

**TINJAUAN KESEGERAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR
NEGERI 12 BATANG ANAI KABUPATEN PADANG – PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
sebagai salah satu persyaratan Guna memperoleh Gelar Sarjan Pendidikan*



Oleh:

**JEFRIZAL
NIM.03456**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

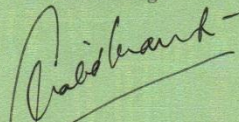
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar
Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang – Pariaman
Nama : Jefrizal
BP/NIM : 2008/03456
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2015

Disetujui:

Pembimbing I



Dr.H.Chalid Marzuki,MA
NIP.195111301982011001

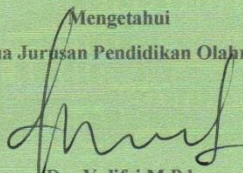
Pembimbing II



Drs.Zarwan M.Kes
NIP.19611230198803100

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs.Yulifri,M.Pd
NIP.195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*

TINJAUAN KESEGERAN JASMANI SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI
12 BATANG ANAI KABUPATEN PADANG – PARIAMAN

Nama : Jefrizal
BP/NIM : 2008/03456
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari, 2015

Tim Penguji

Ketua : Dr.H.Chalid Marzuki,MA. :

Sekretaris : Drs. Zarwan,M.Kes :

Anggota : Dr.Kamal Firdaus,M,Kes. AIFO :

Anggota : Dr. Erizal Nurmai,M.Pd :

Anggota : Dra. Rosmawati, M.Pd :

The image shows four handwritten signatures in black ink, each placed over a horizontal line. The signatures are written in a cursive style. The first signature is the largest and most prominent, followed by three smaller ones below it.

ABSTRAK

JEFRIZAL : Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang – Pariaman.”

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang-Pariaman, di duga oleh kurangnya aktifitas gerak, keadaan lingkungan, asupan gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kesegaran Jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang – Pariaman .

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi data penelitian siswa kelas I-VI yang berjumlah 141 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive* sampling, yaitu pengambilan sampel didasarkan dengan pertimbangan tertentu, dari teknik tersebut didapat sampel berjumlah 48 orang siswa. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Maret s/d April 2014, tempat penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang- Pariaman. Pengambilan data dengan Tes Kesegaran Jasmani Indonesia (TKJI) umur 10- 12 tahun. Teknik analisis data kesegaran jasmani dilakukan dengan persentase.

Adapun hasil penelitian ini yaitu dari 48 responden penelitian mewakili siswa putra dan putri Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang – Pariaman terdapat klasifikasi baik sekali tidak ada atau 0.00 %, klasifikasi baik sebanyak 2 orang atau 4.16 %, klasifikasi sedang sebanyak 14 orang atau 29.16 %, klasifikasi kurang sebanyak 25 orang atau 52.08 % dan klasifikasi kurang sekali sebanyak 7 orang atau 14.58 %. Dari temuan penelitian siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang – Pariaman. diatas dapat dikatakan secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani siswa berada pada klasifikasi kurang.

Kata kunci: Tinjauan Kesegaran Jasmani

Kata pengantar

Syukur alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul, **“Tinjauan Kesegaran Jasmani Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang -Pariaman .**

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Didalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Drs. Arsil, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Drs. Yulifri, M. Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi, yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi.
3. Dr. H. Chalid Marzuki, MA. Selaku Pembimbing I dan Drs. Zarwan M, Kes. Selaku Pembimbing II yang telah membantu dan membimbing dalam menyelesaikan skripsi.

4. Terima kasih kepada Tim penguji, Bapak Dr. Kamal Firdaus. M. Kes, AIFO, Dr. Erizal Nurmai M. Pd, dan Ibu Dra. Rosmawati, M. Pd, yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
5. Dosen-dosen jurusan pendidikan olahraga yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Kepala sekolah SD Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang - Pariaman.
7. Siswa SD Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang - Pariaman
8. Kepada kedua orang tua, Muchtar, Nur Amanah, Fatriyanti dan Fakrul tercinta yang telah memberikan banyak dukungan moral dan materil serta do'a yang tulus dan ikhlas sehingga anaknya berhasil mencapai sukses dan menggapai cita-cita.
9. Teman-teman dekat dan teman-teman sejawat sesama mahasiswa FIK UNP.
10. Penulis menyadari dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini

Padang, Januari, 2015

Penuli

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB. I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB. II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	9
1. Kesegara Jasmani.....	9
2. Komponen Kesegaran Jasmani.....	11
3. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kesegaran Jasmani.....	12
B. Kerangka Konseptual.....	14
C. Hipotesis.....	15

BAB. III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	16
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	16
C. Populasi dan Sampel.....	16
D. Jenis dan Sumber Data.....	18
E. Variabel Penelitian Dan Defenisi Operasional.....	19
F. Teknik Pengumpulan Data.....	19
G. Teknik Analisis Data.....	34

BAB IV ANALISIS HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi data penelitian.....	35
B. Jawaban Pertanyaan Penelitian.....	36
C. Pembahasan.....	37

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	40
B. Saran.....	40

DAFTAR PUSTAKA

DOKUMEN PENELITIAN

DAFTAR TABEL

Tabel

	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	21
2. Sampel Penelitian.....	22
3. Tabel Nilai Tes Kesegaran Jasmani Siswa SD	23
4. Tabel Nilai Tes Kesegaran Jasmani Indonesia	35
5. Deskripsi Data Penelitian	35
6. Norma Tes Kesegaran Jasmani Indonesia Untuk Anak Umur 10-12 Tahun....	36
7. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesegaran Jasmani.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual.....	19
2. Posisi Start Lari 40 Meter.....	24
3. Posisi Start Lari 600 Meter.....	25
4. Tes Gantung Siku Tekuk.....	26
5. Sikap Permulaan Baring Duduk.....	27
6. Loncat Tegak.....	30
7. Histogram Frekuensi Tingkat Kesegaran Jasmani.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

	Halaman
1. Data Penelitian.....	38
2. Dokumentasi Penelitian.....	45
3. Izin Melaksanakan Izin Penelitian Dari Fik Unp.....	54
4. Surat Keterangan/Rekomendasi Dari Dinas Pendidikan Kota Pariaman Kabupaten Padang-Pariaman.....	55
5. Surat Keterangan Penelitian Di Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang-Pariaman.....	56

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pendidikan itu pada dasarnya merupakan jendela dunia yang mencerdaskan kehidupan anak bangsa, yang sasarannya adalah untuk meningkatkan kualitas anak bangsa Indonesia itu sendiri, baik itu secara, sosial, kognitif, afektif, motorik, emosional, serta kemampuan yang professional. bangsa Indonesia mencoba untuk membangun dunia pendidikan di Indonesia terutama, pendidikan olahraga yang perlu di kembangkan dandi tingkatkan di seluruh tanah air. terutama di sekolah-sekolah yang nantinya dapat menunjang profesi belajar siswa.

Dari kutipan di atas dapat di jelaskan bahwa tujuan dari pendidikan adalah untuk meningkatkan dan mengembangkan peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Allah SWT, berakhlak mulia, berilmu cakap, dan, kreatif mandiri dan sehat. Sejalan dengan tujuan pendidikan nasional di atas, tentang pokok-pokok kesehatan di jelaskan bahwa setiap warga memperoleh derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

Di sisi lain pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktifitas dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang agar:

“1) Tercapai pertumbuhan dan perkembangan jasmani siswa khususnya tinggi, berat badan secara harmonis; 2) mengembangkan kesehatan dan kebugaran jasmani keterampilan gerak cabang olahraga; 3) mengerti arti pertumbuhan jasmani dan mental; 4) mengerti peraturan olahraga; 5) menyenangi aktifitas jasmani yang dapat di pakai untuk pengisian waktu luang serta kebiasaan hidup sehat, mengerti dan dapat menetapkan prinsip-prinsip pengutamakan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan (Depdikbud, 1993;1-2)”.

Berdasarkan kutipan di atas, mata pelajaran penjasorkes adalah salah satu mata pelajaran yang dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia. Dalam pendidikan jasmani ada empat aspek yang perlu dikembangkan seperti aspek sportifitas, disiplin, prestasi, dan sosial. Dari keempat komponen tersebut tidak dapat di pisahkan satu dengan yang lainnya artinya saling berkaitan.

Keberhasilan pelajaran penjasorkes akan tergambar pada kemampuan dan keterampilan guru dalam mengaplikasikan semua bentuk materi yang sudah dirancang sebelumnya dengan sistematis, merupakan faktor yang dapat menjawab tantangan pembelajaran penjasorkes. Untuk itu, yang perlu dilakukan seorang guru terhadap anak didiknya adalah bagaimana menciptakan suasana belajar yang bergairah, menarik sehingga siswa senang dan tidak jenuh dalam mengikuti pelajaran penjasorkes. Untuk dapat menghasilkan hal tersebut maka perlu adanya metode pembelajaran yang tepat. Salah satu metode pembelajaran yang perlu dan di butuhkan dalam mata pelajaran penjasorkes adalah dengan membuat modifikasi . dengan membuat modifikasi pembelajaran yang tepat yang sifatnya spesifikasi dan menarik tentunya akan dapat menarik minat siswa untuk mengikuti pembelajaran penjasorkes.

Terkait dengan aktivitas belajar, melalui pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu

memberikan kesempatan kepada anak didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih, yang dilakukan secara sistematis. pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, kemampuan sosial, penalaran, stabilitas, emosional, tindakan moral, dan, aspek pola hidup sehat.

Program Pendidikan jasmani seharusnya memberikan kesempatan bagi semua siswa untuk meningkatkan dan mempertahankan kesegaran jasmani mereka, sepadan dengan kebutuhan mereka yang selalu dengan pelajaran tatap muka di kelas minimal selama lebih kurang 6 jam sehari. Dengan demikian perlu adanya penyegaran dengan jalan olahraga agar tingkat kesegaran jasmani merupakan factor penentu dalam segala aspek kehidupan manusia.

Pada dasarnya pendidikan jasmani untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional, dimana pendidikan jasmani memperlakukan seseorang secara utuh sebagai makhluk total dan tidak menganggap seseorang sebagai sesuatu yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Secara faktual pendidikan jasmani merupakan suatu bidang kajian yang sangat luas, tidak hanya terkait dengan pengembangan gerak manusia, lebih khusus lagi pendidikan jasmani terkait dengan gerak manusia dengan wilayah pendidikan lainnya, Seperti hubungan perkembangan fisik dengan perkembangan fikiran dan jiwanya.

Pendapat diatas sejalan dengan yang dikemukakan oleh Hurlock, (1978) yang menyatakan bahwa, “ perkembangan control terhadap gerak jasmani lewat aktivitas yang dikordinasi oleh syaraf dan otot-otot. Kesegaran jasmani merupakan kemampuan untuk menunaikan tugas-tugas dengan baik walaupun dalam keadaan sukar, dimana orang yang kesegaran jasmaninya kurang, tidak akan dapat melakukannya aktifitas”.

Berdasarkan kedua pendapat di atas dapat di simpulkan bahwa seseorang siswa sangat penting mempunyai kesegaran jasmani yang tinggi, karna bila kesegaran jasmani siswa tinggi tentunya akan dapat memberikan ketahanan terhadap daya tahan tubuhnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik tanpa mengalami kelelahan yang berarti.

Adisasmita, (1989:17) mengemukakan bahwa “seseorang yang mempunyai dasar kesegaran jasmani yang baik, akan lebih baik, dan perkembangan badan yang kuat melalui aktivitas jasmani,akan lebih memiliki semangat hidup yang lebih besar dan mempunyai tingkat tenaga yang prima. dengan tenaganya tersebut tentunya akan dapat menyelesaikan tugasnya dan kegiatan rutin yang di hadapinya”.

Berbagai ungkapan yang dikemukakan oleh beberapa para ahli tentang pendidikan jasmani namun apabila di maknai secara hakiki, esensinya jelas sekali bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat-alat tubuh melalui bermacam-macam aktivitas fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia yang penekanannya meliputi pengembangan secara keseluruhan dalam diri seseorang

seperti ranah psikomotor, kognitif, serta ranah afektif, dan pendidikan jasmani ini merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan.

Bertolak dari pendapat di atas dapat di kemukakan bahwa kesegaran jasmani merupakan faktor penentu dalam segala aspek kehidupan. siswa yang memiliki tingkat kesegaran jasmani yang tinggi atau tingkat kondisi tubuh yang prima akan dapat aktivitas yang lama dengan beban yang cukup, tanpa mengalami kelelahan yang berarti, dengan kesegaran jasmani yang baik tentunya akan mempengaruhi aktivitas yang di lakukan.

Aktivitas, belajar sangat membutuhkan kondisi kesehatan secara prima selama belajar, siswa memainkan peran yang terkait dengan fisik jasmani nya maupun mental spiritualnya. kerja otak justru sangat menguras tenaga secara cepat. hubungan psikomotik anak akan mempengaruhi lancar tidaknya siswa dalam belajar, biasanya siswa akan mudah lelah dan kegiatan belajar tidak maksimal.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di SD Negeri 12 batang anai kabupaten Padang- Pariaman ternyata tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang - Pariaman, terlihat masih rendah kenyataan bahwa kurangnya pencapaian tujuan pembelajaran. hal ini terlihat dari siswa yang kurang berminat dan bersemangat saat melakukan pembelajaran yang di Instruksikan guru, siswa sering kurang bisa saat melakukan kegiatan- kegiatan yang telah diinstruksikan guru penjas orkes. selain itu di temukan juga siswa yang mengantuk pada saat pembelajaran teori yang sedang berlangsung, dan di liat dari hasil belajar yang di peroleh siswa masih rendah,

Faktor-faktor yang di duga sebagai penyebabnya antara lain:

1. Rendahnya tingkat kesegaran jasmani siswa
2. Rendahnya tingkat pengetahuan orang orang tua terhadap perkembangan anak di sekolah
3. Kurangnya perhatian guru terhadap anak yang kurang bisa melakukan kegiatan-kegiatan pelajaran olahraga. Motivasi siswa dan kurangnya asupan gizi.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis ingin membahas lebih jauh tentang kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang- Pariaman”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang di tekemukakan maka dapat di identifikasikan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap pelajaran olahraga
2. Tingkat pendidikan dan pengetahuan orang tua terhadap perkembangan pelajaran anak di sekolah
3. Tingkat kesegaran jasmani siswa
4. Pengaruh gizi siswa terhadap kesegaran jasmani
5. Status perkembangan belajar siswa dengan guru
6. Tingkat perekonomian orang tua

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya penyebab permasalahan yang tercakup dalam penelitian tidak dapat peneliti laksanakan, juga keterbatasan waktu, dana, dan kemampuan, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi masalahnya pada, “Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang- Pariaman”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang di kemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu sejauh mana tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang- Pariaman.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini yaitu, untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang- Pariaman.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat dan berguna bagi :

1. Penulisan, sebagai salah satu syarat menamatkan perkuliahan S1 pada FIK UNP
2. Guru pendidikan jasmani untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.

3. Sebagai masukan bagi kepala sekolah untuk memberikan pembinaan kepada guru agar dapat melaksanakan proses belajar mengajar lebih baik lagi.
4. Sebagai bahan pertimbangan dan masukan bagi peneliti lainnya.
5. Institusi Fakultas Ilmu Keolahragaan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tinjauan kesegaran jasmani dan hasil belajar siswa Sekolah Dasar Negeri 12 Batang Anai Kabupaten Padang-Pariaman, dapat di kemukakan kesimpulanya itu masing-masing kelas terdiri dari 27 orang kelas IV dan 21 orang kelas V responden menunjukkan bahwa tingkat kesegaran jasmani pada klasifikasi kurang.

B. Saran

Bertitik tolak pada uraian terdahulu serta kesimpulan di atas ,maka disaran kan sebagai berikut kepada:

1. Pihak sekolah agar dapat menjaga kesehatan lingkungan guna meningkatkan kesegaran jasmani di sekitarnya.
2. Orang tua agar dapat memperhatikan makanan dan gizi putra-putrinya.
3. Guru agar dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa dengan memberikan olahraga yang teratur, meningkatkan minat siswa untuk berolahraga dan memberikan pengetahuan mengenai pentingnya kesegaran jasmani serta memberikan arahan kepada anak untuk hidup teratur.
- 4 . Masyarakat ,khususnya yang tinggal di sekitar sekolah untuk dapat berpartisipasi dalam usaha menunjang terlaksananya program sekolah ,terutama yang merujuk pada peningkatan kesegaran jasmani siswa.

Salah satunya dengan cara memperhatikan kebiasaan buruk siswa di lingkungan yang akan mengganggu kesehatan pribadi siswa tersebut.

5 . Kepada para peneliti lainnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak atau variabel lain yang belum diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsil, 2009. *Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Malang: Wineka Media
- Adisasmita. (1989). *Hakikat, Filsafat dan Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Masyarakat*. Jakarta : Depdikbud.
- Bafirman ,2007 . buku ajar fisiologi FIK UNP PADANG
- Bucher, C.A. (1972) *Foundation Of Physical Education* St. Louis: The CV .Mosby Co
- Chalid mutohir,(2002) *gagasan-gagasan tentang pendidikan jasmani dan olahraga* ,UNESA University Press.
- Depdikbud,(1998) *Kebijakan pemerintahan dalam pembinaan sekolah dasar*. Depdikbud. 1993. *Tatabahasa Baku Bahasa Indonesia*. Jakarta : Depdikbud
- Depdiknas (2001) *Standar pelayanan minimal penyelenggaraan sekolah dasar*Depdiknas. (2007). *Pedoman Pengembangan Fisik/Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta.
- Djiwandono (1989) *psikolog pendidikan* jakarta :P2LPTK.
- Gusril.(2004) *perkembangan motorik pada masa kanak-kanak*,Padang Direktorat jendral olahraga departemen pendidikan nasional.
- Hurlock, E.B. (1978). *Chid Development. Bogotam Humburgm* Tokio: McDraw Hill Internasional Book Co
- Irwansyah (2006) *pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan* .Grafindo media pratama: bandung.
- Notoatmodjo, Sukidjo. (2002) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta