

MODEL PEMBELAJARAN RENANG GAYA BEBAS UNTUK PEMULA

Muhammad Faisal Lutfi Amri¹, Juni Isnanto², Al Ilham³

^{1,2,3}Universitas Negeri Gorontalo

E-Mail: muhfaisallutfi@ung.ac.id¹, juni.isnanto.8@ung.ac.id², alilham@ung.ac.id³

Abstrak

Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menciptakan model renang gaya bebas yang ramah bagi pemula. Selain itu, penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk mengumpulkan data yang komprehensif mengenai: pengembangan, implementasi, dan evaluasi model renang gaya bebas pemula, serta efektivitas, efisiensi, dan daya tariknya bagi anak-anak. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan teknik penelitian dan pengembangan berdasarkan teori Borg dan Gall. 88 siswa sekolah dasar menjabat sebagai peserta penelitian. Untuk mengumpulkan data usia pemula penelitian dan pengembangan ini menggunakan kuesioner dan alat tes renang gaya bebas., dan tahapan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah sebagai berikut: 1) melihat kebutuhan; 2) penilaian ahli (berdasarkan produk pertama); 3) uji coba terbatas (uji coba dalam kelompok kecil); dan empat uji coba utama, yang merupakan uji lapangan. Uji kemandirian model dengan memberikan tes keterampilan renang gaya bebas kepada pemula untuk memastikan tingkat keterampilan mereka sebelum memberikan perawatan model renang gaya bebas yang baru dikembangkan dan memastikan hasil keterampilan berenang pada pemula mengikuti perawatan atau model perawatan yang dikembangkan. Hasil tes awal menunjukkan bahwa tingkat keseimbangan siswa adalah 901, dan hasil perlakuan model pembelajaran menunjukkan keseimbangan siswa adalah 1387. Dari hasil pengembangan model dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: 1) Model renang gaya bebas dapat dibuat dan digunakan untuk pembelajaran Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi serta untuk meningkatkan kemampuan perenang gaya bebas pemula. Data keefektifan model gaya bebas untuk pemula yang telah dilakukan dan dikembangkan diperoleh model renang gaya bebas hasil pengembangan pemula.

Kata kunci: Pengembangan, Model, Gaya Bebas

Freestyle Swimming Learning Model For Beginners

Abstract

The objective of research and development is to develop a model for crawl swimming for beginners. Additionally, extensive data on the following topics are gathered through research and development: the creation and application of beginner Basic models, in addition to assessing the child's efficiency, attractiveness, and effectiveness. This technique was created through innovative work (R and D) led by Borg and nerve. The research and development subjects are 88 elementary school students. The stages of research and development are as follows: The questionnaire and a crawl swimming test, both instruments used in research and development, are used to collect data rates from primary school-aged children: 1) specifications for the analysis; 2) evaluation by experts (the initial product evaluation); 3) restricted to a small group (testing); and the primary test, which is the fourth one. Determine the crawl level of primary school-aged children prior to administering treatments in the form of models developed to crawl swimming, as well as the crawl level of elementary school-age children following treatment or treatments that crawl swimming model to development, in order to determine the model's effectiveness. After receiving specific treatment in the form of crawl swimming models, primary school students achieved a crawl swimming proficiency of 1387, while those who took the initial tests achieved a crawl swimming proficiency of 901. As a result, crawl swimming is a good way for elementary school students to improve their crawl swimming abilities. The outcomes of the development can be used to draw the following conclusions: 1) Grade young models can be created and used in real-world training to further develop skills. 2) Information about the primary young models that have been created demonstrated their viability and improvement results creep swimming for beginners.

Key Words: Development, Model, Crawl.

PENDAHULUAN

Upaya peningkatan prestasi atau hasil belajar siswa tidak mungkin dipisahkan dari mutu pendidikan yang diberikan kepada siswa. Suhartono mengatakan bahwa tugas guru adalah: Tugas seorang guru adalah merencanakan, mengorganisasikan, dan menyediakan informasi dari sumber belajar untuk mendukung tujuan pembelajaran yang direncanakan. Leading adalah tugas guru untuk memotivasi siswa agar siap melaksanakan tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Pengawasan adalah tugas guru untuk melihat agar tujuan pembelajaran terlaksana agar tercapai sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan. Proses kolaborasi antara pendidik dan siswa dalam pengalaman yang berkembang dari pendidikan olahraga dan kesejahteraan nyata memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi daripada beberapa mata pelajaran lainnya, pembelajaran Real Training and Entertainment pada umumnya akan membangun kemampuan psikomotor kedua siswa dan siswa tersebut. Keahlian menunjukkan tingkat keahlian seseorang dalam tugas atau serangkaian tugas tertentu. Berbagai gaya yang berkaitan dengan aspek teknik renang diajarkan melalui pendidikan jasmani atau pendidikan olahraga. Teknik renang yang dapat diajarkan di kelas Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dirancang melalui kurikulum yang tertata dengan baik. Freestyle (merangkak), teknik yang akrab bagi siswa sekolah dasar, pertama kali diajarkan. Bentuk bebas (meluncur) menariknya dapat diberikan kepada anak yang masih dalam usia dini atau pemula karena dengan stroke dimulai paling mudah atau seperti orang yang sedang berjalan.

Renang gaya bebas merupakan gaya renang yang termasuk mudah untuk dipelajari oleh semua kalangan, terutama bagi pemula atau anak sekolah dasar, karena pada konsep dasarnya berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua kaki digerakkan naik turun ke atas serta ke bawah secara bergantian serta kedua tangan bergantian mengayuh kedepan (Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin et al., n.d.-a).

Siswa yang baru memulai lebih tertarik dengan model pembelajaran yang telah dimodifikasi oleh guru. Jika dibandingkan dengan pembelajaran drill, pemberian variasi permainan akan meningkatkan antusiasme siswa karena menumbuhkan berbagai karakteristik pada diri siswa yang baru memulai dan menyenangkan jenis permainan ini (Mahendra et al., n.d.). Oleh karena itu, untuk mencegah siswa menjadi basi selama proses pembelajaran, perlu disajikan pembelajaran dengan cara yang lebih beragam.

Tentu saja, dengan proses pembelajaran yang berkualitas tinggi yang dapat mengakomodasi semua persyaratan pembelajaran sangat diperlukan untuk mata pelajaran renang untuk mencapai keberhasilan belajar. Di sekolah, kebutuhan belajar tidak hanya untuk menciptakan hasil belajar berupa nilai-nilai ataupun afektif, tentunya psikomotorik sangat diharapkan untuk menunjukkan hasil yang lebih baik, tetapi juga agar proses pembelajaran tampak lebih bermakna (Setiawan et al., n.d.). Hal ini karena anggapan umum bahwa jika segala sesuatu dimulai dengan proses yang baik, maka akan berpengaruh pula pada hasil yang baik. dan sebaliknya

Dalam proses pembelajaran olahraga renang sekolah dasar. Masih adanya kecenderungan menggunakan metode atau model skema pembelajaran yang sama, dan guru masih kurang inovasi dan kreatifitas, membuat siswa merasa terintimidasi dan tidak nyaman selama proses belajar mengajar. Berikut adalah beberapa contoh masalah yang dapat menjadi dasar untuk meningkatkan pelajaran renang di sekolah (Saputra & Ekawati, n.d.) 1). 2) Metode pengajaran guru tetap basi atau berpusat pada guru. Proses pembelajaran masih jauh dari kata menyenangkan, aman, dan nyaman, 3). Tidak adanya pendekatan guru kepada siswa dalam pelaksanaan pendidikan, kurangnya evaluasi pembelajaran siswa pada akhir proses pembelajaran; 5) kurangnya pemahaman siswa bahkan peran guru dalam mencapai hasil belajar; dan 6) Belum adanya imajinasi, pengembangan seorang pendidik sejauh sistem pertunjukan di sekolah, 7). dalam model pembelajaran yang tidak menarik atau monoton sehingga membuat kondisi atau suasana menjadi tidak menyenangkan

Menurut James Tangkudung, (Tangkudung, James 2006 : 21). “perkembangan anak pada hakikatnya dapat bergantung pada usaha anak dalam mengembangkan dirinya” (Widiastuti & Pratiwi, 2017). Peserta didik atau peserta didik tidak hanya dapat mengandalkan kemampuan dan keterampilan seorang pendidik, tetapi

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

juga dapat mengembangkan keterampilan individu peserta didik dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Karena pendidik bertugas membantu perkembangan anak, maka mereka harus dapat mengenali hakikatnya. Perlu diperhatikan perlunya peningkatan, kreativitas, dan inovasi dalam proses pembelajaran renang gaya bebas bagi siswa pemula mengingat permasalahan yang mungkin ditemukan. Artinya, pada dasarnya siswa sekolah dasar perlu dapat mengacu pada proses kegiatan sebagai cara belajar yang lebih aktif, kreatif, dan menyenangkan. Itu juga perlu aman. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti bermaksud mengembangkan model pembelajaran renang gaya bebas (merangkak) untuk sekolah dasar atau pemula.

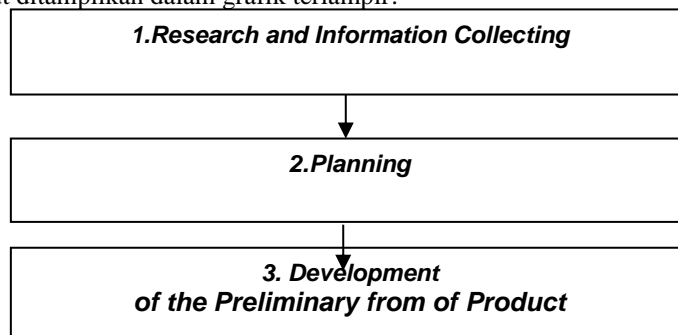
Berdasarkan hal diatas maka sangat perlu diperhatikan usaha dalam mengembangkan diri dalam mencapai hasil pembelajaran disekolah, selain metode dan strategi pengajar dalam menyampaikan pengetahuan kepada siswa, dituntut juga kemampuan siswa dalam keterampilan individu dalam memaksimalkan Gerakan dan pengetahuan renang gaya bebas(Ahmad, 2018). . Karena pendidik bertugas membantu perkembangan anak, maka mereka harus dapat mengenali hakikatnya. Perlu diperhatikan perlunya peningkatan, kreativitas, dan inovasi dalam proses pembelajaran renang gaya bebas bagi siswa pemula mengingat permasalahan yang mungkin ditemukan(Abrasyi et al., 2018)

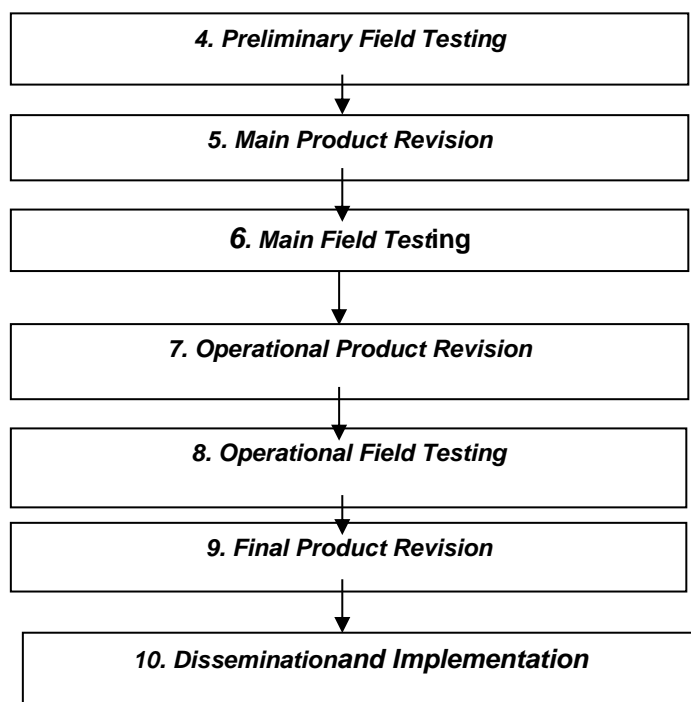
METODE

Pada dasarnya Secara umum kita dapatkan hasil pada penelitian model pengembangan bertujuan menghasilkan produk yang baru diharapkan nantinya akan dapat dipakai pada kegiatan proses pembelajaran bertujuan untuk mempermudah pendidik atau guru dalam proses transformasi(Khair Tarigan et al., 2016). materi pembelajaran disekolah dan mempermudah tugas guru dalam mencapai hasil atau pencapaian dalam proses pembelajaran sesuai yang diharapkan.

Penelitian ini menggunakan penelitian dan pengembangan (R&D), yang bertujuan untuk membuat prototipe kerja dari perangkat atau alat berbasis penelitian. Pengertian penelitian perbaikan menurut Borg and Nerve adalah interaksi yang digunakan untuk membuat dan menyetujui item-item instruktif. Model pengembangan digunakan karena memiliki model prosedural atau disebut juga model deskriptif yang menunjukkan langkah-langkah yang perlu dilakukan untuk membuat suatu produk.

Langkah atau tahapan selanjutnya dalam pengembangan model dapat diselesaikan. Oleh karena itu, penelitian serta pengembangan pada model ini memanfaatkan atau menerapkan langkah-langkah pengembangan model yang dapat dibuat dengan menggunakan teori Borg dan Gall. Model R&D Borg dan Gall terdiri dari sepuluh langkah implementasi: (1) penelitian dan pengumpulan data (juga dikenal sebagai penelitian dan pengumpulan informasi), (2) perencanaan (juga dikenal sebagai perencanaan), (3) pengembangan draf produk (juga dikenal sebagai mengembangkan bentuk awal produk), (4) uji coba lapangan (juga dikenal sebagai uji lapangan awal), (5) perbaikan produk awal (juga dikenal sebagai revisi produk utama), (6) uji coba lapangan (juga dikenal sebagai produk utama). uji lapangan), (7) menyempurnakan hasil uji lapangan (juga dikenal sebagai revisi produk operasional), (8) (Cholis et al., n.d.) Cara-cara tersebut ditampilkan dalam grafik terlampir:





Gambar 2.5 Model Pengembangan Borg&Gall

Sumber: Tahapan Pengembangan Adaptasi oleh Borg, W.R dan Gall, M.D. 1983. *Educational Research An Introduction*. (New York:Longman, 775)

1. Langkah ini meliputi penelitian dan pengumpulan informasi (melalui survei), yang meliputi studi literatur tentang topik yang dipelajari dan persiapan untuk membuat kerangka penelitian
2. Perencanaan (planning), yang meliputi pengembangan keterampilan dan keahlian terkait masalah, menetapkan tonggak tujuan untuk setiap tahap, dan melakukan studi kelayakan terbatas jika diperlukan Foster fundamental type of item, khususnya membuat tipe awal item 90 Zainal Arifin, Exploration... , pp. 129-132: Research and information gathering; perencanaan; membuat bentuk produk utama; kerja pada lapangan pendahuluan; dan revisi pada produk utama; pengujian di lapangan utama; revisi dengan produk operasional; pengujian pada lapangan operasional; revisi pada produk akhir; hingga diseminasi dan implementasi;
3. Diingat untuk langkah ini adalah penataan bagian pendukung, menyiapkan aturan dan manual, dan menilai kemungkinan perangkat pendukung
4. uji lapangan awal, juga dikenal sebagai uji coba lapangan skala terbatas dengan memasukkan antara enam dan dua belas subjek. Pada langkah ini pemilihan dan pemeriksaan informasi harus dimungkinkan melalui pertemuan, persepsi atau survei
5. Revisi produk utama, atau melakukan perubahan terhadap produk pertama yang dilakukan sebagai tanggapan atas hasil uji coba pertama.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

6. Berdasarkan hasil uji coba terbatas, perbaikan ini kemungkinan akan dilaksanakan beberapa kali untuk menghasilkan draf model yang siap untuk uji coba yang lebih besar. atau
7. melakukan perubahan terhadap hasil uji coba yang lebih luas sehingga produk yang dikembangkan sudah menjadi rancangan model operasional yang siap untuk divalidasi
8. Langkah uji validasi model operasional yang dihasilkan, disebut juga uji lapangan operasional Amandemen hasil akhir, khususnya melakukan penyempurnaan terakhir pada model yang dibuat untuk memberikan hasil akhir (terakhir) 73
10. Diseminasi dan implementasi, atau langkah-langkah yang dilakukan untuk menggunakan produk atau model yang dikembangkan di dunia nyata

Sutopo mengutip Borg and Gall yang mengatakan bahwa 10 langkah model pengembangan Borg and Gall dipecah menjadi 5 langkah utama yang disesuaikan dengan jenis penelitian yang perlu dilakukan. Penelitian pengembangan ini menggunakan model prosedural, atau model yang menggambarkan dan menguraikan tahapan-tahapan pengembangan. Tahapan potensi dan masalah, pengumpulan data, desain produk, validasi desain, dan revisi desain produk merupakan langkah-langkah yang diperlukan untuk menghasilkan suatu produk. (3125-7545-1-PB, n.d.)

Dalam tahapan pengembangan yang dikembangkan oleh Borg & Gall, peneliti mengikuti proses dengan sistematis dan terstruktur dalam pelaksanaan proses penelitian. Tahapan dalam pengembangan penelitian menjadi dasar dalam rujukan menyusun dan menciptakan model-model dalam pembelajaran renang gaya bebas.

Melalui metode di atas diharapkan penelitian dan pengembangan model renang gaya bebas dapat memberikan kontribusi bagi kualitas pembelajaran disekolah dan dapat menjadi rujukan dalam peningkatan mutu pendidikan disekolah formal ataupun sekolah nonformal. Inovasi dan dukungan tenaga pengajar dan seluruh aspek dalam mengembangkan mutu pembelajaran secara nasional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dapat dilihat pada data yang telah dilakukan proses yang telah dikumpulkan oleh peneliti melalui tahapan wawancara dan angket sebanyak 26 siswa kemudian dilakukan olah serta dideskripsikan. Pada rumusan pada Penelitian yang dapat dilakukan kepada sampel berupa siswa yang dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2022, dimana hasil analisis pada kebutuhan bentuk dalam angket di Sekolah Dasar Negeri 41 Sinjai. Menunjukkan Hasil analisis berupa kebutuhan dapat disimpulkan bahwa: (1) siswa memiliki rasa senang terhadap kegiatan pada pembelajaran penjas dan olahraga, (2) siswa pada sebelumnya belum pernah mendapatkan model variasi pembelajaran pada renang gaya bebas, (3) siswa sangat senang pada materi renang, (4) siswa memiliki tertarik pada variasi pembelajaran pada renang gaya bebas yang diberikan atau didemonstrasikan (5) siswa sepakat atau setuju apabila dikembangkan lagi model-model pada pembelajaran renang pada anak pemula atau usia sekolah dasar (Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin et al., n.d.-b)

Langkah selanjutnya adalah melakukan uji ahli dengan maksud untuk menentukan kelayakan atau validitas model secara langsung dari ahli. Langkah selanjutnya adalah melakukan proses yang melibatkan pengumpulan data dan pembuatan model renang gaya bebas untuk sekolah dasar atau pemula.

Peneliti membutuhkan sebanyak 3 orang ahli sebagai penilaian kelayakan pada model model Keseimbangan keseimbangan usia pemula atau Sekolah Dasar yang akan dibuat, dimana para ahli berprofesi atau menjabat sebagai Dosen Universitas Negeri Fakultas Ilmu keolahragaan

Berdasarkan pada uji ahli setelah dilakukan maka dapat ditarik dalam kesimpulan bahwa Berdasarkan pada uji ahli yang telah dilakukan dapat menarik kesimpulan bahwa variasi model renang gaya bebas untuk pemula layak serta dapat digunakan atau direkomendasikan pada pembelajaran renang.

Uji oleh ahli yang dilakukan seorang peneliti oleh tiga ahli maka terdapat beberapa hasil saran yang dapat membangun dalam menyempurnakan hasil model renang gaya bebas diantaranya sebagai berikut:

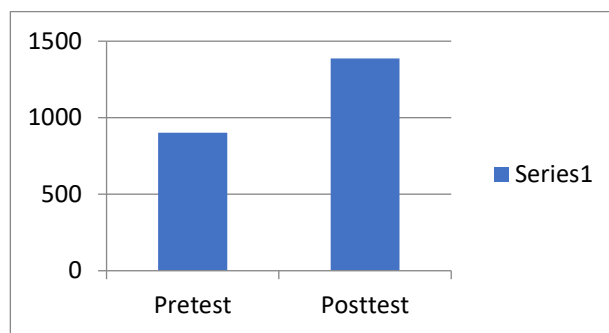
Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

1. Models 6: terlihat saat melakukan gerakan luncuran dengan posisi kepala terlihat harus menunduk, dan posisi pada lengan lurus arah depan serta posisi tungkai lurus Nampak rapat sehingga membentuk pola posisi *streamline*.
2. Models 8: posisi tungkai (dari pangkal paha hingga ujung kaki) lebih lurus. Posisi badan lebih condong ke arah belakang yang bertujuan menjaga posisi tungkai agar tetap lurus pada saat digerakkan.
3. Models 10: pada model ini dapat usahakan posisi kepala yang lebih merunduk, posisi tungkai agak rapat agar posisi tubuh *streamline*

Berikut data perbandingan hasil pada tingkat renang gaya bebas anak yang telah melakukan atau diberikan treatment sebelum melakukan atau pemberian berupa treatment serta perbandingan sesudah melakukan atau menerapkan model yang telah dikembangkan oleh peneliti atau Bersama dengan guru pengajar sebagai pemberian treatment dalam dilihat pada diagram batang dibawah:



Gambar : Diagram batang (Uji Coba Pada Kelompok Besar)

Berdasarkan hasil temuan yang dilakukan oleh peneliti pada uji coba pada kelompok kecil dan kelompok besar maka dapat dilihat dan ditarik kesimpulan dapatkan bahwa dengan model renang gaya bebas untuk sekolah dasar atau pemula maka dapat digunakan atau menjadi rekomendasi rujukan kepada seluruh siswa di dalam penerapan atau proses pelajaran renang untuk anak sekolah dasar atau pemula agar dapat menunjukkan hasil atau meningkatkan keterampilan renang gaya bebas anak dengan menggunakan model model tersebut.

Perolehan angka pada tabel di atas dapat digunakan untuk menyimpulkan dengan hasil bahwa model renang gaya bebas untuk pemula dapat digunakan untuk belajar berenang dan menunjukkan hasil yang sangat efektif untuk meningkatkan kemampuan renang gaya bebas anak. Hasil pengujian awal yang berjumlah 901, dan hasil pengujian akhir yang dilakukan untuk mengetahui keefektifan model yang telah dikembangkan dan diperoleh berupa 1387 data menunjukkan bahwa perbandingan angka dapat menunjukkan hasil tes awal dan tes tahap akhir mengalami atau menyadari perkembangan. Mengikuti treatment dengan model renang gaya bebas yang telah dilakukan proses pengembangan kemudian diadakan tes akhir/post test untuk mengetahui hasil keefektifan model yang telah dikembangkan.

PENUTUP

Peneliti menyimpulkan atau menyepakati hal-hal berikut berdasarkan kesimpulan data: tahapan validasi ahli penelitian, uji coba dalam kelompok kecil dan kelompok besar, dan proses diskusi yang diawali dengan hasil penelitian semuanya termasuk dalam hasil.

1. Berdasarkan model pembelajaran renang gaya bebas (merangkak) untuk pemula, dapat diterapkan atau dikembangkan, digunakan dalam pendidikan jasmani dan olahraga, serta meningkatkan hasil keterampilan renang gaya bebas.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

2. Berdasarkan Model pada renang. yang selesai dikembangkan, maka diperoleh berupa data efektifitas serta hasil pada model pada pembelajaran pada renang yaitu gaya bebas (*crawl*) untuk pemula.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih ditujukan kepada SD Negeri 41 Kabupaten Sinjau yang telah memberikan dukungan dan izin pada penelitian ini. Selain itu, terimakasih pula kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi dalam penelitian sebagai sampel atau objek penelitian semoga dengan hasil penelitian ini memberikan sumbangsih serta kontribusi besar bagi perkembangan dan keilmuan pendidikan jasmani plahraga atau pendidikan di Indonesia

REFERENSI

- Abrasyi, R., Hernawan, H., Sujiono, B., & Dupri, D. (2018). RETRACTED: Model Latihan Passing Bawah Bola Voli Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Journal Sport Area*, 3(2), 168–178. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3\(2\).2135](https://doi.org/10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2135)
- Ahmad, E. (2018). MOTIVASI BELAJAR SISWA SMK N 1 PAYAKUMBUH DALAM PEMBELAJARAN RENANG. In *Physical Education, Health and Recreation* (Vol. 2, Issue 2). <http://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpehr/index>
- Cholis, N., Sugiarto, T., & Wahyudi, U. (n.d.). *PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN RENANG GAYA KUPU-KUPU MENGGUNAKAN ALAT BANTU HANDFIN DI CLUB OSCAR FAMILY CLUB KABUPATEN MALANG*.
- Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, U., Simbolon, M. E., Lestari, N., Armanto, T., Alfarras, B., & Muhammadiyah Bangka Belitung, U. (n.d.-a). *EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PJOK MENGGUNAKAN MEDIA AUDIO VISUAL SAAT PANDEMI COVID-19 DI BANGKA BELITUNG*.
- Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin, U., Simbolon, M. E., Lestari, N., Armanto, T., Alfarras, B., & Muhammadiyah Bangka Belitung, U. (n.d.-b). *EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN PJOK MENGGUNAKAN MEDIA AUDIO VISUAL SAAT PANDEMI COVID-19 DI BANGKA BELITUNG*.
- Khair Tarigan, A., Darma Nasution, S., & Karim, A. (2016). APLIKASI PEMBELAJARAN CITRA DENGAN MENGGUNAKAN METODE COMPUTER ASSISTED INSTRUCTION (CAI). In *Jurnal Riset Komputer (JURIKOM)* (Vol. 3, Issue 4).
- Mahendra, R., Siti, D., & Sugiarto, N. T. (n.d.). *PENGEMBANGAN VARIASI MODEL LATIHAN RENANG GAYA BEBAS UNTUK PEMULA DI PERKUMPULAN RENANG TAMAN HARAPAN MALANG*.
- Saputra, N. E., & Ekawati, Y. N. (n.d.). *PERMAINAN TRADISIONAL SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN DASAR ANAK TRADISIONAL GAMES IN IMPROVING CHILDREN'S BASIC ABILITIES* (Vol. 2, Issue 2).
- Setiawan, A., Anwar, K., Oktriani, S., & Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Sekolah Tinggi Keguruan Dan, P. (n.d.). *DIKELAS VI SD SE-KECAMATAN KARANGAMPEL*.
- Widiastuti, W., & Pratiwi, E. (2017). MENINGKATKAN HASIL BELAJAR GERAK DASAR LARI JARAK PENDEK MELALUI PENDEKATAN BERMAIN. *GLADI JURNAL ILMU KEOLAHRAGAAN*, 8(1), 49. <https://doi.org/10.21009/gjik.081.04>

Tangkudung, James dan Wahyuningtyas, Puspitorini. *Kepelatihan Olahraga Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya. 2012.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin