

PENERAPAN PERMAINAN TRADISIONAL SANGGU ALU UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS BELAJAR SISWA PADA MATERI KEBUGARAN JASMANI DI SMPK ROSA MISTIKA WAERANA KELAS VII

Oktaviani Endang¹⁾, Yanuarius Ricardus Natal²⁾, Robertus Lili Bile³⁾

Program Studi PJKR, STKIP Citra Bakti

¹⁾oktavianiendang1998@gmail.com, ²⁾yanuariusrichardus@gmail.com,
³⁾robertuslilibile16@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan aktivitas belajar siswa melalui penerapan permainan tradisional Sanggu Alu pada siswa kelas VII di SMPK. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas VII SMPK Rosa Mistika Waerana dengan jumlah siswa 31 orang, yang terdiri dari 5 orang siswa dan 26 orang siswi. Rata – rata aktivitas belajar siswa siklus I mencapai 14,6 pada kategori tidak aktif meningkat pada siklus II mencapai rata – rata 28,2 berada pada kategori sangat aktif. Presentase peningkatan aktivitas belajar siswa pada siklus I mencapai 46% meningkat pada siklus II mencapai 94%. Peningkatan aktivitas belajar siklus I ke siklus II mencapai 45% dimana pada siklus I 46% meningkat menjadi 94% di siklus II. Sehingga dapat disimpulkan bahwa Penerapan permainan tradisional sanggu alu layak digunakan sebagai permainan yang dapat meningkatkan aktivitas belajar pada siswa kelas VII Di SMPK Rosa Mistika Waerana.

Abstract. This study aims to determine the increase in student learning activity through the application of the traditional game Sanggu Alu in class VII students at SMPK. The subjects in this study were students of class VII SMPK Rosa Mistika Waerana with a total of 31 students, consisting of 5 students and 26 female students. The average student learning activity in cycle I reached 14.6 in the inactive category, increased in cycle II to reach an average of 28.2 in the very active category. The percentage increase in student learning activity in the first cycle reached 46%, increased in the second cycle reached 94%. The increase in learning activities from cycle I to cycle II reached 45% where in cycle I 46% increased to 94% in cycle II. So it can be concluded that the application of the traditional Sanggu Alu game can increase learning activities in class VII students of SMPK Rosa Mistika Waerana..

Sejarah Artikel

Dimasukkan : 5 April 2022
Direview : 1 Mei 2022
Diterima : 2 Juni 2022
Disetujui : 29 Juni 2022

Kata-kata Kunci:

Permainan tradisional, sanggu alu, aktivitas belajar

Article History

Submitted : April 5, 2022
Reviewed : May 1, 2022
Accepted : June 2, 2022
Published : 29 June, 2022

Keywords:

Traditional games, *sanggu alu*, learning activities

PENDAHULUAN

Pendidikan menjadi salah satu dasar kehidupan manusia yang dirancang dan diatur sedemikian rupa oleh pelaku pendidikan untuk memperoleh *out put* yang berwawasan tinggi serta pada akhirnya bisa bersaing di pasar kerja. Di dunia pendidikan yang menjadi pelaku pendidikan adalah guru, guru sebagai seorang pendidik memberikan pengetahuannya untuk siswa dan harus mampu menguasai kompetensi-kompetensi keguruan lainnya sehingga apa yang menjadi harapan dalam bidang pendidikan dapat tercapai sesuai dengan yang diimpikan. Senada dengan hal tersebut, selain memanfaatkan buku pembelajaran yang telah disediakan oleh pemerintah untuk dipelajari. (Wani:2020) Mata pelajaran penjas yang dilaksanakan di satuan pendidikan sekolah menengah dapat mempercepat bagi pengelola pendidikan untuk menciptakan sumber daya manusia yang siap untuk menghadapi tantangan arus zaman. (Wani: 2021) Bermain adalah kegiatan yang sangat menyenangkan bagi anak-anak, dengan bermain, anak-anak bisa memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan anak (Wani. 2022)

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) menjadi salah satu mata pelajaran yang termuat dalam kurikulum 2013 yang wajib dipelajari oleh setiap jenjang pendidikan di Indonesia. PJOK merupakan proses pembelajaran jasmani melalui kegiatan fisik yang dilakukan secara sadar dan sistematis untuk meningkatkan kebugaran tubuh, serta peningkatan dan perkembangan aspek jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap peserta didik (Tapo, 2019). Sehingga dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Proses pembelajaran PJOK dalam pelaksanaan pendidikan mengutamakan peningkatan aktivitas jasmani sehingga tujuan pembelajaran yang mencakup meningkatnya kebugaran jasmani, pengembangan keterampilan motorik, meningkatnya pemahaman, perubahan sikap serta adanya perubahan perilaku hidup sehat dapat terwujud. Adanya tujuan yang hendak dicapai dalam setiap proses pembelajaran menjadikan mata pelajaran pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran integral yang wajib dipelajari dalam setiap jenjang pendidikan. Permendiknas No. 22 Tahun 2006 menegaskan tujuan pembelajaran PJOK yakni untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, serta aspek pola hidup sehat, yang mana mata pelajaran ini menjadi mata pelajaran yang dipelajari siswa baik pada tingkat dasar maupun menengah.

Proses pelaksanaan pembelajaran dalam pendidikan jasmani memiliki sasaran utama dalam memberikan efek terhadap siswa yang berlangsung melalui kegiatan olahraga sebab dalam prosesnya mereka diberikan kesempatan secara langsung untuk terlibat dalam berbagai aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga (Iswanto, dkk 2021). Semua tujuan pembelajaran tersebut dapat tercapai ketika suatu proses pembelajaran telah selesai dilakukan. Tercapainya tujuan pembelajaran tersebut yakni dengan mempelajari beberapa materi pendidikan jasmani sehingga dapat meningkatkan pemahaman kognitif serta aktivitas belajar yang diperoleh dari beberapa kegiatan terutama kegiatan pembelajaran yang erat kaitannya dengan peningkatan pada aspek motorik peserta didik. Aktivitas latihan fisik atau olahraga dapat dilakukan dengan cara memilih jenis latihan yang disenangi atau yang sesuai dengan tingkat kemampuan fisik masing-masing. Dalam proses pelaksanaannya peningkatan kebugaran jasmani, PJOK memiliki peranan penting. Hal ini karena kesehatan fisik, merupakan komponen penunjang aspek kesehatan lainnya yakni, aspek kesehatan mental, kesehatan sosial dan kesehatan spiritual (Tapo & Bile, 2020). Kebugaran jasmani mencakup dua hal yaitu kebugaran umum dan kebugaran spesifik. Kebugaran umum erat kaitannya dengan tingkat kesehatan dan kesejahteraan sedangkan kebugaran spesifik berkaitan dengan kemampuan individu dalam melakukan tugas gerak baik dalam aktivitas pekerjaan maupun olahraga (Powel, 2011).

Aktivitas latihan fisik atau olahraga dapat dilakukan melalui latihan dan permainan, salah satu contohnya permainan tradisional. Permainan tradisional merupakan permainan yang tumbuh dan berkembang pada masa lalu terutama tumbuh dimasyarakat pedesaan, permainan tradisional sudah menjadi daya tarik tersendiri baik bagi masyarakat umum maupun bagi lembaga pendidikan. Menurut Mulyani (2016:47-48) adalah suatu permainan warisan nenek moyang yang wajib dan perlu dilestarikan karena mengandung nilai-nilai kearifan lokal. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Marzoan & Hamidi (2017:46) menyimpulkan bahwa permainan tradisional merupakan kegiatan yang dilakukan dengan sukarela dan menimbulkan bagi pelakunya diatur oleh peraturan permainan yang dijalankan berdasarkan tradisi turun temurun, akan tetapi masih banyak ditemukan sebagian masyarakat yang tidak tertarik terlebih khusus di dunia pendidikan.

Dalam melaksanakan setiap kegiatan sehari-hari, diperlukan kekuatan fisik dan kesehatan jasmani yang selalu membantu kegiatan tersebut. Menurut kesehatan jasmani yaitu disebabkan siswa jarang aktif bergerak mereka, yang disebabkan karena rendahnya waktu dalam melakukan kegiatan jasmani.

Hal ini banyak terjadi pada siswa usia sekolah. Oleh karena itu sangat beralasan untuk selalu mengawasi pemahaman positif yaitu: 1. terlaksananya perkembangan dan kebugaran jasmani yang tinggi dan berat tubuh yang seimbang. 2. Terwujudnya sifat dan perbuatan yang disiplin, jujur, mengikuti peraturan yang ada. 3. menyenangkan aktifitas jasmani yang bisa di gunakan untuk mengisi waktu luang dan kebiasaan hidup sehat. 4. Mengerti manfaat pendidikan jasmani dan kesehatan untuk tercapainya kemampuan dalam penampilan gerak yang lebih baik dan saksama. 5. Meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani keterampilan gerak dasar cabang olahraga.

Dari kutipan di atas jelas menunjukan bahwa salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan kebugaran jasmani yang baik, siswa diharapkan dapat belajar dengan baik dan memiliki tingkatan kesehatan yang sangat tinggi, sehingga pada suatu saat nanti bisa meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang sangat baik. Salah satu cara yang dilakukan oleh pihak pembinaan kegiatan jasmani dalam upaya untuk mengembangkan kondisi kebugaran jasmani

Mulholid (2007:65) melalui adanya kebugaran jasmani yang baik, maka siswa bisa berkonsentrasi pada pembelajaran yang dipelajarinya, siswa bisa berpikir secara optimal dan mempunyai semangat dalam aktifitas belajar sehingga mereka bisa memperoleh hasil belajar yang maksimal. Siswa yang mempunyai kemampuan tingkat kebugaran jasmani yang baik akan mempengaruhi kemampuan siswa secara keseluruhan, baik daya berpikir, ketertarikan belajar yang bisa meningkatkan kualitas belajar pada siswa. Dengan demikian pemeliharaan dan meningkatnya kebugaran jasmani yang peroleh siswa akan tetap terpelihara, antara lain melalui kegiatan belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang ada di sekolah. Aspek pendukung berjalannya kegiatan pendidikan jasmani perlu dibantu melalui tenaga pendidik yang profesional dan ketersediaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani untuk membantu jalannya kegiatan belajar siswa.

Pendidikan jasmani yaitu pengetahuan yang mengaktualisasikan potensi kegiatan siswa dengan berupa sikap kelakuan dengan karya untuk membentuk isi serta arah tujuan menuju kebulatan kepribadian sebanding dengan cita-cita manusia Kosasih Engkos (1985:4). Pada perspektif pendidikan kesehatan jasmani. Dengan kegiatan belajar pendidikan jasmani pada sekolah yaitu bagian yang utuh dalam pendidikan, maka tujuan pendidikan jasmani yang selama ini didapatkan siswa di sekolah perlu disesuaikan dengan tujuan pendidikan nasional. Tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan dalam ("GBPP Depdikbud," 1993:1) yaitu mendukung siswa akan mengembangkan kebugaran jasmani dan kesehatan melalui sekolah untuk meningkatkan kebugaraan jasmani siswa, selain pembelajaran jasmani yang diberikan seminggu sekali, akan tetapi jumlah pelaksanaan olahraga peserta didik masih kurang karena peserta didik hanya melakukan olahraga 2 kali dalam seminggu di sekolah yaitu pada hari Jumat dan saat pembelajaran olahraga.

Menurut Iriyanto (2004:17) Seharusnya peserta didik melakukan aktivitas olahraga seminggu perlu 3-5 kali untuk menjaga tingkat kebugaran jasmaninya. Karena kebugaran akan menurun 50% setelah berhenti olahraga atau latihan selama 4-12 minggu dan akan terus berkurang hingga 100% selama 10-30 minggu. Berdasarkan hasil observasi pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah diharapkan dapat membuat siswa terbiasa hidup sehat dan senang melakukan aktivitas jasmani secara aktif di setiap harinya. Peserta didik jenjang SMP yaitu tahapan awal untuk perkembangan peserta didik mengarah pada perkembangan kedewasaan. Setiap pendidik harus mampu menghasilkan peserta didik yang mempuntai kesehatan jasmani maupun rohani. Pembelajaran yang difokuskan pada pembentukan psikomotor dan karakter siswa ini dilakukan di sekolah dengan memiliki tujuan yang pada intinya untuk menghasilkan kemampuan fisik dan membudidayakan sportifitas. Sebelumnya pembelajaran penjas di sekolah sering berorientasi pada prestasi itu sudah mulai diterapkan oleh pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani melalui permainan. Seorang pendidik harus merubah paradigma pembelajaran perestasi dengan metode peningkatan kebugaran jasmani di sekolah. Pendidik sebaiknya tidak terpaku pada fasilitas yang ada untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik, pendidik sebaiknya mampu memodifikasi alat yang ada agar perkembangan kebugaran jasmani siswa tetap tercapai. Untuk meningkatkan kebugaran Jasmani dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, namun

semua itu tergantung bagaimana cara seorang guru trampil serta kreatif dalam mengelola pembelajaran.

Berdasarkan hasil observasi di SMPK Rosa Mistika bahwa siswa kurang berantusias dalam melaksanakan kegiatan olahraga, karena siswa akan merasa jenuh dan bosan pada saat pembelajaran penjas dimana dalam proses belajar mengajar guru masih lebih banyak memberikan materi daripada praktek. Siswa SMP menginjak usia perkembangan menuju proses kedewasaan. Guru hendaknya membiasakan siswa untuk hidup sehat dengan melakukan olahraga untuk menjaga kebugaran jasmani dan kesehatan tubuh siswa. Keterbatasan fasilitas selalu menjadi kendala pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Guru sebaiknya tidak terpaku pada fasilitas yang ada untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dengan memodifikasi alat yang ada agar perkembangan kebugaran jasmani siswa di sekolah tetap tercapai.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik dan ingin melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Permainan Tradisional *Sunggu Alu* Untuk Meningkatkan Aktivitas Belajar Siswa pada Materi Kebugaran Jasmani Siswa SMPK Rosa mistika Waerana Kelas VII

METODE PENELITIAN

Rancangan atau desain penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas atau sering disebut dengan PTK. Penelitian Tindakan Kelas merupakan terjemahan dari *Classroom Action Research* yaitu satu *Action Research* dilakukan di kelas. Sebenarnya ada beberapa model penelitian tindakan kelas yang dapat digunakan. Namun, model yang tampaknya tidak terlalu sulit untuk dilakukan oleh guru dikelas adalah penelitian tindakan model siklus. Model ini dikembangkan oleh Kemmis dan Mc Taggart pada tahun 1988 dari Deakin University, Australia.

Berdasarkan indikator tentang kemampuan motorik siswa terdapat empat tahap yang akan diterapkan, yakni tahap planning atau perencanaan, tahap action, tahap observation dan tahap refleksi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan september sampai dengan Oktober 2022. Penelitian ini dilakukan di SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur. Subyek penelitan ini adalah siswa kelas VII SMPK Rosa Mistika Waerana kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur yang berjumlah 31 orang. Obyek penelitian ini adalah pembelajaran PJOK materi Kebugaran jasmani dan Permainan Tradisional *Sunggu alu*. Dalam penelitian ini yang menjadi variable penelitian ini adalah permainan tradisional *Sunggu Alu* dan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani.

Pengumpulan data hasil belajar teknik memainkan permainan tradisonal *sunggu alu* siklus 1 yaitu aspek yang diukur adalah cara melompat untuk menghindari jepitan pada bambu dan dikumpulkan dari hasil penilaian evaluasi pada pertemuan kedua setiap siklus penilaian dilakukan oleh evaluator yaitu satu orang guru penjas sejawat. Data yang dikumpulkan menggunakan lembar pengamatan.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik penelitian tindakan aktivitas belajar siswa baik secara individu maupun secara klasikal, dengan ketentuan perhitungan sebagai berikut: Analisis data aktivitas belajar individu Data aktivitas belajar individu dianalisis berdasarkan presentase kemunculan setiap item kegiatan aktivitas belajar yang dilakukan siswa selama proses pembelajaran rata-rata presentase aktivitas belajar dihitung dengan menjumlahkan presentase semua indikator aktivitas yang ada dan di rata-ratakan, untuk menentukan tingkatan aktivitas belajar secara klasikal dianalisis berdasarkan *mean ideal (Mi)* dan *standar deviasi ideal (SDi)* dengan mengonversikan rata-rata presentase ke dalam kriteria dengan menggunakan rumus perhitungan kriteria sebagai berikut.

Tabel 1 Kriteria aktivitas belajar

N	Kriteria	Kategori
1	$\bar{x} \geq Mi + 1,5 Sdi$	Sangat Aktif
2	$Mi + 0,5 Sdi \leq \bar{x} < Mi + 1,5 Sdi$	Aktif
3	$Mi - 0,5 SDi \leq \bar{x} < Mi + 0,5 Sdi$	Cukup Aktif
4	$Mi - 0,5 SDi \leq \bar{x} < Mi + 0,5 Sdi$	Kurang Aktif
5	$\bar{x} < Mi - 1,5 Sdi$	Sangat Kurang Aktif

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* dengan model penelitian Mc Taggart ini terdiri dari empat komponen yang berurutan yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi, yang dalam pelaksanaan dan pengamatannya dilakukan secara bersamaan. Artinya pengamatan dilakukan pada saat proses pembelajaran. Penelitian ini dilakukan di SMPK Rosa Mistika Waerana kecamatan kota komba kabupaten Manggarai Timur. Hasil penelitian sebagai berikut,

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilaksanakan di SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan kota komba kabupaten Manggarai Timur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan permainan tradisional *sunggu alu* dapat peningkatan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani pada siswa kelas VII SMP Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur.

Berdasarkan hasil wawancara, bersama guru pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) SMPK Rosa Mistika diketahui bahwa siswa sangat berantusias dalam melaksanakan kegiatan olahraga, namun terkadang siswa jenuh dan bosan dan kurang bersemangat jika kegiatan olahraga dalam pembelajaran olahraga dengan gerakan yang monoton. Salah satu tujuan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi adalah meningkatkan kebugaran. Untuk meningkatkan kebugaran Jasmani dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, namun semua itu tergantung bagaimana cara seorang guru trampil serta kreatif dalam mengelola pembelajaran. Salah satu cara untuk meningkatkan aktivitas siswa dalam pembelajaran adalah metode pembelajaran yang lebih kraif yang memacu adrenalin dan motorik siswa.

Hasil penelitian menunjukan bahwa penerapan permainan tradisional *sunggu alu* dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani pada siswa SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur. Hal ini ditunjukan oleh peningkatan aktivitas belajar siswa setiap siklus. Pada siklus pertama (I) aktivitas belajar siswa mencapai rata – rata 14,6 berada pada kategori tidak aktif , Adapun kendala-kendala yang dihadapi pada siklus I ini, yang harus diperhatikan pada siklus berikutnya adalah antara lain sebgai berikut: (1) siswa belum melakukan gerakan dengan baik dan benar, siswa belum memahami gerakan *sunggu alu* yang sebenarnya sehingga siswa takut akan kesalahan, siswa belum terbiasa dengan permainan tradisional *sunggu alu* yang mengakibatkan ada siswa yang cedera, kurangnya keberanian siswa untuk melakukan permainan tradisional *sunggu alu*, kurang adanya latihan yang serius, tidak adanya scadule yang tepat untuk melakukan permainan *sunggu alu*. Oleh karena itu pelaksanaan penelitian dilanjutkan ke siklus II dengan memperhatikan kendala pada hasil refleksi siklus I. Hasil penelitian siklus II menunjukan bahwa adanya peningkatan aktivitas belajar siswa pada siklus II sebesar 45 % dimana ada peningkatan rata – rata aktivitas belajar siswa dari siklus I sebesar 49% dan meningkat menjadi 94% dengan rata – rata siklus I, 14,6 dan meningkat pada siklus II menjadi 28,2% atau mencapai 94% berada pada kategori sangat aktif. Untuk lebih jelas, betikut disajikan rekapitulasi hasil penelitian pada tabel

Tabel 2 Rekapitulasi aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPK Rosa Mistika Waerana

	Hasil penelitian			
	Rata – rata Aktivitas belajar siswa	presentase Aktivitas belajar siswa	Peningkatan Aktivitas belajar siswa	Kategori Aktivitas belajar siswa
Siklus I	14,6	49%		Tidak aktif
Siklus II	28,2	94%	45 %	Sangat aktif

Berdasarkan tabel rekapitulasi aktivitas belajar siswa di atas maka dapat disimpulkan bahwa Penerapan Permainan Tradisional *Sunggu alu* dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur .

KESIMPULAN

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan untuk mengetahui penerapan permainan tradisional *sunggu Alu* dalam meningkatkan aktivitas belajar siswa SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa Penerapan permainan tradisional sanggu alu dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani pada siswa SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur, yang dibuktikan dengan ; (1) Rata – rata aktivitas belajar siswa siklus I mencapai 14,6 pada kategori tidak aktif meningkat pada siklus II mencapai rata – rata 28,2 berada pada kategori sangat aktif, (2) Presentase peningkatan aktivitas belajar siswa pada siklus I mencapai 46% meningkat pada siklus II mencapai 94%. (3) Peningkatan aktivitas belajar siklus I ke siklus II mencapai 45% dimana pada siklus I 46% meningkat menjadi 94% di siklus II.

Dengan demikian maka, dapat disimpulkan bahwa penerapan permainan tradisional *sunggu alu* dapat meningkatkan aktivitas belajar siswa pada pembelajaran PJOK materi kebugaran jasmani siswa kelas VII SMPK Rosa Mistika Waerana Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus S. Suryobroto. (2004). *Diktat Mata Kuliah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: prodi PJKR Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Stastistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur penelitian, suatu praktek*. Jakarta: Bina Aksara
- Dwi Siswoyo.et al. (2007). *Ilmu Penddikan*. UNY Press.
- Natal, Y.R, (2020). Manajemen Pengelolaan Sarana Dan Prasarana PJOK. Jurnal Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan. Volume 9 No 2 Tahun 2020. Hal. 70-82
- Tapo dan Bile (2020) Pengembangan Model Latihan Kebugaran Jasmani Berbasis Permainan Tradisional Sebagai Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK . Vol. 8 No.2
- Tapo. Y.B.O. (2019). Pengembangan Model Latihan Sirkuit Pasing Bawah T-Desain (SPBT-Desain) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran PJOK Untuk Tingkat Sekolah Menengah. EJURNAL IMEDTECH eISSN 2580-6033. VOL.3, NO.2, Hal. 18-34
- Triyanto, 2004. Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Wani. B. (2022) Pengembangan Bahan Ajar Permainan Kecil Dengan Materi Permainan radisional “Etu” (Tinju Adat) Bagi Mahasiswa PJKR Stkip Citra Bakti. JURNAL IMEDTECH.VOL. 6, NO. 1, JUNI 2022. eISSN 2580-6033. Hal.
- Wani. B. (2020). Pengembangan Perangkat Pembelajaran Model Arias Materi Teknik Dasar Permainan Tennis Meja Bagi Siswa Sekolah Menengah Pertam. Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti. Volume 07, Nomor 01 Tahun 2020. p-ISSN 2355-5106 || e-ISSN 2620-6641. Hal. 84-92
- Wani. B. (2021). *Pengembangan Media Latihan Return Board Berbasis Budaya Lokal Pada Materi Forehand Tennis Meja Khusus Pemula*. Jurnal Pendidikan Olahraga. Vol 10, No. 2 Desember 2021.p-ISSN: 2089-2829. hal 201-224.
<http://journal.ikipgripta.ac.id/index.php/olahraga>