

**PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP HASIL BELAJAR  
KETERAMPILAN SENAM LANTAI LOMPAT HARIMAU KELAS VIII  
DI SMP NEGERI 12 BANDUNG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**Oleh:**

**FANNI FAUZIAH**

**1500177**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
BANDUNG  
2019**

**PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP HASIL BELAJAR  
KETERAMPILAN SENAM LANTAI LOMPAT HARIMAU KELAS VIII DI SMP  
NEGERI 12 BANDUNG**

Oleh

Fanni Fauziah

Sebuah skripsi diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada  
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Fanni Fauziah

April 2019

Hak cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbaiki seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang,

Difoto copy, atau cara ;lainnya tanpa izin penulis

**LEMBAR PENGESAHAN**

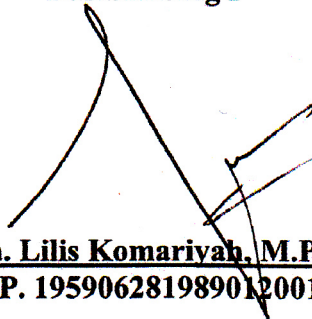
**FANNI FAUZIAH**

**1500177**

**PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN TERHADAP HASIL BELAJAR  
KETERAMPILAN SENAM LANTAI LOMPAT HARIMAU KELAS VIII  
DI SMP NEGERI 12 BANDUNG**

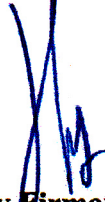
**Disetujui dan Disahkan oleh:**

**Pembimbing I**



**Dra. Lilis Komariyah, M.Pd**  
**NIP. 195906281989012001**

**Pembimbing II**



**Dr. Helmy Firmansyah, M.Pd.**  
**NIP. 197912282005011002**

**Mengetahui,**

**Ketua Departemen**

**Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



**Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. AIFO**  
**NIP. 19620718198031004**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Lompat Harimau Kelas VIII Di SMP Negeri 12 Bandung”** ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut, saya siap menanggung resiko atau sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, April 2019

Yang membuat pernyataan

Fanni Fauziah

## ABSTRAK

**Fanni Fauziah .Nim 1500177 skripsi : Pengaruh Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Lompat Harimau Kelas VIII Di SMP Negeri 12 Bandung. Skripsi ini di bimbing oleh Dra.Lilis Komariyah,M.Pd dan Dr.Helmy Firmansyah,M.Pd. Program Studi PJKR. Universitas Pendidikan Indonesia.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media pembelajaran terhadap hasil belajar keterampilan senam lantai lompat harimau. Metode digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain penelitian digunakan adalah *One-Group Pretest-Posttest Design*. Populasi digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII-A sampai VIII-I di SMP Negeri 12 Bandung dengan sampel sebanyak 48 orang siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes hasil belajar keterampilan senam lantai lompat harimau. Uji Hipotesis ini menggunakan dengan kriteria pengambilan keputusan nilai  $\text{sig} > \text{nilai } \alpha (0.05)$  maka  $H_0$  diterima apabila  $\text{sig} < \text{nilai } \alpha (0.05)$  maka  $H_0$  ditolak. Di peroleh hasil  $(0.02) < (0.05)$  yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari media pembelajaran terhadap hasil belajar keterampilan senam lantai lompat harimau. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media pembelajaran memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar keterampilan senam lantai lompat harimau kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandung.

**Kata kunci : Media Pembelajaran, Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Lompat Harimau**

*\*Mahasiswa Departemen Pendidikan Olahraga 2015*

**Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

## ABSTRACT

**Fanni Fauziah. Nim 1500177 Thesis: The Influence of Learning Media Against Learning Results of Grade VIII Tiger Jumping Gymnastic Skills in SMP Negeri 12 Bandung This thesis was guided by Dra.Lilis Komariyah, M.Pd and Dr.Helmy Firmansyah, M.Pd. PJKR Study Program the Indonesian University of Education.**

This study aims to determine the effect of learning media on the results of learning skills on tiger jump floor gymnastics. The method used in this study was an experiment with the research design used was the *One-Group Pretest-Postest Design*. The population used in this study were students of class VIII-A to VIII-I in SMP Negeri 12 Bandung with a sample of 48 students. The research instrument used was a test of tiger jump floor gymnastics skills learning outcomes. Test this hypothesis using the decision-making criteria sig value  $>$  value  $\alpha$  (0.05) then  $H_0$  is accepted if sig  $<$  value  $\alpha$  (0.05) then  $H_0$  was rejected. Obtained results (0.02)  $<$  (0.05) which means that there is a significant effect of learning media on the results of learning skills on tiger jump floor gymnastics. So this study be concluded that the use of instructional media has a significant influence on the learning outcomes of class VIII tiger jump gymnastics skills at SMP Negeri 12 Bandung.

**Keywords: Learning Media, Tiger Jumping Gymnastic Skill Learning Outcomes**

\* 2015

**Department of Sport Education Faculty of Sports and Health Education**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT Yang telah melimpahkan kasih dan sayang-Nya kepada kita, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu, yang kami beri Judul “Pengaruh Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Senam Lantai Lompat Harimau Kelas VIII Di SMP Negeri 12 Bandung”

Tujuan dari penyusunan skripsi ini guna memenuhi salah satu syarat untuk bisa menempuh ujian sarjana pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).

Di luar itu, penulis sebagai manusia biasa menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, baik dari segi tata bahasa, susunan kalimat maupun isi. Oleh sebab itu dengan segala kerendahan hati, saya selaku penulis menerima segala kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Skripsi ini dapat selesai tepat waktu berkat bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang sudah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dan dengan segala kerendahan hati penulis mendoakan semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi saya dapat diberikan selalu kebaikan dan balasan dari Allah SWT.

Dengan pengharapan besar, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan umumnya bagi pembaca.

Terimakasih.

Bandung, April 2019

Penulis

## UCAPAN TERIMAKASIH

Segala macam proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak untuk mengatasi berbagai kendala yang penulis alami, namun kembali padaNya tak henti ku ucap syukur atas rahmat dan hidayahnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis amat menyadari bahwa keberhasilan dalam menyusun skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dorongan, dan semangat dari berbagai pihak.

Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan sepatah duapatah kata ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah ikut andil dalam penyusunan skripsi ini, diantaranya kepada :

1. Kepada Allah SWT yang maha segalanya bagi penulis, atas kasih sayangnya pada hambanya sehingga proses penyusunan skripsi ini diberi kelancaran dan kemudahan di dalam setiap tahapan-tahapannya. Ya Alloh terima kasih atas segala hal yang telah kau berikan kepada ku sampai dengan saat ini.
2. Teruntuk kedua orang tua Tercinta Bapak Slamet Taufik dan Ibu Neni Nursiami, yang selama ini telah memberikan doa, semangat, dukungan dan masukan baik moral maupun materi yang sangat berguna. Terimakasih banyak pah mah.
3. Prof. Dr.H. Adang Suherman, MA selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
4. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes, AIFO selaku ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi atas izin beliau dan rekomendasi beliau untuk menyusun skripsi ini.
5. Kepada ibu Dra. Lilis Komariyah, M.Pd selaku dosen pembimbing akademik dan pembimbing skripsi I yang selalu memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi yang luar biasa dalam penyusunan skripsi ini.



6. Kepada bapak Dr. Helmy Firmansyah, MPd selaku dosen pembimbing skripsi II yang selalu memberikan motivasi petunjuk arahan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Adik Farda Fauziah dan Sepupu Mira Rahmawati, yang selalu memberi semangat dan menghibur Penulis.
8. Seluruh staf dan dosen prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi UPI.
9. Kepala Sekolah, guru-guru dan seluruh staf di SMPN 12 Bandung terutama untuk Pak Azis, Pak Sabar, Pak Yoga selaku guru PJOK. Terimakasih atas segala bantuannya dan memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. Pelatih Sri Mulyani dan Ariska Nurrohmah yang selalu memberi semangat saat mengerjakan skripsi.
11. Keluarga besar PJKR A 2015 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih sudah mau menerima penulis di antara kalian sewaktu masa perkuliahan.
12. Teman teman PJKR Angkatan 2015 terimakasih sudah menerima penulis dengan baik selama masa perkuliahan.
13. Teman-teman PPL SMP Negeri 12 Bandung dan KKN Desa Sindanggalih, terimakasih atas segala yang telah diberikan kepada penulis, semoga segala kebaikan kalian selalu dibalas oleh ALLAH SWT.
14. Teruntuk teman seperjuanganku selama PPL saudara M.Bagus dan Hanifah Fauziah S.Pd terimakasih sudah mau menerima keluh kesahku selama masa ppl dan selama masa penulisan skripsi ini,
15. Teruntuk teman dekatku yang sudah tak ku anggap teman melainkan sanak saudaraku sekarang, Hanifah Fauziah S.Pd, Dhika Setia, Putriana, Ardhya, Sarah, Destayana terima kasih sudah mau berbagi segala hal,terimakasih sudah mau menemani sampai dengan selesainya masa perkuliahan.

16. Fajar Alam Suganda yang selalu memberikan doa dan dukungan sejak awal perkuliahan sampai sekarang terimakasih banyak.
17. Teruntuk sahabat atlet senamku, Celine Marcelia, Sita Adji, Fazria Destiana, M. Ghifari Kamal. Terimakasih selalu memberi semangat dari awal kita bersama-sama berjuang sampai kuliah dan sampai selesainya skripsi ini.
18. Adik-adik tersayang atlit Senam Ritmik Triana Putri Amelia, Wira Alkian, Andiena Amelia, Bunga Cinta, Ersanda Azka, Aruni Aurora yang selalu memberi semangat dan canda tawa saat mengerjakan skripsi.
19. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terimakasih banyak.

Penulis mengucapkan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada segala pihak yang tak bisa penulis sebutkan satu per satu semoga ALLAH SWT membalas segala kebaikan kalian semua,dan semoga ALLAH SWT selalu mempermudah segala urusan duniawi dan akhirat kita semua,Semoga kita dipertemukan pula di Jannah-NYA. Sekali lagi terimakasih banyak

Bandung, April 2019  
Penulis

Fanni Fauziah

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
1.5 Sistematika Penulisan.....	5
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS</b> .....	<b>6</b>
2.1 Belajar dan Pembelajaran.....	6
2.1.1 Belajar.....	6
2.1.2 Pembelajaran .....	6
2.2 Hakikat Pendidikan Jasmani .....	7
2.2.1 Pengertian Pendidikan Jasmani .....	7
2.2.2 Tujuan Pendidikan Jasmani .....	8
2.2.3 Fungsi Pendidikan Jasmani .....	9
2.2.4 Hasil Belajar .....	10
2.3 Media Pembelajaran.....	11
2.3.1 Alat Bantu Pembelajaran .....	14
2.4 Hakikat Senam .....	15
2.4.1 Pengertian Senam .....	15
2.4.2 Unsur-Unsur Senam .....	16
2.4.3 Disiplin Senam .....	17
2.4.4 Gerakan Dasar Dalam Senam Lantai .....	18
2.4.5 Gerakan Lompat Harimau .....	20
2.4.6 Media Pembelajaran Gerakan Lompat Harimau .....	21
2.4.7 Alat Bantu Tali Karet. ....	22
2.4.8 Alat Bantu Kardus .....	22
2.4.9 Alat Bantu Teman.....	23

2.5 Penelitian Yang Relevan .....	24
2.6 Kerangka Pemikiran.....	24
2.6.1 Anggapan Dasar.....	24
2.6.2 Kerangka Berfikir.....	25
2.6.2 Hipotesis.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
3.1 Metode Penelitian.....	27
3.2 Lokasi, Populasi dan Sampel .....	28
3.2.1 Lokasi .....	28
3.2.2 Populasi .....	28
3.2.3 Sampel .....	29
3.3 Desain Penelitian.....	31
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
3.5 Instrumen Penelitian.....	33
3.5.1 Alat Bantu.....	36
3.5.2 Instrumen Hasil Belajar.....	36
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	40
3.6.1 Teknik Analisis dan Pengolahan Data.....	41
3.6.2 Uji Normalitas .....	41
3.6.3 Uji Homogenitas.....	42
3.6.4 Uji Hipotesis.....	42
3.7 Pelaksanaan Penelitian .....	43
<b>BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA.....</b>	<b>47</b>
4.1 Hasil Pengolahan dan Analisis Data .....	47
4.1.1 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata dan.....	47
4.1.2 Uji Normalitas .....	47
4.1.3 Uji Homogenitas .....	48
4.2 Pengujian Hipotesis.....	49
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>53</b>
5.1 Kesimpulan.....	53
5.2 Saran dan Rekomendasi .....	53
 DAFTAR PUSTAKA.....	 54
LAMPIRAN .....	

## DAFTAR GAMBAR

2.1 Gambar Lompat Harimau .....	21
3.1 Gambar Desain Penelitian.....	31
3.2 Gambar Langkah-langkah Penelitian.....	32

## DAFTAR TABEL

3.1 Tabel Kisi-kisi Tes Lompat Harimau.....	34
3.2 Tabel Instrumen Penilaian Hasil Belajar Lompat Harimau .....	37
3.3 Tabel Langkah-langkah Pemberian Perlakuan.....	43
4.1 Tabel Descriptive Statistics.....	47
4.2 Tabel Uji Normalitas One-Kolmogorov Test .....	48
4.3 Tabel Uji Homogenitas .....	49
4.4 Tabel Pengujian Hipotesis .....	50

## DAFTAR LAMPIRAN

- A. Lampiran Hasil Data
- B. Lampiran Daftar Hadir Siswa
- C. Lampiran Instrumen Hasil Belajar
- D. Lampiran RPP
- E. Lampiran Surat Keputusan Departemen
- F. Lampiran Surat Penelitian
- G. Lampiran Surat Balasan Penelitian
- H. Lampiran Dokumentasi Penelitian
- I. Lampiran Daftar Riwayat Hidup Penulis

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar (2009). *Manajemen Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Bandung.
- Aldino M (2013). *Upaya Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Loncat Harimau Dengan Kardus, Bola dan Teman*. Skripsi. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Anshor Sokhibul (2015). *Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Video Terhadap Aktivitas Dan Hasil Belajar Geografi*. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Arikunto S (2013). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azman, Simanjuntak G, Purnomo E (2012). *Peningkatan Pembelajaran Sikap Kayang Dengan Media Karet ban Siswa SDN 28 Mengkayar Kabupaten Sambas*. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Bartoon R. Russel (2018). *Pre Experiment Planning for Designed Experiments: Graphical Methods*. Journal of Quality Technology. Vol 29 No 3.
- Cervin Georgia, Nicola Claire, Dufraisie Sylvain, Bohuon Anais & Quin Grégory (2017). *Gymnastics' centre of gravity: the Fédération Internationale de Gymnastique, its governance and the Cold War, 1956-1976*. *Sport in History*. Vol 37 No 3(309-331).
- Choirudin M (2012). *Upaya Peningkatan Gerak dasar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Alat Bantu Pembelajaran Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 04 Bejen Karanganyar*. Jurnal Skripsi.
- Dies R (2015). *Clinical Application of Research Instruments: Editor's Introduction*. International Journal of Group Psychotherapy. 37(1).
- Erba Joseph. Ternes Brock. Bobkowski Piort. Logan. Liu (2017). *Sampling Methods and Sample Populations in Quantitative Mass Communication Research Studies: A 15-Year Census of Six Journals*. Journal Communication Research Reports. Vol 35 No 1.
- Firmandi H. Haetami M. Triansyah A (2007). *Pengaruh Pendekatan Bermain Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai Tiger Sprong*. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FKIP UNTAN
- Firmansyah (2016). *Effect Direct And Indirect (Inquiry) Instruction Model In Teaching Gymnastics*. Jurnal Publikasi Pendidikan. Vol VI No3.



- Ilmi Bahrul. Hidasari P. Haetami Mimi (2009). *Efektivitas Pembelajaran Roll Depan dan Roll Belakang Menggunakan Media Audiovisual Powtoon*. Program Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak.
- Juliantine. Subroto. Yudiana. 2016. *Belajar Dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung.
- Junaedi Anas (2015). *Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMA, SMK, dan MA Negeri Se-Kabupaten Gresik*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. 03(03): 834-842.
- Hehamahua S. Agung A. Pedjeng W (2015). *Intrinsic Motivation Of Teenager Scholars Toward Physical Activities*. European Journal of Physical Education and Sport Science. Vol 1 Issue 1.
- Komarudin (2016). *Penilaian Hasil Belajar*. Bandung: Rosda.
- Mahnun Nunu (2012). *Media Pembelajaran*. Jurnal Pemikiran Islam. 37(1).
- Mahendra Agus, Ma'mun Amung (2018). *Pengaruh Model Pembelajaran Dan Motivasi Belajar Terhadap Keterampilan Bermain Bolavoli Dalam Pendidikan Jasmani*. Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran. Vol 5 No 1.
- Marsuki (2017). *Meningkatkan Pembelajaran Roll Depan Dengan Alat Bantu Bola Lonceng*. E-jurnalmitrapendidikan. Vol 1 No 1.
- Martinen R. Fredrick. Silverman (2018). *Changes In Student Attitude Toward Physical Education Across A Unit Of Instruction*. Journal of Physical Education and Sport.
- Mulyana Rizkia F (2018). *Hubungan Fleksibilitas Panggul Dan Power Otot Legan Dengan Keterampilan Stut Pada Senam Lantai*. Jurnal of S.P.O.R.T. Vol 2 No 1.
- Ramos Avalos. Ruiz M. Molina M (2010). *Gymnastics Dispotitions And Skill: A Case Study Listening To The Voice Of Teacher*. Science of Gymnastics Journal. Vol 8 Issue 1: 57-70.
- Rifianto Jurawal (2014). *Hubungan Berat Badan Dan Kecemasan Dengan Hasil Tes Roll Depan Senam Lantai Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Didoarjo*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Vol 2 No 1.
- Rismawati (2011). *Penerapan Metode Eksperimen dalam Meningkatkan Pemahaman Konsep Energi Panas pada Siswa Kelas IV SDN No. 1 Balukang 2*. Jurnal Kreatif Tadulako Online. 4(1).

- S Adi (2018). *Implementation of Media In Teaching and Learning of Physical, Sport, and Health Education Subject*. Journal of Physical Education and Sport.
- Saragiotto T. Costa. Ollveira. Lopes. Moseley. Costa P (2013). *Description od research design of articles published in four Brazillian physical therapy journals*. Brazilian Journal of Physical Therapy. 18(1).
- Sastromiharjo A (2008). *Media Dan Sumber Pembelajaran*. Universitas Pendidikan Indonesia
- Sudarwanto D (2010). *Perbandingan Hasil Belajar Guling Belakang Kaki Tekuk Dengan Media Alat Bantu Bidang Miring dan Media Aktif*. Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Vol 03 No 03.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung.
- Suharjana F (2011). *Pengembangan Pembelajaran Senam Melalui Bermain Di Sekolah*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Vol 8 No 1.
- Suwandar (2017). *Modul Keterampilan Dan Didaktik/Methodik Senam*. Cimahi.
- Universitas Pendidikan Indonesia (2018). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Bandung.