

## Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VIII Dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Materi Atletik Lari Sprint 100 Meter Di SMP Negeri 1 Kedu Temanggung.

Mufidatul umah

email: [mufidatulumah363@gmail.com](mailto:mufidatulumah363@gmail.com)

Universitas PGRI Semarang

### Abstract

The background of this research is that there are still many students who have not been able to achieve the value that has been set by the teacher. The lack of variety in learning methods, lack of motor skills, and cognitive in learning so that it affects student learning outcomes themselves. Seeing these problems, it is necessary to have effective learning so that students are motivated in learning so that they are able to provide good and maximum learning outcomes. From this, researchers want to see the effect of applying *Problem Based Learning* and *Project Based Learning* methods. The purpose of this study was to determine the effect of *Problem Based Learning* and *Project Based Learning* on the Learning Outcomes of Class VIII Students. This research is an experimental research with a quantitative approach. The design used in this research is *Two Group Pre-test and Post-test Design*. The population of this study was class VIII SMP Negeri 1 Kedu Temanggung in 2020/2021. The sample used in this study used a random sampling technique so that 2 classes were obtained randomly. In experimental research *Problem Based Learning* and *Project Based Learning* have a significant level of 5% and  $N = 32$  and  $30$ , so that for the *Problem Based Learning* experimental class the value of  $L_{count} < L_{table}$  is  $0.1496 < 0.1566$ , then  $H_a$  for the experimental class *Project Based Learning* obtained a value of  $0.1615 < 0.1618$ , then  $H_a$  is accepted so that the Experimental Class *Problem Based Learning* and the experimental class *Project Based Learning* come from a population with normal distribution. The conclusion from this study is that *Problem Based Learning* and *Project Based Learning* methods have an effect on learning outcomes of students learning the material for sprinting a distance of 100 meters. Suggestion For researchers who will apply *problem based learning* and *project based learning* models, it is better to understand each stage contained in this learning. This is done so that each stage runs well so that it can be used effectively.

**Keywords:** *Problem Based Learning* and *Project Based Learning*, Learning Outcomes

### Abstrak

Latar belakang dari penelitian ini adalah masih banyak siswa yang belum mampu mencapai nilai yang sudah ditetapkan oleh guru. Kurangnya variasi model pembelajaran, kurang dalam kemampuan secara motorik, dan kognitif dalam pembelajaran sehingga berpengaruh terhadap hasil belajar siswa itu sendiri. Melihat permasalahan tersebut, maka perlu adanya pembelajaran yang efektif agar siswa termotivasi dalam belajar sehingga mampu memberikan hasil belajar yang baik dan maksimal dari hal tersebut peneliti ingin melihat pengaruh dari penerapan Model *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Model Pembelajaran *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VIII. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan Pendekatan kuantitatif Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Two Group Pre-test dan Post-test Design*. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kedu Temanggung tahun 2020/2021. Sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik sample random sampling sehingga didapat 2 kelas secara acak. Dalam penelitian eksperimen *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* memiliki taraf signifikan 5% dan  $N=32$  dan  $30$ , sehingga untuk kelas eksperimen *Problem Based Learning* diperoleh nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  yaitu  $0,1496 < 0,1566$  maka  $H_a$  untuk kelas eksperimen *Projec Based Learning* diperoleh nilai  $0,1615 < 0,1618$  maka  $H_a$  diterima sehingga kelas eksperimen *Problem Based Learning* dan kelas eksperimen *Projec Based Learning* berasal dari populasi yang berdistribusi yang normal. Simpulan dari penelitian ini adalah metode pembelajaran *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* berpengaruh terhadap hasil belajar siswa belajar materi lari sprint jarak 100 meter. Saran Bagi peneliti yang akan menerapkan model pembelajaran *problem based learning* dan *project based learning* lebih baik memahami setiap tahapan yang terdapat dalam pembelajaran ini. Hal ini dilakukan agar setiap tahapan berjalan dengan baik sehingga dapat digunakan dengan efektif.

**Kata Kunci :** *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning*, Hasil belajar

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah pembelajaran pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan sekelompok orang yang diturunkan dari satu generasi ke generasi melalui pengajaran, atau pelatihan. Setiap pengalaman yang memiliki efek formatif pada cara orang berpikir, merasa atau tindakan dapat dikatakan pendidikan. Pendidikan umumnya dibagi menjadi beberapa tahap seperti prasekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, dan kemudian perguruan tinggi. Tujuan pendidikan itu sendiri adalah untuk mencerdaskan dan mengembangkan potensi yang ada pada diri peserta didik. Menurut pendidikan J.J. Rousseau (2003:69) menjelaskan bahwa “ pendidikan merupakan memberikan pembekalan yang tidak ada pada masa kanak-kanak, akan tetapi kita membutuhkan pada masa dewasa ” .

Dengan tumbuhnya kecerdasan dan potensi diri melalui pendidikan maka setiap anak bisa memiliki ilmu pengetahuan, kreativitas, sehat jasmani dan rohani, kepribadian yang baik, mandiri, dan menjadi anggota masyarakat yang bertanggung jawab. Dalam proses pendidikan peran siswa tidaklah kalah penting dari peran guru, siswa dikatakan aktif jika siswa tidak membatasi diri dalam mendalami bidang studi tertentu khususnya pendidikan jasmani. Salah satu tujuan dari pendidikan jasmani yaitu peserta didik sehat secara jasmani dan rohani, karena hal itu siswa dituntut untuk mampu mengikuti proses pembelajaran yang diberikan oleh guru. Akan tetapi beberapa peserta didik kurang mampu dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani terbukti dari hasil belajar siswa yang kurang memuaskan.

Hasil observasi hasil belajar siswa kelas VIII pada tanggal 5 Januari 2020 sebanyak 67,84 % dari jumlah 106 keseluruhan siswa yang mengikuti tes, lebih dari 50% siswa belum mencapai target waktu tempuh saat melakukan tes yang sudah ditetapkan oleh guru dan belum mencapai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang sudah ditetapkan oleh sekolah yaitu 75. Hal tersebut menunjukkan pembelajaran pendidikan jasmani belum terlaksana sesuai dengan harapan, dapat dilihat dari proses kegiatan pembelajaran meliputi kurangnya motivasi siswa, kurangnya variasi metode pembelajaran, kurang dalam kemampuan secara motorik, dan kognitif dalam pembelajaran sehingga berpengaruh terhadap hasil belajar siswa itu sendiri. Melihat permasalahan tersebut, maka perlu adanya pembelajaran yang efektif agar

siswa termotivasi dalam belajar sehingga mampu memberikan hasil belajar yang baik dan maksimal.

Menurut Jojo dalam Miftahul Huda (2014:71) menjelaskan PBL merupakan suatu pendekatan dimana masalah mengendalikan proses pembelajaran. Kemudian model pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Barrow mendefinisikan pembelajaran berbasis masalah sebagai "pembelajaran yang diperoleh melalui proses menuju pemahaman akan resolusi suatu masalah. Masalah tersebut pertama dipertemukan pertama-tama dalam proses pembelajaran". PBL merupakan bentuk peralihan dari paradigma pengajaran menuju paradigma *pembelajaran*. Jadi fokusnya adalah pada pembelajaran siswa dan bukan pengajaran guru. Menurut *community colleges, center for learning and instruction* ( dalam Huda 2013:272) PBL merupakan kurikulum sekaligus proses.

Menurut NYC Departement *Of Education* (2009:8) model pembelajaran *Project Based Learning* merupakan strategi pembelajaran dimana siswa harus membangun pengetahuan konten sendiri mendemonstrasikan pemahaman baru melalui representasi. Kemudian menurut Buck *Institute For Education* model pembelajaran *Project Based Learning* adalah suatu metode pembelajaran sistem yang melibatkan para siswa dalam pembelajaran pengetahuan dan keterampilan melalui proses yang terstruktur, pengalaman nyata dan teliti yang dirancang untuk menghasilkan produk (Sutirman, 2013).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan Pendekatan kuantitatif (Maksum, 2009: 10). Penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab *akibat* diantara variabel-variabel. (Maksum, 2009: 11). Salah satu ciri *utama* dari penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (treatment) yang diberikan pada subyek atau obyek penelitian.

Adapun desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Two Group Pre-test dan Post-test Design*, dengan desain ini terdapat pretest sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. (Sugiyono, 2014: 110).

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2014:102). Adapun alat ukur data ada dua yakni tes dan non-tes. Dalam penelitian ini, metode yang digunakan untuk pengambilan data adalah menggunakan beberapa data untuk memperoleh suatu informasi penting dan relevan

yang terkait dengan permasalahan yang akan diteliti. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2011: 240). Metode ini digunakan untuk memperoleh data nama peserta didik yang termasuk populasi dan sampel penelitian serta bukti kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan. Dalam penelitian ini mengambil dokumentasi dengan mengambil video, foto, nilai harian siswa dan daftar hadir siswa.

2. Observasi

Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila, berkenan dengan perilaku manusia, proses belajar, gejala-gejala alam dan bila respon yang diaati tidak terlalu besar (Sugiono, 2013:203). Dalam pembelajaran, observasi dapat digunakan untuk menilai proses dan hasil belajar siswa. Seperti tingkahlaku siswa pada saat belajar, berdiskusi mengerjakan tugas dan lain sebagainya.

Peneliti hanya mengamati perkembangan peserta didik sebelum dan sesudah setelah melakukan pembelajaran dengan model pembelajaran *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* yang selanjutnya membuat kesimpulan tentang pengaruh model pembelajaran *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* terhadap hasil belajar siswa.

3. Tes

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes uraian atau pilihan ganda. Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan kognitif siswa. Alat atau perlengkapan yang digunakan yakni soal, bolpoin atau pensil dan kertas untuk menjawab soal. Berkaitan dengan penelitian ini, maka instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes kemampuan kognitif peserta didik dalam mengerjakan materi lari sprint dengan waktu yang sudah ditentukan. Sebelum melakukan penelitian, peneliti meminta nilai tes atau ulangan peserta didik dengan materi sebelum penelitian kepada guru pengampu mata pelajaran (*Pretest*) kemudian tes akhir dilakukan setelah melakukan perlakuan (*posttest*).

Variabel terikat (Y) dalam penelitian ini adalah hasil belajar SMP Negeri 1 Kedu Temanggung. Hasil belajar merupakan perubahan secara keseluruhan yang dimiliki oleh siswa setelah melakukan pembelajaran yang berupa kemampuan

kognitif, afektif, dan psikomotor yang berdasarkan pengalan belajar dan bukan hanya satu aspek yang dimiliki oleh siswa saja.

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini yaitu *Problem Basad Learning* (X1) dan *Project based learning* (X2). *Problem Basad Learning* dan *Project based learning* ini menjadikan pembelajaran lebih bervariasi dimana siswa dapat berpikir terbuka dengan materi sekaligus belajar dan bisa belajar dari media apa pun untuk mereka belajar dan menambah wawasan diri sehingga siswa tidak mengalami kebosanan dan lebih proaktif dalam kegiatan belajar mengajar, bertanggung jawab, dan mampu berkerja dalam kelompok.

Instrumen soal yang digunakan untuk penelitian ini diambil dari buku paket pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan jilid 2 kelas VIII SMP/MTS (2009:53), karena sudah di validasi dan reabilitas dari pihak yang berwenang sehingga peneliti tidak melakukan validasi dan reabilitas.

#### A. Teknik Analisis Data

Pada penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik analisis statistik menggunakan uji-t. Untuk mengetahui apakah data yang dianalisis memenuhi persyaratan untuk dilakukan analisis data dan pengujian hipotesisi maka dilakukan uji persyaratan terlebih dahulu. Data yang bertujuan untuk mengetahui jawaban pertanyaan dalam penelitian. Uji persyaratan yang dilakukan adalah uji normal itas dengan uji kolmogorov-smirnov dengan uji lavene statistic.

Langkah berikutnya adalah analisis dengan menggunakan uji-t untuk mengetahui perbedaan antara siswa kelas VIII sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Perlakuan dalam penelitian ini adalah menggunakan model pembelajaran *Problem Based Leraning* dan *Project Based Learning*

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### a. Data *Problem Based Learning*

Berikut hasil analisis statistik data *Problem Based Learning* pretes dan posttes, yaitu:

**Table 1 Hasil Analisis Statistik *Pretest* dan *Posttes* menggunakan *Problem Based Learning***

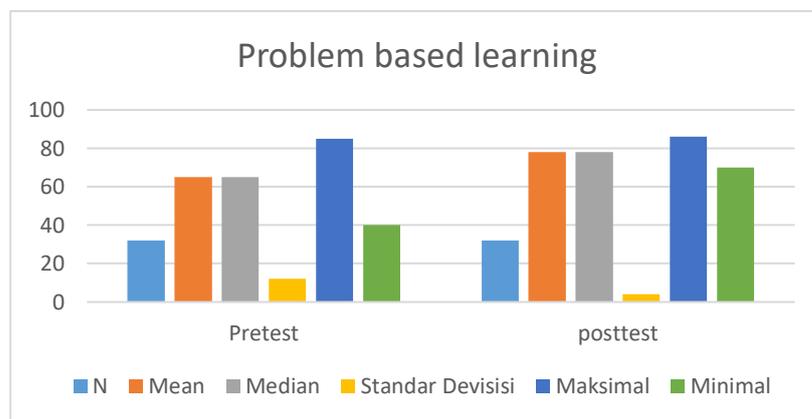
Statistik	Pretest	Posttest
-----------	---------	----------

<i>N</i>	32	32
<i>Mean</i>	65	77,9
<i>Median</i>	65	78
<i>Standar Deviation</i>	12,18142425	4,168695743
<i>Maksimum</i>	85	86
<i>Minimum</i>	40	70

Sumber :Hasil Penelitian(2020)

Jumlah siswa (N) yang mengikuti pretest dan posttest berjumlah 32 siswa. Nilai rata-rata (*Mean*) dari kelas *experimen Problem Based Learning* untuk pretest yaitu 65 sedangkan untuk posttest yaitu 77,9. Nilai tengah (*Median*) dari kelas *experimen Problem Based Learning* untuk pretest yaitu 65 sedangkan untuk posttest yaitu 78. Simpangan baku (*Standar Deviation*) adalah untuk mengukur nilai-nilai data yang ada, dari analisis statistik diatas standar deviasi dari pretest 12,18142425 sedangkan untuk posttesnya adalah 4,168695743. Nilai tertinggi (*Maksimal*) dari pretest adalah 85 untuk posttestnya yaitu 86. Nilai terendah (*Minimal*) dari pretest adalah 40 untuk posttestnya yaitu 70. Berikut adalah gambar diagram hasil dari statistik pada tabel diatas:

**Gambar 1 Diagram statistik *Pretest dan Posttes* menggunakan *Problem Based Learning***



Sumber :Hasil Penelitian(2020)

**b. Data *project based learning***

Berikut hasil analisis statistik data *Problem Based Learning pretes* dan *posttes*, yaitu:

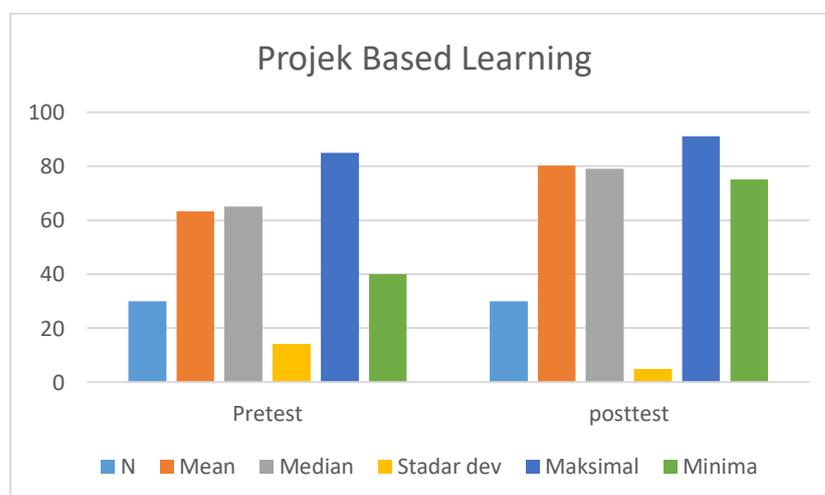
**Table 2 Hasil Analisis Statistik *Pretest* dan *Posttes* menggunakan *Project Based Learning***

Statistik	Pretest	Posttes
<i>N</i>	30	30
<i>Mean</i>	63,33333333	80,3
<i>Median</i>	65	79
<i>Standar Deviation</i>	14,22318004	4,935095988
<i>Maksimum</i>	85	91
<i>Minimum</i>	40	75

Sumber: Hasil Penelitian(2020)

Jumlah siswa (*N*) yang mengikuti *pretest* dan *posttest* berjumlah 30 siswa. Nilai rata-rata (*Median*) dari kelas eksperimen *Project Based Learning* untuk *pretest* yaitu 63,3 sedangkan untuk *posttest* yaitu 80,3. Nilai tengah (*Median*) dari kelas eksperimen *Project Based Learning* untuk *pretest* yaitu 65 sedangkan untuk *posttest* yaitu 79. Simpangan baku (*Standar Deviation*) adalah untuk mengukur nilai-nilai data yang ada, dari analisis statistik diatas standar deviasi dari *pretest* 14,22318004 sedangkan untuk *posttest*nya adalah 4,935095988. Nilai tertinggi (*Maksimal*) dari *pretest* adalah 85 untuk *posttest*nya yaitu 91. Nilai terendah (*Minimal*) dari *pretest* adalah 40 untuk *posttest*nya yaitu 75. Berikut adalah gambar diagram hasil dari statistik pada tabel diatas:

**Gambar 2 Diagram Analisis Statistik *Pretest* dan *Posttes* menggunakan *Project Based Learning***



Sumber :Hasil Penelitian(2020)

### 1. Hasil Uji Normalitas

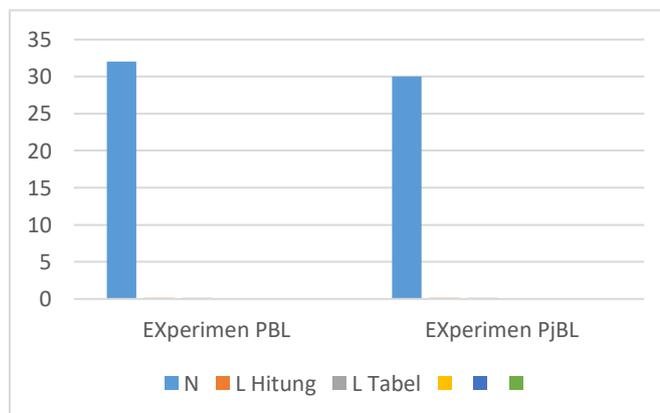
Uji normalitas pada data ini bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dari populasi yang berasal dari distribusi yang normal atau tidak. Hasil dari statistik kelas eksperimen I dan eksperimen II sebagai berikut:

**Table 3 Hasil Perhitungan Data Uji Normalitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***

Kelas	N	L hitung	L tabel	Keterangan
Eksprimen PBL	32	0,1496	0,1566	Normal
Eksprimen PjBL	30	0,1615	0,1618	Normal

Sumber: Hasil Penelitian(2020)

**Gambar 3 Diagram Perhitungan Data Uji Normalitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***



Sumber :Hasil Penelitian(2020)

Dari tabel di atas terlihat bahwa eksperimen *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* memiliki taraf signifikansi 5% dan N=32 dan 30, sehingga untuk kelas eksperimen *Problem Based Learning* diperoleh nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  yaitu  $0,1496 < 0,1566$  maka  $H_0$  untuk kelas eksperimen *Project Based Learning* diperoleh nilai  $0,1615 < 0,1618$  maka  $H_0$  diterima sehingga kelas eksperimen *Problem Based Learning* dan kelas eksperimen *Project Based Learning* berasal dari populasi yang berdistribusi yang normal.

### 2. Hasil Uji Normalitas

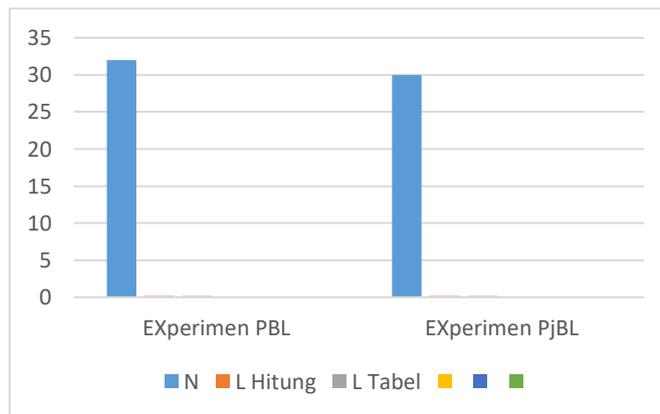
Uji normalitas pada data ini bertujuan untuk mengetahui apakah sampel yang diambil dari populasi yang berasal dari distribusi yang normal atau tidak. Hasil dari statistik kelas eksperimen I dan eksperimen II sebagai berikut:

**Table 3 Hasil Perhitungan Data Uji Normalitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***

Kelas	N	L hitung	L tabel	Keterangan
Eksprimen PBL	32	0,1496	0,1566	Normal
Eksprimen PjBL	30	0,1615	0,1618	Normal

Sumber: Hasil Penelitian(2020)

**Gambar 3 Diagram Perhitungan Data Uji Normalitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***



Sumber :Hasil Penelitian(2020)

Dari tabel di atas terlihat bahwa eksperimen *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning* memiliki taraf signifikan 5% dan N=32 dan 30, sehingga untuk kelas eksperimen *Problem Based Learning* diperoleh nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  yaitu  $0,1496 < 0,1566$  maka  $H_0$  untuk kelas eksperimen *Project Based Learning* diperoleh nilai  $0,1615 < 0,1618$  maka  $H_0$  diterima sehingga kelas eksperimen *Problem Based Learning* dan kelas eksperimen *Project Based Learning* berasal dari populasi yang berdistribusi yang normal.

### 3. Hasil Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi yang homogen atau tidak, artinya kedua sampel memiliki varian yang

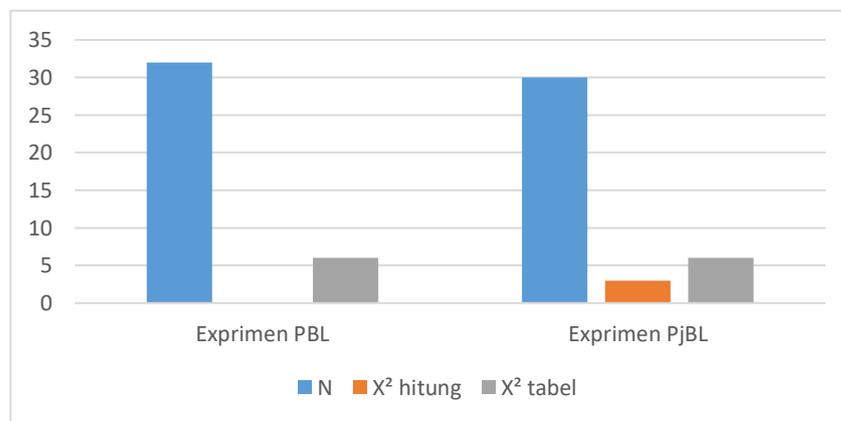
sama atau tidak. Kriteria pengujian adalah  $H_a$  diterima jika  $\chi^2_{hitung} < \chi^2_{tabel}$  maka kedua sampel memiliki varian yang sama (homogen). Hasil dari statistik kelas eksperimen I dan eksperimen II sebagai berikut:

**Table 4 Hasil Data Uji Homogenitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***

Keterangan	N	$X^2_{hitung}$	$X^2_{tabel}$	Keterangan
Eksprimen PBL	32	0,04	5,99	Normal
Eksprimen PjBL	30	2,9600	5,99	Normal

Sumber: Hasil Penelitian(2020)

**Gambar 4 Diagram Hasil Data Uji Homogenitas *Problem Based Learning* dan *Project Based Learning***



Sumber :Hasil Penelitian(2020)

Karena  $\chi^2_{hitung} < \chi^2_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima sehingga kedua kelompok mempunyai varian yang sama (homogen).

## SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan model pembelajaran *problem based learning* dan *project based learning* terhadap hasil belajar siswa kelas VIII dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi atletik lari sprint 100 meter di SMP Negeri 1 Kedu Temanggung. Hal ini dapat ditunjukkan dari hasil penelitian sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh perlakuan penggunaan metode pembelajaran *problem based learning* terhadap hasil belajar siswa kelas VIII dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi atletik lari sprint 100 meter di SMP Negeri 1 Kedu Temanggung dari sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan.
2. Terdapat pengaruh perlakuan penggunaan metode pembelajaran *project based learning* terhadap hasil belajar siswa kelas VIII dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi atletik lari sprint 100 meter di SMP Negeri 1 Kedu Temanggung dari sebelum diberikan perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan.
3. Ho1 dan Ho2 tidak terbukti berpengaruh terhadap hasil belajar siswa kelas VIII dalam mata pelajaran pendidikan jasmani materi atletik lari sprint 100 meter di SMP Negeri 1 Kedu Temanggung.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian pada kelas VIII SMP Negeri 1 Kedu Temanggung, maka saran yang sekiranya dapat diberikan peneliti sebagai bahan pertimbangan untuk memperbaiki *proses* pembelajaran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti yang akan menerapkan model pembelajaran *problem based learning* dan *project based learning* lebih baik memahami setiap tahapan yang terdapat dalam pembelajaran ini. Hal ini dilakukan agar setiap tahapan berjalan dengan baik sehingga dapat digunakan dengan efektif.
2. Bagi siswa, agar termotivasi untuk terus meningkatkan hasil belajar semua mata pelajaran, khususnya mata pelajaran penjas.

Bagi guru, agar bisa diadikantambahan refrensi mengajak untuk mengajak meningkatkan hasil belajar.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Huda. 2013. *Model- Model Pengajaran dan Pembelajaran: Isu-Isu Metodis dan Paradikmatis*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Maksum. 2009. "Penerapan Modifikasi Bola Plastik Untuk Meningkatkan Kemampuan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli (Studi pada Siswa Kelas X SMK PGRI 1 Jombang)". *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. 3 (2) 787-791.
- Rousseau, J.J. 2003. *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Huda Miftahul. (2014). Model-model Pengajaran dan Pembelajaran. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Sugiyono (2014). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.