

## **MODEL KOOPERATIF NHT UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR BERGULING SENAM LANTAI**

**Ni Wayan Tirtawati**

PENJASKESREK FOK Universitas Pendidikan Ganesha, Kampus Tengah Undiksha  
Singaraja, Jalan Udayana Singaraja-Bali Tlp. (0362) 32559  
e-mail: tirtawati963@yahoo.co.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan meningkatkan motivasi dan hasil belajar berguling (*roll*) senam lantai melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus yang terdiri dari rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi atau evaluasi dan refleksi. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli, berjumlah 34 orang. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil analisis data siklus I motivasi belajar berguling (ke depan dan ke belakang) secara klasikal sebesar 11,68 (sedang) dan siklus II sebesar 12,54 (tinggi). Persentase ketuntasan hasil belajar berguling ke depan secara klasikal siklus I sebesar 73,53% (kurang baik) dan siklus II sebesar 85,29% (baik). Persentase ketuntasan hasil belajar berguling ke belakang secara klasikal siklus I sebesar 70,59% (kurang baik) dan siklus II sebesar 82,35% (cukup). Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar berguling senam lantai pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli tahun pelajaran 2012/2013. Maka disarankan kepada guru Penjasorkes agar menerapkan model pembelajaran kooperatif karena terbukti dapat meningkatkan motivasi dan hasil belajar.

Abstract: This research aims to increase motivation and learning outcomes through the implementation of rolling gymnastics floor type cooperative learning model NHT. This research is a classroom action research conducted in two cycles consisting of an action plan, action, observation or evaluation and reflection. Subjects were students of class XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli, totaling 34 people. Data were analyzed using descriptive statistics. The results of the data analysis cycle I rolled motivation (forward and backward) in the traditional fashion of 11.68 (medium) and the second cycle of 12.54 (high). Percentage of mastery learning outcomes roll forward in the classical cycle of 73.53% (less good) and the second cycle of 85.29% (excellent). Percentage mastery of learning outcomes in the traditional rolled backward cycle of 70.59% (not good) and the second cycle of 82.35% (enough). Based on the data analysis and discussion, it is concluded that the implementation of cooperative learning model NHT type can increase motivation and learning rolled on the floor gymnastics class XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli school year 2012/2013. It is recommended to teachers Penjasorkes to implement cooperative learning model because it is proven to increase motivation and learning outcomes.

Kata-kata kunci: Model kooperatif NHT, motivasi, hasil belajar, *roll*.

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir 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: 163). Upaya meningkatkan motivasi dan tingkat penguasaan materi pembelajaran para siswa di setiap jenjang dan tingkat pendidikan perlu ditingkatkan agar diperoleh sumber daya manusia yang dapat menunjang pembangunan nasional. Upaya tersebut menjadi tugas dan tanggung jawab semua tenaga kependidikan, salah satunya adalah Penjasorkes.

Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani ditekankan pada pengembangan individu secara menyeluruh, dalam artian pengembangan intelektual, keterampilan afektif, termasuk pengembangan fisik dan kebugaran

jasmani. Penjasorkes merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan membiasakan pola hidup sehat. Pembelajaran merupakan suatu proses yang melibatkan interaksi antara guru dan siswa, dimana setelah proses pembelajaran tersebut siswa diharapkan mendapatkan pemahaman tentang apa yang diperoleh dalam situasi pembelajaran.

Menurut Mc.Donald (dalam Sardiman, 2008: 73) motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya *felling* dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Di dalam pembelajaran Penjasorkes ada beberapa hal terkait dengan motivasi, yaitu: mengemukakan suatu pendapat dan pertanyaan, melaksanakan tugas dalam pembelajaran, sikap dalam menghadapi kesulitan, serta minat dan perhatian siswa.

Hasil belajar adalah perubahan tingkah laku yang mencakup bidang afektif, kognitif, dan psikomotorik. Selain itu hasil belajar juga dapat dikatakan sebagai kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah mengalami pengalaman-pengalaman belajar (Sudjana, 2004: 3).

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan di SMA Negeri 2 Bangli pada kelas XI IPA 3 masih banyak hambatan yang ditemukan khususnya dalam materi berguling senam lantai. Dimana motivasi belajar siswa masih rendah dan hasil belajarnya belum tuntas. Hal tersebut dapat dilihat dari data yang diperoleh, yaitu: hasil motivasi belajar berguling (ke depan dan ke belakang) senam lantai pada siswa yang motivasinya tergolong sangat tinggi sebanyak 2 siswa (5,89%), tinggi sebanyak 11 siswa (32,35%), sedang sebanyak 10 siswa (29,41%), rendah sebanyak 11 siswa (32,35%), dan sangat rendah tidak ada (0%). Dengan hasil motivasi belajar berguling senam lantai secara klasikal yaitu 10,84. Sedangkan untuk hasil belajarnya, untuk berguling ke depan, siswa yang tuntas sebanyak 21 orang (61,76%) dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 13 orang (38,24%). Sedangkan untuk hasil belajar berguling ke belakang, siswa yang tuntas sebanyak 20 orang (58,82%) dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 14 orang (41,18%). Dengan KKM yang berlaku di SMA Negeri 2 Bangli adalah 75 baik untuk ketuntasan individu maupun klasikalnya.

Berdasarkan hasil observasi awal dan setelah direfleksi ditemukan beberapa permasalahan, yaitu: (1) pembelajaran masih terpusat pada guru, (2) model pembelajaran masih konvensional, (3) siswa masih pasif, hanya menerima materi yang disampaikan guru, (4) siswa masih bersifat individu, (5) masih kurangnya penghargaan yang diberikan. Hal tersebut berakibat motivasi belajar siswa rendah dan hasil belajarnya belum tuntas.

Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari kata *Gymnastics* (bahasa Inggris), atau bahasa Belanda *Gymnastiek* yang artinya telanjang. Pada zaman Yunani Kuno, *Gymnastic* dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang, maksudnya adalah supaya gerakan dapat dilakukan tanpa ada gangguan sehingga menjadi sempurna (Sholeh, 1992: 2).

Berdasarkan beberapa permasalahan yang ditemukan maka diperlukan solusi agar proses pembelajaran menjadi lebih baik dan nantinya akan menyebabkan motivasi dan hasil belajar siswa menjadi lebih baik. Model pembelajaran yang akan

diterapkan adalah model pembelajaran kooperatif.

Salah satu tipe model pembelajaran kooperatif yang akan digunakan adalah model pembelajaran kooperatif tipe *Numbered Head Together* (NHT). Model pembelajaran kooperatif tipe NHT adalah jenis pembelajaran kooperatif yang dirancang untuk memenuhi pola interaksi siswa dan sebagai alternatif terhadap struktur kelas tradisional (Trianto, 2007:62). Adapun langkah-langkah dari model pembelajaran kooperatif tipe NHT yang digunakan adalah: (1) penomoran, (2) pengajuan pertanyaan, (3) berpikir bersama, dan (4) pemberian jawaban. Adapun beberapa kelebihan pembelajaran NHT, yaitu: (1) setiap siswa menjadi siap semua, (2) dapat melakukan diskusi dengan sungguh-sungguh, dan (3) siswa yang pandai dapat mengajari siswa yang kurang pandai (Santoso, 2011).

Adapun tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar berguling (berguling ke depan dan berguling ke belakang) senam lantai melalui penerapan model pembelajaran Kooperatif Tipe NHT pada siswa kelas

XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli tahun pelajaran 2012/2013.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). PTK adalah suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan atau meningkatkan praktek-praktek pembelajaran di kelas secara lebih profesional (Kanca, 2010: 108). Jenis penelitian yang digunakan adalah peneliti sebagai guru. Subjek penelitian ini adalah siswa siswi kelas XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli yang berjumlah 34 siswa dengan 16 siswa putri dan 18 siswa putra. Adapun rancangan dalam penelitian ini adalah penelitian ini terdiri dari 2 siklus dimana dalam masing-masing siklus terdiri dari 2 kali pertemuan. Dengan rancangan di setiap siklusnya adalah mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi/evaluasi, dan refleksi. Siklus I dilaksanakan pada tanggal 13 September dan 20 September 2012 dan siklus II dilaksanakan pada tanggal 27 September dan 4 Oktober 2012.

Teknik pengumpulan data untuk pengamatan motivasi belajar berguling

senam lantai dilaksanakan pada tiap pertemuan yang diobservasi oleh 2 orang observer dengan lembar pengamatan motivasi belajar. Sedangkan untuk evaluasi hasil belajar dilaksanakan pada pertemuan kedua di setiap siklusnya. Untuk penilaian psikomotor dievaluasi oleh 3 orang evaluator dengan format *assesmen* hasil belajar berguling senam lantai, sedangkan untuk kognitif dan afektifnya dinilai oleh peneliti sendiri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Data motivasi belajar siswa pada siklus I materi berguling senam lantai didapatkan hasil sebagai berikut: siswa yang motivasinya tergolong sangat tinggi 6 orang (17,65 %), tinggi sebanyak 7 orang (20,59%), sedang sebanyak 13 orang (38,23%), rendah sebanyak 8 orang (23,53%), dan sangat rendah tidak ada (0%). Dengan motivasi belajar berguling (ke depan dan ke belakang) secara klasikal pada siklus I sebesar 11,68 (sedang). Untuk data motivasi belajar pada siklus I dapat dilihat dalam tabel 4.1 berikut.

Tabel 4.1 Data Motivasi Belajar Berguling Senam Lantai pada Siklus I

No	Kriteria	Jumla	Persenta	Kategori	Juml
1	$\bar{x} \geq 15$	6	17,65 %	S. Tinggi	397,1 3
2	$12 \leq \bar{x} <$	7	20,59 %	Tinggi	
3	$9 \leq \bar{x} < 12$	13	38,23 %	Sedang	
4	$5 \leq \bar{x} < 9$	8	23,53 %	Rendah	
5	$\bar{x} < 5$	-	0%	S. Rendah	
Total		34	100%		

Data hasil belajar berguling ke depan senam lantai pada siklus I, diperoleh hasil sebagai berikut: tidak ada siswa mendapat nilai dengan kategori amat baik (A), 12 siswa (35,29%) memperoleh nilai dengan kategori baik (B), 13 siswa (38,24%) memperoleh nilai dengan kategori cukup (C), 9 siswa (26,47%) memperoleh nilai dengan kategori kurang (D), dan tidak ada mendapat nilai kategori amat kurang (E). Untuk data hasil belajar belajar berguling ke depan senam lantai pada siklus I dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut.

Tabel 4.2 Data Hasil Belajar Berguling ke Depan Senam Lantai pada Siklus I

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	92 – 100	-	-	Amat Baik	73,52% Tuntas
2	83 – 91	12	35,29%	Baik	
3	75 – 82	13	38,24%	Cukup	
4	65 – 74	9	26,47%	Kurang	26,47% Tidak Tuntas
5	0 – 64	-	-	Amat Kurang	
			34	100%	

Data hasil belajar berguling ke belakang senam lantai pada siklus I, diperoleh hasil sebagai berikut: tidak ada siswa yang mendapat nilai dengan kategori amat baik (A), 5 siswa (14,71%) memperoleh nilai dengan kategori baik (B), 19 siswa (55,88%) memperoleh nilai dengan kategori cukup (C), 10 siswa memperoleh nilai dengan kategori kurang (D), dan tidak ada mendapat nilai kategori amat kurang (E). Untuk data hasil belajar berguling ke belakang senam lantai pada siklus I dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut.

Tabel 4.3 Data Hasil Belajar Berguling ke Belakang Senam Lantai pada Siklus I

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	92 – 100	-	-	Amat Baik	70,59% Tuntas
2	83 – 91	5	14,71%	Baik	
3	75 – 82	19	55,88%	Cukup	
4	65 – 74	10	29,41%	Kurang	29,41% Tidak Tuntas
5	0 – 64	-	-	Amat Kurang	
		34	34	100%	

Berdasarkan hasil analisis data motivasi belajar siswa pada siklus II materi berguling senam lantai didapatkan hasil sebagai berikut: siswa yang motivasinya tergolong sangat tinggi 10 orang (29,41 %), tinggi sebanyak 7 orang (20,59%), sedang sebanyak 13 orang (38,24%), rendah

sebanyak 4 orang (11,76%), dan sangat rendah tidak ada (0%). Dengan motivasi belajar berguling (ke depan dan ke belakang) secara klasikal pada siklus II sebesar 12,54 (tinggi). Untuk data motivasi belajar pada siklus II dapat dilihat dalam tabel 4.4 berikut.

Tabel 4.4 Data Motivasi Belajar Berguling Senam Lantai pada Siklus II

No	Kriteria	Jumlah	Persentase	Kategori	Jumlah
1	$\bar{x} \geq 15$	10	29,41%	S. Tinggi	426,3 7
2	$12 \leq \bar{x} <$	7	20,59%	Tinggi	
3	$9 \leq \bar{x} <$	13	38,24%	Sedang	
4	$5 \leq \bar{x} < 9$	4	11,76%	Rendah	
5	$\bar{x} < 5$	-	0%	S. Rendah	
Total		Total	34	100	

Berdasarkan hasil analisis data hasil belajar berguling ke depan senam lantai pada siklus II, diperoleh data hasil belajar berguling ke depan senam lantai sebagai berikut: 2 siswa (5,88%) memperoleh nilai dengan kategori amat baik (A), 13 siswa (38,24%) memperoleh nilai dengan kategori baik (B), 14 siswa (41,18%) memperoleh nilai dengan kategori cukup (C), 15 siswa (14,70%) memperoleh nilai dengan kategori kurang (D), dan tidak ada siswa mendapat nilai dengan kategori amat kurang (E). Untuk data hasil belajar belajar berguling ke depan senam lantai pada siklus II dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut.

Tabel 4.5 Data Hasil Belajar Berguling ke Depan Senam Lantai pada Siklus II

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	92 – 100	2	5,88%	A. Baik	85,29% Tuntas
2	83 – 91	13	38,24%	Baik	
3	75 – 82	14	41,18%	Cukup	
4	65 – 74	5	14,70%	Kurang	10,71% Tidak Tuntas
5	0 – 64	-	-	A. Kurang	
		34	100%		

Data hasil belajar berguling ke belakang senam lantai pada siklus II, sebagai berikut: 1 siswa (2,94%) memperoleh nilai dengan kategori amat baik (A), 7 siswa (20,59%) memperoleh nilai dengan kategori baik (B), 20 siswa (58,82%) memperoleh nilai dengan kategori cukup (C), 6 siswa (17,65%) memperoleh nilai dengan kategori kurang (D), dan tidak ada siswa mendapat nilai dengan kategori amat kurang (E). Data hasil belajar berguling ke belakang senam lantai pada siklus II dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut.

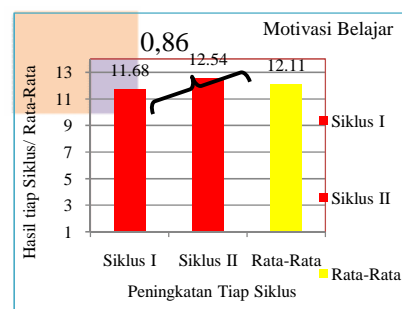
Tabel 4.6 Data Hasil Belajar Berguling ke Belakang Senam Lantai pada Siklus II

No	Rentang Skor	Jumlah Siswa	Persentase	Kategori	Keterangan
1	92 – 100	1	2,94%	Amat Baik	82,35% Tuntas
2	83 – 91	7	20,59%	Baik	
3	75 – 82	20	58,82%	Cukup	
4	65 – 74	6	17,65%	Kurang	17,65% Tidak Tuntas
5	0 – 64	1	2,94%	Amat Baik	
		34	100%	20,59%	Baik

## Pembahasan

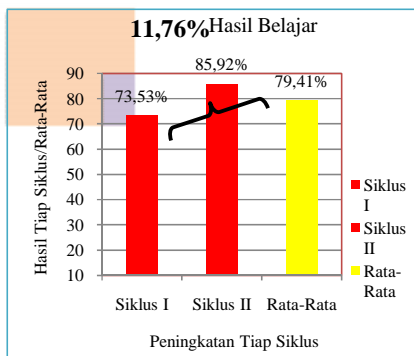
Setelah dilaksanakan penelitian dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe NHT dalam upaya memecahkan masalah-masalah yang ditemukan pada observasi awal dapat dilihat bahwa adanya beberapa peningkatan dalam motivasi dan hasil belajar siswa.

Untuk motivasi belajar berguling senam lantai secara klasikal pada siklus I yaitu sebesar 11,68 (sedang), sedangkan pada siklus II adalah sebesar 12,54 (tinggi). Maka motivasi belajar berguling senam lantai mengalami peningkatan sebesar 0,86 dari siklus I ke siklus II. Untuk data peningkatan motivasi belajar berguling senam lantai dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada gambar 4.7 berikut.



Gambar 4.7 Diagram Peningkatan Tiap Siklus Motivasi Belajar Berguling Senam Lantai

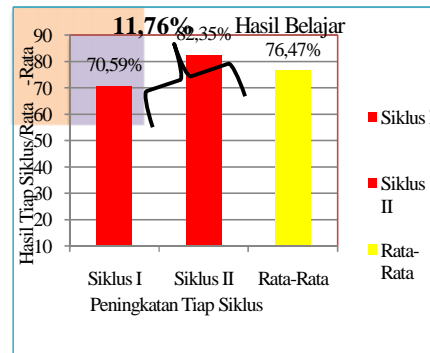
Persentase tingkat ketuntasan belajar berguling ke depan senam lantai secara klasikal pada siklus I sebesar 73,53% (kurang) dan pada siklus II adalah sebesar 85,29% (baik). Persentase ketuntasan hasil belajar berguling ke depan senam lantai mengalami peningkatan sebesar 11,76% dari siklus I ke siklus II. Untuk data peningkatan hasil belajar berguling ke depan senam lantai dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada gambar 4.8 berikut.



Gambar 4.8 Diagram Batang Peningkatan Tiap Siklus Hasil Belajar Berguling ke Depan Senam Lantai

Untuk persentase tingkat ketuntasan belajar berguling ke belakang senam lantai secara klasikal pada siklus I sebesar 70,59% (kurang) dan pada siklus II adalah sebesar 82,35% (cukup). Persentase ketuntasan hasil belajar berguling ke belakang

senam lantai mengalami peningkatan sebesar 11,76% dari siklus I ke siklus II. Untuk data peningkatan hasil belajar berguling ke belakang senam lantai dari siklus I ke siklus II dapat dilihat pada gambar 4.9 berikut.



Gambar 4.9 Diagram Batang Peningkatan Tiap Siklus Hasil Belajar Berguling ke Belakang Senam Lantai

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan tersebut dapat disampaikan peningkatan motivasi dan hasil belajar berguling senam lantai ini tidak terlepas dari penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT secara optimal. Dan juga tidak terlepas dari kelebihan-kelebihan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT yaitu (1) setiap siswa menjadi lebih siap dalam mengikuti pembelajaran khususnya dalam pembelajaran berguling senam lantai, (2) serta hasil belajar siswa dapat



meningkat karena siswa yang pandai dapat mengajarkan siswa yang kurang pandai yang secara otomatis siswa yang kurang pandai mendapatkan dampak yang positif (Santoso, 2011).

Selain itu sudah ada beberapa penelitian lain yang telah membuktikan bahwa model pembelajaran kooperatif tipe NHT ini dapat meningkatkan kualitas pembelajaran, baik itu motivasi dan hasil belajar. Penelitian tersebut diantaranya: (1) penelitian yang dilakukan oleh Ni Made Dwi Antari (2011: 109-110) dalam skripsinya yang menyimpulkan aktivitas dan hasil belajar berguling senam melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT, (2) Lia Agustingsih (2011) menyimpulkan motivasi dan hasil belajar siswa dalam standar kompetensi mengelola peralatan perkantoran meningkat melalui implementasi metode pembelajaran kooperatif tipe NHT, (3) I Wayan Edy Sugiarta (2012: 130) menyimpulkan aktivitas dan hasil belajar *passing control* sepak bola meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti laksanakan dan uraian yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa motivasi dan hasil belajar berguling senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe *Numbered Head Together* (NHT) pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli tahun pelajaran 2012/2013.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi dan hasil belajar (berguling ke depan dan berguling ke belakang) senam lantai meningkat melalui penerapan model pembelajaran kooperatif tipe NHT pada siswa kelas XI IPA 3 SMA Negeri 2 Bangli tahun pelajaran 2012/2013.

Untuk itu disarankan kepada guru Penjasorkes untuk berupaya menerapkan pembelajaran tipe NHT dalam proses pembelajaran sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan motivasi serta hasil belajar berguling senam lantai.

## DAFTAR RUJUKAN

- Agustiningsih, Lia. 2011. *Implementasi Metode Pembelajaran Kooperatif Model NHT (Numbered Heads Together) Untuk Meningkatkan Motivasi Dan Hasil Belajar Siswa (Studi Pada Siswa Kelas X Apk Smk Muhammadiyah 2 Malang Dalam Standar Kompetensi Mengelola Peralatan Kantor)*. Tersedia pada <http://library.um.ac.id/ptk/index.php?mod=detail&id=51993>. (diakses tanggal 25 November 2012).
- Antari, Ni Made Dwi. 2011. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Berguling (Roll) Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Bangli Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan SMA*. Jakarta: Depdiknas.
- Kanca, I Nyoman. 2010. *Metode Penelitian Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Singaraja: FOK Undiksha.
- Santoso, Ras Eko Budi. 2011. *Model Pembelajaran Kooperatif Tipe NHT*. Tersedia pada <http://ras-eko.blogspot.com/2011/05/model-pembelajaran-kooperatif-tipe-nht.html> (diakses tanggal 15 juli 2012).
- Sardiman, A.M. 2008. *Interaksi Motivasi Belajar dan Mengajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sholeh, Mahmudi K. 1992. *Olahraga Senam Pilihan*. Surakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sugiartha, I Wayan Edy. 2012. *Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif tipe Numbered Head Together (NHT) Untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Passing Control Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII A SMP Negeri 1 Kubu Tahun Pelajaran 2011/2012*. Skripsi (tidak diterbitkan). Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja.
- Trianto. 2007. *Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka.