

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENDANGAN SABIT PADA CABANG OLAHRAGA PENCAK SILAT MELALUI MEDIA BANTU STATIS PADA SISWA KELAS VIII SMPN 1 JATISARI

RIZKI AMINUDIN

PJKR- FKIP Universitas Singaperbangsa Karawang

aminudin.rizki@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tendangan sabit dalam cabang olahraga pencak silat melalui media bantu statis pada siswa. Metode yang digunakan yaitu metode penelitian tindakan/*Action Research* dengan menggunakan teknik observasi dan pengamatan, menggunakan siklus penelitian yang dibuat berdasarkan tiga tahap siklus. Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Karawang, jumlah peserta didik yang dijadikan responden dalam satu kelas sebanyak 33 orang Target sasaran dalam penelitian ini adalah siswa dapat melakukan tendangan sabit pencak silat dengan benar. Berdasarkan hasil belajar penelitian ini dapat disimpulkan, terdapat perubahan atau peningkatan dari observasi awal, siklus I dan siklus II. Peningkatan tersebut terlihat progresif dari setiap siklusnya. Untuk ketuntasan belajar siswa dari hasil tes awal siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 9 siswa (27%), siklus I siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 28 siswa (85%), dan siklus II siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 33 siswa (100%). Dengan demikian melalui media bangku sekolah dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar tendangan sabit pencak silat siswa-siswi kelas VIII SMPN 1 Jatisari.

Kata Kunci : Tendangan Sabit, Pencak Silat, Alat Bantu Statis

ABSTRACT

This study aims to improve the learning result of sickle kick in the sport of pencak silat through the static aids media in the students. The method used is action research method / Action Research by using observation and observation technique, using research cycle made based on three main step of cycle. This study was conducted in Kabupaten Karawang, the number of students who were respondents in a class of 33 people Target target in this study is the student can do sick kick pencak silat correctly. Based on the results of this study can be concluded, there is a change or improvement from the initial observation, cycle I and cycle II. The increase is seen progressively from each cycle. To complete the students' learning from the results of the initial test the students are declared thoroughly a number of 9 students (27%), the first cycle of students who expressed a total of 28 students (85%), and cycle II students who expressed a total of 33 students (100%). Thus through the school bench can improve the ability and learning outcomes kick sick pencak silat students class VIII SMPN 1 Jatisari.

Keywords: Crescent Kick, Pencak Silat, static aids

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan pencak silat yang berakar dari budaya bangsa Indonesia, pencak silat memiliki keragaman yang sangat khas disetiap wilayah maupun provinsi. Selain itu, tentunya pencak silat perlu dikenalkan dan dipelajari oleh segenap lapisan masyarakat, terlebih lagi bagi para siswa sekolah. Dengan demikian, perkembangan pencak silat telah semakin lengkap, baik sebagai olahraga kompetitif, sebagai budaya bangsa, maupun sebagai salah satu kegiatan dalam pendidikan jasmani.

Pencak silat terbagi beberapa tendangan yang terdiri dari tendangan depan, tendangan sabit, dan tendangan T/menyamping. Menurut pengalaman guru Pendidikan Jasmani di sekolah SMPN 1 Jatisari, saat pembelajaran pendidikan jasmani ketika materi Pencak Silat diberikan oleh guru sering ditemui masalah pada siswa ketika melakukan tendangan sabit, yaitu sikap pandangan siswa masih tidak fokus terhadap sasaran, sikap posisi tangan tidak di depan dada, sikap posisi badan masih banyak yang condong kebelakang, sikap perkenaan akhir pada sasaran masih banyak yang menggunakan ujung kaki. Pengertian dari tendangan sabit itu sendiri adalah tendangan yang lintasannya setengah lingkaran kedalam dengan sasaran seluruh bagian tubuh, dengan punggung telapak kaki.

Salah satu cara untuk melatih tendangan sabit dengan baik dan benar terutama untuk membiasakan mengangkat lutut setinggi sasaran dapat dilakukan dengan menggunakan media bantu statis contohnya seperti kursi dan alat bantu lainnya yang berfungsi sebagai penghalang, terpenting adalah bahwa tinggi alat bantu tersebut minimal setinggi pinggang siswa bersangkutan. Pendidikan jasmani pendidikan jasmani secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuromuskular, intelektual dan emosional. Tugas utama guru pendidikan jasmani dalam proses belajar mengajar adalah membantu siswa untuk menjalani proses pertumbuhan, baik yang berkenaan dengan keterampilan fisik maupun dalam aspek sikap dan pengetahuan. Cara terbaik untuk memahami perubahan tersebut yaitu dengan menyimak dan mengamati perubahan yang terjadi. Namun disini peneliti ingin meneliti Upaya Meningkatkan hasil Belajar Tendangan Sabit Pada Cabang Olahraga Pencak Silat Melalui Media Bantu Statis Pada Siswa SMPN 1 Jatisari.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, dengan teknik observasi dan pengamatan dengan menggunakan siklus penelitian yang dibuat berdasarkan tiga langkah utama siklus.

Langkah – Langkah Umum Penelitian

Penelitian ini menggunakan siklus, setiap siklus terdiri dari langkah-langkah sebagai berikut : 1).Perencanaan, 2).Tindakan, 3).Peneliti dan kolaborator mengidentifikasi pembelajaran tendangan sabit yang diberikan pada siswa, 4).Peneliti memberikan masukan pembelajaran tendangan sabit kepada siswa, 5).Observasi, 6).Peneliti dan kolaborator mengamati pelaksanaan proses pembelajaran tendangan sabit dengan menggunakan media bantu statis, 7).Peneliti dan kolaborator melakukan pengamatan dan penelitian terhadap kemampuan siswa, 8).Refleksi.

Penelitian dan kolaborator mendiskusikan pelaksanaan pembelajaran tendangan sabit dengan melalui media bantu statis dan hasil dari tindakan yang diberikan. Langkah-langkah penelitian secara umum yang telah diuraikan diatas merupakan model rancangan, berikut perencanaan tindakan siklus: (a)Perencanaan Tindakan Siklus 1, Siklus dirancang sebagai penerangan program pembelajaran yang berhubungan dengan bentuk peningkatan kemampuan pembelajaran tendangan sabit melalui media bantu statis. Perencanaan pembelajaran tendangan sabit yang dirancang untuk dibelajarkan kepada siswa, materi pengajarannya ditetapkan pada jenis-jenis ragam yang dipilih sesuai pencapaian proses belajar mengajar. (b)Perencanaan Tindakan Siklus 2, Materi perencanaan pembelajaran tendangan sabit yang dirancang harus sesuai dengan jenis-jenis yang dipilih agar dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran tendangan sabit pada pencak silat.

Teknik pengambilan Data Penelitian

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan tehnik pengamatan dan observasi untuk data kualitatif,serta hasil penelitian berupa evaluasi formatif yang dilakukan ole guru, peneliti, kolabor sebagai data kuantitati.Dalam Penelitian ini dapat diperoleh dari hasil belajar siswa dalam melakukan tendangan sabit pada Pencak Silat. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini sebagai pengumpulan data adalah kisi-kisi penilaian gerakan tendangan sabit yang di dalamnya terdapat indikator-indikator sesuai penelitian sebagai data Kuantitatif, Bangku Sekolah, Pluit, Alat Tulis, Form Penilaian, Kamera. Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa dan tim pengajar pendidikan jasmani, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan yang dilakukan kolaborator sebelum dan sesudah dilakukan tindakan berupa penganaran dengan menggunakan media bantu statis.

Data tersebut ditunjang dengan data kualitatif guna mencari gambaran yang lebih akurat pada siswa dalam Upaya peningkatan hasil belajar tendangan sabit melalui media statis. Adapun instrumen penilaian yang dilakukan pada saat pembelajaran tendangan sabit dengan memberikan 3 (tiga) kali kesempatan setiap siswa yang menjadi sampel penelitian. Begitu juga pada setiap siswa yang menjadi sampel uji coba. Dengan demikian 3 (tiga) kali kesempatan, maka yang diambil adalah nilai yang terbesar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini di awali tanggal 10 Februari 2017 dengan di adakannya tes awal, penelitian melakukan pelaksanaan kegiatan tes awal pada kelas VIII SMPN 1 Jatisari untuk mengindentifikasikan kondisi kemampuan awal terhadap pembelajaran pendidikan jasmani khususnya untuk tehnik tendangan sabit pencak sila. Sempel penelitian adalah siswa siswi SMPN 1 Jatisari, yang berjumlah 33 orang siswa, yang terdiri dari 6 putra dan 27 putri. Adapun hasil tes awal sebagai berikut: nilai terendah 47, nilai tertinggi 86, nilai rata-rata 63 dan simpangan baku 8.30.

Tabel 1
Distribusi Hasil Tes Awal Tendangan Sabit Pencak Silat

No	Interval	Nilai Tengah	Frekuensi	Prosentase
			Absolut	Relatif ()
1	47 – 53	50	3	9.09
2	54 – 60	57	9	27.27
3	61 – 67	64	15	45.45
4	68 – 74	71	2	6.06
5	75 – 81	78	3	9.09
6	82 -88	85	1	3.03
	Jumlah		33	100.00

Dari tabel distribusi tes awal terlihat bahwa dari 33 siswa, hanya 1 siswa yang masuk kerentang 82-88 (3.03%) dari jumlah siswa. Sedangkan nilai siswa yang masuk kerentang 75-81 sebanyak 3 siswa (9.09%) dari jumlah siswa. Sedangkan nilai yang di raih siswa pada tes awal lainnya yang jauh mencapai Kriteria Ketuntasan Minimum Siswa (KKM), 2 siswa (6.06%) masuk kerentang nilai 68-74, terdapat 15 siswa atau 45.45% masuk kerentang nilai 61-67, 9 siswa (27.27%) masuk kerentang nilai 54-60 dan 3 siswa masuk kerentang 47-53 atau 9.09% dari total keseluruhan siswa. Hasil tes awal

kemampuan tendangan sabit pencak silat siswa kelas VIII SMPN 1 Jatisari dapat dilihat dalam grafik dibawah ini:

Hasil penelitian pada tes awal merupakan refleksi awal penelitian untuk membuat perencanaan penelitian, tindakan, observasi, dan refleksi selanjutnya pada tiap siklusnya. Dari hasil tes awal tendangan sabit pencak silat telah diketahui dan selanjutnya akan di berikan tindakan melalui bangku sekolah dalam upaya meningkatkan kemampuan hasil belajar tendangan sabit pencak silat pada siswa SMPN 1 Jatisari. Penelitian diawali dalam bentuk siklus yang diawali dengan membuat perencanaan. Dalam membuat perencanaan berdasarkan hasil diskusi peneliti dan kolaborator merujuk dari hasil observasi awal yang telah dilaksanakan. Pada perencanaan peneliti juga mempersiapkan strategi belajar apa saja yang akan diterapkan kepada siswa yang sesuai dengan pembelajaran dan peneliti menyiapkan perlengkapan atau media pembelajaran bangku sekolah yang akan digunakan untuk membantu proses pembelajaran.

Setelah perencanaan selesai, penelitian melanjutkan ketahap siklus selanjutnya yaitu tindakan dan observasi. Pada tahap ini penelitian tetap dibantu oleh kolaborator. Pelaksanaan tindakan menekankan terhadap pembelajaran tendangan sabit pencak silat melalui bangku sekolah. Selama proses tindakan berlangsung peneliti mengobservasi pelaksanaan tindakan, mengamati proses belajar siswa perilaku yang ditunjukkan, kemampuan siswa menerima dan merespon terhadap tindakan yang diberikan. Tahapan siklus selanjutnya yang merupakan proses akhir dalam siklus yaitu refleksi, dimana peneliti dan kolaborator melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan. Peneliti dan kolaborator mendiskusikan bagaimana keberhasilan, kekurangan dalam penerapan tindakan, yang nantinya akan dijadikan sebagai pedoman dalam perencanaan siklus berikutnya.

Setelah keempat tahap selesai siswa di tuntut untuk menggabungkan keempat tahap tersebut disertai penjelasan dan motivasi bahwa inti dari gerakan tendangan sabit pencak silat adalah kaki dapat diangkat dan menendang kearah sasaran dan peneliti mulai menerapkan pembelajaran dengan menggunakan media bangku sekolah. Kegiatan yang dilakukan yaitu, (a) Guru menjelaskan konsep tehnik gerakan tendangan sabit pencak silat; (b) Siswa melakukan gerakan tendangan sabit pencak silat dengan cara berpegangan pada bangku sekolah; (c) Siswa berbaris dan melakukan sikap persiapan gerakan tendangan sabit pencak silat melalui media bangku sekolah; (d) Siswa melakukan gerakan tendangan sabit pencak silat dengan mengangkat paha kanan sehingga membentuk sudut 90%; (e) Siswa melakukan gerakan melepas tendangan sabit dengan mendorong kaki mengarah media bangku sekolah; (f) Siswa melakukan gerakan akhir tendangan sabit pencak silat dengan menari kembali kaki setelah melakukan tendangan atau dorongan.

Hasil Observasi I

Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut: (a) Siswa belum paham akan konsep tendangan sabit pencak silat karena keterbatasan waktu, (b) Siswa belum mampu melakukan tahap awal terutama pada sikap badan karena sikap badan yang masih kurang tegak dan aga condong kebelakang sedangkan untuk sikap kaki masih ada siswa yang melakukannya tidak selebar bahu tetapi masih rapat dan ada juga yang terlalu lebar, (c) Siswa belum mampu melakukan tahap pelaksanaan terutama pada sikap badan yang tidak miring dan masih dalam posisi tegak serta sikap tungkai kaki siswa tidak lurus pada saat melakukan tendangan sehingga tidak membentuk sudut 90 derajat, (d) Kurang motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran tendangan sabit pencak silat, (e) Masih ada beberapa siswa kurang serius dalam melakukan tendangan sabit.

Hasil Observasi II

Hasil observasi yang di peroleh peneliti dan kolaborator selama berlangsungnya tindakan siklus 2 adalah sebagai berikut : (a) Siswa sudah paham akan konsep tendangan sabit pencak silat dari elemen yang termudah hingga komplek. (b) Siswa sudah mampu melakukan gerakan sikap badan dan kaki tendangan sabit pencak silat. (c) Siswa melakukan tahap awal tendangan sabit pencak silat dengan benar. (d) Siswa mampu melakukan tahap pelaksanaan tendangan sabit pencak silat dengan benar. (e)Siswa mampu melakukan tahap akhir tendangan sabit pencak silat dengan benar. (f) Siswa dapat melakukan gerakan tendangan sabit pencak silat hingga bisa mengarah kesasaran. (g) Motivasi siswa meningkat dalam mengikuti pelajaran tendangan sabit pencak silat.

Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah dilakukan tes awal untuk mengetahui kondisi siswa sebelum menggunakan media bangku sekolah 27%, siswa yang tuntas sebanyak 9 orang dengan rata-rata kelas dengan nilai 63. Prosentasi ketuntasan siswa setelah dilakukan tindakan siklus 1 sebesar 85%, siswa yang tuntas sebanyak 28 orang dengan rata-rata kelas dengan nilai 70. Hasil tindakan 1 tersebut kemudian di analisis oleh peneliti dan kolaborator untuk perencanaan tindakan siklus II melihat peningkatan kemampuan tendangan sabit pencak silat dengan media bangku sekolah. Setelah dilaksanakan tindakan siklus II maka diperoleh prosentase ketuntasan siswa sebesar 100% , siswa yang tuntas sebanyak 33 orang dengan rata-rata kelas dengan nilai 72. Dengan demikian terjadi peningkatan dalam pembelajaran tendangan sabit pencak silat melalui media bangku sekolah.

Hasil Penilaian Siklus I

Setelah melaksanakan pembelajaran tendangan sabit pencak silat dengan media bangku sekolah, maka diperoleh hasil penilaian sebagai berikut: nilai terendah 53, nilai tertinggi 88, nilai rata-rata 70 dan simpangan baku 6.55.

Tabel 2

No	Interval	Nilai Tengah	Frekuensi	Prosentase
			Absolut	Relatif ()
1	53 – 58	55.5	2	9.09
2	59 – 64	61.5	3	27.27
3	65 – 70	67.5	16	45.45
4	71 – 76	73.5	8	6.06
5	77 – 82	79.5	3	9.09
6	82 -88	85.5	1	3.03
	Jumlah		33	100.00

Distribusi hasil tes siklus 1 tendangan sabit pencak silat.

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa yang mendapat nilai diatas 77-82 sebanyak 3 orang siswa atau 9,095 dari jumlah siswa. Frekuensi terbesar terdapat pada interval 65-70 sebanyak 16 orang siswa dengan prosentase 48.48% dari jumlah siswa, dan frekuensi terkecil terdapat pada interval 83-88 sebanyak 1 orang siswa dengan prosentase 3.03% dari jumlah siswa. Dari tabel diatas masih terdapat siswa dan siswi yang memiliki nilai dalam rentang 71-76 sebanyak 8 orang siswa atau 6.06% dari jumlah siswa. Dengan begitu masih terdapat siswa yang dibawah KKM. Siswa yang telah memenuhi KKM sejumlah 28 siswa dan yang belum memenuhi KKM terdapat 5 siswa. Dengan

demikian dapat disimpulkan untuk kemampuan dan hasil belajar siswa melakukan gerakan tendangan sabit pencak silat terdapat peningkatan dari nilai rata-rata tes awal 63, menjadi rata-rata 70 dalam siklus I dan siswa yang tuntas menjadi 28 siswa. Hasil tes siklus I kemampuan tendangan sabit pencak silat kelas VIII SMPN 1 Jatisari dapat dilihat dalam grafik dibawah ini :

Hasil Penilaian Siklus II

Setelah melaksanakan proses pembelajaran tendangan sabit pencak silat melalui media bangku sekolah, pada siklus II, diperoleh hasil penilaian sebagai berikut : nilai terendah 66, nilai tertinggi 84, nilai rata-rata 72 dan simpangan baku 5.19.

Tabel 3
Distribusi hasil tes siklus 2 tendangan sabit pencak silat

No	Interval	Nilai Tengah	Frekuensi	Prosentase
			Absolut	Relatif ()
1	66 – 68	67	7	21.21
2	69 – 71	70	13	39.39
3	72 – 74	73	4	12.12
4	75 – 77	76	3	9.09
5	78 – 80	79	2	6.06
6	81 – 83	82	3	9.09
7	84 – 86	85	1	3.03
	Jumlah		33	100.00

Pada tabel diatas dapat disimpulkan nilai yang dapat frekuensi nilai terbesar terdapat pada interval 69-71 atau sebanyak 13 orang siswa dengan prosentase 39.39% dan frekuensi terkecil terdapat pada interval 84-86 atau sebanyak 1 orang siswa dengan prosentase 3.03%, maka penelitian dan kolaborator menyimpulkan bahwa semua siswa telah tuntas memenuhi kriteria nilai KKM berjumlah 33 orang. Hasil tes siklus II kemampuan tendangan sabit pencak silat kelas VII SMPN 1 Jatisari dapat dilihat dalam grafik dibawah ini:

Dengan demikian di tinjau dari hasil penelitian siklus I telah terjadi peningkatan dari 85% menjadi 100% pada tindakan siklus II, maka dapat disimpulkan media pembelajaran bangku sekolah dapat meningkatkan kemampuan tendangan sabit pencak silat.

Pengamatan Kolaborator

Hasil belajar tendangan sabit pencak silat kelas VII SMPN 1 Jatisari, tes awal nilai rata-rata siswa, siklus I nilai rata-rata 70 siswa dan siklus II nilai rata-rata 72. Untuk ketuntasan hasil belajar siswa tes awal dinyatakan tuntas sejumlah 9 siswa (27%), siklus I siswa yang di nyatakan tuntas sejumlah 28 siswa (85%) dan siklus II siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 33 siswa (100%).

Peneliti dan kolaborator setelah melihat hasil tes awal, siklus I, siklus II dan kemajuan siswa yang mengikuti pembelajaran tendangan sabit pencak silat telah menemukan jawaban atas hasil permasalahan penelitian bagaimana peningkatan hasil belajar tendangan sabit pencak silat dengan menggunakan media bangku sekolah. Bahwa dengan menggunakan pembelajaran bangku sekolah mampu meningkatkan kemampuan dan hasil belajar tendangan sabit pencak silat dan peningkatan

bersifat progresif disetiap siklusnya. Dengan demikian peneliti dan kolaborator memberhentikan penelitian sampai disini karena permasalahan telah terjawab.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil belajar penelitian ini dapat disimpulkan, terdapat perubahan atau peningkatan dari observasi awal, siklus I dan siklus II. Peningkatan tersebut terlihat progresif dari setiap siklusnya. Untuk ketuntasan belajar siswa dari hasil tes awal siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 9 siswa (27%), siklus I siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 28 siswa (85%), dan siklus II siswa yang dinyatakan tuntas sejumlah 33 siswa (100%). Dengan demikian melalui media bangku sekolah dapat meningkatkan kemampuan dan hasil belajar tendangan sabit pencak silat siswa-siswi kelas VIII SMPN 1 Jatisari.

DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifudin. 1987. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta : CV. Baru.
- Ali Imron. 1996. *Belajar dan Pembelajaran*. (Jakarta : Dunia Pustaka Jaya, 1996)
- Arif S. Sadiman et al. 2007. *Media Pendidikan: Pengertian, Pengembangan & Pemanfaatannya*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Azhar Arsyad. 1996. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Lubis Johansyah. 2004. *Pencak Silat Panduan Praktis*. Jakarta: PT. Raja Gafindo Persada.
- Muhibbin Syah. 1997. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Mulyono. A. 2003. *Pendidikan bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nana Sudjana. 2001. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Nana Sujana. 1998. *Cara Belajar siswa Aktif dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung: CV. Sinar Baru.
- R. Kotot Slamet Haryadi. 2003. *Tehnik Dasar Pencak Silat*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Ratna Wilis Dahar. 1989. *Teori-Teori Belajar*. Bandung : PT. Gelora Aksara Pratama.
- Sayiful Bachri. 1995. *Strategi Belajar Mengajar*. Banjarmasin: Rineka Cipta.
- Slamento. 2003. *Belajar&Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukinta. 2004. *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung : Nuansa.
- Sutan Zanti. 1992. *Dasar-Dasar Kependidikan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Supandi, 1992. *Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Sugianto. 1991. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Syaiful B.D & Aswan Zai. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yanuar Kiram. 1991. *Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.
- Zukipli. 2001. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda Karya.
- <http://artikata.com/arti-351995-statis.html>, diakses pada tanggal 25 november 2013