

## IMPLEMENTASI KOOPERATIF NHT UNTUK MENINGKATKAN AKTIVITAS DAN HASIL BELAJAR TEKNIK *PASSING* BASKET

I.G.N. Made Purnama Arya Diputra

PENJASKESREK FOK Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah Undiksha  
Singaraja, Jalan Udayana Singaraja-Bali Tlp. (0362) 32559  
e-mail: ngurahpurnama@yahoo.co.id

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Data dianalisis dengan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitiannya berdasarkan analisis data adalah, pada siklus I aktivitas belajar siswa secara klasikal berada pada kategori aktif, yaitu 7,04 dengan persentase 70,45% (31 siswa) dan hasil belajar secara klasikal adalah 72,73% (32 siswa) berada pada kategori baik. Pada siklus II aktivitas belajar siswa secara klasikal berada pada kategori aktif, yaitu 7,50 dengan persentase 93,18 (41 siswa) dan hasil belajar secara klasikal adalah 95,45% (42 siswa) berada pada kategori sangat baik. Berdasarkan data tersebut, dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan aktivitas belajar sebesar 0,46 dan hasil belajar 22,72% dari siklus I ke siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket meningkat melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013. Disarankan kepada guru penjasorkes untuk mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif tipe NHT karena dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket pada siswa.

**Abstract:** This study aims to improve the activity and results of learning the basic techniques of basketball passing through the implementation of cooperative learning model NHT type. This study classified as class action research conducted in two cycles. Data were analyzed using descriptive statistics. The results of analysis of learning activities basketball passing techniques has increased by 0.46 from 7.04 to 7.50 in the first cycle to the second cycle in which classified the active category. As for the learning outcomes increased by 22,72% from 72,73% in the first cycle to 95,45% in the second cycle are classified as category which is very good. Based on the data analysis and discussion, it is concluded that the activity and the results of learning the basic techniques of passing basketball (chest pass and bounce pass) increased through the implementation of cooperative learning model NHT type VIII A grade students of SMP Negeri 3 Tampaksiring school year 2012/2013. It is recommended to teachers of physical education, sport and health can use cooperative learning model NHT type, as shown to enhance the activity and learning outcomes basketball passing techniques.

Kata-kata Kunci: Model pembelajaran kooperatif, aktivitas, hasil belajar, teknik dasar *passing* bola basket.

Pendidikan, jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) sangatlah penting karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Depdiknas, 2006).

Tujuan Penjasorkes dalam pokok-pokok pengembangan program pembelajaran Penjasorkes mencakup empat komponen, antara lain: (1) komponen organik, merupakan gambaran tujuan aspek fisik dan psikomotor yang harus dicapai pada setiap proses pembelajaran, yang meliputi; kapasitas fungsional dari organ-organ seperti daya tahan jantung

dan otot, (2) komponen neuromuskuler, merupakan gambaran tujuan yang meliputi aspek kemampuan unjuk kerja keterampilan gerak yang didasari oleh kelenturan, kelincahan, keseimbangan, kecepatan dan lain-lain, (3) komponen intelektual, merupakan gambaran yang dapat dipadankan dengan kognitif, dan (4) Komponen emosional, merupakan gambaran yang dapat dipadankan dengan afektif (Wengayo. 2011: 1).

Pembelajaran merupakan aspek kegiatan manusia yang kompleks, yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan. Pembelajaran adalah saat guru memperkenalkan informasi yang melibatkan siswa menggunakan konsep-konsep, memberikan waktu yang cukup untuk menemukan ide-ide dengan menggunakan pola-pola berpikir formal. Dari makna ini jelas terlihat bahwa pembelajaran merupakan interaksi dua arah dari seorang guru dan peserta didik, di mana antara keduanya terjadi komunikasi (transfer) yang intens dan terarah menuju pada suatu target yang telah ditetapkan sebelumnya (Trianto, 2007:17).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia aktivitas berarti kegiatan atau kesibukan yang dilakukan oleh seseorang. Aktivitas atau kegiatan

adalah sumber belajar karena pada kegiatan biasanya adanya kolaborasi antara sumber-sumber lainnya sebagai bahan belajar. Dalam Penjasorkes yang dimaksud dengan aktivitas belajar meliputi: *Audio, Visual, Metrik, Lisan, Mental, dan Emosional*.

Hasil belajar adalah perubahan perilaku secara keseluruhan bukan hanya salah satu aspek potensi kemanusiaan saja. Artinya, hasil pembelajaran yang dikategorisasikan tidak dilihat secara fragmentasi atau terpisah, melainkan komperhensif (Suprijono, 2009:7). Namun, kenyataan dilapangan pada saat observasi awal menunjukkan bahwa aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket masih tergolong cukup aktif. Berdasarkan data yang diperoleh yaitu: aktivitas belajar teknik dasar *passing* bola basket, tidak ada siswa yang tergolong sangat aktif (tuntas), dan 13,3% (6 orang) yang tergolong aktif (tuntas), 66,70% (30 orang) yang tergolong cukup aktif (tidak tuntas), 20,00% (9 orang) yang tergolong kurang aktif (tidak tuntas) dan 0% yang tergolong sangat kurang aktif. Rata-rata prosentase aktivitas belajar siswa secara klasikal adalah 5,33. Sedangkan untuk hasil belajar yaitu: siswa yang tuntas

terdiri dari 10 orang (22,22%) dan yang tidak tuntas sebanyak 35 orang (77,78%), dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu sebesar 70.

Berdasarkan hasil refleksi awal yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 3 Tampaksiring pada siswa kelas VIII A tahun pelajaran 2012/2013, permasalahan umum yang dialami oleh siswa pada saat proses pembelajaran teknik dasar *passing* bola basket yaitu: 1) masih terpusatnya pembelajaran pada guru, 2) siswa masih belajar secara individu, 3) rendahnya aktivitas siswa untuk belajar, dan 4) model.

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri dari dua tim beranggotakan masing-masing lima orang, yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket dianggap sebagai olahraga unik, karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang pastor. Pada tahun 1891, Dr. James Naismith, seorang pastor asal Kanada yang mengajar di sebuah fakultas untuk para mahasiswa profesional di *Young Mans Christian Association (YMCA)*, sebuah wadah pemuda umat Kristen di *Springfield, Massachusetts*, harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk

mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di *New England* (Inggris). (Swadesi, Iwan. 2007;6).

Oleh sebab itu, dibutuhkan sebuah solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Salah satu solusi agar aktivitas dan hasil belajar dapat meningkat, yaitu dengan mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif. Model pembelajaran kooperatif yaitu pembelajaran yang melibatkan siswa untuk bekerja secara kolaboratif untuk mencapai tujuan bersama dengan pembentukan kelompok secara heterogen.

Salah satu model pembelajaran kooperatif yang dimaksudkan yaitu model kooperatif tipe NHT. NHT atau penomoran berpikir bersama adalah merupakan jenis pembelajaran kooperatif yang dirancang untuk mempengaruhi pola interaksi siswa dan sebagai alternatif terhadap struktur kelas tradisional. NHT pertama kali dikembangkan oleh Spenser Kagen (dalam Trianto, 2007:62) untuk melibatkan lebih banyak siswa dalam menelaah materi yang tercakup dalam suatu pelajaran dan mengecek pemahaman mereka terhadap isi pelajaran tersebut. Adapun langkah dari model pembelajaran kooperatif tipe

NHT yaitu: 1) penomoran, 2) memberikan pertanyaan, 3) berpikir bersama, dan 4) menjawab.

Dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT, aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket dapat meningkat karena, 1) melalui tipe NHT, siswa dibagi menjadi beberapa kelompok, dimana dalam tiap kelompok tersebut memiliki anggota yang heterogen. Dengan pembagian kelompok ini, siswa diharapkan aktif untuk melakukan gerakan-gerakan *passing* bola basket, sehingga kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bola basket akan meningkat, 2) melalui tipe NHT, siswa lebih banyak diberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan teman-temannya, sehingga materi *passing* bola basket yang dipelajari dapat dilakukan dengan baik. 3) melalui tipe NHT, siswa tidak hanya bertanya kepada gurunya saja, tetapi juga pada teman dalam kelompoknya,

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013. Jenis penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan

Kelas (PTK). Jumlah subyek penelitian ini yaitu 44 siswa. Penelitian ini dilakukan sebanyak 2 siklus dengan tiap siklus terdiri dari 2 kali pertemuan pada semester genap. Prosedur penelitian ini terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Waktu penelitian ini dilaksanakan tanggal 6 Februari dan 13 Februari untuk siklus I, sedangkan tanggal 20 Februari dan 27 Februari 2012 dilaksanakan penelitian siklus II.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu aktivitas belajar dinilai oleh 2 orang observer dengan menggunakan lembar observasi aktivitas belajar, sedangkan untuk hasil belajar dinilai oleh 3 orang evaluator dengan menggunakan format assesmen hasil belajar. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Pada hasil observasi awal nilai aktivitas dan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket masih tergolong cukup aktif atau belum tuntas. Untuk hasil belajar disebabkan karena masih banyak siswa yang nilainya belum

memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 70.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilaksanakan, maka diperoleh hasil aktivitas belajar siswa sebagai berikut, tidak ada siswa yang tergolong sangat aktif (tuntas), dan 13,3% (6 orang) yang tergolong aktif (tuntas), 66,70% (30 orang) yang tergolong cukup aktif (tidak tuntas), 20,00% (9 orang) yang tergolong kurang aktif (tidak tuntas) dan 0% yang tergolong sangat kurang aktif.

Tabel 4.1 Data Observasi Awal Aktivitas Belajar Teknik Dasar *Passing (chest pass dan bounce pass)* Bola basket

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	-	-	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	6	13.30 %	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	30	66.70 %	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	9	20,00%	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
<b>Total</b>		44	100%	

Berdasarkan hasil observasi awal teknik dasar *passing* bola basket yang dilaksanakan, yaitu: siswa yang tuntas terdiri dari 10 orang (22,22%) dan yang tidak tuntas sebanyak 35 orang (77,78%), siswa yang berada pada kategori sangat baik tidak ada (0%), baik (tuntas) sebanyak 10 orang (22,22%), cukup baik (tidak tuntas)

sebanyak 29 orang (64,44%), kurang baik (tidak tuntas) sebanyak 6 orang (13,33%), dan sangat kurang baik tidak ada (0%).

Tabel 4.2 Data Observasi Awal Hasil Belajar Teknik Dasar *Passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) Bola basket Secara Klasikal

No	Rentang Skor	Banyak siswa	Persentase	Nilai Angka/Huruf	Kategori
1	80-100	-	-	A	Sangat Baik
2	70-79	10 orang	22,22%	B	Baik
3	60-69	29 orang	64,44%	C	Cukup
4	50-59	6 orang	13,33%	D	Kurang
5	0-49	-	-	E	Sangat Kurang
Jumlah			100%		

Data aktivitas belajar pada siklus I yaitu sebagai berikut. 1 orang siswa (2,27%) berada dalam kategori tingkat aktivitas sangat aktif, 30 orang siswa (68,18%) berada dalam kategori tingkat aktivitas aktif, 13 orang siswa (15,79%) berada dalam kategori tingkat cukup aktif, 0 orang siswa (0%) berada dalam kategori tingkat sangat kurang aktif.

Table 4.3 Data Aktivitas Belajar Teknik Dasar *Passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) Bola basket pada Siklus I

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	1 orang	2,27 %	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	30 orang	68,18 %	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	13 orang	29,55 %	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
Total		44	100%	

Berdasarkan dari hasil belajar pada siklus I dengan materi teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket, diperoleh data hasil belajar individu tidak ada yang mendapat nilai kategori sangat baik (0%), 32 orang siswa (72,73%) mendapat nilai dengan kategori baik, dan 12 orang siswa (27,27%) mendapat nilai cukup baik.

Table 4.4. Data Hasil Belajar Teknik *Passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) Bola basket pada Siklus I

No	Kategori	Jumlah Siswa	Prosentase	Rentangan Tingkat Ketuntasan
1	Sangat Baik	-	-	72,73% (32 Siswa) Tuntas
2	Baik	32 orang	72,73%	
3	Cukup	12 orang	27,27%	27,27% (12 Siswa) Tidak Tuntas
4	Kurang	-	-	
5	Sangat Kurang	-	-	
Jumlah		38 orang	100%	

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh 2 orang observer yang dilakukan sebanyak dua kali terhadap proses pembelajaran pada siklus II, didapatkan data sebagai berikut. 3 orang siswa (6,82%) berada dalam kategori sangat aktif, sedangkan 38 orang siswa (86,36%) berada dalam kategori aktif, 3 orang siswa (6,82%) berada dalam kategori cukup aktif, dan 0 orang siswa (0 %) berada dalam kategori kurang aktif.

Table 4.5. Data Aktvitas Belajar Teknik Dasar *Passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) Bola basket pada Siklus II

No	Kriteria	Jumlah Siswa	Persentase (%)	Kategori
1	$\bar{X} \geq 9$	3 orang	6,82 %	Sangat Aktif
2	$7 \leq \bar{X} < 9$	38 orang	86,36 %	Aktif
3	$5 \leq \bar{X} < 7$	3 orang	6,82 %	Cukup Aktif
4	$3 \leq \bar{X} < 5$	-	-	Kurang Aktif
5	$\bar{X} < 3$	-	-	Sangat Kurang Aktif
<b>Total</b>		44	100%	

Berdasarkan dari hasil penelitian tindakan kelas siklus II dengan materi teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket, diperoleh data hasil belajar individu sebagai berikut. 13 orang siswa (29,54%) mendapat nilai kategori sangat baik, dan 29 orang siswa (65,90%) mendapat nilai dengan kategori baik, 2 orang (4,55%)

mendapat nilai dengan kategori cukup baik.

Table 4.6. Data Hasil Belajar Teknik *Passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) Bola basket pada Siklus II

No	Kategori	Jumlah Siswa	Prosentase	Prosentase Tingkat Ketuntasan
1	Sangat Baik	13 orang	29,54%	95,45% (42 Siswa) Tuntas
2	Baik	29 orang	69,50%	
3	Cukup	2 orang	4,55%	4,55% (2 Siswa)
4	Kurang	-	-	
5	Sangat Kurang	-	-	Tidak Tuntas
Jumlah		44orang	100%	

## Pembahasan

Berdasarkan hasil refleksi awal mengenai aktivitas, hasil belajar, dan model pembelajaran dalam kegiatan pembelajaran di SMP Negeri 3 Tampaksiring, dapat dilihat bahwa aktivitas belajar teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring secara klasikal tergolong cukup aktif.

Sedangkan hasil belajar teknik dasar *passing* bola basket masih perlu ditingkatkan karena belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yaitu 70%. Telah dijelaskan pula bahwa aktivitas dan hasil belajar siswa dipengaruhi oleh penggunaan model pembelajaran yang tepat.

Upaya yang dilakukan oleh peneliti untuk mengatasi masalah tersebut yaitu: 1) merubah model pembelajaran yang konvensional dengan model pembelajaran kooperatif tipe NHT, 2) peneliti melakukan perbaikan-perbaikan berdasarkan kendala yang ditemukan pada observasi awal dan siklus I, dan 3) adanya teori pendukung dalam proses pembelajaran.

Peningkatan tersebut secara bertahap dapat dilakukan, hal ini dapat dilihat dari peningkatan aktivitas pada siklus I ke siklus II. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.7. Peningkatan Aktivitas Siklus I ke Siklus II

No	Siklus	Hasil	Peningkatan Siklus
1	Siklus I	7,04	0,46
2	Siklus II	7,50	

Sedangkan peningkatan hasil belajar teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket dapat dilihat pada table berikut.

Table 4.8. Peningkatan Hasil Belajar Siklus I ke Siklus II

No	Siklus	Hasil	Peningkatan Siklus
1	Siklus I	72,73%	22,72%
2	Siklus II	95,45%	

Berdasarkan pembahasan dan analisis data tersebut maka dapat diketahui bahwa model pembelajaran kooperatif tipe NHT dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar teknik dasar passing bola basket pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013.

Peningkatan aktivitas dan hasil belajar dalam penelitian ini sesuai dengan teori-teori yang mendukung dalam proses pembelajaran, yaitu belajar merupakan suatu proses, suatu kegiatan dan bukan suatu hasil dan tujuan, belajar bukan hanya mengingat, akan tetapi lebih luas daripada itu, yakni mengalami latihan-latihan pembentukan secara otomatis dan seterusnya dan belajar menurut S. Nasution (dalam Sugiyanto dkk, 1998:267) adalah perubahan pengetahuan, dan perubahan perilaku yang dihasilkan dari pengalaman dan latihan.

Jadi, pembelajaran dengan mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dapat meningkatkan aktivitas belajar teknik dasar passing bola basket khususnya pada siswa kelas VIII A SMP Negei 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

Hal ini terbukti pada aktivitas belajar teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket meningkat, melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013. Hal ini dapat dilihat pada siklus I, aktivitas belajar siswa berada pada kategori aktif yaitu 7,04. Pada siklus II, aktivitas belajar siswa berada pada kategori aktif yaitu 7,50. Peningkatan aktivitas belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 0,46.

Sedangkan pada hasil belajar teknik dasar *passing* (*chest pass* dan *bounce pass*) bola basket meningkat, melalui implementasi model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas VIII A SMP Negeri 3 Tampaksiring tahun pelajaran 2012/2013. Hal ini dapat dilihat pada siklus I, ketuntasan hasil belajar secara klasikal adalah 72,73% dan pada siklus II ketuntasan hasil belajar secara klasikal sebesar 95,45%. Peningkatan

ketuntasan hasil belajar siswa dari siklus I ke siklus II sebesar 22,72%.

Disarankan kepada guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan agar dapat mengimplementasikan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam proses pembelajaran, karena model pembelajaran ini dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar siswa, bagi sekolah dapat dijadikan sebagai pedoman dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya pada pembelajaran materi teknik dasar *passing* bola basket guna meningkatkan aktivitas dan hasil belajar, dan bagi calon peneliti yang berminat untuk meneliti lebih lanjut dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT hendaknya mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi penelitian. Selain itu, hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan referensi dan dijadikan acuan untuk menerapkan dan mengembangkan model pembelajaran yang bersifat inovatif dan penetratif kepada peserta didik

## **DAFTAR RUJUKAN**

Depdiknas. 2006. *Standar Kompetensi Lulusan Untuk Satuan Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Pusat Kurikulum, Balitbang Depdiknas.

Sugiyanto, dkk. 1998. *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas terbuka.

Suprijono, Agus. 2009. *Cooperative Learning*. Yogyakarta: Puataka Pelajar.

Swadesi, Iwan. 2007. *Buku Ajar Permainan Bola Basket*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.

Trianto. 2007. *Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivisti*. Surabaya: Prestasi Pustaka Publiser.

Wengayo. 2011. *Konsep Olahraga dan Penjas*. Tersedia pada <http://wengayo.blogspot.com/2010/05/pendidikan-jasmani.html>. (diakses pada tanggal 22 Mei 2013)