

# PERBANDINGAN PENGARUH PERMAINAN KASTI DENGAN PERMAINAN ROUNDERS TERHADAP KESEGERAN JASMANI MURID SD INP BORONG JAMBU II KOTA MAKASSAR

Penulis<sup>1</sup> Muh Ilham Budi Utama

<sup>1</sup>FKIP/Universitas Megareky

Email: [ilhambudiutama@gmail.com](mailto:ilhambudiutama@gmail.com)

---

## Journal info

**Jurnal Pendidikan Glasser**

p-ISSN: 2579-5082

e-ISSN: 2598-2818

DOI: 10.32529/glasser.v5i2.897

Volume :5

Nomor :2

Month :2021

Issue : Oktober

---

## Abstract.

Mempelajari dan mencapai keterampilan gerak adalah suatu bagian terpenting dalam kehidupan sehari-hari bagi semua orang dari berbagai usia karena gerak merupakan ciri kehidupan. Tujuan Penelitian (1) Untuk mengetahui pengaruh permainan kasti terhadap kebugaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, (2) Untuk mengetahui pengaruh permainan rounders terhadap peningkatan hasil kebugaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, (3) Untuk mengetahui perbandingan pengaruh permainan kasti dengan permainan rounders terhadap kebugaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Metode penelitian ini bersifat eksperimental yang akan mengungkap hasil perlakuan permainan bola kasti dan permainan rounders. Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa permainan kasti mempunyai pengaruh yang lebih signifikan dari pada permainan rounders terhadap peningkatan tingkat kebugaran jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Diperoleh nilai rata-rata posttest kelompok kasti 15,25, kelompok rounders 13,85, dan kelompok kontrol 12,80, disimpulkan bahwa nilai rata-rata untuk kelompok Kasti lebih besar dibandingkan nilai rata-rata kelompok Rounders dan kelompok kontrol. Hal ini juga dapat dilihat dari perbedaan peningkatan nilai rata-rata antara ketiga kelompok, dimana pada kelompok Permainan Kasti dengan nilai tes awal 12.75 meningkat menjadi 15.25 terdapat peningkatan 2.50. Permainan Rounders dengan nilai tes awal 12.6 meningkat menjadi 13,85 terdapat peningkatan 1,25. Kelompok Kontrol dengan nilai tes awal 12,7 meningkat menjadi 12,8 hanya terdapat peningkatan 0,1

---

## Keywords:

Kasti, Rounders, & Kebugaran Jasmani

---

## A. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani tidak lepas dari kata bermain bagi anak sekolah dasar karena bermain merupakan naluri ilmiah yang telah melekat pada diri anak sejak bayi. Sejak bayi, anak-anak telah memainkan tangan dan jari-jari

kaki mereka, benda-benda di sekeliling mereka, memperhatikan gerakan mainan gantung atau cahaya, mengigit, memasukkan benda-benda ke dalam mulut, atau memproduksi suara-suara.

Seiring pertambahan usia, anak-anak memainkan permainan-permainan yang makin

kompleks. Pengenalan mereka atas jenis-jenis mainan makin beragam. Mereka juga makin akrab dengan permainan-permainan yang membutuhkan keterampilan tertentu dan kerja sama tim.

Budaya gerak juga berkaitan dengan kecerdasan, pada usia tertentu budaya gerak bermanfaat untuk memperkuat koneksi sel saraf. Ilmuan percaya bahwa masa anak-anak merupakan masa yang sangat menentukan bagi tumbuh kembang anak, sehingga disebut sebagai pintu kesempatan untuk mengembangkan gerak sangat ditentukan oleh pengalaman, terutama keterampilan yang membutuhkan otot besar seperti memanjat, berlari, melempar, menangkap dan melompat.

Menurut Ratal Wirja Santosa (1984 : 27) bahwa Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia, berupa sikap, tindak karya yang diberi bentuk, isi dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan

Ketika orang berjalan, berlari, dan memukul bola dalam berbagai permainan seperti kasti, rounders, tenis, softball, dll. Mereka melakukan sesuatu dalam upaya mencapai suatu jenis keahlian yang disebut keterampilan gerak. Mempelajari dan mencapai keterampilan gerak adalah suatu bagian terpenting dalam kehidupan sehari-hari bagi semua orang dari berbagai usia karena gerak merupakan cirri kehidupan.

Slamet Riyadi (2011 : 2) Pada dasarnya belajar gerak (motor learning) merupakan suatu proses belajar yang bertujuan untuk

mengembangkan berbagai keterampilan gerak secara efektif dan efisien. Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muscular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh, yang merupakan sarana untuk mencapai tujuan belajar yang tercakup di dalam domain psikomotor.

Pengembangan gerak merupakan salah satu bagian dari tujuan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Perseptual motorik merupakan salah satu gerak yang perlu mendapatkan perhatian bagi siswa di sekolah dasar. Pada dasarnya perseptual motorik merupakan kemampuan individu untuk menerima, menginterpretasikan dan memberikan reaksi dengan tepat kepada sejumlah rangsangan yang datang kepadanya, tidak hanya dari luar dirinya tetapi juga dari dalam.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis di sekolah SD Negeri INP Borong Jambu II Kota Makassar terutama pada bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bahwa perbandingan pengaruh permainan kasti dengan permainan rounders terutama dalam meningkatkan kebugaran jasmani belum begitu efektif begitu pula halnya dengan dengan metode latihan yang dipergunakan oleh guru masih sering menggunakan metode-metode latihan yang kurang inovatif. Olehnya itu kenyataan yang ada dilapangan murid kurang antusias untuk mengikuti permainan kasti (lari, memukul, dan menangkap bola). Rounders (Lari, Menangkap dan memukul )

## **B. METODE PENELITIAN**

Pelaksanaan penelitian pada hakekatnya merupakan suatu usaha mengkaji permasalahan berdasarkan pendekatan-pendekatan tertentu yang lazim dinamakan sebagai kegiatan yang bersifat ilmiah, hendaknya juga mempunyai prosedur yang sistematis dan terarah, sehingga hipotesis penelitian ini dapat dibuktikan secara ilmiah untuk metode penelitian ini bersifat analisis deskriptif.

### **Jenis dan Lokasi Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental yang akan mengungkap hasil perlakuan permainan bola kasti dan permainan bola rounders. Menurut Sugiyono (2011 : 72) Metode Penelitian eksperimen dapat di artikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan. Penelitian ini bertempat di Lapangan FKIP Megarezky Makassar

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dari semua rangkaian kegiatan penelitian ini, maka akan di kemukakan penyajian hasil analisis data dan pembahasan. Yaitu data hasil tes Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar yang diperoleh dalam penelitian dari ketiga kelompok, yaitu kelompok Permainan Kasti, Kelompok Permainan Rounders, dan Kelompok Kontrol. Kelompok I berjumlah 20 orang murid, kelompok II berjumlah 20 orang murid dan Kelompok III 20 orang murid, maka semua data yang diperlukan dalam penelitian ini dapat diperoleh. Data yang di maksud adalah data

Pengaruh Permainan Kasti dengan Permainan Rounders terhadap tingkat kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Makassar, sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Untuk menjawab permasalahan dan untuk mencapai tujuan serta untuk menguji hipotesis penelitian ini, maka semua data tersebut di olah dengan menggunakan uji statistik melalui SPSS 16.0 dengan uji statistik deskriptif dan uji statistik infrensial dengan teknik uji t-berpasangan dan uji-t tidak berpasangan. Berdasarkan pengolahan data variabel-variabel yang terdiri dari : data (1) kelompok Permainan Kasti, (2) Kelompok Permainan Rounders, (3) kelompok kontrol pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Data tersebut dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui gambaran secara umum data penelitian. Penyajian hasil analisis data dalam bab ini hanya merupakan rangkuman hasil analisis, sedangkan hasil perhitungan statistik secara lengkap dapat dilihat pada daftar lampiran.

### **Hasil Deskriptif Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II**

Hasil analisis deskriptif (gambaran umum) data penelitian yang terdiri dari nilai tes awal Tingkat Kesegaran Jasmani pada Murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar pada kelompok yang mendapat perlakuan Permainan Kasti dan kelompok yang mendapat Permainan Rounders dapat dilihat dalam rangkuman hasil analisis deskriptif yang tercantum pada tabel berikut.

Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Pretest dan posttest Kelompok Permainan Kasti

terhadap Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Variabel	N	$\Sigma x$	$\mu$	sd	range	min	max
Preetest Permainan Kasti	20	225	12,75	2,468	8	8	16
Posttest Permainan Kasti		305	15,25	1,888	7	11	18

Rangkuman hasil analisis deskriptif data kelompok permainan kasti terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, Data kelompok Permainan Kasti sebelum perlakuan atau pretest ( test awal ) dari 20 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 225. Nilai rata-rata yang diperoleh 12,75 dengan hasil standar deviasi 2,468. Untuk angka range 8 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 8 dan nilai maksimal 16

Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Pretest dan posttest Kelompok Permainan Rounders terhadap Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Variabel	N	$\Sigma x$	$\mu$	sd	range	min	max
Preetest Permainan Rounders	20	252	12,60	2,137	7	8	15
Posttest Permainan Rounders		277	13,85	2,134	8	9	17

Rangkuman hasil analisis deskriptif data kelompok permainan Rounders terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, Data kelompok Permainan Rounders sebelum

perlakuan atau pretest ( test awal ) dari 20 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 252. Nilai rata-rata yang diperoleh 12,60 dengan hasil standar deviasi 2,13739. Untuk angka range 7 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 8 dan nilai maksimal 15.

Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Pretest dan posttest Kelompok Kontrol terhadap Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Variabel	N	$\Sigma x$	$\mu$	sd	range	min	max
Preetest Kelompok Kontrol	15	191	12,73	12,60	8	9	17
Posttest Kelompok Kontrol		194	13,93	12,65	8	9	17

Berdasarkan tabel rangkuman hasil analisis deskriptif data kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, Data kelompok kontrol sebelum perlakuan atau pretest ( test awal ) dari 15 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 191. Nilai rata-rata yang diperoleh 12,733 dengan hasil standar deviasi 12,60403. Untuk angka range 8 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 9 dan nilai maksimal 17

Kesimpulan dari tiga kelompok bahwa kelompok permainan kasti dengan peningkatan dengan nilai rata-rata adalah 2,59 dan kelompok permainan rounders dengan peningkatan nilai rata-rata adalah 1,25 artinya kelompok latihan permainan kasti lebih baik jika dibandingkan

dengan kelompok latihan permainan rounders dan sebagai alat kontrol adalah dibentuknya kelompok kontrol dengan peningkatan nilai rata-rata adalah 0,2.

### Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis pada dasarnya merupakan langkah untuk menguji apakah pernyataan yang di kemukakan dalam perumusan hipotesis dapat di terima atau di tolak. Untuk menguji hipotesis penelitian di gunakan teknik analisis uji-t baik berpasangan atau tidak berpasangan taraf signifikansi 5% atau dengan nilai  $\alpha$  0,05.

Uji-t berpasangan (*Paired-Sample t Test*) digunakan untuk membandingkan selisih dua rata-rata dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji-t berpasangan yang dilakukan pada data Pretest tes awal dan posttest tes akhir, baik data Preetest dan Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar pada kelompok Permainan Kasti, kelompok Permainan Rounders dan kelompok Kontrol.

Untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Kasti terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Berikut ini akan diuji bahwa hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid-murid yang telah diberi treatment Permainan Kasti akan lebih baik atau lebih besar nilainya dibandingkan hasil rata-rata dari murid-murid sebelum diberi treatment dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \geq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

dimana:

$\mu_1$  = Hasil Rata-rata dari kelompok murid sebelum diberikan treatment Permainan Kasti.

$\mu_2$  = Hasil Rata-rata dari kelompok murid setelah diberikan treatment Permainan Kasti.

Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Kasti terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t	Df	Sig(2 tailed)	A
Permainan Kasti	Pretest	2,50	7611	19	0,00	0,05
	Posttest					

Rangkuman analisis data Preetest dan Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar dengan uji-t berpasangan pada Permainan Kasti, ada pengaruh yang signifikan Permainan Kasti terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Uji-t  $H_0: \mu_1 \geq \mu_2$ , memberikan nilai  $t = 7,611$  dengan derajat kebebasan 19. Sedangkan nilai signifikan (2 tailed) yang diperoleh 0,000. Karena yang dilakukan adalah uji hipotesis satu sisi (one tailed)  $H_1: \mu_1 < \mu_2$ , maka nilai signifikan (2-tailed) harus dibagi dua menjadi  $\frac{0,000}{2} = 0,000$ . Sehingga diperoleh nilai signifikan 0.000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  maka  $H_0: \mu_1 \geq \mu_2$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata kelompok murid sebelum diberikan treatment Permainan Kasti lebih kecil nilainya dibandingkan hasil

rata-rata dari murid setelah diberikan treatment Permainan Kasti.

Selanjutnya untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Rounders terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Berikut ini akan diuji bahwa hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid-murid yang telah diberi treatment Permainan Rounders akan lebih baik atau lebih besar nilainya dibandingkan hasil rata-rata dari murid-murid sebelum diberi treatment dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \geq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

dimana:

$\mu_1$  = Hasil Rata-rata dari kelompok murid sebelum diberikan treatment Permainan Rounders.

$\mu_2$  = Hasil Rata-rata dari kelompok murid setelah diberikan treatment Permainan Rounders.

Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Rounders terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t	Df	Sig(2 tailed)	A
Permainan Rounders	Pretest	1,25	6,57	19	0,00	0,05
	Posttest					

Berdasarkan Tabel rangkuman analisis data Preetest dan Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar dengan uji-t berpasangan pada Permainan Rounders, ada pengaruh yang

signifikan Permainan Rounders terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Uji-t  $H_0: \mu_1 \geq \mu_2$ , memberikan nilai  $t = 6,571$  dengan derajat kebebasan 19. Sedangkan nilai signifikan (2 tailed) yang diperoleh 0,000. Karena yang dilakukan adalah uji hipotesis satu sisi (one tailed)  $H_1: \mu_1 < \mu_2$ , maka nilai signifikan (2-tailed) harus dibagi dua menjadi  $\frac{0.000}{2} = 0,000$ . Sehingga diperoleh nilai signifikan 0.000 lebih kecil dari  $\alpha = 0,05$  maka  $H_0: \mu_1 \geq \mu_2$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata kelompok murid sebelum diberikan treatment Permainan Rounders lebih kecil nilainya dibandingkan hasil rata-rata dari murid setelah diberikan treatment Permainan Rounders.

Kemudian untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Berikut ini akan diuji hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid kelompok kontrol dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

dimana:

$\mu_1$  = Hasil Rata-rata dari kelompok Kontrol Preetest

$\mu_2$  = Hasil Rata-rata dari kelompok Kontrol Posttest

Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t	Df	Sig(2 tailed)	A
Kelompok Kontrol	Pretest	0,20	0,83	14	0,424	0,05
	Posttest					

Berdasarkan Tabel rangkuman analisis data Preetest dan Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar dengan uji beda ( uji-t berpasangan ) pada Kelompok Kontrol , tidak ada pengaruh yang signifikan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Uji-t  $H_0: \mu_1 \leq \mu_2$  , memberikan nilai  $t = 0.823$  dengan derajat kebebasan 14. Sedangkan nilai signifikan (2 tailed) yang diperoleh 0,424. Karena yang dilakukan adalah uji hipotesis satu sisi (one tailed)  $H_1: \mu_1 > \mu_2$ , maka nilai signifikan (2-tailed) harus dibagi dua menjadi  $\frac{0,424}{2} = 0,212$ . Sehingga diperoleh nilai signifikan 0.212 lebih besar dari  $\alpha = 0,05$ , maka  $H_0: \mu_1 \leq \mu_2$  tidak dapat ditolak dan dapat disimpulkan bahwa bahwa nilai rata-rata kelompok kontrol pretest lebih kecil dibanding nilai rata-rata posttest, dapat dilihat dari nilai rata-rata tes akhir lebih besar dibandingkan dengan tes awal atau (  $\mu_{C1} 12,73$   $\mu_{C2} 12,93$  ) dengan selisih 0,20, namun dengan nilai selisih rata-rata yang sangat kecil dapat dikatakan ada perbedaan tes awal dan tes akhir Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, namun tidak signifikan.

#### D. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bagian terdahulu dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh permainan kasti terhadap kesegaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Hal ini dapat dilihat dari uji-t berpasangan dimana diperoleh  $t_{hitung} = 7.611$  dan  $t_{tabel} = 2,090302$ , karena  $t_{hitung} = 7,611 > t_{tabel} = 2,090302$ , maka data pretest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar untuk pemberian treatment Permainan Kasti dengan uji-t berpasangan terdapat pengaruh signifikan. Hal ini juga dibuktikan dengan perolehan dengan nilai rata-rata awal 12,75 (*pretest*) meningkat menjadi 15,25 (*posttest*), sehingga terdapat peningkatan 2,50.
2. Ada pengaruh Permainan Rounders terhadap peningkatan hasil kesegaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar. Hal ini dapat dilihat dari uji-t berpasangan dimana diperoleh  $t_{hitung} = 6,571$  dan  $t_{tabel} = 2,090302$ , karena  $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,090302$ , maka data Pretest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar untuk pemberian treatment permainan rounders.dengan uji-t berpasangan terdapat pengaruh signifikan. Hal tersebut juga dapat di buktikan dengan perolehan dengan nilai rata-rata awal 12,60 (*pretest*) meningkat menjadi 13,85 (*posttest*) terdapat peningkatan 1,25.

3. Pengaruh permainan kasti lebih baik dari permainan rounders terhadap kesegaran jasmani murid SD INP Borong Jambu II. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisis uji-t tidak berpasangan menunjukkan permainan kasti mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan Preetest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar antara kelompok Rounders dan kelompok kasti yaitu  $t_{hitung} = 2,197$  dengan  $t_{tabel} = 2,02439$ , karena  $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,02439$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh signifikan antara kelompok yang di beri treatment permainan kasti dan kelompok yang di beri treatment permainan rounders terhadap tingkat kesegaran jasmani karena ada perbedaan peningkatan nilai rata-rata *posttest* antara kedua kelompok, dimana pada kelompok Permainan Kasti dengan nilai tes awal 12.75 meningkat menjadi 15.25 terdapat peningkatan 2.50. Permainan Rounders dengan nilai rata-rata 12.6 meningkat menjadi 13,85 terdapat peningkatan 1,25 sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh treatment permainan kasti lebih baik dari treatment permainan rounders terhadap tingkat kesegaran jasmani SD INP Borong Jambu II.

## E. REFERENSI

- Achroni, K. 2012. *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta : Javalitera
- A. Basith, Ichsani. 2008. *Permainan Bola Kecil*. Makassar : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar
- Bompa Tudor O dan Haff, G, Gregory. 2009. *Periodization Theory and Methodology of Training*
- BS, Nuruddin Priya. 2011. Penatalaksanaan Pembelajaran/Latihan Fisik Bagi Anak Usia Dini/Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Spirit*. ISSN: 1411-8319 Vol. 11 No. 1.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani : Perinsip-perinsip dan Penerapannya*. Jakarta Pusat. Direktorat Jendral Olahraga
- Nur, M. 2005. *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani*. Makassar : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.
- Rusmawan, A. 2008. *Pengaruh Permainan Kecil Menggunakan Alat dan Tanpa Alat Terhadap Kemampuan Gerak dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*
- Rukmana, A. 2006. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta : Jurnal Pendidikan dasar
- Riyadi Slamet. 2011. Pemrosesan Informasi Dalam Belajar Gerak. *Jurnal Ilmiah Spirit*. ISSN: 1411-8319 Vol. 11 No. 2.