

**Survey Penyampaian Materi Pendidikan Kesehatan Semester Genap 2012/2013 Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah**  
(studi pada kelas VIII di SMP/MTs se-Kecamatan Kencong-Jember)

**Ghulam Nizar Ali**

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Surabaya, sebastiannezar@gmail.com

**Faridha Nurhayati**

Dosen Program S1 Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Surabaya

**Abstrak**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan di sekolah dari tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah, bahkan sampai di perguruan tinggi. Penjasorkes di sekolah memang lebih mementingkan keaktifan siswa dalam aspek gerak namun bukan berarti aspek yang lain boleh diabaikan begitu saja. Dalam Sistem Pendidikan Nasional No. 19 Tahun 2005 disebutkan bahwa kelompok mata pelajaran penjasorkes di sekolah dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat dalam Sistem Pendidikan Nasional No. 19 tahun 2005 diatas sudah di jelaskan bahwa mapel penjasorkes tidak hanya memuat aktifitas fisik, namun juga ada aspek kesehatan yang harus disampaikan kepada siswa guna mencapai tujuan pendidikan nasional seutuhnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) apakah guru penjasorkes telah memberikan materi pendidikan kesehatan di sekolah tingkat menengah (SMP/MTs) sesuai dengan UU RI No. 19 Th. 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan; 2) proses penyampaian materi pendidikan kesehatan berkaitan dengan metode yang digunakan pada mata pelajaran penjasorkes di sekolah tingkat menengah (SMP/MTs) di wilayah Kecamatan Kencong Kabupaten Jember; 3) proses penyampaian materi pendidikan kesehatan berkaitan dengan media pembelajaran yang digunakan pada mata pelajaran penjasorkes di sekolah tingkat menengah (SMP/MTs) di wilayah Kecamatan Kencong Kabupaten Jember; 4) proses penyampaian materi pendidikan kesehatan berkaitan dengan sistem evaluasi yang digunakan pada mata pelajaran penjasorkes di sekolah tingkat menengah (SMP/MTs) di wilayah Kecamatan Kencong Kabupaten Jember; 5) proses penyampaian materi pendidikan kesehatan berkaitan dengan buku pegangan yang digunakan pada mata pelajaran penjasorkes di sekolah tingkat menengah (SMP/MTs) di wilayah Kecamatan Kencong Kabupaten Jember.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah guru Penjasorkes dan siswa-siswi yang berada dalam lingkup Sekolah Menengah Pertama (SMP/MTs) di Kecamatan Kencong Kabupaten Jember.

Hasil dari penelitian ini adalah penyampaian materi pendidikan kesehatan pada mapel penjasorkes belum berjalan maksimal sesuai yang diharapkan. Hal ini karena guru penjasorkes masih ada yang enggan untuk menyampaikan sesuai Standar Kompetensi (SK) dan Kompetensi Dasar (KD). Mengenai proses pendidikan kesehatan itu sendiri, masih banyak guru yang menggunakan metode ceramah, padahal metode seharusnya disesuaikan dengan karakteristik siswa maupun kondisi sekolah. Media pembelajaran yang dipakai kebanyakan masih buku Lembar Kerja Siswa (LKS).

**Kata Kunci** : Penjasorkes, pendidikan kesehatan, proses penyampaian pendidikan kesehatan.

**Abstract**

Physical and sport education is one of the subjects given in school from the basic level in elementary school until high school, even in college. Physical and sport education in school puts the priority on the students activation in the movement aspect, however it does not mean that the other aspect is ignore. In the National Education System No. 19 Year 2005 is mentioned that the aims of the of sportmanship quality and awarednes of healthy life. In the National Education System No. 19 Year 2005 above, has been explained that physical and sport education subject does not only contain physical activity, but also healthy aspect which have to be conveyed to the students in order to reach the main purpose of the National Education.

The purpose of this research are to know : 1) has the physical and sport education teacher given the healthy education materials in SMP in Kencong-Jember which is appropriate with UU RI No. 19 Th. 2005 about National Education Standard; 2) the process of the providing health education material related to the method which is used in physical and sport education subject in SMP in Kencong-Jember; 3) the process of the providing health education subject in SMP in Kencong-Jember; 4) the process of the

providing health education materia related to the evaluation system which is used in physical and sport education subject in SMP in Kencong-Jember; 5) the process of providing health education material related to the handbook which is used in physical and sport education subject in SMP in Kencong-Jember. Method which is used in this research is Descriptive Qualitative. While, the population in this research is the penjasorkes teacher and students which study in Junior School in Kencong-Jember.

The result of this research is the conveying of materials of health education in Penjasorkes subject which has not worked has not worked maximally yet. It is because the Penjasorkes teacher is reluctant to convey the material in line with the Competence Standard and Based Competence. Related to the process health education it self, there so many teachers which use speech method, in fact this method shoul be matched with the students characteristics and school condition. Moreover, most of the learning Media and handbook that are used in school is still Students Work sheet (LKS).

**Keywords :** Penjasorkes, health education, the process of the providing health education.

## PENDAHULUAN

Pembangunan Nasional merupakan rangkaian upaya yang berkesinambungan yang meliputi aspek kehidupan masyarakat, bangsa dan negara sebagai upaya untuk mewujudkan tujuan nasional yang tercantum dalam pembukaan Undang Undang Dasar 1945. Sedangkan hakikat pembangunan nasional adalah pembangunan manusia Indonesia seutuhnya yang berdasarkan Pancasila.

Dalam program pembangunan nasional, pengembangan pendidikan merupakan salah satu wahana yang sangat penting, karena melalui pendidikan dapat meningkatkan sumberdaya manusia, maka hal tersebut bisa berfungsi sebagai penunjang nasional.

Salah satu pendidikan yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Menurut Roji (2007:1), penjasorkes adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan membiasakan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Penjasorkes sendiri juga merupakan salah-satu mata pelajaran yang diberikan di sekolah dan tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah, bahkan sampai di perguruan tinggi.

Penjasorkes di sekolah pada umumnya hanya mengutamakan aktivitas jasmani (misalnya pengembangan gerak dasar dan peningkatan kebugaran jasmani) yang menjadi identitas bagi mata pelajaran itu sendiri sehingga seringkali tidak sesuai dengan standar kompetensi (SK) dan kompetensi dasar (KD) dari yang seharusnya ada menjadi terlupakan yaitu pendidikan kesehatan. Di dalam Sistem Pendidikan Nasional No. 19 Tahun 2005 disebutkan bahwa :

“Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SD/MI/SDLB/Paket A, SMP/MTs/SMPLB/Paket B, SMA/MA/SMALB/Paket C, SMK/MAK, atau bentuk lain yang sederajat dilaksanakan melalui muatan dan/atau pendidikan jasmani, olahraga, pendidikan kesehatan, ilmu pengetahuan alam, dan muatan lokal yang relevan”. (UU RI No. 19 Th. 2005:106).

Penjelasan :

“Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SD/MI/SDLB/Paket A atau bentuk lain yang

sederajat dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat. Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SMP/MTs/SMPLB/Paket B atau bentuk lain yang sederajat dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta membudayakan sportivitas dan kesadaran hidup sehat. Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SMA/MA/SMALB/Paket C atau bentuk lain yang sederajat dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta membudayakan sikap sportif disiplin, kerja sama hidup sehat. Budaya hidup sehat termasuk kesadaran sikap, dan perilaku hidup sehat yang bersifat individual maupun yang bersifat kolektif kemasyarakatan seperti kebebasan dari perilaku seksual bebas, kecanduan narkoba, *Human Immunodeficiency Virus (HIV)* atau *Acquired Immunodeficiency Syndrome (AIDS)*, demam berdarah, muntaber, dan penyakit lain yang potensial untuk mewabah”. (UU RI No. 19 Th. 2005:155-156).

Dari kutipan di atas dapat diambil pemahaman bahwa mata pelajaran penjasorkes tidak hanya memuat materi tentang aktifitas tetapi juga penerapan norma-norma luhur yang berlaku di masyarakat serta bimbingan pendidikan kesehatan bagi para siswa. Lain halnya bila kita melihat dalam kenyataan yang ada sekarang ini, seorang guru penjasorkes kurang memperhatikan dan bahkan kadang tidak menyampaikan salah satu aspek yang seharusnya ada dalam mata pelajaran (mapel) penjasorkes tentang masalah pendidikan kesehatan.

Sebagai seorang guru penjasorkes, hendaknya tidak boleh mengabaikan salah satu aspek dalam mata pelajaran penjasorkes. Karena mencakup juga masalah pendidikan secara menyeluruh. Pendidikan kesehatan didalamnya meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, menganalisis bahaya penggunaan narkoba, menganalisis dampak seks bebas, memahami cara menghindari seks bebas, dan memahami cara pemanfaatan waktu luang untuk kesehatan.

Masalah kesehatan ini penting untuk dimengerti para siswa. Sebagai contoh sederhana, seorang siswa

yang mengetahui bahaya akan melakukan seks bebas, mereka akan menghindari kegiatan menyimpang tersebut dengan mengetahui penyakit-penyakit yang akan ditimbulkan akibat melakukan seks bebas. Sedangkan mereka yang tidak tahu maka mereka tidak peduli akan bahaya yang ditimbulkan dari seks bebas.

Khususnya di daerah Propinsi Jawa Timur Kabupaten Jember Kecamatan Kencong Desa Kencong, sekolah-sekolah di kecamatan tersebut belum menerapkan sistem pendidikan yang baik, ini terlihat kurangnya pemahaman siswa-siswi dan pendidik tentang pentingnya budaya hidup sehat.

Berdasarkan hal tersebut maka, perlu adanya suatu penelitian untuk mencari jawaban atas masalah sedang berkembang dalam mapel penjasorkes, khususnya sesuai Standar Kompetensi (SK) dan Kompetensi Dasar (KD) kelas VIII semester genap, dimana tertulis bahwa SK menyebutkan menerapkan budaya hidup sehat, dan KD menyebutkan mengenal budaya seks bebas dan menolak budaya seks bebas.

## METODE

Sesuai dengan judul penelitian ini yaitu survei penyampaian materi pendidikan kesehatan semester genap 2012/2013 pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama (SMP)/Madrasah Tsanawiyah (MTs). Maka penelitian ini merupakan jenis penelitian survei yang menggunakan metode deskriptif kualitatif dimana peneliti ingin mendeskripsikan permasalahan yang diangkat.

Metode deskriptif kualitatif sendiri adalah bertujuan untuk menjelaskan, meringkaskan berbagai kondisi, berbagai situasi, atau berbagai variabel yang timbul di dalam masyarakat, yang menjadi obyek penelitian ini berdasarkan apa yang terjadi. Kemungkinan mengangkat ke permukaan karakter atau gambaran tentang kondisi, situasi ataupun variabel. Pada umumnya penelitian ini menggunakan statistik induktif untuk menganalisis data penelitiannya. Format deskriptif ini dapat dilakukan pada penelitian studi kasus dan survei, sehingga terdapat format deskriptif studi kasus dan format deskriptif survey, (<http://santoso.blogspot.com/2008/08/format-penelitian-kuantitatif-materi.html> diakses pada tanggal 6 maret 2013).

Adapun yang menjadi subyek penelitian ini adalah 1 (satu) guru penjasorkes beserta 2 (dua) siswa-siswi SMP/MTs di Kecamatan Kencong Kabupaten Jember. Dalam penelitian, pengambilan sampel dilakukan dengan *quota sampling*, dimana pengambilan sampel berdasarkan pada jumlah yang ditentukan (Arikunto, 2006:141). Sampel yang akan diambil pada masing-masing sekolah adalah satu orang guru penjasorkes dan dua orang siswa. Jumlah sekolah yang dijadikan tempat penelitian SMP/MTs sebanyak 5 sekolah. Jadi total responden yang menjadi sampel penelitian ini adalah 15 orang.

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 19 Agustus – September 2013 di SMP/MTs wilayah

Kecamatan Kencong Kabupaten Jember sesuai kesepakatan dengan pihak sekolah dan guru penjasorkes pada saat jam pelajaran atau di luar jam pelajaran. Adapun daftar lokasi penelitian sebagai berikut ini:

Tabel 1 Daftar Lokasi Penelitian

No	Nama Sekolah	Alamat
1	SMPN 1 Kencong	Kecamatan Kencong-Jember
2	SMPN 2 Kencong	Kecamatan Kencong-Jember
3	MTs N Kencong	Kecamatan Kencong-Jember
4	MTs Ma'arif	Kecamatan Kencong-Jember
5	SMP Diponegoro	Kecamatan Kencong-Jember

Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah menggunakan wawancara (*interview*). Menurut Arikunto (2006:227), interview yang sering juga disebut dengan wawancara atau kuesioner lisan adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara. Interview digunakan peneliti untuk menilai keadaan seseorang, misalnya untuk mencari data tentang variabel latar belakang murid, orang tua, pendidikan, penelitian, sikap terhadap sesuatu. Sedangkan untuk pedoman wawancara menggunakan pedoman wawancara terstruktur yang pedoman tersebut disusun secara terperinci sehingga menyerupai checklist (Arikunto, 2006:227). Adapun teks wawancara dapat dilihat dalam lampiran 2. Selain itu, wawancara dalam penelitian ini dilaksanakan secara sederhana yang menggunakan pedoman seperti yang disebutkan di atas, sebatas menggali informasi dari responden tanpa pendalaman pertanyaan seperti pada wawancara mendalam (*deep interview*).

## PEMBAHASAN

Data penelitian ini diperoleh dari subyek penelitian yaitu guru Penjasorkes SMP/MTs wilayah Kecamatan Kencong Kabupaten Jember beserta siswa yang menempuh pendidikan di sekolah tujuan penelitian masing-masing. Masing-masing sekolah diambil responden sebanyak 3 (tiga) terdiri atas 1 satu guru Penjasorkes dan 2 (dua) siswa-siswi dari sekolah tujuan penelitian. Jadi, jumlah responden yang memberikan informasi sebanyak 15 orang.

Kalau kita melihat Standar Kompetensi (SK) dan Kompetensi Dasar (KD) maka kita akan mendapati rumusan-rumusan mengenai pendidikan kesehatan ini. Meskipun sekolah berhak menjalankan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) sehingga berhak menyesuaikan materi sesuai SK dan KD untuk disampaikan kepada siswa, bukan berarti pedoman kurikulum yang berlaku tidak dihiraukan atau bahkan menghapus materi yang sebetulnya penting bagi siswa-siswi.

Suatu pembelajaran akan sangat efektif bila semua yang terlibat dalam proses tersebut aktif mengikuti dengan seksama. Bila hanya dengan pemberian tugas LKS bisa dikatakan menyampaikan materi sesuai dengan tujuan, maka banyak hal yang akan terlewatkan. Apalagi tugas tersebut hanya dikumpulkan tanpa ada pembahasan bersama-sama. Pemahaman siswa beraneka ragam, individu yang satu dengan yang lainnya punya potensi mempunyai perbedaan pemahaman. Bila pemahaman tersebut searah dengan tujuan pendidikan kesehatan tentunya itu yang diharapkan. Beda halnya bila pemahaman itu tidak sesuai dari tujuan pembelajaran. Inilah peran guru, yang menelaraskan pemahaman, memberi pemahaman yang benar.

Metode ini sangatlah penting karena dengan metode yang tepat proses penanaman sikap untuk selalu hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari siswa. Metode yang di gunakan hendaknya disesuaikan dengan situasi dan kondisi sekolah, bahkan kalau bisa disesuaikan perkembangan siswa agar bisa memahami dengan baik materi yang diajarkan.

Prinsip pengajaran yang baik adalah jika dalam proses belajar mengajar mampu menciptakan iklim belajar mengajar yang kondusif dan dapat memotivasi siswa dalam belajar. Selain itu proses belajar mengajar tersebut mampu mengembangkan konsep generalisasi, dan bahkan abstrak dapat menjadi hal yang jelas dan nyata, sehingga hal itu diharapkan akan memberikan dampak positif dalam pencapaian prestasi hasil belajar siswa yang optimal. Depdiknas dalam hal ini menyebutkan bahwa belajar hanya akan efektif jika si belajar diberikan banyak kesempatan untuk melakukan sesuatu, melalui multi metode dan multi media. Melalui berbagai metode dan media pembelajaran, siswa akan banyak berinteraksi secara aktif dengan memanfaatkan segala potensi yang dimilikinya.

Evaluasi adalah proses mendeskripsikan, mengumpulkan dan menyajikan suatu informasi yang bermanfaat untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan. Tujuan evaluasi pembelajaran adalah untuk menghimpun informasi yang dijadikan dasar untuk mengetahui taraf kemajuan, perkembangan, dan pencapaian belajar siswa, serta keefektifan pengajaran guru. Evaluasi pembelajaran mencakup kegiatan pengukuran dan penilaian.

Tingkat keberhasilan pencapaian tujuan pendidikan dapat dilakukan dengan evaluasi. Namun ketika ketuntasan penyampaian materi ajar tidak tercapai maka siswa sebagai objek evaluasi akan kesulitan dalam mengukur kapasitas pemahamannya setelah proses pembelajaran.

Dalam Permendiknas No. 11 Th. 2005 tentang buku teks pelajaran disebutkan bahwa buku teks dijadikan acuan wajib oleh guru dan siswa dalam proses pembelajaran. Selain buku teks guru menggunakan buku panduan pendidik dan dapat menggunakan buku pengayaan dan buku referensi dalam proses pembelajaran. Untuk menambah pengetahuan dan wawasan siswa guru dapat menganjurkan siswa untuk membaca buku pengayaan dan buku referensi.

Perangkat pembelajaran yang berupa RPP dan Silabus tidak bisa disepelekan. Ketika pembelajaran itu direncanakan dengan matang maka peluang akan kelangsungan pembelajaran yang efektif akan besar meskipun pembelajaran tidak hanya tergantung pada hal tersebut. Perencanaan yang baik akan membantu pencapaian tujuan yang maksimal.

Seorang guru Penjasorkes dituntut berpikir modern seiring dengan perkembangan jaman. Ketika hanya mengandalkan LKS pada penugasan kepada siswa rasanya ketinggalan akan perkembangan teknologi informasi yang saat ini berkembang begitu pesatnya. Materi yang didapat dalam LKS tentunya terbatas, inovasi baru sangatlah penting buat pembelajaran yang berkualitas. Sebagai contoh, bisa menggunakan metode diskusi yang membahas permasalahan yang sedang berkembang di masyarakat. Siswa bisa mencari informasi di internet, koran majalah dan sebagainya. Tentunya pembelajaran itu akan lebih bermanfaat dan dinamis.

Jadi berdasarkan analisa dari setiap tabel yang didukung oleh hasil wawancara kepada seluruh responden, maka dapat disimpulkan bahwa materi pendidikan kesehatan sekolah di Kecamatan Kencong Kabupaten Jember disampaikan oleh setiap guru Penjasorkes kepada siswanya meski beberapa sekolah terhambat penyampaiannya dikarenakan faktor sarana prasarana sekolah.

Berikut hasil rangkuman wawancara kepada guru dan siswa yang bersangkutan mengenai hasil penelitian.

**Tabel 2 hasil wawancara**

No	Materi Wawancara	SMPN 1 Kencong	SMPN 2 Kencong	MTsN Kencong	MTs Ma'arif	MTs Al-Ma'arif
1.	Pemberian materi (Guru)	memberikan	memberikan	memberikan	memberikan	memberikan
2.	Diberikan materi (Siswa)	memberikan	memberikan	memberikan	memberikan	memberikan
3.	Metode yang dipakai guru	Ceramah, diskusi dan tugas	Ceramah, diskusi dan tugas	ceramah	ceramah	ceramah
4.	Media yang dipakai guru	Buku LKS, LCD dan gambar	Buku LKS	Buku LKS	Buku LKS	Buku LKS
5.	adanya UTS dan UAS (Guru)	Ada	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek
6.	adanya UTS dan UAS (Siswa)	ada	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek	Tes tulis di UAS, UTS praktek
7.	ketuntasan materi	tuntas	tuntas	Tuntas	Tidak tuntas	Tidak tuntas
8.	ketersediaan buku pegangan	Koleksi pribadi	Koleksi pribadi	Koleksi pribadi	Koleksi pribadi	-
9.	kelengkapan	ada	ada	ada	ada	ada

	pembelajaran RPP dan Silabus					
10.	tugas materi pendidikan kesehatan (Guru)	LKS, artikel	LKS, artikel	LKS	LKS	-
11.	tugas materi pendidikan kesehatan (Siswa)	LKS, artikel	LKS, artikel	LKS	LKS	-

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab IV dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Materi pendidikan kesehatan sekolah di Kecamatan Kencong Kabupaten Jember disampaikan oleh setiap guru Penjasorkes kepada siswanya meski beberapa sekolah terhambat penyampaiannya dikarenakan faktor sarana prasarana sekolah.
2. Metode paling banyak digunakan untuk penyampaian materi pendidikan kesehatan adalah metode ceramah. Metode ini menggunakan penyampaian materi secara lisan kepada para siswa.
3. Media pembelajaran yang digunakan kebanyakan masih menggunakan LKS. LKS ini berfungsi sebagai sumber belajar, evaluasi dan juga media penyampaian materi oleh guru kepada siswa.

### SARAN

Saran yang dapat peneliti sampaikan berkaitan dengan hasil penelitian sebagai berikut :

1. Bagi guru penjasorkes (khususnya yang berada di wilayah penelitian) yang belum menyampaikan materi pendidikan kesehatan diharapkan menyampaikan materi tersebut sebagaimana mestinya. Karena pengetahuan tersebut penting bagi siswa untuk bekal kehidupannya kelak.
2. Penyampaian materi pendidikan kesehatan harus lebih variatif lagi guna pencapaian tujuan pembelajaran yang lebih optimal. Misal dengan menggunakan media gambar, layar dengan slide.
3. Kepada Universitas Negeri Surabaya, khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Jurusan Pendidikan Olahraga yang mencetak mahasiswa sebagai guru penjasorkes hendaknya menghimbau para mahasiswanya untuk memperhatikan segala aspek dalam pembelajaran Penjasorkes dalam mengajar kelak.

### DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Depdiknas (2007). Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.

Maksum, Ali. (2008). *Buku Ajar Matakuliah Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya.

Roji. (2007). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP kelas IX*. Jakarta : Erlangga.

Santoso, Slamet. 2008. *Format Peneltian Kuantitatif, Materi III*. (Online), (<http://santoso.blogspot.com/2008/08/format-penelitian-kuantitatif-materi.html>) diakses pada tanggal 6 maret 2013).

Sudrajat, Akhmad. (2009). *Tujuan Pembelajaran Sebagai Komponen Penting dalam pembelajaran*.(Online), (<http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/12/media-pembelajaran/>) dikases pada tanggal 6 maret 2013).