

## MODEL PEMANASAN SEPAKBOLA BERBASIS PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK ANAK USIA 10 TAHUN

Hafizh Dzakwan<sup>1</sup>, Hartman Nugraha<sup>2</sup> dan Sri Nuraini<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Olahraga, <sup>2</sup> Universitas Negeri Jakarta.

e-mail : hafizhdzakwan96@gmail.com, [Pd\\_aini@yahoo.com](mailto:Pd_aini@yahoo.com)

Received: 19/04/2022 Revised: 30/05/2022 Accepted: 30/05/2022

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk membuat model pemanasan *sepakbola berbasis permainan tradisional untuk anak usia 10 tahun*, yaitu di SSB Toyo Haryono. Waktu penelitian terhitung selama 3 bulan selama Mei 2019 – Juli 2019. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian ADDIE, dimana penelitian menggunakan 5 tahapan yaitu Analisis, desain, pengembangan model, pelaksanaan, evaluasi. Hasil penelitian menghasilkan produk yang berupa model pemanasan sepakbola berbasis permainan tradisional untuk anak usia 10 tahun yang telah di revisi oleh ahli permainan dengan jumlah 15 model yang diujicobakan dalam kelompok kecil sebanyak 12 anak dan kelompok besar sebanyak 20 anak. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa model pemanasan sepakbola ini dapat menjadi media untuk digunakan dalam proses kegiatan sepakbola, sehingga dapat memberikan motivasi latihan yang baik dalam proses meningkatkan kemampuan teknik dasar sepakbola pada anak usia 10 tahun, berdasarkan hasil penelitian model pemanasan sepakbola dapat dikembangkan dan dapat diterapkan terhadap siswa di SSB Toyo Haryono.

Terdapat perbedaan antara hasil Pre test dan hasil Post test yang diperoleh dari uji coba kelompok besar dengan menerapkan model pemanasan sepak bola di SSB Toyo Haryono, Jakarta Timur. Telah diperoleh hasil Pre test sebesar 1384 dan hasil Post test sebesar 1627.

**Kata Kunci:** Sepakbola, Model Permainan Tradisional, anak usia 10 tahun

### PENDAHULUAN

Bermain adalah salah satu media atau metode yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual dan spiritual seseorang. Dengan permainan seseorang dapat mengenal lingkungan, berinteraksi, dan bersosialisasi dengan orang lain, melatih kemampuan motorik serta mengembangkan emosi dengan baik.

Suatu kegiatan aktivitas fisik memiliki fungsi yang luas, seperti untuk anak, orang tua dan fungsi lainnya bagi anak, Dengan bermain dapat mengembangkan fisik, motorik, sosial, emosi, kognitif, bahasa, perilaku, ketajaman penginderaan, melepaskan ketegangan, dan terapi bagi fisik,

mental ataupun gangguan perkembangan lainnya.

- A. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat Indonesia dan banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat yang ada di dunia, dari usia anak-anak sampai yang sudah tua. Sepakbola adalah permainan beregu yang dimainkan masing-masing tim terdiri dari 11 pemain, tujuan bermain sepakbola adalah untuk mencetak gol ke gawang lawan dengan dilandasi peraturan yang sudah dibuat oleh FIFA
- B. Tim sepakbola juga disebut tim kesebelasan karena dimainkan oleh

11 pemain dengan beberapa posisi seperti, penjaga gawang, pemain belakang, pemain tengah & pemain depan (striker)

- C. Seluruh pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badannya kecuali tangan. Penjaga gawang boleh memainkan bola dengan tangan, tetapi hanya di daerah gawangnya sendiri. Setiap regu berusaha untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha untuk mencegah lawan untuk memasukkan bola ke gawangnya.

Akan tetapi sebelum melakukan permainan sepakbola alangkah baiknya kalau kita pemanasan terlebih dahulu agar otot-otot kita siap melakukan aktifitas olahraga ini & meminimalisir adanya cedera.

#### **D. Kerangka Teoritik**

##### **1. Model**

Yang Ying Ming dalam Sri Haryati (2012), menyatakan bahwa model adalah suatu deskripsi naratif untuk menggambarkan prosedur atau langkah-langkah dalam mencapai satu tujuan khusus, dan langkah-langkah tersebut dapat dipergunakan untuk mengukur keberhasilan atau kegagalan dalam mencapai tujuan. Sementara Law dan Kelton dan Sudarman (2012), mengemukakan bahwa model adalah representasi suatu sistem yang dipandang dapat mewakili sistem yang sesungguhnya. Jadi dari pengertian yang sudah dikemukakan dapat disimpulkan bahwa suatu model dapat dipertanggung jawabkan karena model dapat disusun melalui pengkajian teoritis prosedur ilmiah.

##### **2. Permainan**

Bermain adalah salah satu media atau metode yang penting bagi

pertumbuhan dan perkembangan fisik, sosial, emosi, intelektual dan spiritual seseorang. Dengan permainan seseorang dapat mengenal lingkungan, berinteraksi, dan bersosialisasi dengan orang lain, melatih kemampuan motoric serta mengembangkan emosi dengan baik.

Bigot dalam Sukintaka (2005), berpendapat bahwa bermain yang bertujuan untuk mendapatkan keuntungan material bukan bermain yang sesungguhnya. Dalam bermain terdapat kebebasan, pengharapan dan juga kesenangan. Selain itu akan melatih diri untuk mengatasi kesukaran-kesukaran sehingga dengan demikian berarti anak dapat mengembangkan kegiatan, baik jasmaniah maupun rokhaniah. Bermain yang dilakukan dengan sungguh-sungguh akan mempengaruhi anak dalam mengembangkan kepribadiannya. Suasana bermain akan lebih terasa bila anak melakukan permainan bersama-sama yaitu setiap permainan merasa menjadi bagian dari suatu kelompok yang mempunyai tujuan yang sama. Pemanasan juga dapat meningkatkan suhu tubuh yang bertujuan meningkatkan suhu tubuh agar bisa mendapatkan lebih banyak oksigen yang akan disalurkan ke otot untuk memperoleh energi yang maksimal.

Saat bermain sepakbola jantung dituntut untuk bedetak kencang memompa darah yang disalurkan ke setiap otot. Untuk menyesuaikan, maka detak jantung dapat dilatih berdetak cepat dengan cara pemanasan agar saat bermain jantung tidak kaget

##### **3. Sepakbola**

Sepak bola adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim. Setiap tim sepakbola terdiri dari 11 pemain inti dan ditambah beberapa pemain cadangan. Tujuan permainan sepakbola adalah untuk memenangkan pertandingan dengan cara memasukkan bola ke gawang dari tim lawan dan berusaha mempertahankan gawang sendiri dari kemasukan bola tim lawan. Para pemain menggunakan

ketrampilan kaki, kecuali penjaga gawang yang bisa menggunakan semua anggota tubuh. Permainan sepakbola dimainkan dengan durasi 2x45 menit dengan estimasi waktu istirahat 15 menit

## **METODE**

Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode *Research & Development* (R & D) untuk memvalidasi produk berupa pengembangan model pemanasan dalam sepakbola untuk anak usia 10 tahun di SSB Toyo Haryono Metode R & D dalam pendidikan adalah sebuah model pengembangan berbasis industri dimana temuan penelitian digunakan untuk merancang produk dan prosedur baru, yang kemudian secara sistematis diuji dilapangan, di evaluasi dan disempurnakan sampai memenuhi kriteria tertentu.

Desain dalam penelitian dan pengembangan didasarkan pada data yang sistematis yang berasal dari praktik. Melalui studi sistematis ada desain, pengembangan dan proses evaluasi dengan tujuan membentuk dasar empiris untuk menciptakan produk instruksional dan non instruksional serta alat-alat dan model baru atau yang disempurnakan. Ini merupakan cara untuk menguji teori dan untuk memvalidasi produk, selain itu untuk membuat prosedur baru, teknik dan alat-alat berdasarkan analisis tertentu. Desain dan pengembangan produk serta program instruksional merupakan jantung dan IDT (*Instructional Desain & Technology*).

## **Langkah-langkah Pengembangan Model**

### **1. Model ADDIE**

Prosedur yang dikemukakan diatas merupakan langkah yang harus diikuti secara lengkap. Peneliti mendesain langkah-langkah dari prosedur yang dikembangkan oleh ADDIE dan disesuaikan dengan tujuan dan kondisi dilapangan.

Setelah melihat dan mengetahui melalui pengumpulan data dari analisis kebutuhan, maka peneliti melakukan

langkah-langkah pelaksanaan disesuaikan dengan kondisi pada penelitian sebenarnya. Oleh karena itu peneliti melakukan langkah-langkah penelitian yang diuraikan secara jelas sesuai dengan pengembangan produk ADDIE. Penelitian ini melalui 5 tahap dengan mengadaptasi penelitian dan pengembangan model ADDIE.

### **2. Penelitian Pendahuluan**

Analisis kebutuhan digunakan untuk memperoleh data informasi yang dilakukan dengan observasi awal berupa pengamatan lapangan, dan pengamatan si anak. Dilihat dari subjek penelitian yaitu anak usia 10 tahun disini sangat kurang dari segi variasi pemanasan. Maka dari itu peneliti membuat desain model model pemanasan dalam sepakbola untuk anak usia 10 tahun.

Tahap studi pendahuluan pada penelitian ini di rencanakan menempuh alur sebagai berikut: studi literature.

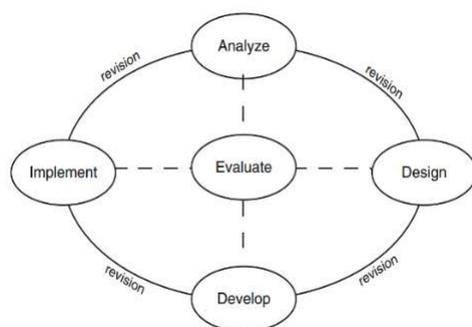
Pengumpulan data dilapangan, pengamatan proses pemanasan, identifikasi masalah yang ditemui dalam pemanasan dan deskripsi serta temuan dilapangan.

➤ Studi pustaka dilakukan untuk mengumpulkan bahan-bahan pendukung konsep model pemanasan sepakbola untuk anak usia 10 tahun

➤ Studi lapangan menempuh kegiatan survei karena untuk mempersiapkan teknis dan memahami terlebih dahulu karakteristik subjek penelitian di SSB Toyo Haryono, hasil studi atau temuan lapangan dideskripsikan menjadi suatu rumusan hasil data yang telah dikumpulkan. Rumusan hasil ini bersifat deskriptif dan analisis dengan mengacu pada tujuan studi pendahuluan.

### 3. Perencanaan Pengembangan Model

Untuk perencanaan produk model pemanasan sepakbola untuk anak usia 10 tahun, model pemanasan ini dibuat sesuai kriteria yang ada di sepakbola, dengan cara bermain, waktu, jarak yang disesuaikan. Model ini mengacu pada model pengembangan ADDIE, adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Rancangan Model ADDIE

Adapun penjelasan dari langkah-langkah model pengembangan ADDIE sebagai berikut:

#### 1. *Analyze* (Analisis)

Pada tahap ini saya melakukan observasi di SSB Toyo Haryono Disana peneliti mengamati lokasi, peralatan dan lapangan serta anak usia 10 tahun tempat terdapat permasalahan yaitu belum diterapkan permainan dalam pemanasan dan cara memanjat belum tersalurkan dengan baik, kurang variasi latihan sehingga memperlambat perkembangan dalam teknik panjat tebing.

#### 2. *Design* (Desain)

Pada tahap ini peneliti membuat desain berupa model permainan, setelah itu menentukan jadwal pelaksanaan penelitian.

#### 3. *Development* (Pengembangan Model)

Pada tahap ini yaitu pembuatan produk awal, peneliti membuat 15 model permainan. Peneliti melakukan validasi kepada 2 ahli permainan.

#### 4. *Implement* (Pelaksanaan)

Setelah tahap pengembangan model dan validasi, peneliti akan melakukan penelitian pada bulan maret.

#### 5. *Evaluate* (Evaluasi)

Pada tahap ini peneliti mengkonsultasikan kepada para ahli dan para dosen pembimbing, untuk memperbaiki permainan dan masuk kedalam pembuatan produk berupa buku model permainan.

### 4. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model

#### a. Validasi desain

Validasi desain merupakan suatu proses untuk menilai apakah rancangan produk model pemanasan sepakbola berbasis permainan tradisional secara rasional akan lebih efektif dari pada yang standar atau tidak, dikatakan secara rasional karena validasi ini masih bersifat penilaian berdasarkan pemikiran yang rasional belum dari fakta lapangan.

#### b. Revisi Produk

Revisi produk model pemanasan sepakbola berbasis permainan tradisional akan dilakukan jika dalam pelaksanaan uji coba ada kendala dan kelemahan. Revisi produk model permainan ini dilakukan jika dalam pemakaian dalam lingkup yang luas nantinya terdapat kekurangan dan kelemahan. Kelemahan yang terjadi dalam produk ini misalnya, kurang nyaman, kurang aman, terlalu sulit untuk anak usia 10 tahun.

#### c. Uji Coba Kelompok Kecil

Hasil uji coba kecil yang dilakukan di SSB Jakarta Football School (JFS), Jakarta Timur, dengan rancangan produk model media sepak bola untuk anak usia 10 tahun sebagai berikut. Uji coba kecil dilaksanakan tanggal **20 April – 7 Mei 2019**, uji coba kecil dilaksanakan pada sore hari pukul 16.00-17.30 dan pagi hari pada pukul 08.30-09.30 dengan setiap harinya melaksanakan 2-3 permainan dengan jumlah sample 12 orang.

**d. Penelitian Kelompok Besar**

Setelah hasil model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun ini diuji cobakan dalam skala kecil dan telah direvisi, maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba kelompok besar. Uji coba kelompok besar dilaksanakan di SSB Toyo Haryono, Jakarta Timur dengan. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 15 Juni – 6 Juli 2019 pada jam 16.00-17.30 dan pada pagi hari pukul 08.30-09.30. Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh para ahli, kemudian peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 15 model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun yang akan digunakan dalam uji coba kelompok besar uji coba besar dilakukan oleh 20 orang anak

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil akhir dari produk model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun, setelah dilakukan penelitian dapat disimpulkan bahwa model permainan yang diterapkan layak dan sesuai digunakan untuk anak serta efektif dalam meningkatkan motivasi latihan pada anak. Penelitian ini telah diupayakan secara maksimal sesuai dengan kemampuan dari peneliti, namun penelitian ini masih terdapat beberapa keterbatasan yang harus diakui dan dikemukakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengolah hasil dari penelitian yang dicapai.

**1. Hasil Analisis Kebutuhan**

Terdapat tujuan umum yang akan diungkapkan dalam studi pendahuluan, yaitu: Model pemanasan sepak bola dapat diterapkan dalam latihan sepak bola untuk anak usia 10 tahun. Tujuan umum diatas kemudian menjadi dasar peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menggunakan angket yang sarasanya yaitu siswa yang ada di sekolah sepakbola serta melakukan survey karena tujuan yang utama yaitu melakukan persiapan teknis dengan memerhatikan terlebih dahulu karakteristik subyek penelitian dan tempat yang akan dilakukan penelitian

**2. Model Draft Awal**

Setelah melakukan tahap pengumpulan data dan pembuatan draf model pemanasan sepak bola. Langkah selanjutnya adalah dengan melakukan uji ahli dimana tujuan yang ingin dicapai yaitu mendapatkan kelayakan atau validitas model yang dibuat dengan penilaian langsung dari ahli

**3. Model Draft Final**

Setelah dinyatakan valid, maka didapatkan model pemanasan sepak bola yang sudah final, terdapat 15 permainan tradisional yang dapat diterapkan, baik dalam segi alat-alat, bentuk permainan dan peraturan permainannya..

**Tabel 4.3 Model Final**

No.	Nama Model Permainan	Saran dan Masukan
1.	Benbol	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
2.	Target	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
3.	Hagol	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
4.	Nyepak	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
5.	Lompatin	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
6.	Pindahin	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
7.	Hayoloh	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
8.	Hayy	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
9.	Yang cepet yang menang	Sudah dapat diterapkan karena dapat dilakukan
10.	Dribbling &	Sudah dapat

	karung	diterapkan karena bisa dilakukan
11.	Pass	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
12.	Kenain	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
13.	Beben	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
14.	Balapan	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan
15.	Pindah pindah	Sudah dapat diterapkan karena bisa dilakukan

### A. Kelayakan Model

Pada penelitian ini melibatkan ahli dalam melakukan uji kelayakan model, *expert judgement* dilakukan untuk mendapat masukan rancangan model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun. Setelah dilakukan validasi, evaluasi, dan revisi model berdasarkan para ahli, hasil yang didapat yaitu sebanyak 15 model permainan tradisional yang valid.

#### 1. Data Hasil Validasi Ahli Permainan

Rancangan produk yang telah disusun oleh peneliti di validasi oleh dosen ahli permainan, Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd yang memiliki jabatan sebagai Koordinator Program Studi di Fakultas Ilmu keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Validasi dilakukan pada bulan April 2019 dan Abdul Gani S.Pd, M.Pd yang memiliki jabatan sebagai dosen di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. Validasi dilakukan pada bulan Maret 2019.

### B. Revisi Produk

Uji ahli yang dilakukan oleh peneliti terhadap dua ahli terdapat beberapa saran yang membangun untuk penyempurnaan model pemanasan dalam spakbola pada anak usia 10 tahun di SSB Toyo Haryono:

1. Petunjuk pelaksanaan model model pemanasan sepakbola pada anak usia 10 tahun di SSB Toyo Haryono harus dibuat secara jelas supaya mudah untuk dipahami.
2. Peraturan model model pemanasan sepakbola berbasis permainan tradisional untuk anak usia 10 Tahun harus dibuat secara jelas dan mudah dipahami.
3. Tujuan dari setiap model model pemanasan sepakbola berbasis permainan tradisional untuk anak usia 10 Tahun harus dibuat secara jelas dan mudah dipahami

### C. Pembahasan

Hasil akhir dari produk model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun, setelah dilakukan penelitian dapat disimpulkan bahwa model permainan yang diterapkan layak dan sesuai digunakan untuk anak serta efektif dalam meningkatkan motivasi latihan pada anak. Penelitian ini telah diupayakan secara maksimal sesuai dengan kemampuan dari peneliti, namun penelitian ini masih terdapat beberapa keterbatasan yang harus diakui dan dikemukakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengolah hasil dari penelitian yang dicapai..

Penelitian ini telah dilakukan secara maksimal sesuai dengan kemampuan peneliti, namun dalam penelitian ini masih terdapat beberapa keterbatasan yang harus diakui sebagai bahan agar lebih baik kedepannya.

### KESIMPULAN

Berdasarkan dari semua data yang diperoleh dari hasil validasi ahli, uji coba kelompok kecil serta kelompok besar dan juga pembahasan dari hasil penelitian, uji coba kelompok kecil dengan jumlah 15 model yang diterapkan kepada 12 anak usia 10 tahun, dan penelitian kelompok besar dengan jumlah 15 model yang

diterapkan kepada 20 anak usia 10 tahun, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa model pemanasan sepak bola ini dapat dikembangkan melalui modifikasi pemanasan sepak bola berbasis permainan tradisional untuk anak usia 10 tahun. Pengembangan model yang diperoleh secara keseluruhan dari ahli permainan menyatakan bahwa model yang dibuat termasuk dalam kategori sesuai dan layak digunakan. Serta pengembangan model yang diperoleh secara keseluruhan dari ahli olahraga sepak bola bahwa model yang dikembangkan termasuk dalam kategori sesuai dan layak digunakan

Maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun ini dapat diterapkan pada anak usia tersebut. Pada penelitian ini didapatkan 15 model pemanasan sepak bola yang layak dan dapat diterapkan.

### **Implikasi**

Melihat hasil penelitian model pemanasan sepak bola ini dapat memberikan inovasi yang baik kepada para pelatih sekolah sepak bola yang lain.

### **Saran**

Sehubungan dengan produk yang dibuat yaitu model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun, peneliti akan memberikan saran-saran yang meliputi saran.

#### **1. Saran pemanfaatan**

Sehubungan dengan produk yang dibuat yaitu model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun, peneliti akan memberikan saran-saran yang meliputi saran pemanfaatan, saran diseminasi, dan saran pengembangan lanjutan.

##### **a. Masyarakat**

Produk model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun yang

dikemas dalam bentuk panduan model permainan ini sebaiknya dilihat atau dipelajari terlebih dahulu sebelum melaksanakan kegiatan praktek permainan, sehingga diharapkan dapat menarik minat anak agar termotivasi dalam latihan sepak bola.

##### **b. Program studi ilmu keolahragaan konsentrasi olahraga rekreasi dan fakultas ilmu keolahragaan.**

Model pemanasan sepak bola untuk anak usia 10 tahun ini sebaiknya ditambahkan sebagai bahan kepustakaan. Sehingga bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian dan pengembangan sejenis hendaknya penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam meneliti.

#### **2. Saran Diseminasi**

Dalam pembuatan produk ini peneliti menyarankan, sebelum menyebarkan produk ini perlu tahap evaluasi dari ahli yang berguna untuk menyempurnakan produk, serta harus memerhatikan sasaran yang akan di uji dan disesuaikan dengan kondisi sasaran yang ingin dituju baik isi maupun kemasan, karena model pemanasan ini dibuat berdasarkan masalah yang terjadi di SSB Toyo Haryono, Jakarta Timur. Sehingga model permainan ini dapat menarik dan bermanfaat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agoes Dariyo, *Pengetahuan Tentang Penelitian dan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa, Jurnal Psikologi*, Vol.2, No.1, Juni 2004
- Benny A. Pribadi. 2009, *Model Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta : Dian Rakyat
- Endang Mulyatiningsih, *Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2014)

- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan, Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung. Alfabeta, 2016),
- Tegeh Made I, Jampel Nyoman I, Pudjawan Ketut, *Model penelitian pengembangan.* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014).,
- Sri Haryati, *Research and Development (R&D) Sebagai Salah Satu Model Penelitian Dalam Bidang Pendidikan.* Vol.37, No.1, 15 September 2012. h.19-20.
- Harsono, *Kepelatihan Olahraga* (Bandung, PT REMAJA ROSDAKARYA, 2015),
- Darmawan A Elda. 2019. Pengaruh latihan service sepak sila bola digantung terhadap kemampuan service sepak takraw. *Physical Education and Sport Science.* Vol 1. No: 1, h.7
- Sukarmin Yustinus. 2006. Petunjuk praktis pencegahan kecelakaan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama dan atas. *Pendidikan jasmani indonesia.* Vol 5. No: 1, h.77-78
- <sup>1</sup>Nofi Marlina Siregar, *Teori Bermain* (buku bahan ajar FIO UNJ 2013), Phill Watts.1996.*ROCK CLIMBING (Outdoor Pursuits Series)* Hongkong:Human Kinetics Publisher .
- Sri Nuraini dan Hartman Nugraha, *Teori dan Praktik Permainan Kecil* (Jakarta, Lembaga Pengembangan Pendidikan UNJ, 2015),
- Wulansari Yuli, Puspasari Durinta, . 2017. Pengembangan media pembelajaran permainan roda pintar pada mata pelajaran administrasi kepegawaian kelas XI. *Administrasi Perkantoran (JPAP).* Vol 5. No: 1, h.2
- Ismatul Khasanah, Agung Prasetyo, Ellya Rakhmawati. 2011. permainan tradisional sebagai media stimulasi aspek perkembangan anak usia dini. *Jurnal Penelitian PAUDIA.* Vol 1. No: 1, h.94
- Sri Haryati, *Research and Development (R&D) Sebagai Salah Satu Model Penelitian Dalam Bidang Pendidikan.* Vol.37, No.1, 15 September 2012. h.11-26.
- H. Subardi dan Andri Setyawan, Permainan Kegemaranku (Sepak Bola). (Klaten, PT. Intan Pariwara, 2007), h.8
- Wardana Ipnur. R.2016. Analisis SWOT di sekolah sepakbola hayam wuruk kabupaten Trenggalek. *Kesehatan Olahraga .* Vol:06. No: 2, h.169
- <sup>1</sup>Yvon Avry, Maeco Bernet, Alvin Corneal, Belhassen, Govinden Thondoo, *Federation International Of Football Assosiation (FIFA), (Filosofi Grassroots Football).* (RVA Druck und Medien, Altstatten, Switzerland). hal 16
- Pratiwi. 2014. Upaya meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok b Tunas Rimba II tahun ajaran 2014/2015. *Paudia.* Vol. 3, no:2,h.25
- Ismatul Khasanah, Agung Prasetyo, Ellya Rakhmawati. 2011. Permainan tradisional sebagai media stimulasi aspek perkembangan anak usia dini. *PAUDIA.* Vol 1. No: 1,h.92
- <sup>1</sup> Sri Nuraini dan Hartman Nugraha, *Teori dan Praktik Permainan Kecil* (Jakarta, Lembaga Pengembangan Pendidikan UNJ, 2015),
- Rahmawati Desi. 2013. Pengaruh motivasi terhadap produktivitas kerja

karyawan PR Fajar Berlian  
Tulungagung. *Universitas  
Tulungagung BONOROWO*. Vol  
1. No: 1,h.5

- <sup>1</sup> Daud Firdaus. 2012. Pengaruh  
Kecerdasan Emosional (EQ)  
dan Motivasi Belajar terhadap  
Hasil Belajar Biologi Siswa  
SMA 3 Negeri Kota Palop.  
*Pendidikan dan pembelajaran*.  
Vol 19. No: 2,h.248