

**PENERAPAN IPTEK
OLAHRAGA**

LAPORAN PPM



**Pengenalan Model Pembelajaran Bermain
pada Guru Penjasorkes Sekolah Dasar
se-Di Yogyakarta dan Sekitarnya**

Oleh:

Dr. Yustinus Sukarmin, M.S.

Drs. Margono, M.Pd.

Drs. Suryanto, M.Kes.

Drs. Sudardiyono, M.Pd.

**Kegiatan PPM ini Dibiayai dengan Anggaran DIPA UNY, Tahun 2014
SK Dekan Nomor: 121 Tahun 2014, Tanggal, 30 Mei 2014
Nomor Perjanjian: 601/UN34.16/PPM/2014, Tanggal, 30 Mei 2014**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2014**

HALAMAN PENGESAHAN

A. Judul Kegiatan : Pengenalan Model Pembelajaran Bermain pada Guru

Penjasorkes SD se-DI Yogyakarta dan Sekitarnya

B. Ketua Pelaksana : Dr. Yustinus Sukarmin, M.S.

C. Anggota Pelaksana:

1. Drs. Margono, M.Pd.
2. Drs. Suryanto, M.Kes.
3. Drs. Sudardiyono, M.Pd.
4. Riesti Cahyaningrum
5. Gana Nurputra Pamungkas

D. Hasil Evaluasi:

1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ~~sudah~~/~~belum~~^{*)} sesuai dengan rancangan yang telah tercantum dalam proposal.
2. Sistematika laporan ~~sudah~~/~~belum~~^{*)} sesuai dengan ketentuan yang tercantum dalam buku Pedoman LPM UNY.
3. Hal-hal lain ~~sudah~~/~~belum~~^{*)} memenuhi syarat.
Belum memenuhi persyaratan dalam hal:

E. Kesimpulan:

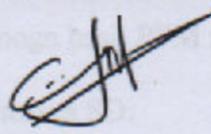
Laporan ~~dapat~~/~~belum dapat~~^{*)} diterima.

Yogyakarta, 7 November 2014

Staf Wakil Dekan I FIK,



Mengetahui:
Dekan FK UNY,
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP 19600824 198601 1 001


Drs. Sb. Pranatahadi, M.Kes.
NIP 19591103 198502 1 001

Keterangan:

*) Coret yang tidak perlu.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan berkat kasih dan karunia-Nya, sehingga PPM Penerapan Iptek Olahraga dengan judul *Pengenalan Model Pembelajaran Bermain pada Guru Penjasorkes Sekolah Dasar se-Daerah Istimewa Yogyakarta dan Sekitarnya* dapat dilaksanakan dengan baik. PPM Penerapan Iptek Olahraga ini dibiayai dengan dana DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2014, berdasarkan SK Dekan Nomor: 121 Tahun 2014, Tanggal, 30 Mei 2014.

Kegiatan ini dapat terlaksana dan selesai dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, Tim PPM menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Para Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) sekolah dasar (SD) se-Daerah Istimewa Yogyakarta dan sekitarnya.
3. Semua pihak yang telah membantu kegiatan PPM ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Tim PPM menyadari dengan sepenuh hati, bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk penyempurnaan lebih lanjut. Semoga hasil PPM ini bermanfaat bagi usaha peningkatan profesionalisme guru penjasorkes SD.

Yogyakarta, 7 November 2014

Tim PPM

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
ABSTRAK	vii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi	1
B. Tinjauan Pustaka	4
C. Identifikasi dan Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Kegiatan	11
E. Manfaat Kegiatan	11
BAB II. METODEDE KEGIATAN PPM	13
A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM	13
B. Metode Pendekatan PPM	13
C. Langkah-Langkah Kegiatan PPM	14
BAB III. PELAKSANAAN KEGIATAN PPM	16
A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM	16
B. Pembahasan	17
C. Faktor Pendukung dan Penghambat	18
BAB IV. PENUTUP	20
A. Kesimpulan	20
B. Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN	24

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan	25
Lampiran 2. Berita Acara dan Daftar Hadir Seminar Awal PPM	27
Lampiran 3. Daftar Hadir Peserta Kegiatan PPM	29
Lampiran 4. Foto Dokumentasi Kegiatan PPM	32
Lampiran 5. Berita Acara dan Daftar Hadir Seminar Akhir PPM	37
Lampiran 6. Materi Kegiatan	39

Metode yang digunakan untuk melaksanakan PPM Pausapau (Irak Olahraga) ini ada tiga, yaitu: (1) metode ceramah, (2) metode latihan grup (drill), dan (3) metode pembagian tugas (rotasi). Dengan metode ceramah, para peserta pelatihan dibekali dengan berbagai teori, yaitu pengetahuan untuk SD, konsep untuk SD, kebugaran jasmani untuk SD, dan model pembelajaran bermain untuk SD kelas bawah. Setelah para peserta dibekali dengan teori-teori tersebut, mereka diberi latihan secara interaktif untuk memantapkan materi yang telah mereka terima dalam kelompok-kelompok kecil. Metode rotasi digunakan untuk memberikan tugas-tugas kepada para peserta pelatihan membuat permainan yang siap untuk dipertunjukkan di tempat mereka mengajar atau di SD masing-masing. Instrumen yang digunakan untuk mengobservasi keterlaksanaan PPM Pausapau (Irak Olahraga) ini adalah berupa pengamatan (observasi). Observasi dilakukan pada saat kegiatan PPM ini berlangsung baik di lapangan maupun di kelas, dan di sekolah masing-masing.

Hasil PPM menunjukkan bahwa seluruh guru pengajar SD kelas menengah kegiatan PPM ini sangat tinggi, terdapat secara kuantitas tidak memenuhi target yang diharapkan. Dari 50 orang peserta yang diharapkan datang, hanya 30 orang yang akhirnya hadir mengikuti kegiatan PPM ini. Terdapat dari hanya peserta pelatihan yang tidak sampai memenuhi target, mereka tetap saja memperhatikan penyajian Tim PPM pada saat presentasi dan aktif melakukan tugas gerak yang diberikan oleh Tim PPM, baik di tempat pelatihan maupun di sekolah masing-masing.

ABSTRAK

PENGENALAN MODEL PEMBELAJARAN BERMAIN PADA GURU PENJASORKES SEKOLAH DASAR SE-DI YOGYAKARTA DAN SEKITARNYA

Oleh:

Dr. Yustinus Sukarmin, M.S., dkk.

Tujuan Pengabdian pada Masyarakat (PPM) Penerapan Iptek Olahraga ini adalah mengenalkan model pembelajaran bermain yang sudah dikembangkan dan teruji keandalannya kepada guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) SD sebagai solusi untuk meningkatkan antusiasme peserta didik mengikuti pelajaran penjasorkes. Kegiatan PPM ini berangkat dari kenyataan bahwa antusiasme peserta didik dalam mengikuti pelajaran penjasorkes rendah yang berimplikasi pada rendahnya kebugaran jasmani.

Metode yang digunakan untuk melaksanakan PPM Penerapan Iptek Olahraga ini ada tiga, yaitu: (1) metode ceramah, (2) metode latihan siap (*drill*), dan (3) metode pemberian tugas (resitasi). Dengan metode ceramah, para peserta pelatihan dibekali dengan berbagai teori, yaitu penjasorkes untuk SD, bermain untuk SD, kebugaran jasmani untuk SD, dan model pembelajaran bermain untuk SD kelas bawah. Setelah para peserta dibekali dengan teori-teori tersebut, mereka diberi latihan secara intensif untuk mempraktikkan materi yang telah mereka susun dalam kelompok-kelompok kecil. Metode resitasi digunakan untuk memberikan tugas gerak kepada para peserta pelatihan membuat permainan yang siap untuk dipraktikkan di tempat mereka mengajar atau di SD masing-masing. Instrumen yang digunakan untuk mengevaluasi keterlaksanaan PPM Penerapan Iptek Olahraga ini adalah berupa pengamatan (observasi). Observasi dilakukan pada saat kegiatan PPM ini berlangsung baik di lapangan maupun di kelas, dan di sekolah masing-masing.

Hasil PPM menunjukkan bahwa antusiasme guru penjasorkes SD dalam mengikuti kegiatan PPM ini sangat tinggi, kendatipun secara kuantitas tidak memenuhi target yang diharapkan. Dari 60 orang peserta yang diharapkan datang, hanya 50 orang yang akhirnya hadir mengikuti kegiatan PPM ini. Terlepas dari jumlah peserta pelatihan yang tidak sampai memenuhi target, mereka tetap serius memperhatikan penjelasan Tim PPM pada saat presentasi dan aktif melakukan tugas gerak yang diberikan oleh Tim PPM, baik di tempat pelatihan maupun di sekolah masing-masing.

BAB I PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

Beberapa penelitian tentang kebugaran jasmani yang dilakukan oleh para ahli menunjukkan status kebugaran jasmani masyarakat Indonesia, termasuk para peserta didik ada dalam kategori rendah (Mutohir, 2009). Hasil-hasil penelitian tersebut memperkuat pendapat *The American Heart Association* atau AHA (dalam Hastie dan Martin, 2006:7) yang menyatakan bahwa peserta didik pada masa sekarang tingkat kebugarannya lebih rendah dibandingkan dengan peserta didik generasi yang lalu. Peserta didik generasi sekarang menunjukkan tanda-tanda lebih awal adanya risiko kardiovaskular, seperti kadar kolesterol yang tinggi, ketidakaktifan, dan obesitas. Trost (2007:1) dalam penelitiannya melaporkan lebih dari sepertiga anak-anak dan remaja Amerika Serikat atau kira-kira 25 juta orang mengalami obesitas.

Rendahnya kebugaran jasmani para peserta didik – dengan segala macam risikonya – salah satunya disebabkan oleh kurangnya mereka melakukan aktivitas jasmani. *The Centers for Disease Control and Prevention* atau CDC (2006) menyatakan bahwa anak yang tidak aktif secara fisik cenderung tidak aktif pada masa dewasa dan meningkatkan risiko obesitas yang pada akhirnya juga akan meningkatkan prevalensi penyakit kronik degeneratif, seperti hipertensi, diabetes, dan jantung.

Supaya peserta didik terhindar dari risiko yang ditimbulkan oleh gaya hidup pasif, guru Penjasorkes mempunyai tanggung jawab mendorong peserta didik untuk bergaya hidup aktif. Menurut Thomas, Lee, dan Thomas (2000:vii),

partisipasi dalam aktivitas jasmani selama masa kanak-kanak dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Hal ini sesuai dengan tujuan penjasorkes secara keseluruhan, yaitu ingin menjadikan peserta didik *physically educated person* (Thomas, Lee, dan Thomas, 2000:viii). NASPE (2005:4), yang juga disitir oleh Metzler (2005:14), dan Cone (2009:9) menyatakan bahwa orang yang terlatih secara fisik atau berpendidikan jasmani (*physically educated person*) mempunyai ciri-ciri, sebagai berikut: (1) menunjukkan kompetensi berbagai keterampilan motorik dan pola-pola gerakan yang dibutuhkan untuk melakukan bermacam-macam aktivitas jasmani, (2) menunjukkan pengertian konsep, prinsip, strategi, dan taktik gerakan yang diterapkan pada pembelajaran dan penampilan aktivitas jasmani, (3) berpartisipasi secara teratur dalam aktivitas jasmani, (4) memiliki dan mempertahankan tingkat kesehatan bagi kebugaran jasmani, (5) memperlihatkan tingkah laku personal dan sosial yang bertanggung jawab yang menghormati diri sendiri dan orang lain dalam aktivitas jasmani, dan (6) menghargai aktivitas jasmani bagi kesehatan, kesenangan, tantangan, ekspresi diri, dan/atau interaksi sosial.

Hinson (1995:4) menyatakan kebugaran jasmani peserta didik dipengaruhi oleh lingkungan, sikap, pengetahuan, dan pola hidup. Oleh karena selalu dimanjakan oleh teknologi, pola hidup (*lifestyle*) peserta didik berubah. Peserta didik yang dahulu demikian aktif kini menjadi pasif, bahkan cenderung malas! Mereka lebih suka memanfaatkan jasa teknologi untuk mengerjakan tugas yang sebenarnya dapat dikerjakan oleh tenaga manusia. Pola hidup niraktif yang terus menerus dan berlangsung dalam waktu yang lama akan berakibat pada

menurunnya kemampuan fisik (*physical fitness*) secara signifikan. Ini merupakan sisi lain yang bersifat negatif dari kemajuan teknologi.

Ketidaksenangan terhadap materi pelajaran penjasorkes yang diajarkan di sekolah merupakan penyebab lain peserta didik menjadi kurang gerak. Menurut pendapat Shen, *at al* (2013:72) kurangnya motivasi peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran penjasorkes disebabkan oleh berbagai alasan, di antaranya kepercayaan kemampuan, kepercayaan usaha, nilai-nilai yang ada dalam tugas, dan karakteristik tugas. Pendapat senada disampaikan oleh Chow, *at al* (2008:38) yang menyatakan tingkat aktivitas jasmani peserta didik dalam proses pembelajaran penjasorkes di SD dipengaruhi oleh temperatur, perilaku guru, dan karakteristik pelajaran yang meliputi materi dan model penyampaian.

Kurangnya antusiasme peserta didik mengikuti pelajaran penjasorkes tidak terlepas dari cara guru penjasorkes mengajar. Guru penjasorkes masih suka mengajar dengan cara konvensional, yakni cara mengajar dengan pendekatan teknik kecabangan dan berpusat pada guru. Ketidaksenangan terhadap materi penjasorkes yang diberikan oleh guru diekspresikan oleh peserta didik dengan cara duduk-duduk, bermalas-malasan melakukan gerakan, atau sebentar-sebentar pergi meninggalkan pelajaran dengan berbagai alasan, seperti izin ke belakang. Timken dan McNamee (2012:21) menyarankan untuk memasukkan aktivitas jasmani yang dapat mendatangkan respons emosional yang kuat dan aktual sebagai metode yang mampu menginduksi perubahan keyakinan peserta didik.

Salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan rendahnya kebugaran jasmani peserta didik khususnya di SD kelas bawah adalah

dengan mengembangkan model pembelajaran penjasorkes yang dikemas dalam bentuk bermain. Hal ini sejalan dengan pendapat Desmita (2010:35) yang menyatakan karakteristik peserta didik SD usia 6-9 tahun itu senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Bagi Launder dan Piltz (2006:48) aktivitas bermain memberikan kenikmatan dan kesenangan dari dalam (intrinsik) sehingga peserta didik jauh lebih terlibat secara aktif. Di sisi lain, dengan bermain guru mempunyai senjata yang kuat untuk menarik peserta didik, terutama mereka yang menentang dan malas.

Kondisi di lapangan yang tidak sesuai dengan ekspektasi masyarakat luas ini mendorong Tim PPM untuk ikut serta memberikan masukan yang barangkali dapat menjadi solusi terhadap permasalahan yang ada dalam proses pembelajaran penjasorkes. Dalam kesempatan ini, Tim PPM ingin mengenalkan sebuah model pembelajaran bermain yang sudah dikembangkan dan sudah teruji keandalannya kepada para guru penjasorkes SD khususnya di kelas bawah.

B. Landasan Teori

1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang menggunakan aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Penjasorkes yang diajarkan di sekolah dari SD sampai dengan SMA memiliki peranan sangat penting karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam

berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pemberian pengalaman belajar diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan perkembangan psikis yang lebih baik sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Menurut Rink (2009:26) guru merupakan orang yang paling bertanggung jawab terhadap pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani para peserta didik melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Lutan (2001:26) menambahkan guru penjasorkes mempunyai peran yang sangat strategis dan menjadi salah satu kekuatan inti dalam pembentukan sikap dan kebiasaan hidup aktif. Siedentop (2002:394) berpendapat bahwa bangsa yang mampu mendorong masyarakatnya untuk melakukan aktivitas jasmani, akan sanggup menghemat biaya kesehatan secara signifikan.

Meskipun demikian, Lu dan Lisio (2009:175) mengingatkan bahwa tujuan menyeluruh penjasorkes bukan sekedar untuk meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik, akan tetapi lebih untuk menanamkan rasa cinta pada kebugaran jasmani dan aktivitas jasmani yang lain sepanjang hayatnya. Pendapat senada disampaikan oleh Pangrazi (2010:2) dan Rink (2009:26) yang menyatakan bahwa tujuan utama penjasorkes adalah membantu peserta didik mengembangkan gaya hidup aktif untuk mencapai dan mempertahankan kebugaran jasmaninya. Ini artinya, kebugaran jasmani itu bukan merupakan hasil akhir, tetapi sebuah proses yang terus menerus diusahakan keberlangsungannya (Hinson, 1995:4). Pendapat senada disampaikan oleh NASPE (2005:14), bahwa "*... that fitness is a journey, not a destination.*"

Wuest dan Bucher (1995:41) menaruh harapan besar bahwa penjasorkes akan dapat mengubah sikap peserta didik ke arah yang positif yang ditandai dengan tumbuhnya budaya bergerak (aktivitas fisik) dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, di samping peserta didik dapat mengekspresikan gerak melalui pelajaran penjasorkes di sekolah, mereka juga dibuat menjadi "gandrung" untuk beraktivitas. Menurut Ajay (2011:570) penjasorkes memainkan peranan yang sangat vital terhadap perkembangan fisik, fisiologis, dan psikologis peserta didik. Peserta didik bergerak tidak hanya pada saat mengikuti pelajaran penjasorkes di sekolah, tetapi di luar jam pelajaran pun dia menjadi ketagihan untuk melakukan aktivitas fisik. Givler (2002:12) menyatakan bahwa aktivitas fisik hendaknya menjadi bagian dari hidup keseharian peserta didik dan lebih cepat kebiasaan ini terbentuk lebih baik. Untuk sampai pada tahap pencapaian kebugaran jasmani, peserta didik harus dibiasakan melakukan latihan jasmani secara rutin dan menyenangkan aerobik (AAHPERD, 2005:45).

2. Bermain

Mantan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Fuad Hassan (dalam Tedjasaputra, 2001:xiii) menegaskan kembali tentang isi pasal 31 Konvensi Hak Anak yang dicanangkan oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) bahwa bermain merupakan salah satu hak anak yang asasi dan siapa pun tidak dibenarkan untuk merampasnya. Oleh karena itu, tidak terlalu berlebihan apabila bermain merupakan sebuah kebutuhan yang melekat (*inherent*) setiap anak.

Bermain menjadi alternatif utama sebagai bentuk penyampaian materi penjasorkes bagi peserta didik SD kelas bawah karena mereka berada dalam

kelompok usia bermain. Pernyataan ini selaras dengan pendapat Huizinga (dalam Mechikoff, 2010:5) yang menyatakan bahwa sifat dasar manusia itu suka bermain dan mencari aktivitas yang menyenangkan. Tedjasaputra (2001:42) menambahkan bahwa dunia anak adalah dunia bermain, tidak ada anak yang tidak suka bermain, baik bermain aktif maupun bermain pasif.

Senada dengan pernyataan di atas, Dragu (2010:106) berpendapat bahwa bermain merupakan sesuatu yang bermanfaat (*useful*), menyehatkan (*healthy*), dan menyenangkan (*pleasant*). Kesenangan peserta didik melakukan aktivitas bermain pada gilirannya akan mendorong mereka untuk menyenangi sekaligus melakukan aktivitas jasmani lainnya, bukan hanya di dalam pelajaran penjasorkes, melainkan juga di luar pelajaran penjasorkes (Hastie dan Martin, 2006:15). Ini sesuai dengan tujuan penjasorkes, yaitu mengembangkan kebiasaan dan aktivitas jasmani untuk mencapai kebugaran jasmani (Humphries, 2002:42).

Di dalam bermain, peserta didik membutuhkan sebuah media yang disebut permainan. Menurut Mitchell, Oslin, dan Griffin (2003:7-8) permainan dapat dikelompokkan menjadi empat kelompok, yaitu *target games* (permainan target), *net/wall games* (permainan net), *striking/fielding games* (permainan pukul-tangkap-lari), *invasion games* (permainan serang/invasi)

Dari bermacam-macam permainan yang telah disebutkan perlu dilakukan seleksi untuk menentukan permainan yang akan dipilih agar nanti benar-benar sesuai dengan kebutuhan peserta didik SD kelas bawah. Menurut Hastie dan Martin (2006:333-336) ada lima kriteria yang dapat dipakai untuk menentukan permainan yang sesuai dengan peserta didik SD kelas bawah, yaitu: (a) permainan

hendaknya memberikan kontribusi bagi perkembangan keterampilan gerak, (b) permainan mesti memberikan rasa aman baik secara fisik maupun emosional, (c) permainan sebaiknya tidak didasarkan pada eliminasi pemain, (d) permainan hendaknya memberikan kesempatan pada peserta didik untuk sering bermain, dan (e) permainan sebaiknya memberikan tantangan kepada peserta didik.

Agar peserta didik dapat menikmati permainan dengan aman dan nyaman, semua alat dan fasilitas yang digunakan untuk bermain harus memenuhi standar kualitas keselamatan. Ukuran, kondisi, berat, komposisi bahan, dan susunan alat-alat semuanya mempunyai pengaruh terhadap kinerja peserta didik. Hopper, Grey, dan Maude (2008:114) menegaskan bahwa guru penjasorkes harus dapat memberikan jaminan bahwa alat-alat penjasorkes yang digunakan dalam pelajaran terpelihara dengan baik. Oleh sebab itu, Byl (2002:xxvii) menganjurkan agar digunakan bola yang lembut atau melapisi tiang gawang dengan bahan yang lunak agar tidak melukai peserta didik apabila tubuhnya terkena bola atau menabrak gawang.

3. Model Pembelajaran Bermain

Menurut Joyce dan Weil (1996:7) yang dimaksud dengan model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang menggambarkan prosedur yang sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar dan berfungsi sebagai pedoman bagi guru untuk merencanakan dan melaksanakan kegiatan belajar mengajar. Hal senada disampaikan oleh Gunter dkk (1990:67) yang menyatakan, *“an instructional model is a step by step procedure that leads to specific learning outcomes.”*

Model pembelajaran bermain adalah suatu model pembelajaran yang menggunakan bermain sebagai media untuk mengorganisasikan pengalaman belajar melalui berbagai aktivitas fisik dan olahraga dalam suasana interaksi dan komunikasi edukatif yang menarik antara guru dan peserta didik untuk mencapai tujuan pembelajaran. Pendekatan pembelajaran lebih cenderung menganut teori belajar konstruktivisme, yaitu melalui pemberian berbagai pengalaman gerak yang dapat menggiring peserta didik ke arah pembentukan konsep yang diperlukan bagi penanaman, peningkatan, dan pemeliharaan kebugaran jasmani, kemampuan berolahraga, dan gaya hidup aktif yang sehat.

Model pembelajaran bermain yang dikembangkan melalui penelitian ini banyak diilhami oleh model pembelajaran pendidikan kebugaran (Ramli, 2009). Model pembelajaran bermain dibangun dari sebuah asumsi bahwa pada dasarnya bermain merupakan aktivitas yang disukai oleh semua orang terutama anak-anak, karena memberikan rasa senang. Suasana yang menyenangkan pada saat proses pembelajaran berlangsung menjadi dambaan bagi semua pihak, guru dan peserta didik. Dari sanalah proses interaksi dan komunikasi edukatif antara guru dan peserta didik akan terjalin dengan baik, sehingga tujuan yang telah ditentukan akan dapat dicapai dengan optimal.

Alat dan fasilitas yang diperlukan untuk pelaksanaan pembelajaran penjasorkes dengan menggunakan model pembelajaran bermain dibuat sederhana dan tidak harus membeli karena dapat dimodifikasi. Misalnya, menggunakan tanda dari kapur atau kertas bekas. Irama musik pun dapat diganti dengan tepuk tangan atau menyanyi langsung yang dilakukan secara bersama-sama oleh guru

dan peserta didik. Untuk lapangan, dapat digunakan halaman sekolah sebagai ganti lapangan permainan yang sesungguhnya.

Instrumen yang digunakan untuk menilai kualitas partisipasi peserta didik pada waktu mengikuti proses pembelajaran penjasorkes dengan menggunakan model pembelajaran bermain adalah pedoman observasi. Penilaian dilakukan secara langsung pada waktu proses pembelajaran penjasorkes sedang berjalan atau menggunakan penilaian otentik. Penilaian yang dilakukan secara langsung akan memberikan data tentang kondisi peserta didik yang sesungguhnya.

C. Identifikasi dan Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan analisis situasi yang ada di lapangan, Tim PPM berhasil mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Kebugaran jasmani peserta didik, termasuk peserta didik SD kelas bawah pada saat ini rendah. Rendahnya kebugaran jasmani membawa konsekuensi yang kurang baik bagi peserta didik, di antaranya mudah terserang penyakit sehingga hidupnya menjadi tidak produktif.
- b. Kemajuan teknologi membawa pengaruh negatif pada peserta didik, di antaranya peserta didik lebih menyukai penggunaan tenaga mesin daripada tenaga manusia, sehingga peserta didik berpotensi menderita penyakit hipokinetik, seperti jantung, tekanan darah tinggi, *stroke*, dan diabetes.
- c. Peserta didik tidak menyenangi mata pelajaran penjasorkes karena cara guru mengajar bersifat konvensional, yakni cara mengajar dengan pendekatan teknik kecabangan dan berpusat pada guru.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah dari beberapa masalah yang teridentifikasi seperti tersebut di atas, masalah dalam PPM ini dapat dirumuskan sebagai berikut: "Dapatkah PPM Penerapan Iptek Olahraga dipakai sebagai media untuk memperkenalkan sebuah model pembelajaran bermain yang sudah dikembangkan dan teruji keandalannya kepada guru penjasorkes SD, sebagai solusi untuk meningkatkan antusiasme peserta didik terhadap mata pelajaran penjasorkes?"

D. Tujuan Kegiatan

Tujuan yang diharapkan dapat dicapai melalui penyelenggaraan kegiatan PPM Penerapan Iptek Olahraga, antara lain:

1. Guru penjasorkes SD mengenal sebuah model pembelajaran bermain untuk mata pelajaran penjasorkes yang sudah dikembangkan dan teruji keandalannya yang diharapkan dapat membangkitkan antusiasme peserta didik pada waktu mengikuti pelajaran penjasorkes.
2. Guru penjasorkes SD dapat menerapkan model pembelajaran bermain tersebut di instansi masing-masing dengan sebaik-baiknya sehingga dapat membawa peserta didik pada kebugaran jasmani yang optimal.

E. Manfaat Kegiatan

Kegiatan PPM Penerapan Iptek Olahraga ini mempunyai manfaat bukan hanya bagi guru penjasorkes SD itu sendiri melainkan juga bagi berbagai pihak yang terkait, yaitu:

1. Bagi guru penjasorkes SD, kegiatan PPM ini diharapkan dapat meningkatkan profesionalisme guru, terutama yang berkaitan dengan kompetensi pedagogik.

Meningkatnya profesionalisme guru pada gilirannya akan meningkatkan pula kesejahteraan guru berupa penerimaan tunjangan profesionalisme.

2. Bagi FIK UNY, kegiatan ini merupakan wujud nyata adanya keterkaitan dan kepedulian FIK UNY terhadap upaya pemerintah dalam meningkatkan kualitas pendidikan melalui peningkatan kualitas guru yang pada gilirannya nanti dapat memperbaiki kualitas bangsa.
3. Bagi pemerintah (Kemendikbud), pelatihan ini dapat menjadi acuan untuk penyelenggaraan hal yang sama dalam skala yang lebih besar lagi dan khalayak sasaran yang berbeda, misalnya pelatihan untuk tingkat nasional dengan objek guru penjasorkes SLTP atau SLTA.

BAB II

METODE DAN KEGIATAN PPM

A. Khalayak Sasaran Kegiatan PPM

Khalayak sasaran dalam pelatihan ini adalah guru-guru penjasorkes SD se-Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dan sekitarnya. Peserta dari DIY berasal dari 4 kabupaten dan 1 kota, yaitu Kabupaten Bantul, Kabupaten Gunung Kidul, Kabupaten Kulonprogo, Kabupaten Sleman, dan Kota Yogyakarta ditambah peserta dari wilayah Jawa Tengah (Jateng) bagian selatan, seperti Banjarnegara, Magelang, dan Muntilan. Jumlah peserta pelatihan dibatasi sebanyak 60 orang guru dengan pembagian jatah untuk DIY 50 orang guru dan Jateng 10 orang guru.

B. Metode Kegiatan PPM

Metode yang digunakan untuk melaksanakan pelatihan ini adalah metode ceramah, metode latihan siap (*drill*), dan metode pemberian tugas (resitasi). Metode ceramah digunakan untuk membekali para peserta pelatihan dengan teori-teori tentang penjas, kebugaran jasmani, bermain, karakteristik peserta didik SD, dan model pembelajaran bermain. Teori-teori tersebut perlu diberikan kepada para peserta pelatihan sebagai landasan yang harus dimiliki agar mereka mampu mempraktikkan model pembelajaran bermain.

Setelah mendapatkan landasan teori dan gambaran tentang pelaksanaan model pembelajaran bermain, melalui metode *drill* atau latihan siap, para peserta pelatihan diberi latihan secara intensif untuk mempraktikkan model pembelajaran bermain dalam bentuk *peer teaching* secara berkelompok. Metode resitasi atau pemberian tugas mulai diterapkan kepada para peserta pelatihan pada saat mereka membuat dan mempraktikkan materi baru model pembelajaran bermain di instansi

masing-masing dengan menggunakan peserta didik yang sesungguhnya. Tim PPM akan melakukan pendampingan kepada para peserta pelatihan dengan berkunjung ke sekolah masing-masing satu minggu sekali selama satu bulan.

C. Langkah-Langkah Kegiatan PPM

Pengenalan model pembelajaran bermain bagi guru penjasorkes SD dalam rangka meningkatkan antusiasme peserta didik mengikuti pembelajaran penjasorkes ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Memberikan berbagai macam teori yang terkait dengan proses pembelajaran penjasorkes SD kepada para peserta pelatihan, yang terdiri atas teori penjas, teori bermain, kebugaran jasmani, karakteristik peserta didik SD kelas bawah, dan model pembelajaran bermain,
2. Memberikan contoh model pembelajaran bermain kepada peserta pelatihan dengan memutar DVD yang berisi tentang praktik pembelajaran bermain.
3. Memberikan latihan secara intensif (*drill*) kepada para peserta pelatihan untuk mempraktikkan model pembelajaran bermain dalam bentuk *peer teaching* secara kelompok yang materinya disusun bersama-sama seluruh anggota tim.
4. Memberikan tugas (tutorial) kepada para peserta pelatihan untuk membuat dan mempraktikkan materi baru model pembelajaran bermain di instansi masing-masing dengan menggunakan peserta didik yang sesungguhnya.

Untuk mengetahui berhasil tidaknya pelaksanaan pelatihan ini, digunakan instrumen nontes yaitu observasi dan dokumen. Observasi dilakukan pada peserta pelatihan pada saat mereka melakukan *peer teaching* dalam kelompok-kelompok kecil di tempat pelaksanaan kegiatan PPM, Kampus FIK UNY. Observasi juga

dilakukan pada saat mereka melakukan praktik mengajar yang sesungguhnya di tempat mereka mengajar atau di SD masing-masing. Dokumen yang berisi permainan baru hasil karya peserta pelatihan dan merupakan kelengkapan yang harus dipraktikkannya di tempat mereka mengajar atau di SD masing-masing menjadi instrumen lain untuk menilai partisipasi peserta.

Kampus FIK UNY dipakai untuk menyatukan materi pelatihan, baik teori maupun praktik, tentang model pembelajaran bermain. SD tempat mereka mengajar digunakan untuk memraktikkan materi permainan baru yang mereka akan sebdi dengan menggunakan peserta didik yang sesungguhnya.

Secara keseluruhan, PPM Penerapan Iptek Olahraga tersebut dilaksanakan selama satu bulan, dari tanggal, 28 September 2014 sampai dengan tanggal, 28 Oktober 2014. Pada tanggal, 28 September 2014, di Kampus FIK UNY peserta pelatihan menerima materi pelatihan baik teori maupun praktik tentang model pembelajaran bermain. Setelah itu, hari-hari berikutnya sampai dengan tanggal, 28 Oktober 2014 dipakai oleh para peserta pelatihan untuk memraktikkan model pembelajaran bermain di sekolah masing-masing dengan menggunakan materi permainan baru yang mereka susun. Selama para peserta pelatihan memraktikkan model pembelajaran bermain di sekolah masing-masing, Tim PPM melakukan pemantauan secara periodik.

BAB III

PELAKSANAAN KEGIATAN PPM

A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan PPM

PPM Penerapan Iptek Olahraga ini dilaksanakan di dua tempat, yaitu di dalam Kampus FIK UNY, Jl. Kolombo 1, Yogyakarta dan di SD tempat guru mengajar. Pelaksanaan PPM sengaja diselenggarakan di dalam Kampus FIK UNY dimaksudkan untuk memberikan suasana baru sekaligus stimulus kepada para guru agar tumbuh semangat baru untuk maju dan berkembang. Harus jujur diakui guru penjasorkes pada umumnya dan SD pada khususnya setelah lulus dan bekerja ilmunya mengalami stagnasi karena menutup diri dengan dunia luar.

Kampus FIK UNY dipakai untuk menyampaikan materi pelatihan, baik teori maupun praktik, tentang model pembelajaran bermain. SD tempat mereka mengajar digunakan untuk mempraktikkan materi permainan baru yang mereka susun sendiri dengan menggunakan peserta didik yang sesungguhnya.

Secara keseluruhan, PPM Penerapan Iptek Olahraga tersebut dilaksanakan selama satu bulan, dari tanggal, 28 September 2014 sampai dengan tanggal, 28 Oktober 2014. Pada tanggal, 28 September 2014, di Kampus FIK UNY peserta pelatihan menerima materi pelatihan baik teori maupun praktik tentang model pembelajaran bermain. Setelah itu, hari-hari berikutnya sampai dengan tanggal, 28 Oktober 2014 dipakai oleh para peserta pelatihan untuk mempraktikkan model pembelajaran bermain di sekolah masing-masing dengan menggunakan materi permainan baru yang mereka susun. Selama para peserta pelatihan mempraktikkan model pembelajaran bermain di sekolah masing-masing, Tim PPM melakukan pemantauan secara periodik.

Dari 60 orang guru penjasorkes SD yang ditargetkan dapat mengikuti kegiatan ini, akhirnya hanya terealisasi 50 orang guru penjasorkes SD yang hadir mengikutinya. Meskipun jumlah peserta pelatihan tidak mencapai target yang telah ditetapkan, tingginya relevansi materi pelatihan dengan tugas yang dihadapi oleh guru penjasorkes SD, membuat jumlah peserta masih tergolong banyak. Jadi, secara kuantitas kegiatan PPM Penerapan Iptek Olahraga tidak dapat dikatakan gagal. Begitu pula dari observasi Tim PPM, para peserta pelatihan menunjukkan antusiasme, kedisiplinan, kesungguhan, dan tanggung jawab yang tinggi. Selama penyelenggaraan PPM, tidak ada seorang peserta pelatihan pun yang membolos atau meninggalkan tempat kuliah. Demikian pula, berdasarkan hasil pemantauan Tim PPM, selama mempraktikkan model pembelajaran bermain, di SD masing-masing, para guru melakukannya dengan sungguh-sungguh, penuh semangat, dan penuh tanggung jawab. Hal itu dapat ditunjukkan dari materi yang disusun dan penyiapan alat-fasilitas yang digunakan

B. Pembahasan

Penyelenggaraan PPM Penerapan Iptek Olahraga ini dilandasi oleh adanya ikatan batin antara FIK UNY, sebagai almamater, dan guru-guru penjasorkes SD, sebagai alumni, yang tidak mungkin dapat dipisahkan kendatipun setelah lulus mereka tersebar di seantero Indonesia. Sebagai "ibu" yang baik, Tim PPM mempunyai tanggung jawab moral untuk ikut serta meningkatkan profesionalisme guru penjasorkes SD dengan memberikan pelatihan tentang model pembelajaran bermain. Materi ini sangat relevan dengan kebutuhan saat ini dan dipandang dapat menjadi solusi untuk meningkatkan antusiasme peserta didik pada waktu meng-

ikuti proses pembelajaran penjasorkes. Antusiasme dalam mengikuti pelajaran penjasorkes pada gilirannya diyakini dapat membawa peserta didik ke keadaan kebugaran jasmani yang baik.

Relevansi materi pelatihan dengan tugas sebagai guru yang profesional yang tinggi menjadi daya pendorong bagi para peserta untuk tetap bersemangat mengikuti pelatihan secara suntuik. Mereka datang tepat waktu, mendengarkan kuliah dari para penatar dengan penuh konsentrasi, menanyakan sesuatu hal secara kritis, dan melaksanakan tugas sesuai dengan ketentuan waktu. Mereka bahkan menyampaikan ide-ide yang cemerlang kepada pihak penyelenggara PPM untuk diteruskan kepada pimpinan FIK terkait dengan ketersediaan dan ketermanfaatan sarana dan prasarana yang ada di kampus.

Kendatipun jumlah peserta tidak dapat mencapai target, hanya 50 orang dari 60 orang, bukan berarti yang lain merasa tidak membutuhkannya. Kesibukan dan ketersediaan waktu menjadi alasan utama bagi peserta yang lain mengurungkan niat untuk mengikuti pelatihan tersebut. Meskipun pada kesempatan kali ini mereka gagal ikut, mereka tetap mengharapkan agar kegiatan seperti ini dapat diselenggarakan lagi dengan mengambil waktu libur semester, sehingga ada kesempatan bagi mereka untuk berpartisipasi.

C. Faktor Pendukung dan Penghambat

Faktor pendukung yang dapat memperlancar kegiatan PPM ini di antaranya adalah relevansi materi dan tuntutan sebagai tenaga profesional. Materi pelatihan yang ditawarkan oleh Tim PPM mendapatkan respons yang sangat positif dari para peserta, karena sebagai tenaga profesional mereka senantiasa dituntut untuk

mampu menjawab setiap tantangan tugas dengan bekerja dengan baik dan penuh tanggung jawab. Salah satunya adalah penguasaan teknologi mengajar.

Faktor pendukung lainnya yang membuat kegiatan ini dapat terselenggara adalah kerja sama yang sudah terjalin dengan baik antara Tim PPM dan peserta pelatihan. Dalam berbagai kesempatan, baik secara formal maupun nonformal, antara FIK UNY dan beberapa SD sudah sering terlibat bersama dalam kegiatan olahraga ataupun akademik. Oleh sebab itu, setiap ada proyek yang melibatkan kedua lembaga, *approach*-nya sangat sederhana dan tidak terlalu prosedural.

Faktor penghambat kegiatan PPM Penerapan Iptek Olahraga ini hampir tidak ada, seandainya ada itu pun relatif kecil. Beberapa hal yang dianggap menjadi faktor penghambat antara lain salah seorang anggota Tim PPM, yaitu Drs. Suryanto, M.Kes., tidak dapat tampil pada saat penyampaian materi PPM karena yang bersangkutan sakit. Meskipun demikian, ketidakhadirannya masih dapat ditutup oleh anggota Tim PPM yang lain. Hal lain yang menjadi faktor penghambat adalah jarak tempat tinggal peserta yang berasal dari luar Daerah Istimewa Yogyakarta. Jarak yang relatif jauh bukan saja menjadi kendala bagi mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan PPM, tetapi juga menjadi kendala bagi Tim PPM untuk melakukan *monitoring* secara langsung melalui kunjungan. Dengan mempertimbangkan faktor efisiensi, *monitoring* secara langsung melalui kunjungan dilakukan secara *random sampling*, artinya hanya dilakukan kepada beberapa SD yang terpilih. Untuk SD-SD yang lain, *monitoring* disiasati dengan cara menggunakan telepon atau SMS. Puasa dan Idul Fitri juga menjadi penyebab tertundanya pelaksanaan kegiatan PPM.

BAB IV PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan PPM dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa PPM Penerapan Iptek Olahraga dapat dipakai sebagai media untuk memperkenalkan model pembelajaran bermain yang sudah dikembangkan dan teruji keandalannya kepada guru penjasorkes SD, sebagai solusi untuk menimbulkan daya tarik bagi peserta didik terhadap mata pelajaran penjasorkes.

B. Saran

Pelatihan pengenalan model pembelajaran bermain memang sudah selesai, tetapi bukan berarti kesempatan untuk mengasah keterampilan mengajar telah berakhir pula. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini Tim PPM menghimbau agar para guru penjasorkes SD untuk tidak berhenti belajar agar mempunyai wawasan yang luas khususnya tentang model-model pembelajaran penjasorkes. Di samping itu, para guru penjasorkes SD hendaknya terus tekun berlatih mempraktikkan temuan-temuan baru agar keterampilan mengajarnya mumpuni.

Untuk merealisasikan dua hal tersebut, Tim PPM menghimbau agar FIK UNY memberikan kesempatan yang seluas-luasnya bagi para alumni, khususnya mereka yang sudah bekerja sebagai guru, agar dapat memanfaatkan fasilitas yang ada, seperti perpustakaan. Di samping itu, FIK UNY hendaknya bersikap proaktif untuk menjumpai para alumninya di mana pun berada melalui berbagai kegiatan yang bersifat akademik demi kemajuan dan kejayaan mereka yang pada gilirannya juga akan membawa nama baik almamater.

DAFTAR PUSTAKA

- AAHPERD. (2005). *Physical Education for Lifelong Fitness: The Physical Best Teacher's Guide*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ajay. (2011). "Importance of Physical Education, Games and Sports Activities." *Visual Soft Research & Development Technical & Non-Technical Journal*, 11/2: 570-573.
- Byl, J. (2002). *Co-Ed Recreational Games*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- CDC. (2006). *What Does Physical Activity for Kids?* Available on line at www.cdc.org (diunduh 1 April 2011).
- Chow, B.C., McKenzie, T.L., dan Louie, L. (2008). "Children's Physical Activity and Environmental Influences During Elementary School Physical Education." *Journal of Teaching in Physical Education*. 27/1: 38-50.
- Cone, T.P., Werner, P.H., dan Cone, S.L. (2009). *Interdisciplinary Elementary Physical Education: Connecting, Sharing, Partnering*. (2nd Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan Kedua. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dinas Pendidikan. (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 2006*. Sleman: SD Negeri Ringinsari.
- Dragu, M. (2010). "Theoretical and Methodological Considerations on Teaching Movement Games to Secondary School Pupils." *Journal of Physical Education and Sport*. 28/3: 100-106.
- Givler, J.I. (2002). "A Physically Active Lifestyle Starts at Birth." *Teaching Elementary Physical Education*, 13/6: 12.
- Gunter, M.A., Estes, T.H., dan Schwab, J.H. (1990). *Instruction: A Models Approach*. Boston: Allyn and Bacon.
- Hastie, P., dan Martin, E. (2006). *Teaching Elementary Physical Education: Strategies for the Classroom Teacher*. San Fransisco: Pearson Benjamin Cummings.
- Hinson, C. (1995). *Fitness for Children*. Champaign, IL: Human Kinetics.

- Hopper, B., Grey, J., dan Maude, T. (2008). *Teaching Physical Education in the Primary School*. New York: Routledge Falmer.
- Humphries, C., Lovdahl, P., dan Ashy, M. (2002). "Elementary Physical Education and the National Standards." *JOPERD*, 73/5: 42-45.
- Joyce, B., dan Weil, M. (1996). *Models of Teaching*. (5th Ed). Needham Heights, Mass.: A Simon & Schuster Company.
- Lauder, A., dan Piltz, W. (2006). "Beyond Understanding to Skilful Play in Games, through Play Practice." *Journal of Physical Education New Zealand*. 39/1: 47-57.
- Lu, C., dan Lisio, A.D. (2009). "Specifics for Generalists: Teaching Elementary Physical Education." *International Electronic Journal of Elementary Education*, 3/1: 170-187.
- Lutan, R., Hartoto, J., dan Tomoliyus. (2001). *Pendidikan Kebugaran Jasmani: Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Ditjen Olahraga, Depdiknas.
- Mechikoff, R.A. (2010). *A History and Philosophy of Sport and Physical Education: From Ancient Civilizations to the Modern World*. (5th Ed). Boston: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Metzler, M.W. (2005). *Instructional Models for Physical Education*. (2nd Ed.). North Cattletrack Rd.: Holcomb Hathaway, Publishers, Inc.
- Mitchell, S.A., Oslin, J.L., dan Griffin, L.L. (2003). *Sport Foundations for Elementary Physical Education: A Tactical Games Approach*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mutohir, T.C. (2009). "Program Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Pendidikan Terpadu Jangka Panjang." *Makalah*. Disampaikan dalam Semiloka Bidang Iptek. Jakarta: Kemenegpora.
- NASPE. (2005). *Physical Best Activity Guide: Elementary Level*. (2nd Ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ramli. (2009). *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. <http://ramliunmul.blogspot.com/2009/10/model-pembelajaran-penjas.html?zx=aeb09335ac0ba69a> (diunduh 21 Oktober 2010).

- Rink, J.E. (2009). *Designing the Physical Education Curriculum: Promoting Active Lifestyles*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Shen, B., Wingert, R.K., Li, W., Sun, H., dan Rukavina, P.B. (2012). "An Amotivation Model in Physical Education." *Journal of Teaching in Physical Education*. 29/1: 72-84.
- Siedentop, D. (2002). "Junior Sport and the Evolution of Sport Cultures." *Journal of Teaching in Physical Education*, 4/21: 394-410.
- Tedjasaputra, M.S. (2001). *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Timken, G.L., dan McNamee, J. (2012). "New Perspectives for Teaching Physical Education: Preservice Teachers' Reflections on Outdoor and Adventure Education." *Journal of Teaching in Physical Education*. 31/1: 21-38.
- Trost, S.G. (2007). *Active Education: Physical Education, Physical Activity and Academic Performance*. Available on line at www.activelivingresearch.org (diunduh 1 April 2011).
- Wuest, D.A. dan Bucher, C.A. (1995). *Foundations of Physical Education and Sport*. (12th Ed.). St. Louis: Mosby-Year Book. Inc.