PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR DAN KASTI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK DITINJAU DARI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 ARJOSARI KECAMATAN ARJOSARI KABUPATEN PACITAN TAHUN 2016

TESIS

Di Ajukan Penulis Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Magister (S – 2) Pada Jurusan Keguruan Olahraga Program Pascasarjana UN PGRI Kediri

NOFA ARIEF WIBOWO
NPM : 14.0.06.01.0005

MAGISTER KEGURUAN OLAHRAGA
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
JAWA TIMUR
2016

HALAMAN PERSETUJUAN

TESIS Oleh:

NOFA ARIEF WIBOWO
NIM : 14.0.06.01.0005

Judul :

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR DAN KASTI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK DITINJAU DARI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 ARJOSARI KECAMATAN ARJOSARI KABUPATEN PACITAN TAHUN 2016

TANGGAL 30 Juli 2016

Telah Disetujui Untuk Diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Tesis Program Studi Keguruan Olahraga
Program Pascasarjana Universitas Nusantara PGRI Kediri

Pembimbing I	Pembimbing II
Prof.Dr.dr Kiyatno, M.Or. AIFO	**Dr.Rr.Forijati, MM**

ii

HALAMAN PENGESAHAN

TESIS Oleh:

NOFA ARIEF WIBOWO
NIM : 14.0.06.01.0005

Judul:

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR DAN KASTI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK DITINJAU DARI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 ARJOSARI KECAMATAN ARJOSARI KABUPATEN PACITAN TAHUN 2016

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Tesis
Program Studi Magiter Keguruan Olahraga
Universitas Nusantara PGRI Kediri
Pada Tanggal 12 Agustus 2016

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan

Dewan Penguji :

1. Ketua : Dr.Zainal Afandi, M.Pd
2. Sekretaris : Dr.Diani Nurhajti, M.Pd
3. Penguji I : Prof.Dr.dr Kiyatno, M.Or. AIFO
4. Penguji II : Dr.Rr.Forijati, MM

Mengetahui
Direktur Program Pascasarjana
UN PGRI Kediri

Dr.Rr.Forijati, M.M
NIDN : 00280016701

iii

PENGARUH PERMAINAN TRADISIONAL GOBAK SODOR DAN KASTI TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN GERAK MOTORIK DITINJAU DARI TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 ARJOSARI KECAMATAN ARJOSARI KABUPATEN PACITAN TAHUN 2016

NOFA ARIEF WIBOWO
NPM : 14.0.06.01.0005

KEGURUAN OLAHRAGA – PASCASARJANA
nofanwg@yahoo.co.id

Prof.Dr.dr Kiyatno dr M.Or., AIFO dan Dr.Rr Forijati M.M
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

NOFA ARIEF WIBOWO. NIM.14.0.06.01.0005 Pengaruh Permainan Tradisional Gobak Sodor dan Kasti Terhadap Peningkatan Kemampuan Gerak Motorik Ditinjau Dari Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Arjosari Kecamatan Arjosari Kabupaten Pacitan tahun 2016. Pembimbing tesis I :_Prof.Dr.dr Kiyatno,M.Or MARS.AIFO Pembimbing II: Dr. Rr Forijati M.M. Magister Keguruan Olahraga Universitas Nusantara Pgri Kediri Jawa Timur.

Tujuan penelitian.1)Mengetahui pengaruh olahraga tradisional gobak sodor dan kasti dalam meningkatkan kemapuan gerak motorik siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Arjosari. 2) Mengetahui tingkat kemampuan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII diSMP Negeri 1 Arjosari. 3.Mengetahui permainan gobak sodor dan kasti dengan intensitas kebugaran jasmani tinggi rendah terhadap gerak motorik

Berdasarkan tujuan di atas, maka penelitian dilakukan dengan metode eksperimen dengan desain faktorial 2 x 2. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Arjosari. Sampel yang diambil untuk penelitian sebanyak 40 siswa. Variabel peneilitian ini. Variabel dalam penelitian ini meliputi dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah olahraga tradisional dan kebugaran, sedangkan variabel terikatnya adalah kemapuan gerak motorik. Teknik analisi data dengan menggunakan ANAVA 2 x 2 dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : a)Tidak ada perbedaan pengaruh antara gobak sodor dan kasti terhadap kemampuan gerak motorik dalam meningkatkan kemampuan gerak motorik. b) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara siswa tingkat kebugaran jasmani tinggi dan rendah terhadap kemampuan gerak motorik. c).Tidak ada perbedaan pengaruh interaksi antara permainan gobak sodor dan kasti dengan tingkat kebugaran jasmani terhadap kemampuan gerak

Kata kunci : permainan gobak sodor dan kasti, kemampuan gerak motrik, tingkat kebugaran jasmani

I.LATAR BELAKANG MASALAH

Bermain merupakan sebuah kegiatan yang sangat akrab dengan kehidupan manusia. Pada saat manusia berada dalam proses pembentukan diri dari kanak-kanak menuju dewasa, tidak satu pun di antara individu manusia yang tidak mengenal permainan, salah satunya permainan yang dahulu yang disebut permainan tradisional tanpa tersentuh modernisasi.

Permainan elektronik versus permainan tradisional sebenarnya tidak muncul kepermukaan (menjadi perdebatan yang intens), akan tetapi disadari oleh kalangan-kalangan tertentu bahwa justru pada era globalisasi ini nilai-nilai didaktif dalam permainan tradisonal anak perlu digali kembali, karena permainan baru ini dianggap semakin menjauhkan remaja dari nilai didaktif seperti yang ada pada permainan tradisional. Permainan tradisional merupakan satu contoh dari ribuan permainan tradisional yang ada di Indonesia tersebut kini semakin terkikis keberadaannya sedikit demi sedikit khususnya di kota-kota banyak yang tidak mengenal permainan tradisional yang ada padahal permainan teradisional adalah permainan warisan nenek moyang rakyat Indonesia, Setiap daerah di Indonesia memiliki permainan tradisional, permainan tradisional tiap daerah biasanya tidak sama tidak seperti permainan jaman modern sekarang ini, seperti permainan teknologi yang rata-rata memiliki kesaman seperti permainan (*game*) yang ada di *computer* maupun *handphone*.

Sulit diingkari bahwa permainan anak-anak, Sulit diingkari bahwa tradisional di Indonesia tampaknya menghadapi masa depan yang tidak begitu cerah. Kecenderungan yang tampak adalah bahwa berbagai bentuk permainan kini tidak dikenal oleh banyak anak-anak, karena sudah sangat jarang dimainkan. Hanya beberapa permainan tertentu yang masih banyak dimainkan (Dharmamulya, dkk 2008:206).

Namun permainan-permainan tradisional mungkin untuk remaja sekarang ini yang dapat ditingkatkan melalui latihan.

Dengan olahraga tradisional yang berkesan bermain, remaja diharapkan bisa dan mampu meningkatkan kemampuan gerak motoriknya. Pembinaan kebugaran jasmani merupakan salah satu faktor yang penting dalam peningkatan kualitas fisik. Oleh karena itu, pembinaan kebugaran jasmani merupakan hal yang perlu diperhatikan pada tahun mendatang.

Pelaksanaan pembinaan kebugaran jasmani harus dilakukan secara terus menerus, terencana dan terprogram. Menurut Ardiwinata (2006: 1) berbagai jenis olahraga tradisional banyak dimiliki oleh bangsa ini yang merupakan keanekaragaman budaya bangsa. pendidikan. Olahraga tradisional pada saat ini sudah sangat jarang dimanfaatkan lagi. keterampilan gerak rendah Terbatasnya fasilitas yang dimiliki sekolah membuat proses pembelajaran kurang menarik bagi anak karena tidak semua remaja bisa bermain dengan bola tersebut, sehingga remajacepat merasa bosan dan tidak mau mengikuti pembelajaran dengan baik.

Melalui olahraga tradisional sebenarnya dapat dijadikan variasi dalam pembelajaran, namun olahraga tradisional dianggap ketinggalan jaman dan tidak cocok diterapkan, karena pada saat ini banyak bermunculan olahraga-olahraga modern. Oleh karena itu, perlu diadakan penelitian tentang pengaruh olahraga tradisional terhadap peningkatan kebugaran jasmani anak usia remaja. Olahraga tradisional yang digunakan dalam penelitian ini adalah gobak sodor dan kasti. Apabila penelitian tentang olahraga tradisional ini dapat meningkatkan kemampuan gerak motorik maka dapat dijadikan alternatif dalam peningkatan pendidikan jasmani siswa. Pelaksanaan dilaksanakan pada tanggal 15 April 2016. Penelitian ini dilaksanakan pada hari hari selasa, kamis dan sabtu dari jam 15.00 WIB – 17.00 WIB.

II. METODE

Jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian eksperimen semu. Penelitian ini akan menguji pengaruh olahraga tradisional gobak sodor dan kasti terhadap kemampuan gerak motorik yang di tinaju kebugaran jasmani remaja usia 13 – 15 tahun. Penelitian ini menggunakan rancangan factorial 2 x 2. Sesuai dengan factorial 2 x 2 di kelompokan menjadi 4 kelompok :

1. Melakuan permanian tradisoinal gobak sodor dengan tingkat kebugaran jasmani tinggi.
2. Melakukan permainan tradisional kasti dengan tingakat kebugaran jasmani tinggi.
3. melakuan permanian tradisional gobak sodor dengan tingkat kebugaran jasmani rendah
4. melakuan permanian tradisoinal gobak sodor dengan tingkat kebugaran jasmani rendah.

Penelitian ini di laksanakan di lapangan SMP Negeri 1 Arjosari.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Arjosari Kabupaten pacitan dengan jumlah 2 kelas dengan jumlah 40 siswa. Jumlah populasi dalam penelitian ini di bawah seratus maka yang menjadi sampel penelitian seluruh populasi atau disebut dengan Penelitian populasi.

Data dalam penelitian ini adalah melalu tes dan pengukuran. Kebugaran jamani diperoleh melalui tes lari 12 menit Depdiknas. (1999). *Tes kesegaran jasmani indonesia*. Untuk mengukur kemampuan gerak motorik menggunakan ***barrow*** *motor ability tes*, (Johnson, B.L. & Nelson, J.K 1986:362-366)

Untuk Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan *variance* (ANAVA, dengan rancangan factorial 2 x 2 pada α = 0,05 Sudjana (2004: 36) Untuk memenuhi dalam teknik ANAVA maka dilakukan Uji *Liliefors* dan uji Homogenitas Varians dengan menggunakan uji *Bartlett*.

Uji normalitas bertujuan untuk uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dapat disimpulkan bahwa data dari semua kelompok berdistribusi normal.

mengetahui apakah data yang digunakan dalam penelitian berasal dari sampel berdistribusi normal.

III. PEMBAHASAN

Data setelah di analisis dengan Uji *Liliefors* maka diperolah hasil yang tercantum dalam tabel berikut ini :

Tabel.7 Hasil Uji Normalitas dengan *Liliefors*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov[a]			*Shapiro-Wilk*		
	Statistic	*df*	*Sig.*	*Statistic*	*df*	*Sig.*
Gobak sodor	,140	20	,200*	,927	20	,135
kasti	,162	20	,182	,882	20	,019
**. This is a lower bound of the true significance.*						
a. Lilliefors Significance Correction						

Hasil uji normalitas terhadap tingkat kemampuan gerak motorik pada kelompok gobak sodor berdistribusi normal (P = 0.200) kemampuan gerak motorik pada kelompok kasti (P = 0.182).. Berdasarkan perhitungan uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* dapat disimpulkan bahwa data dari semua kelompok berdistribusi normal.

Tabel 8.

Hasil Uji Homogenitas

Dependent Variable: Motorik			
F	df1	df2	Sig.
1.107	3	36	0,125

Fhitung sebesar 1,107 dengan probabilitas (nilai signifikansi) 0,1250 adalah lebih besar dari 0,05 maka kedua metode instruksi tersebut memiliki varian yang sama, bearati asumsi bahwa jika data sedikit populasi harus normal untuk melakukan uji anova telah terpenuhi.

Tabel 10.
Hasil Uji Kemampuan Gerak Motorik Dari Kelompok Kasti Dan Gobak Sodor

Dependent Variable: Motorik					
Source	**Type III Sum of Squares**	**df**	**Mean Square**	**F**	**Sig.**
Corrected Model	1834,800[a]	3	611,600	22,449	,000
Intercept	230432,40	1	230432,400	8457,959	,000
Kebugaran	1795,600	1	1795,600	65,907	,000
Permainan	19,600	1	19,600	,719	,402
Kebugaran Permainan	19,600	1	19,600	,719	,402
Error	980,800	36	27,244		
Total	233248,00	40			
Corrected Total	2815,600	39			

1. Uji Hipotesis Pertama

Karena F hitung sebesar ,719 dengan nilai signifikansi 0,402 adalah > 0,05 maka dikatakan bahwa untuk skor kemampuan gerak motorik dari setiap jenis permainan adalah sama. *pada table test of between-subjects effect* memiliki Fhitung 7,19 dengan nilai signifikansi sebesar 0,402.

Jadi dapat disimpulkan bahwa penggunanaan permainan gobak sodor dan kasti tidak memiliki perbedaan, dengan kata lain hipotesis pertama tidak terpenuhi sehingga penggunaan permainan gobak sodor dan kasti tidak berpengaruh terhadap kemampuan gerak motorik siswa.

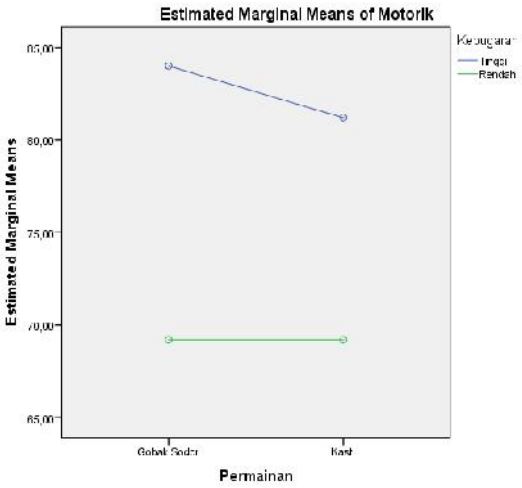
4. Uji Hipotesis Kedua

Karena F hitung sebesar 65.907 dengan nilai signifikansi 0,000 adalah < 0,05 maka dikatakan bahwa tingkat kebugaran memiliki rata-rata penjualan yang tidak sama. pada *table test of between-subjects effect* memiliki Fhitung 65,907 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000

Jadi dapat disimpulkan bahwa Tingkat kebugaran siswa dengan kategori tinggi dan rendah memiliki perbedaan, dengan kata lain hipotesis kedua terpenuhi sehingga tingkat kebugaran siswa berpengaruh terhadap kemampuan gerak motorik siswa.

3. Uji hipotesis Ketiga

Karena F hitung sebesar 0.719 dengan nilai signifikansi 0.402 adalah > 0,05 maka dikatakan bahwa rata-rata skor kemampuan gerak motorik siswa dilihat dari interaksi jenis permainan dan Tingkat kebugaran siswa adalah sama. pada *table test of between-subjects effect* memiliki Fhitung 0.71 dengan nilai signifikansi sebesar 0,402



Gambar interaksi antara gobak sodor dan kasti terhadap gerak motorik yang di tinjau dari tingkat kebugaran jasmani.

Berdasakan analisis data dan pemabahasan yang telah diungkapkan pada BAB IV maka diperoleh kesimpulan :

a. Tidak ada perbedaan antara gobak sodor dan kasti terhadap kemampuan gerak motorik dalam meningkatkan kemampuan gerak motorik. Gobak sodor dalam geraknya tidak jauh berbeda dengan kasti.
b. Ada pengaruh yang signifikan antara siswa tingkat kebugaran jasmani tinggi dan rendah terhadap kemampuan gerak motorik.
c. Tidak ada pengaruh interaksi antara permainan gobak sodor dan kasti dengan tingkat kebugaran jasmani terhadap kemampuan gerak motorik.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiwinata. A. A., dkk. (2006). *Kumpulan permainan rakyat olahraga tradisional*. Tangerang: Cerdas Jaya

Ari Iswanto tahun (2010) pengaruh permaninan trasional terhadap peningkatan kebugaran jasmani SD Muhammadiyah Condong Catur Yogyakarta khususnya siswa kelas V.

Aryati Pangestuti (2008) dengan judul ”Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SD Budi Mulia Dua Yogyakarta yang Mengikuti Muatan Lokal Pencak Silat

Arikunto Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Kamdani Khamdani. 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia.* Singkawang: PT. Maraga Borneo Tarigas

Bambang Laksono, dkk. 2012. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.

Benard, Rahantoknam E. 1988. *Belajar Motorik*: *Teori dan Aplikasi Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Dirjendikti

Bambang Sudibyo. (13 Agustus 2007). *Anak usia SD termasuk dalam periode olahraga usia dini*. Sinar Harapan, p. 13

Budiyono. (2004). *Statistika Untuk Penelitian*. Surakarta: Sebelas Maret University Press

Bompa. (1994). *Theory and Metodology Of Training.* (Terjemahan). Bandung: Program Pascasarjana Universitas Padjadjaran. Buku asli diterbitkan tahun 1994.

Exercise & Fitness for Senior Citizens. (2008). *New physical activity guidelines*

Corbin, C. B. and Lindsey, R. (2007). *Consepts of physical fitness with laboratories*. Nine edition. Dubuque: Brown and Benchmark Publisher

.(1980). *A textbook of motor development (2nd ed.)*. Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers

Dilanisa. 2011. *Mengenal Permainan Tradisional.* Bandung: Mawar Putra Perdana

Depdiknas. (1999). *Tes kesegaran jasmani indonesia*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani Indonesia

. (1999). *Peraturan permainan olahraga asli/tradisional*. Jakarta: Dirjen Pedidikan Luar Sekolah, Pemuda, dan Olahraga Depdiknas

.(2003). *Tes kesegaran jasmani indonesia untuk anak umur 10 – 12 tahun*. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani

. (2007). Undang-Undang RI Nomor 20, Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional

Djoko Pekik . (1999). ”*Upaya meningkatkan derajat kebugaran dan kesehatan melalui latihan senam aerobik*”. Majalah Ilmiah Olahraga. Yogyakarta: FIK UNY

. (2000). *Panduan latihan kebugaran (yang efektif dan aman)*. Yogyakarta: Lukman Offset

. (2005). ”*Bermain sebagai upaya dini meletakkan dasar kebugaran bagi anak*”. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (No. 1 Vol. 2). Hlm. 81 – 89

Duane V. Knudson. (1999). *Current issues in flexibility fitness*. http://www.fitness.gov/digest_jun2000.htm . Download 9 Juni 2009

Pusat Pembinaan Bulutangkis Anak Usia Dini. (2007). *Panduan kesehatan*

say seniors should try to keep up with younger adults. http://www.seniorjournal.com/NEWS/Fitness/2008.htm. Download 9 Juni 2009

Gabbard, Carl. (1987). *Physical education for children*. New Jersey: Prentice Hall, Inc

Giam, C. K. (1993). *Sport medicine, exercise and fitness* (Hartono Satmoko. Terjemahan). Buku asli diterbitkan tahun 1992. Jakarta: Binarupa Aksara

Hajar P (2001). *Bermain gobak sodor*. Yogyakarta: Adicita

Harsuki. (2003). *Perkembangan olahraga terkini*. Kajian Para Pakar. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

KDI. (2000). *Ilmu keolahragaan dan rencana pengembangannya*. Jakarta: Depdiknas

Luna. (2009). *Menentukan jumlah sampel*. http://allaboutpenelitian.blogspot.com. Download 20 Juli 2009

Meyke S Tedjasaputra. (2001). *Bermainan, mainan, dan permainan*. Jakarta: Grasindo

Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Bandung: Yudistira

Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Di Lembaga Pendidikan. (2007). *Mengapa perlu olahraga*. http://geraksehat.wordpress.com. Download 19 Desember 2008

Power, S. K & Howlen, E. T. (2007). *Exercise physiology*. New York: McGrawn-Hill Companies, Inc

Purbayu Budi Santoso. (2005). *Analisis statistik dengan microsoft excel dan SPSS*. Yogyakarta: Andi Offset

Soekarman. (1986). *Dasar olahraga untuk pembina, pelatih, dan atlet*. Jakarta: CV. *olahraga bagi petugas kesehatan*. http://pbprimaciptautama.blogspot.com. Download 19 Desember 2008

Rusli Lutan. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan

Rusli Lutan. (2000). *Filsafat olahraga*. Depdiknas, Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah; Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D3

. (2002). *Menuju sehat dan bugar*. Jakarta: Dirjen Olahraga Depdiknas

Sadoso Sumosardjuno. (1992). *Pengetahuan praktis kesehatan dalam olahraga*. Jakarta: Gramedia

Santoso Giriwijoyo H. Y. S. dkk. (2007). *Ilmu kesehatan olahraga*. Bandung: IKIP Bandung

. (2007). *Ilmu faal olahraga*. Bandung: IKIP Bandung

Sharkey, J. B. (2003). *Fitness and health.* (Eri Desnarini Nasution. Terjemahan). Buku asli diterbitkan tahun 2003. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada

Siswantoyo. (2008). *Sport medicine dan*

permasalahan

Siswantoyo. (2008). *Sport medicine dan permasalahannya.* Proceding Seminar Olahraga Nasional Ke II. FIK Universitas Negeri Yogyakarta, 127-137

Haji Masagung

Sugiyanto dan Sudjarwo, (1991). *Perkembangan dan belajar gerak modul 1-6.* Jakarta: DEPDIKBUD

Suharjana. (2007). *Latihan beban: sebuah metode latihan kekuatan*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga, *MEDIKORA*, Vol.III, No.1, 80-101

Sukadiyanto. (2002). *Teori dan metodologi melatih fisik petenis.* Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Rochmat Fajarudin (2009) yang berjudul ”Tingkat Kebugaran Jasmani Pesepakbola Kelompok Umur 10-12 Tahun Combat Football Club Saptosari Gunung Kidul

TIM IT Kementrian Negara Pemuda Dan Olahraga Republik Indonesia. (2008). *Benteng olahraga tradisional yang mulai hilang*. http://wikipediaindonesia.com/pekanolahraganasional/bentengolahragatradisionalyangmulaihilang. download 7 februari 2016)

Toho Cholik Mutohir. (2002). Gagasan-gagasan pendidikan jasmani dan olahraga. Surabaya: University Press Book G. Inc

_____ . (2004). *Perkembangan motorik pada masa anak-anak.* Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga Depdiknas