

## TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS

Oleh:

**Angga Dwi Prastyo**

Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Modern Ngawi

Alamat: JL. Ir. Soekarno Ring Road Barat No.09, Ngronggi, Grudo, Kec. Ngawi,  
Kabupaten Ngawi, Jawa Timur (63214)

Korespondensi Penulis: [anggaprasetyo300401@gmail.com](mailto:anggaprasetyo300401@gmail.com)

**Abstract.** *This research aims to determine the level of knowledge of class VII students regarding learning to run the 100meter short distance at Temulus Islamic Boarding School Middle School. The research method used is descriptive quantitative survey method with data collection techniques through questionnaires. The population in this study were all class VII students at Temulus Islamic Boarding School Middle School, the sampling technique was using Non-probability Sampling with Purposive Sampling techniques, namely only 32 male students. The results of the research show that the level of students' knowledge regarding learning to run the 100 meter short distance is in the "sufficient" category, with a percentage of 66.3%. Factors that influence the level of knowledge include students' learning experiences, interest in sports, and the quality of teaching provided by teachers. The conclusion of this study is that although most students have sufficient knowledge about the 100 meter sprint, there is still room for improvement in teaching methods and increasing student interest in the sport. "The recommendations given are increasing training for sports teachers as well as developing more interesting extracurricular programs to increase students' knowledge and skills in short distance running.*

**Keywords:** *Student Knowledge, 100m Short Distance Running, Learning Sport.*

# TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 meter di SMP Pesantren Temulus. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif metode survey dengan teknik pengumpulan data melalui kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII di SMP Pesantren Temulus, teknik pengambilan sampel dengan cara menggunakan Non-probability Sampling dengan teknik Purposive Sampling yaitu hanya siswa laki-laki yang berjumlah 32 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 meter berada pada kategori “cukup”, dengan persentase sebesar 66,3%. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan tersebut meliputi pengalaman belajar siswa, minat terhadap olahraga, serta kualitas pengajaran yang diberikan oleh guru. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa meskipun sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang cukup tentang lari jarak pendek 100 meter, masih terdapat ruang untuk perbaikan dalam metode pengajaran dan peningkatan minat siswa terhadap olahraga tersebut. Rekomendasi yang diberikan adalah peningkatan pelatihan bagi guru olahraga serta pengembangan program ekstrakurikuler yang lebih menarik untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam lari jarak pendek.

**Kata kunci:** Pengetahuan Siswa, Lari Jarak Pendek 100m, Pembelajaran Olahraga.

## LATAR BELAKANG

Pendidikan jasmani, olahraga, dan rekreasi melibatkan tiga ranah utama: kognitif, afektif, dan psikomotor. Ketiganya dikembangkan melalui aktivitas jasmani seperti permainan atau olahraga, yang memungkinkan transfer ilmu saat pembelajaran berlangsung.

Keberhasilan belajar mengajar dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah guru. Guru harus mampu mendidik, mengajar, melatih, dan mengevaluasi siswa. Guru juga dituntut profesional dengan empat kompetensi: pedagogik, kepribadian, profesional, dan sosial. Kompetensi profesional dalam mengelola pembelajaran juga sangat penting bagi guru pendidikan jasmani.

Guru pendidikan jasmani tidak hanya harus meningkatkan kebugaran fisik siswa, tetapi juga memberikan pengetahuan yang diajarkan. Pengetahuan adalah tingkat dasar dari ranah kognitif, tetapi sangat diperlukan agar siswa dapat menerima materi yang

disampaikan guru. Pengetahuan dapat diukur melalui ungkapan atau jawaban siswa, baik lisan maupun tulisan, yang mencakup tindakan seperti mendefinisikan, menyebutkan, dan menunjukkan.

Berdasarkan observasi selama Praktik Lapangan Terbimbing di SMP Pesantren Temulus, masih banyak siswa yang terlambat masuk kelas karena kegiatan pagi (takhosus) atau setoran kitab. Dalam pembelajaran lari jarak pendek 100 m, beberapa siswa kurang memahami materi karena tidak mendengarkan penjelasan guru. Hal ini terbukti ketika mereka diminta mempraktikkan gerakan lari, mereka bingung dan tidak mengerti posisi kaki dan tangan yang benar saat start jongkok dan melewati garis finish.

Guru memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami gerakan dengan benar. Guru harus memberikan pengetahuan dasar tentang materi sebelum berfokus pada gerakan, dan harus kreatif dalam mengajar agar siswa tidak bosan. Mengajar dengan metode bermain dan memberikan penjelasan materi di dalam ruangan sebelum praktik di lapangan juga penting.

Melihat masalah yang ditemukan dalam pembelajaran lari jarak pendek 100 m, peneliti tertarik melakukan penelitian berjudul "Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VII terhadap Pembelajaran Lari Jarak Pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus."

## **KAJIAN TEORITIS**

### **Pendidikan**

Pendidikan adalah proses sistematis untuk meningkatkan martabat manusia secara holistik dan mengembangkan potensi individu untuk mencapai pembangunan manusia yang utuh. Menurut Muhammad Yusuf (2021), pendidikan membantu manusia bergerak dari ketidaktahuan menuju pengetahuan. Tujuannya adalah membentuk sumber daya manusia yang berkontribusi bagi bangsa yang bermartabat (Muhammad Zuhri Wibowo, 2023). Kesimpulannya, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan pembelajaran agar peserta didik mengembangkan potensi diri dalam pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, dan keterampilan yang diperlukan oleh diri dan masyarakat.

### **Pendidikan Jasmani (Penjas)**

# **TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS**

Pendidikan jasmani adalah kegiatan fisik yang menjadi media pendidikan. Sabarudin Yunis Bangun (2016) menyebutnya sebagai urutan pengalaman belajar yang dirancang untuk memenuhi perkembangan dan kebutuhan siswa. Kesimpulannya, pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan yang menggunakan aktivitas fisik sebagai pokok pembelajaran.

## **Afektif**

Afektif mencakup sikap, watak, perilaku, minat, emosi, dan nilai dalam diri individu (Nor Rohmawati dan Agung Slamet Kusmanto, 2022). Menurut Fitriani Nur Alifah (2019), afektif adalah strategi pembelajaran yang membentuk sikap peserta didik. Kesimpulannya, pembelajaran afektif adalah kecenderungan seseorang untuk menerima atau menolak sesuatu berdasarkan kesadaran yang dianggap baik atau buruk.

## **Kognitif**

Kognitif berasal dari bahasa Latin "cognitio," yang berarti pengenalan, mengacu pada proses mengetahui dan pengetahuan itu sendiri (Fitriani Nur Alifah, 2019). Perkembangan kognitif adalah dasar bagi perkembangan intelegensi anak (Novian Istiqomah dan Maemonah, 2021). Kesimpulannya, kognitif adalah perubahan dalam pemikiran dan kecerdasan anak, termasuk kemampuan bahasa dan pemecahan masalah.

## **Psikomotorik**

Psikomotorik terkait dengan hasil belajar yang melibatkan keterampilan manipulasi fisik (Fitriani Nur Alifah, 2019). Agus Dudung (2018) menyatakan psikomotor adalah keterampilan yang diperoleh setelah pengalaman belajar tertentu. Kesimpulannya, psikomotorik adalah aspek perkembangan anak terkait keterampilan individu.

## **Atletik**

Atletik meliputi lari, lompat, lempar, dan tolak peluru. Menurut KBBI V (2016) dan Tata Bahasa Baku Bahasa Indonesia (2023), atletik menguji kemampuan fisik manusia dalam berlari, melompat, dan melempar.

## **Lari**

Lari adalah bergerak cepat dengan kaki dari satu titik ke titik lain (Tata Bahasa Baku Bahasa Indonesia, 2023; Kamus Populer Bahasa Indonesia, 2020). Kesimpulannya, atletik lari menguji kemampuan fisik manusia dalam berlari cepat.

## **Hakikat Pengetahuan**

Pengetahuan adalah informasi yang dipahami oleh manusia, berupa fakta, konsep, prinsip, dan teori yang digunakan untuk memecahkan masalah dan membuat keputusan (Kridalaksana, 2022; Alwi, 2023). Kesimpulannya, pengetahuan adalah hasil penginderaan dan pembelajaran terhadap hal baru.

#### Tingkat Pengetahuan

Menurut Komarudin (2016), pengetahuan adalah kemampuan mengingat kembali fakta-fakta sederhana tanpa harus dipahami, cukup dengan menyebutkan atau menghafal.

#### Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Setiap siswa memiliki kemampuan berbeda dalam memahami materi, ada yang menyeluruh dan ada yang hanya sebatas mengetahui.

#### Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Manusia selalu ingin tahu yang benar, sehingga ada usaha untuk memperoleh pengetahuan dari fakta dan menyimpulkannya menjadi teori.

#### Hakikat dan Tujuan Pendidikan Jasmani

##### a) Hakikat Pendidikan Jasmani

Menurut Dr. H. Fajar Kurniawan, M.Pd. (2024), pendidikan jasmani adalah proses pembinaan individu melalui aktivitas fisik yang terencana untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Dr. H. Euis Kurniasih, M.Pd. (2023), menyatakan bahwa pendidikan jasmani mengembangkan kecerdasan kinestetik, kognitif, dan afektif melalui aktivitas fisik. Kesimpulannya, pendidikan jasmani mencakup aktivitas fisik dengan tiga ranah: kognitif, afektif, dan psikomotor.

##### b) Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan umum, yaitu mengembangkan potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman, bertaqwa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Tujuan rinci terdapat dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Kurikulum pendidikan jasmani di sekolah mencakup kemampuan mengelola kebugaran jasmani, pertumbuhan fisik, keterampilan gerak dasar, karakter moral, sikap sportif, keterampilan menjaga keselamatan, dan pemahaman konsep aktivitas jasmani.

#### Hakikat Atletik

# **TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS**

Atletik adalah kegiatan fisik yang melibatkan gerakan dasar seperti jalan, lari, lompat, dan lempar (Aip Syarifuddin dan Muhadi, 2020; M. Arifin, 2022). Kesimpulannya, atletik adalah aktivitas jasmani yang menjadi dasar semua olahraga, mencakup gerakan jalan, lari, lompat, dan lempar.

## **Hakikat Lari Jarak Pendek**

Lari jarak pendek adalah lari cepat yang menempuh jarak pendek dengan kecepatan maksimal (M. Arifin, 2020; Muhajir, 2020; Depdiknas, 2020). Kesimpulannya, lari jarak pendek menempuh jarak 60-400 meter dengan reaksi dan dorongan cepat untuk mencapai kecepatan maksimal dalam waktu singkat.

## **Materi Pembelajaran Lari Jarak Pendek 100 m**

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar. Menurut Dwi Ratnawati (2023), lari jarak pendek membutuhkan kecepatan maksimal, reaksi start yang cepat, dan teknik berlari yang baik. Saryono & Rithaudin. A. (2011) menyatakan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah harus mengadopsi model pembelajaran yang tepat. Materi pembelajaran penjaskes di SMP meliputi teknik dasar lari jarak pendek 100 m (start, gerakan lari, dan gerakan memasuki garis finish). Silabus kelas VII mencakup aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek psikomotor menekankan gerakan lari jarak pendek 100 m, aspek kognitif mencakup pengetahuan teknik lari, dan aspek afektif menekankan nilai sosial seperti keberanian dan kerjasama.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini akan dilaksanakan dari Maret hingga Juni 2024 di SMP Pesantren Temulus, Ngawi, Jawa Timur, dengan menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif melalui survei menggunakan angket, dan dianalisis secara statistik deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII berjumlah 75 siswa, dengan sampel sebanyak 32 siswa laki-laki. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Data dikumpulkan melalui angket dan dianalisis menggunakan validitas isi dan reliabilitas KR20. Analisis data dilakukan dalam bentuk presentase dan distribusi frekuensi untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa tentang lari jarak pendek. Instrumen penelitian berupa angket pilihan ganda dengan 20 soal valid dari 25 soal yang diuji. Hasil uji validitas menunjukkan 20 soal valid, sementara reliabilitas instrumen mencapai 0,803, yang dikategorikan sangat tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk

menggambarkan tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 meter.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus pada tahun ajaran 2023/2024. Secara statistik deskriptif, hasilnya menunjukkan skor median 21, modus 4, mean 17,05, standar deviasi (SD) 2,719, dengan nilai minimum 10 dan nilai maksimum 23.

#### Distribusi Pengetahuan Siswa

Dari 32 siswa, hasil pengetahuan tentang pembelajaran lari jarak pendek 100 m dikategorikan sebagai berikut:

- a. Baik: 10 siswa (17,4%)
- b. Cukup: 14 siswa (66,3%)
- c. Kurang: 8 siswa (16,3%)

#### Faktor-faktor Pengetahuan

Pengetahuan siswa dipengaruhi oleh dua faktor utama:

##### 1. Faktor Mengingat (C1)

- Mean: 7,73
- Median: 8
- Modus: 7
- Standar Deviasi: 1,527
- Nilai Minimum: 4
- Nilai Maksimum: 11

##### Distribusi Faktor Mengingat (C1)

- Baik: 8 siswa (12%)
- Cukup: 13 siswa (69,6%)
- Kurang: 11 siswa (18,5%)

##### 2. Faktor Memahami (C2)

- Mean: 9,33

# TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS

- Median: 10
- Modus: 4
- Standar Deviasi: 2,017
- Nilai Minimum: 2
- Nilai Maksimum: 13

Distribusi Faktor Memahami (C2)

- Baik: 7 siswa (8,7%)
- Cukup: 15 siswa (71,7%)
- Kurang: 10 siswa (19,6%)

## B. Pembahasan

Penelitian ini menemukan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus termasuk dalam kategori cukup (66,3%). Hanya 17,4% siswa yang memiliki pengetahuan baik, sementara 16,3% siswa memiliki pengetahuan kurang.

Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami materi pembelajaran. Beberapa siswa mungkin hanya mendapatkan pengetahuan dari media massa, pengalaman, dan lingkungan tanpa mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, beberapa siswa mungkin berdiskusi dengan teman-temannya saat mengerjakan instrumen penelitian, meskipun sudah diinstruksikan untuk mengerjakan sendiri.

Peningkatan pengetahuan siswa perlu dilakukan secara menyeluruh dengan melibatkan semua pihak terkait, terutama guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Pengetahuan tentang lari jarak pendek 100 m penting karena materi ini terdapat dalam kurikulum dan mengandung nilai-nilai serta unsur-unsur yang berguna bagi kehidupan sehari-hari.

Menurut para ahli seperti Notoatmodjo dan Purwanto, pengalaman dan minat sangat mempengaruhi pengetahuan dan pemahaman siswa. Oleh karena itu, siswa memerlukan pembelajaran tambahan, baik secara teori maupun praktik, untuk meningkatkan pengetahuan mereka.



## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa besarnya tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus tahun ajaran 2023/2024 adalah sebesar 66,3% sebanyak 15 siswa.. Bila dikelompokkan dalam tiga kategori, maka besarnya tingkat pengetahuan siswa terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m dalam kategori cukup. Adapun kategori yang lain yaitu kategori baik didapatkan sebesar 17,4 % sebanyak 10 dan untuk kategori kurang didapatkan sebesar 16,3 % sebanyak 7 siswa.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang dapat disampaikan oleh peneliti diantaranya:

#### **1. Bagi Guru Penjasorkes**

Hasil tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus tahun ajaran 2023/2024 dapat dijadikan gambaran dan masukan bagi guru sejauh mana pemahaman siswa terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m.

#### **2. Bagi Sekolah**

Diharapkan dapat menjadi masukan dalam upaya peningkatan pengetahuan dari hasil penelitian “tingkat pengetahuan siswa kelas VII terhadap pembelajaran lari jarak pendek 100 m di SMP Pesantren Temulus tahun ajaran 2023/2024”

#### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan memperhatikan segala sesuatu yang menjadi hal-hal dalam keterbatasan penelitian ini sehingga penelitian ini dapat disempurnakan lagi melalui penelitian sejenis berikutnya.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Arikunto, S. (2002). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). Prosedur Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rhineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. Jakarta: PT Bina

# **TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK 100M DI SMP PESANTREN TEMULUS**

Aksara.

- Arikunto, S. (2012). Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: PT. Bumi
- Arikunto, S. (2013). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Arnanda, R. A. (2017). Tingkat pengetahuan siswa tentang permainan Bulutangkis kelas x smk koperasi Tahun ajaran 2016/2017 Kota Yogyakarta. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi edisi 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Depdikbud.(1997). Pedoman atletik untuk olahraga di SD. Jakarta: Depdikbud. Hadi. S. (1990). Bimbingan Menulis Skripsi dan Tesis. Yogyakarta. Andi Offset
- Depdiknas. (2008). Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat.Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Indah Prasetyowati Tri Purnama Sari (2014). Tingkat Pengetahuan Tentang Pentingnya Mengonsumsi Air Mineral Pada Siswa Kelas IV Di SD Negeri Keputran A Yogyakarta. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol 2 November (2014).
- Komarudin (2016). Penilaian Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Dan Olahraga. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Lutan, R. (2000). Strategi Belajar Mengajar Penjaskes. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan
- Lutan, R. (2003). Hakekat dan Karakteristik Penjaskes Dalam Kurikulum. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Notoatmojo. (2007). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan, Jakarta: Rhineka Cipta.
- Notoatmojo. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Poerwodarminto. (2002). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.
- Prayoga, A. S., Utomo, A. W. B., & Wahyudi, A. N. (2020). Upaya Meningkatkan Kompetensi Ketrampilan Gerak Dasar Lokomotor Lari Melalui Permainan Sederhana Di Kelas Iv Sekolah Dasar Negeri 02 Lego Kulon Kecamatan Kasreman Kabupaten Ngawi Tahun Ajaran 2019/2020. Jurnal Porkes, 2(2), 77-84.
- Purnomo, E & Dapan. (2011). Dasar-dasar Gerak Atletik. Yogyakarta: Alfamedia.
- Purwanto, N. (2002). Prinsip-Prinsip Dan Teknik Evaluasi Pengajaran. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

- Purwanto, N. (2010). Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta:Pustaka Pelajar
- Rahmat, Z. (2015). Atletik Dasar & Lanjutan. Banda Aceh: LPPM STKIP BBG
- Rusmini. S (1995). Psikologi Umum. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Saryono & Rithaudin, A. (2011). Meta Analisis Pengaruh Pembelajaran Pendekatan Taktik (Tgfu) Terhadap Pengembangan Aspek Kognitif Siswa Dalam Pendidikan Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.Vol 8 November (2011).
- Sudijono, A. (2006). Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sugiono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sugiono. (2015). Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D). Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- Suherman,W.S. (2007). Pendidikan Jasmani Sebagai Pembentuk Fondasi Yang Kokoh Bagi Tumbuh Kembang Anak. Universitas Negeri Yogyakarta : Yogyakarta
- Syarifuddin, A & Muhadi. (1992). Pendidikan jamani dan kesehatan. Jakarta: Depdikbud.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Walgito, B. (2004). Pengantar Psikologi Umum. Jakarta: Penerbit Andi
- Widyawati, N. (2018). Tingkat pengetahuan permainan tradisional dalam pembelajaran penjasorkes siswa SD Negeri Gadingan Wates. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta