

**PENGARUH PENERAPAN *ICEBREAKING* TERHADAP *SELF-ESTEEM*  
PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMA NEGERI 1  
PLUMBON  
SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk mendapat gelar sarjana  
Pendidikan di program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi



Oleh :

Sridevi Prawati

1501966

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN  
REKREASI**

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA**

**FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

**BANDUNG**

**2020**

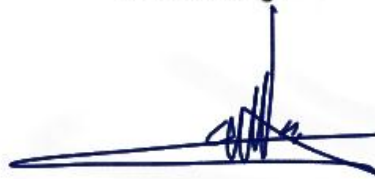
Sridevi prawati, 2020

***PENGARUH PENERAPAN ICE BREAKING TERHADAP SELF-ESTEEM PADA PEMBELAJARAN  
PENDIDIKAN JASMANI DI SMA NEGERI 1 PLUMBON***

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PENGESAHAN  
SRIDEVI PRAWATI  
PENGARUH PENERAPAN *ICE BREAKING* TERHADAP *SELF-ESTEEM* PADA  
PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMA NEGERI 1 PLUMBON  
Disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO  
NIP. 196207181988031004

Pembimbing II



Alit Rahmat, M.pd  
NIP. 197208262005021002

Mengetahui,  
Ketua Program Studi  
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
FPOK UPI



Dr. Yusuf Hidayat, M. Si  
NIP. 196808301999031001

### **Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "Pengaruh Penerapan *IceBreaking* terhadap *Self-Esteem* pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sma Negeri 1 Plumbon" 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 ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, 06 Desember 2020

Sridevi Prawati

1501966

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa Allah SWT yang masih memberikan kesehatan, kesempatan dan terlebih lagi kenikmatan yakni nikmat Iman dan Islam. Dimana pada kesempatan ini, penulis dapat menyelesaikan salah satu tugas akhir dalam pendidikan strata 1 (satu) berupa karya ilmiah yakni skripsi.

Shalawat dan salam tidak lupa kita dicurahkan kepada baginda Tercinta Rasulullah SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kepada kita selaku umatnya hingga akhir zaman kelak. Sebuah karya ilmiah penulis tuangkan dalam proposal skripsi ini yang berjudul **“PENGARUH PENERAPAN ICEBREAKING TERHADAP SELF-ESTEEM PADA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMA NEGERI 1 PLUMBON”**. Banyak hal yang penulis dapatkan dalam karya ilmiah ini, yang tiada lain semua manfaat yang dirasakan tidak terlepas atas izin-Nya dan bimbingan para ahli atau para pembimbing. Untuk itu, dengan tidak mengurangi rasa hormat penulis hanya bisa memberikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yangtelah memberikan sumbangsuhnya baik moril maupun materil.

Walaupun penulis menyadari akan beberapa kekurangan yang ada dalam pelaksanaan dan penulisan. Semoga ini membuka kepada para pembaca untuk tidak segan memberikan masukan dan kritikan dengan tujuan membangun atau merubah ke arah yang lebih baik.

Dengan demikian, sekiranya yang bisa penulis sampaikan. Atas segala perhatiannya penulis ucapkan terima kasih dan mohon maaf atas segala kekurangan.

Bandung, 08 Desember 2020

Penulis

Sridevi Prawati

1501966

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis juga mengucapkan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada berbagai pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini khususnya kepada:

1. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO selaku Pembimbing skripsi I. Terima kasih atas masukan, kritik dan saran yang membangun sehingga wawasan penulis menjadi lebih luas. Terima kasih atas ketersediaan waktu yang telah Bapak berikan selama proses bimbingan berlangsung hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Bapak selalu dalam lindungan Allah SWT.
2. Bapak Alit Rahmat, M. Pd. selaku Pembimbing II skripsi penulis yang telah membimbing, dan memberi motivasi serta memberi masukan kritik dan saran yang membangun pada penulis selama akhir penulisan skripsi. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Terimakasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan. Semoga Bapak selalu diberikan kesehatan dan dalam lindungan Allah SWT.
3. Bapak Dr. Yusuf Hidayat, M. Si. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia sekaligus Pembimbing Akademik. Terima kasih atas masukan, kritik dan saran yang membangun sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Terima kasih atas dukungan kepada mahasiswa untuk segera menyelesaikan studi dan ketersediaan waktu yang telah Bapak berikan selama proses bimbingan berlangsung hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga Bapak selalu dalam lindungan Allah SWT.
4. Segenap Dosen dan Staff Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah membimbing dan memberikan bantuan bagi penulis selama menjalani perkuliahan.

5. Kepada Yth. Kepala Sekolah, guru dan staf SMA Negeri 1 Plumbon, yang telah membimbing sekaligus telah membantu dan memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
6. Saya mengucapkan terimakasih kepada diri saya sendiri yang selalu tetap tegar dan berjuang dalam melewati masa-masa perkuliahan sampai menyusun skripsi hingga selesai.
7. Teman-teman satu angkatan PJKR 2015 yang selama perkuliahan telah berjuang bersama sejak mulai perkuliahan hingga akhir perkuliahan dengan penuh suka dan duka.
8. Keluarga besar mahasiswa PJKR B 2015 yang selama perkuliahan menjadi keluarga di kampus, yang telah berjuang bersama dalam suka dan duka selama perkuliahan.
9. Kepada Papah dan Mamah tercinta, yang selalu ada dihati penulis dan membuat penulis semangat untuk menjalani hidup
10. Kepada kakak-kakak tersayang, yang selalu memberi motivasi & dukungan pada penulis, mengorbankan waktu selama ini selalu menemani penulis saat suka maupun duka dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Panda, Whipo, Phusy, Echa, Gio, Khayat, Ewol yang memang benar-benar sahabat penulis yang telah memberi motivasi dan dukungan pada penulis, juga mengorbankan waktu selama ini untuk selalu menemani penulis saat penelitian maupun dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Hafidan, iwal, farhan, asepe, aldi, irfan, syahid, ziya, firda, febi dan lainnya untuk CBAS Badminton yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, telah memberikan semangat dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Sebanyak apapun tinta yang penulis miliki, tidak akan cukup mengisi segala kebaikan seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini. Akhirnya sembah bakti penulis sampaikan pada kedua orang tua penulis, yang selama ini telah memberikan kasih sayang, membina, membimbing, memberikan motivasi, dukungan baik moril maupun materil, tiada henti mendoakan penulis. Semoga semua yang telah penulis usahakan menjadi sebuah kebanggaan bagi Mamah dan Papah. Aamiin

**ABSTRAK****Pengaruh Penerapan *IceBreaking* Terhadap *Self Esteem* Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sma Negeri 1 Plumbon****Dosen Pembimbing 1 : Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO****Dosen Pembimbing 2 : Alit Rahmat, M.pd****Sridevi Prawati\*****1501966**

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Negeri 1 Plumbon masih menggunakan metode komando sehingga membuat pembelajaran di sekolah tersebut cenderung monoton yang mengakibatkan siswa menjadi malas, tidak bersemangat dan tidak layak untuk melaksanakan pembelajaran, hal ini dapat menyebabkan rendahnya percaya diri siswa menjadi tidak semangat dan merasa tidak layak, sehingga dapat menyebabkan pembelajaran tidak terlaksana sebagaimana tujuan yang diharapkan. Sehingga perlu penerapan *ice breaking* dan diharapkan dapat meningkatkan interaksi agar siswa bisa terbentuk *self esteem* yang sehat. Dari uraian diatas perlu di uji apakah penerapan *ice breaking* dapat meningkatkan *self esteem* yang sehat.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian eksperimen. Instrumen yang digunakan oleh peneliti sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini berupa angket yakni sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengungkap tingkat *self esteem* pada peserta didik. Dengan ini diperoleh kesimpulan dari penelitian bahwa penerapan *ice breaking* memiliki pengaruh signifikan terhadap *self esteem* siswa. Bahwa dengan menerapkan *ice breaking* pada mata pelajaran pendidikan jasmani dapat mempengaruhi terhadap *self esteem* siswa dalam proses belajar mengajar.

Kata Kunci : *ice breaking*, *self esteem*, pendidikan jasmani

\*Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FPOK

UPI Angkatan 2015

**ABSTRACT****The Effect of the Application of Ice Breaking on Self-Esteem in Physical Education****Learning at SMA Negeri 1 Plumbon****Dosen Pembimbing 1 : Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes., AIFO****Dosen Pembimbing 2 : Alit Rahmat, M.pd****Sridevi Prawati\*****1501966**

Physical education learning activities at SMA Negeri 1 Plumbon still use the command method so that learning in these schools tends to be monotonous which results in students becoming lazy, not enthusiastic and unfit to carry out learning, this can lead to low self-confidence of students becoming discouraged and feeling uneasy. feasible, so that it can cause learning not to be carried out as expected. So it is necessary to implement ice breaking and is expected to increase interaction so that students can form healthy self-esteem. From the description above, it is necessary to test whether the application of ice breaking can increase healthy self-esteem.

In this study, researchers used experimental research methods. The instrument used by the researcher as a data collection tool in this study was a questionnaire, namely a number of written questions that were used to reveal the level of self-esteem in class students. With this, it can be concluded from the study that the application of ice breaking has a significant effect on students' self-esteem. That applying ice breaking to physical education subjects can affect students' self-esteem in the teaching and learning process.

**Keywords :** ice breaking, self esteem, physical education.

\*Student of physical education, health and recreation. Faculty of Sports and Health  
Science Education UPI 2015



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vi
<b>ABSTRACT</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I Pendahuluan</b> .....	<b>1</b>
1.1 LatarBelakangPenelitian .....	1
1.2 RumusanMasalah .....	5
1.3 TujuanPenelitian.....	6
1.4 ManfaatPenelitian.....	6
1.5 StrukturOrganisasi.....	7
<b>BAB II Kajian Pustaka, Kerangka Berfikir dan Hipotesis Penelitian</b> .....	<b>8</b>
2.2 KajianPustaka .....	8
2.1.1 PendidikanJasmani .....	8
2.1.1.1 PengertianPendidikanJasmani.....	8
2.1.1.2 TujuanPendidikanJasmani.....	9
2.1.1.3 ManfaatPendidikanJasmani.....	13
2.1.1.4 RuangLingkupPendidikanJasmani .....	14
2.1.2 Ice Breaking .....	16
2.1.2.1 Pengertian Ice Breaking .....	16
2.1.2.2 Permainan Ice Breaking .....	18
2.1.2.3 Fungsi Ice Breaking .....	19

2.1.2.4 Teknik Ice Breaking .....	20
2.1.2.5 Jenis-Jenis Ice Breaking Dalam Pembelajaran.....	21
2.1.2.6 Kelebihan dan Kelemahan Ice Breaking .....	24
2.1.3 Self Esteem .....	25
2.1.3.1 Pengertian Self- Esteem .....	25
2.1.3.2 Jenis- Jenis Self- Esteem .....	29
2.1.3.3 Komponen Self- Esteem .....	30
2.1.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Self- Esteem .....	35
2.1.3.5 Upaya Pengembangan Self- Esteem Yang Sehat .....	39
2.1.3.6 Aspek Self- Esteem .....	40
2.2 Kerangka Berfikir .....	41
2.3 Hipotesis Penelitian .....	43
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
3.1 Metode dan Desain Penelitian.....	44
3.1.1 Metode Penelitian.....	44
3.1.2 Desain Penelitian.....	46
3.2 Partisipan .....	50
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	50
3.3.1 Populasi Penelitian .....	50
3.3.2 Sampel Penelitian.....	51
3.4 Instrumen Penelitian.....	54
3.4.1 Penyusunan Instrumen .....	54
3.4.2 Pengembangan Kisi-kisi.....	54
3.4.2.1 Kuesioner .....	54
3.4.2.2. Pedoman Skoring .....	56
3.4.3 Program Perlakuan .....	57
3.5 Prosedur Penelitian.....	59
3.5.1 Tahap Persiapan .....	59
3.5.2 Tahap Pelaksanaan .....	59

3.5.3 Tahap Akhir Penelitian.....	59
3.5.4 Analisis data .....	60
3.5.5. Kesimpulan.....	60
3.6 Analisis Data .....	60
<b>BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>63</b>
4.1 Temuan dan Deskripsi Hasil Temuan.....	63
4.1.1 Uji normalitas .....	65
4.1.2 Uji Homogenitas .....	67
4.1.3 Uji Hipotesis.....	68
4.2 Pembahasan .....	71
<b>BAB VSIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>78</b>
5.1 Simpulan .....	78
5.2 Implikasi .....	78
5.3 Rekomendasi .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Design penelitian One Group Design .....	47
Tabel 3.2 partisipan dalam penelian.....	50
Tabel 3.3 jumlah populasi .....	51
Tabel 3.4 jumlah sampel .....	53
Tabel 3.5 Kuesioner Rosenberg Self-Esteem Scale .....	55
Tabel 3.6 pedoman skoring .....	56
Tabel 3.7 Jadwal Perlakuan/treatment .....	57
Tabel 3.8 Langkah- langkah Perlakuan pemberian penerapan ice breaking .....	58
Tabel 4. 1 Hasil Perhitungan data <i>Pre-test</i> dan <i>Post Test</i> .....	63
Tabel 4.2 Data Pembelajaran Pendidikan Jasmani dengan menggunakan Penerapan <i>Ice Breaking</i> pada <i>Self Esteem</i> siswa.....	65
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas Data Eksperimen.....	66
Tabel 4.4 Hasil Uji Homogenitas Data Kelompok Eksperimen .....	67
Tabel 4.5 Uji Hipotesis Pengaruh Penerapan <i>Ice Breaking</i> Terhadap <i>self esteem</i> siswa .....	69
Tabel 4. 6 <i>Kriteria Skor</i> .....	70
Tabel 4.7 <i>Gain score Self Esteem</i> .....	70

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 3.1 prosedur langkah- langkah penelitian.....	49
Gambar 3.2 pelaksanaan penelitian sampai ke tahap akhir penelitian .....	60
Gambar 4.1 Grafik Peningkatan rata-rata pada <i>Self Esteem</i> .....	65
Gambar 4.2 Grafik Uji normalitas Pre Test .....	66
Gambar 4.3 Grafik Uji normalitas Post Test.....	67

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN I</b>	<b>Surat Keterangan Skripsi</b>
<b>LAMPIRAN II</b>	<b>Surat Izin Penelitian</b>
<b>LAMPIRAN III</b>	<b>Program Pembelajaran</b>
<b>LAMPIRAN IV</b>	<b>Data Kuesioner</b>
<b>LAMPIRAN V</b>	<b>Dokumentasi</b>
<b>LAMPIRAN VI</b>	<b>Hasil Uji Normalitas</b>
<b>LAMPIRAN VII</b>	<b>Hasil Uji Homogenitas</b>
<b>LAMPIRAN VIII</b>	<b>Hasil Uji Hipotesis</b>
<b>LAMPIRAN IX</b>	<b>Riwayat Hidup</b>

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduljabar, B (2011). *Pedagogi Olahraga*. Bandung : FPOK UPI Bandung
- Abduljabar, B. Drajat, J. (2013) *Aplikasi Statistika Dalam Penjas*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Abraham Maslow. (2006) *On Dominance, Self Esteem and Self Actualization*. Ann Kaplan: Maurice Basset.
- Afrizal, I, S dan Herawati, A. (2012). *A Descriptive Study Of Ice Breaking Activity In Teaching English For Children*. Bogor. Universitas Pakuan
- Aini, D. F. N. (2018). Self esteem pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus bullying. *Jurnal pemikiran dan pengembangan*, vol 6, no 1, 36-46.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Barrows, H. & Tamblyn, R. (1980) *Problem-based Learning: An Approach to Medical Education*. New York: Springer.
- Branden, N. (1992). *The power of self-esteem*. Florida: Health Communications: Inc.
- Bunker, D., & Thorpe, R. (1983). A model for teaching games in secondary schools. *Bulletin of Physical Education*, 19(1), 32-35.
- Campbell, D.T., & Stanley, J.C. (1963). *Experimental And quasi-experimental design For research*. Chicago: Rand McNally & Company.
- Ciarrochi, J., Heaven, P. C. L., & Fiona, D. (2007). The impact of hope, self-esteem, and attributional style on adolescents' school grades and emotional well-being: A longitudinal study.
- Coopersmith. (1967). *The Antecedents of Self Esteem*. USA. W.H. Freeman and Company.

- Dutton, K. A., & Brown, J. D. (1997). Global self-esteem and specific self-views as determinants of people's reactions to success and failure. *Journal of Personality and Social Psychology*
- Gray-Little, B., Williams, V.S.L., & Hancock, T. D. (1997). An item response theory analysis of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*
- Guindon, M. H. (2009). *Self-esteem across the lifespan: Issues and interventions*: Taylor & Francis.
- Hidayat, Y. Budiman, D. (2011) psikologi anak dalam pendidikan jasmani, Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hamalik, O. (1990). *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Healthy Kids. (2006). Shape of the nation report: Status of physical education in the USA. Reston, VA: SHAPE America.
- Kurniasih, Alarifin. (2015) *Penerapan Ice Breaking* (Penyegar Pembelajaran) Jurnal Pendidikan
- Lawrence, D. (2006). *Enhancing self-esteem in the classroom*: Pine Forge Press.
- Lutan, R. (2003). Self Esteem: Landasan Kepribadian. *Jakarta: Bagian Proyek Peningkatan Mutu Organisasi dan Tenaga Keolahragaan Dirjen Olahraga Depdiknas*.
- Mahendra, A. (2009). *Asas dan Filsafah Pendidikan Jasmani*. Bandung: Red Point
- Maksum, A (2012). *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya. UNESA University Press.
- Margono. (2004) *Metodologi Penelitian pendidikan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Maslow, H.A (1979). *Motivation and perssonality*. USA: Harper and Row Publication.
- Metzler, M. (2011). *Instructional models for physical education*. Scottsdale, AZ: Holcomb Hathaway. *Australian Journal of Teacher Education* Vol 37, 8, August 2012 137



- M.Said. (2010). *80+ Ice Breaker Games: Kumpulan Permainan Penggugah Semangat*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Nikmarijal, N. (2014). Urgensi Peranan Keluarga bagi Perkembangan Self-esteem Remaja. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 2(2), 19-24.
- Owens, T. J., Stryker, S., & Goodman, N. (2006). *Extending self-esteem theory and research: Sociological and psychological currents*: Cambridge University Press.
- Pill, S. (2009). *Sport teaching in physical education: Considering sport literacy*. Paper presented at the 26th ACHPER International Conference, July 3-5, Brisbane.
- Refnadi, (2018) *Konsep Self-Esteem Serta Implikasinya Pada Siswa*, Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET) *Jurnal EDUCATIO Jurnal Pendidikan Indonesia* DOI: <https://doi.org/10.29210/120182133>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Setiawan, Aries. (2010). *Ice Breakers For Teachers 110 Kiat Penggairah Suasana Belajar Mengajar dalam Kelas*. Surabaya: Eduvision Press.
- Siedentop, D. (2002). Sport education: A retrospective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 21(4), 409-418
- Soenarno, Adi. (2005). *Ice Breaker Permainan Atraktif-Edukatif*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sudaryono. (2017). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudjana, Nana. (2017). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sunarto. (2012). *Ice Breaker dalam Pembelajaran Aktif*. Surakarta: Cakrawala Media.
- Sukmadinata, S.N (2010) *Metode Penelitian pendidikan*. Bandung :Sinar Baru Algensindo.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: ALFABETA

- Sugiyono (2016) *Metode Penelitian Kuantitatif & RND*. Bandung. Alfabeta.
- Sumarto. (2003) *Inovasi, Partisipasi, dan Good Governance*. YayasanObor Indonesia, Jakarta.
- Suharsini, A. (2010). *ProsedurPenelitiansuatuPendekatanPratek*. Jakarta RinekaCipta.
- Sukmadinata, N. S. (2012). *MetodePenelitianPendidikan*. Bandung :RemajaRosdakarya.
- Suryosubroto. (2004) *Manajemen Pendidikan Di Sekolah*, Jakarta : Rineka Cipta
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologisosialedisikeduabelas*. Jakarta: KencanaPrenada Media Group.
- Wuest, D.A, Bucher, C.A (2009) *Foundations Of Physical Education And Sport*. St Louis, Missouri : Mosby – Year Book, Inc
- Zimmerman, M. A., Copeland, L. A., Shope, J. T., &Dielman, T. E.(1997). A longitudinal study of self-esteem : Implications for adolescentdevelopment. *Journal of Youth and Adolescence*, 26, 117–141. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1024596313925>