.92 > 2.03) dan untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok kontrol yaitu (4.12 > 2.03) pada taraf Signifikansi 5%, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara selisih hasil *posttest* kelas kontrol dengan eksperimen atau yang berarti terdapat pengaruh yang Signifikan antara pemberian perlakuan penerapan pendekatan taktis terhadap hasil belajar siswa.

**PENUTUP**

**Simpulan**

- 1).Ada pengaruh dengan penerapan pendekatan taktis terhadap hasil belajar *passing* dan *controlling* dalam sepak bola. Dibuktikan dengan nilai signifikansi 0,002. sedangkan untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok eksperimen yaitu (9.92 > 2.03) dan untuk analisis data T hitung > T tabel kelompok kontrol yaitu (4.12 > 2.03) pada taraf Signifikansi 5%, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara selisih hasil *posttest* kelas kontrol dengan eksperimen atau yang berarti terdapat pengaruh yang Signifikan antara pemberian perlakuan penerapan pendekatan taktis terhadap hasil belajar siswa.
- 2) Terdapat pengaruh melalui penerapan pendekatan taktis yang dilakukan terhadap hasil belajar *passing*

dan *controlling* dalam sepak bola pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Lamongan. Dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai yang cukup signifikan pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan daripada kelompok control yang tidak mendapat perlakuan, selain itu selisih nilai antara kelompok kontrol dan eksperimen cukup besar yaitu sebesar 75,47 %

#### Saran

Dari hasil penelitian dengan mempertimbangkan keterbatasan dalam penelitian, maka:

##### 1. Bagi sekolah

Bagi sekolah membuat sistem pembelajaran di sekolah yang dapat menumbuhkan rasa *self efficacy* yang dimiliki siswanya. Karena menurut hasil penelitian ini *self efficacy* dapat mempengaruhi hasil belajar siswa khususnya pada ranah pengetahuan.

##### 2. Bagi guru

Dalam pembelajaran PJOK pasti didapati siswa yang memiliki tingkat *self efficacy* tinggi maupun tidak, untuk itu guru diharapkan memperhatikan aspek tersebut sehingga melalui perbedaan tingkat *self efficacy* ini dapat diberikan perlakuan yang tepat sehingga memberi dampak positif untuk hasil belajar siswa.

##### 3. Bagi siswa

Meningkatkan perasaan *self efficacy* yang dimiliki, agar lebih gigih dalam belajar, serta konsisten dalam mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan begitu harapannya akan lebih siap menerima dan menyelesaikan tugas yang diberikan.

##### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya, hendaknya dilakukan penyusunan instrumen penelitian yang lebih ketat. Mencari dan memperdalam faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa sehingga hasil penelitian lebih mendalam. Kemudian memperhitungkan variabel yang akan diteliti sehingga sesuai dengan hal yang akan dicapai.

#### DAFTAR PUSTAKA

Faubert Jocelyn.dkk, 2016. 3D-Multiple Object Tracking Training Task Improves Passing Decision-Making Accuracy In Soccer Players, diakses 12 November 2018 pukul 21.00

Faubert Jocelyn.dkk, 2016. 3D-Multiple Object Tracking Training Task Improves Control Decision-Making Accuracy In Soccer Players, diakses 12 November 2018 pukul 21.30

Faubert Jocy, dkk, 2016. Psychology of Sport and Exercise, diakses 12 November 2018 pukul 22.00.

Football Burcak Keskin. 2015, The Effects On Soccer Passing Skills When Warming Up With Two Different Sized Soccer Balls, turkey. istanbul University, diakses 13 November 2018 pukul 00.10

Hopper. 2002. *Teaching Games For Understanding: The Importance of Student Emphasis Over Content*, (Online), (<http://searc.proquest.com.ezproxy.ugm.ac.id/docview/215763091/135B89E41414DCFAA8C/2?accountid=13771>), diakses 17 Januari 2018).

Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan dan Jasmani*. Bandung. Alfabeta.

Hartono, Soetanto. 2013. *Pendidikan Jasmani*. Surabaya: Unesa University Press.

Kristiyandaru, Advendi, 2010. *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press

Mielke, danny. 20010. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Bandung: Human Kinetics

Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

Maksum, Ali. 2018. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya :Tanpa penerbit.

O'Reilly ,John, Won Stephen H. 2013. "Effect of a carbohydrate drink on soccer skill performance following a sport-specific training program". *Journal of Exercise Science & Fitness* 11 (2013) 95e101.

Pengertian sepak bola (online) <http://kbbi.web.id/sepak%20bola> (diakses pada tanggal 18 Februari 2017)

Pendekatan Taktis dalam Pendidikan Jasmani, 17 januari 2018 : [file.upi.edu/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA](file.upi.edu/JUR._PEND._OLAHRAGA)

Rusman. 2012. *Model-Model Pembelajaran*. Jakarta. PT Rajagrafindo Persada.

Ridwan.M,Darmawan.G & Indinarsari, N. 2016 *Upaya Meningkatkan Penguasaan Keterampilan Passing Pada Permainan Sepakbola Melalui Pendekatan Taktis*. Program Studi S1 Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Penelitian Kebijakan. Surabaya Universitas Negeri Surabaya.

Subroto,(2001). <http://pendidikanjasmani13.blogspot.co.id/2014/06/model-model-pembelajaran-penjas.html>

Subroto, Toto. (2010). *Didaktik Metode Pembelajaran Olahraga Permainan*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.

- Sujarwo Eko, dkk. 2016. *Model Pembelajaran Passing Sepak Bola Di Sd.* diakses 12 November 2018 pukul 22.00
- Suryobroto, B. 2010. *Dasar-Dasar Kependidikan.* Jakarta: Rineka Cipta
- Sujarwadi dan Dwi Sarjiyanto.2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas VIII.* Jakarta: PT Intan Pariwara.
- Tim. 2014. *Panduan Penulisan Skripsi Universitas Negeri Surabaya.* Surabaya: Unesa University PressUU No. 20 Tahun 2003 [http://sindikker.dikti.go.id/dok/UU/UU20-2003\\_sisduknas.pdf](http://sindikker.dikti.go.id/dok/UU/UU20-2003_sisduknas.pdf) (diakses pada tanggal 24 Februari 2017 19:58 WIB)
- Roji dan Eva Yulianti..2017. *Buku Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas 8.*Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan

