

## PELATIHAN SOFTBALL BAGI SISWA DAN GURU PENJASORKES DI KOTA NEGARA

I Made Danu Budhiarta  
Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi  
Universitas Pendidikan Ganesha  
e-mail: madedanubudhiarta@undiksha.ac.id

### Abstrak

Kegiatan P2M ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bermain softball bagi siswa dan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di Kota Negara. Metode yang digunakan adalah diskusi informasi untuk membahas filosofi olahraga softball, demonstrasi untuk memperagakan keterampilan bermain softball perbagian, dan praktek langsung untuk melatih keterampilan dasar bermain softball secara keseluruhan. Peserta pelatihan adalah siswa dan guru SMP/SMA/SMK Negeri di Kota Negara sebanyak 30 orang. Kegiatan dilaksanakan tiga kali, yaitu tanggal 4, 5, dan 11 Juni 2016. Pada akhir program dilakukan evaluasi untuk mengetahui penguasaan dan keterampilan peserta dalam bermain softball. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa secara umum pelaksanaan pelatihan berjalan lancar. Penguasaan siswa dan guru-guru Penjasorkes terhadap teknik dasar bermain softball tergolong baik. Respon siswa dan guru-guru peserta adalah positif dan mereka sangat antusias mengikuti pelatihan. Kendala yang ditemui dalam pelaksanaan pelatihan adalah kurangnya waktu untuk praktek bermain softball.

**Kata kunci:** pelatihan, permainan softball, siswa dan guru-guru penjasorkes

### Abstract

This P2M activity aimed to improve the knowledge and skills to play softball for students and teachers of physical education, sports and health in Negara City. The methods that were use is information discussion to discuss philosophys of softtball, demonstration to demonstrate skills of playing softball in parts, and practice to train basic skills for playing softball as a whole. The participants was students and teachers of Junior High School, Senior High School and Vocational High School in Negara city, as many as 30 people. The training has been held three times, ie on the June 4<sup>th</sup>, June 5<sup>th</sup> and June 11<sup>th</sup>, 2016. At the end of the program conducted an evaluation to determine mastery and skills in playing softball for each students. The results of this activity showed that the general implementation of the training lasted smoothly. The competency of students and teachers of physical education, sports and health about the basic techniques of playing softball was good. The response of students and teachers was positive and they were very enthusiastic about the training. The problem that is found in the implementation of the training is the lack of time to practice.

**Keywords :** training, softball games, students and teachers of physical education, sports and health.

### PENDAHULUAN

*Softball* merupakan salah satu cabang olahraga permainan tim yang sangat menarik dan kompleks (Soetahir dan Marhaendro, 2005). Olahraga ini kurang populer di Indonesia meskipun keberadaannya komunitasnya ada dan prestasinya cukup membanggakan. Prestasi Indonesia pada olahraga ini

cukup bagus, yaitu menempati peringkat 32 dunia untuk *baseball* (IBAF 2012) dan peringkat 15 dunia untuk *softball* (ISF 2012) (Isdianto dan Ramadin, 2014). Oleh karena itu olahraga *softball* ini perlu disosialisasikan dan dikenalkan kepada masyarakat dengan mencuri perhatian masyarakat, misalnya mulai

memperkenalkan *softball* dari bangku sekolah.

Dalam pembelajaran olahraga di sekolah menengah, para guru penjasorkes dewasa ini cenderung mengajarkan olahraga secara konvensional, dengan alternatif kegiatan berupa lari keliling lapangan, permainan voli dan senam kesegaran jasmani. Olahraga yang sama juga diberikan sebagai pilihan ekstrakurikuler (Budhiarta, *et.al.* 2015). Pilihan kegiatan olahraga yang terbatas tersebut cenderung menjadi rutinitas dan menimbulkan kebosanan. Padahal, ada beberapa olahraga lain yang dapat dan wajib dibelajarkan di sekolah-sekolah seperti basket, sepak bola, renang dan *softball* sebagaimana tertuang dalam Kurikulum 2013. Dengan diberlakukannya kurikulum 2013 mulai tahun ajaran 2013/2014, maka setiap guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes) di SMP/SMA/SMK harus menguasai berbagai jenis permainan bola besar seperti voli, basket, sepak bola dan permainan bola kecil seperti *softball* (Kemdikbud, 2013).

Olahraga permainan *softball* sebenarnya sudah tidak asing lagi bagi siswa-siswi di kota-kota besar dan di ibu kota setiap kabupaten dan kota madya. Olahraga ini mirip dengan permainan bola kasti yang sudah sering diberikan di tingkat Sekolah Dasar. Olahraga *softball* dapat dilakukan di sekolah dasar dengan memodifikasi peralatan dan perlengkapannya (Sukadiyanto, 2005; Soetahir dan Marhaendro, 2005). Demikian pula olahraga *softball* dapat dibelajarkan di SMP dan SMA/SMK (Putri & Ismiyati, 2016). Dengan demikian, olahraga *softball* sesungguhnya dapat dilakukan oleh anak-anak sampai orang dewasa baik wanita maupun pria.

Budhiarta (2017) menyatakan bahwa pembelajaran olahraga *softball* dapat mengembangkan jasmani dan rohani, di dalam gerakan-gerakan bermain, jiwa/mental sebagai pendorong utama untuk menggerakkan kemampuan yang telah dimiliki. Perkembangan jasmani digunakan

untuk pembentukan sikap tubuh yang baik meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan serta kemampuan jasmani yang mencakup kecepatan, kelincahan, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan lain sebagainya. Perkembangan rohani dimana segi kejiwaan, keperibadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang positif sesuai dengan tuntutan masyarakat Indonesia, sehingga dengan bermain *softball* akan berkembang secara baik unsur-unsur: daya pikir, kemauan dan perasaan. Disamping itu keperibadian berkembang dengan baik terutama self kontrol, disiplin, rasa kerja sama, rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya.

Agar bermain *softball* menyenangkan maka pemahaman dan penguasaan teknik perlu diajarkan dengan baik. Beberapa teknik yang harus dikuasai antara lain melempar bola, menangkap bola, memukul bola, *pitching* (melambungkan bola ke pemukul), dan *sliding* (Budhiarta, 2017).

Walaupun permainan ini sudah mulai populer di Indonesia, namun di Kota Negara, olahraga ini belum memasyarakat dan masih banyak guru penjasorkes yang belum menguasai teknik permainan olahraga *softball* dengan baik.

Kota Negara sebagai salah satu daerah tujuan wisata di Bali, memiliki visi dan misi pembangunan yang berorientasi pada sektor pariwisata, pertanian, pendidikan, dan kesehatan. Pada sektor pendidikan, salah satu misi pembangunan Kota Negara sebagai ibu kota kabupaten Jembrana adalah menjadikan Negara sebagai kota pendidikan. Realisasi dari hal itu telah dituangkan dalam berbagai kebijakan daerah, antara lain dengan memfasilitasi pembangunan lembaga pendidikan mulai dari jenjang taman kanak-kanak (TK) sampai perguruan tinggi (PT), termasuk melengkapi sarana pendukung bidang keolahragaan.

Permasalahan yang saat ini dihadapi oleh Dinas Pendidikan Kabupaten Jembrana adalah

terbatasnya dana untuk melaksanakan program *in-service training* bagi para guru. Di sisi lain, kualifikasi dan profesionalisme para tenaga pendidik (guru) yang ada di Kabupaten Jembrana, khususnya guru bidang studi Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di SMP/SMA/SMK banyak yang belum menguasai bidang tugasnya, khususnya masih kurangnya kemampuan dan keterampilan-keterampilan profesional guru dalam mengajar olah raga *softball*.

Hasil observasi tim pengabdian masyarakat ke beberapa SMP/SMA/SMK Negeri di kota Negara menemukan hal yang senada, di mana guru penjasorkes di kota Negara belum pernah mengenalkan olahraga *softball* kepada siswanya. Hal ini disebabkan pemahaman dan penguasaan guru tentang *softball* masih kurang, khususnya pemahaman di bidang teknik bermain, peraturan permainan dan keterbatasan sarana prasarana *softball*. Oleh karena itu, dalam upaya mewujudkan visi Kabupaten Jembrana dan mendukung pelaksanaan kurikulum 2013 serta sebagai upaya memasyarakatkan olahraga *softball* di Kota Negara, perlu kiranya dilakukan kegiatan pengabdian pada masyarakat untuk mensosialisasikan olahraga *softball* pada siswa dan guru-guru Penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri yang ada di Kota Negara.

Kegiatan P2M ini sekaligus mendukung program Persatuan *Softball* dan Baseball Indonesia (Perbasasi) kabupaten Jembrana dan Provinsi Bali, sebagaimana pernyataan ketua umum Perbasasi Bali di mana Perbasasi Bali saat ini sedang mencari pemain-pemain dari luar kota Denpasar dan Badung untuk mendukung pembibitan pemain (Bali Post, hal16, 22-10- 2015).

Melalui program P2M ini diharapkan siswa dan guru memiliki pemahaman dan penguasaan tentang teknik bermain *softball* yang baik dan para guru diharapkan memperoleh “sesuatu” yang baru dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam pengembangan tugas dan profesinya

yang nantinya secara langsung dapat meningkatkan produktivitas kerjanya seperti, mampu memberikan pembinaan di bidang permainan *softball* bagi anak didiknya. Jika guru menguasai permainan *softball* dengan baik, mereka akan dapat mengajarkannya dengan baik kepada siswa di sekolahnya. Dengan kata lain, bila kualitas pengetahuan guru penjasorkes meningkat, akan berimplikasi pada kualitas pelaksanaan PBM, dan akhirnya bermuara pada peningkatan prestasi olahraga di kota Negara.

Mencermati hal tersebut nantinya *softball* bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif yang dipilih untuk pembelajaran penjasorkes di SMP/SMA/SMK di kota Negara, sehingga olahraga menjadi lebih bervariasi dan siswa lebih bersemangat dalam melakukan kegiatan olahraga. *Softball* ini juga dapat dimasukkan sebagai salah satu pilihan ekstrakurikuler sehingga menambah khasanah kegiatan ekstrakurikuler serta ikut mempopulerkan permainan *softball* di Indonesia khususnya di Kota Negara.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dan guru-guru Penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di Kota Negara terhadap teknik dasar bermain *softball*. Adapun manfaat kegiatan diharapkan dapat meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan keterampilan siswa dan guru-guru Penjasorkes SMP, SMA, dan SMK dalam bidang *softball*, sehingga dapat meningkatkan keterampilan olahraga *softball* para siswa, dan bisa dibentuk tim *softball* sekolah.

Permainan *softball* ini berasal dari Amerika Serikat yang diciptakan oleh George Hancoc di kota Chicago tahun 1887. Permainan *softball* ini merupakan penyesuaian dari *baseball* dengan bentuk permainan lebih lunak (Budhiarta, 2017). Daya tarik yang utama mengapa permainan ini cepat dicintai masyarakat, karena *softball* dapat dimainkan oleh setiap orang dengan tidak memandang usia, baik

pria maupun wanita, tidak memerlukan lapangan yang luas dan yang terutama dapat dimainkan di gelanggang tertutup.

Latihan teknik bertujuan untuk dapat menguasai dan melakukan unsur-unsur permainan tersebut secara baik. Adapun unsur-unsur teknik pada *softball* dapat dibagi sebagai berikut: Melempar dan Menangkap Bola, Memukul, *Pitching*, *Catcher*, *Sliding*, dan cara lari keliling lapangan dengan menyentuh setiap *base* secara efisien. Teknik bermain *softball* ini sangat penting dikuasai guru, karena setiap lemparan yang tepat dan keras merupakan senjata yang baik dalam jaga atau *fielding*. Pada latihan bagi pemula, hendaknya terlebih dahulu dilatih macam lemparan yang disebut *overhand throw*, sampai lemparan ini dikuasai dasar-dasarnya, baik kecepatan, ketepatan maupun pengontrolannya. Setelah *overhandthrow* dikuasai baru diajarkan macam lemparan yang lain ialah lemparan samping dan lemparan ayunan bawah.

#### **METODE**

Program ini dirancang sebagai bentuk jawaban dan antisipasi dari berbagai permasalahan menyangkut kualitas dan kinerja guru SMP/SMA/SMK di Kota Negara, khususnya pada bidang peningkatan kualitas guru yang saat ini tengah berkonsentrasi pada pembangunan berbagai institusi pendidikan dan tenaga kependidikan di berbagai pelosok wilayahnya. Berangkat dari rasional tersebut, maka program ini dilaksanakan dengan menyelenggarakan pelatihan untuk meningkatkan kualitas penguasaan teknik dasar bermain *softball* bagi siswa dan guru-guru SMP/SMA/SMK Negeri di Kota Negara.

Model pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara langsung (tatap muka) dengan bidang kajian yang terkonsentrasi pada 2 (dua) hal yaitu, penambahan wawasan dan pengetahuan siswa dan guru terhadap teknik dasar bermain *softball* melalui

pembekalan materi, dan pelatihan keterampilan bermain *softball* melalui kegiatan praktek lapangan. Lama pelaksanaan kegiatan adalah 3(tiga) kali, yaitu tanggal 4, 5, dan 11 Juni 2016 dengan melibatkan perwakilan siswa dan guru SMP/SMA/SMK Negeri yang ada di Kota Negara. Pada akhir program dilakukan evaluasi kepada setiap peserta untuk mengetahui tingkat penguasaan peserta dalam keterampilan bermain *softball*. Selanjutnya, diakhir kegiatan setiap peserta diberi sertifikat sebagai tanda bukti partisipasi mereka dalam kegiatan ini. Dengan demikian, diharapkan para guru SMP/SMA/SMK memperoleh penyegaran wawasan dan peningkatan keterampilan dalam permainan *softball* untuk kepentingan tugas dan profesinya sebagai pengembang dan pelaksana kurikulum.

Khalayak sasaran yang dianggap strategis dalam kegiatan ini adalah para siswa dan guru Penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di Kota Negara. Sasaran yang dipilih dipandang cukup visibel dan prediktif bagi penyebaran informasi atau hasil dari kegiatan ini secara berkelanjutan dan terstruktur. Jumlah siswa dan guru yang dilibatkan adalah sebanyak 30 orang. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan dengan sistem kader. Mereka yang dijadikan kader dipersyaratkan agar mampu dan mau bekerja sama, serta dapat menyebarkan hasil kegiatan kepada siswa dan guru lainnya

Metode yang dipergunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

- 1) Metode diskusi informasi untuk menyampaikan materi tentang olahraga *softball*.
- 2) Metode praktek atau demonstrasi, untuk memperagakan teknik-teknik *softball* yang benar kepada para peserta sehingga para peserta dapat dengan mudah melihat dan menirukan gerakan-gerakan dengan benar.
- 3) Metode tanya jawab, untuk mendiskusikan kembali materi yang telah disampaikan sehingga terjadi

interaksi timbal balik antara peserta dengan peserta dan antara peserta dengan pelatih.

- 4) Metode pelatihan, dengan penerapan metode pelatihan ini para peserta dapat secara langsung mengikuti pelatihan *softball*.

Tahapan pelaksanaannya adalah mengadakan penjajagan, mengadakan koordinasi, mengirim undangan kepada peserta, melaksanakan kegiatan pelatihan, melaksanakan evaluasi terhadap proses pelaksanaan P2M dan melakukan monitoring serta membuat laporan kegiatan.

Keberhasilan penyelenggaraan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat dilihat dari hasil evaluasi sepanjang pelaksanaan kegiatan, yaitu:

- 1) Ketekunan dan keterlibatan para peserta pelatihan dalam melibatkan diri pada pelaksanaan kegiatan pelatihan ini.
- 2) Terjadinya peningkatan pemahaman dan keterampilan *softball* melalui tugas, tanya jawab, demonstrasi dan pelatihan.
- 3) Para peserta memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup dalam melaksanakan pembelajaran *softball* di sekolah masing-masing.

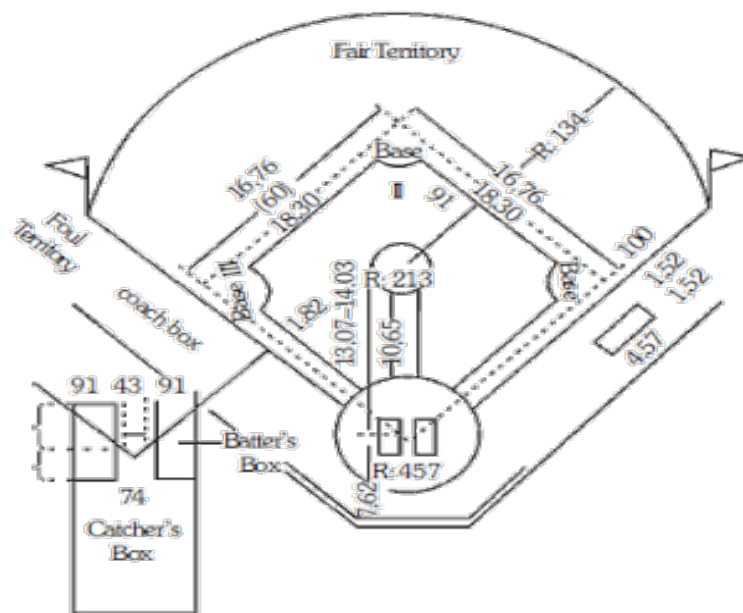
Indikator keberhasilannya adalah peserta dapat menguasai keterampilan dan peraturan permainan *softball*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil-hasil yang diperoleh dari pelaksanaan P2M ini adalah sebagai berikut. Pertama, ketekunan peserta dievaluasi dari kehadiran peserta. Dalam kegiatan ini semua peserta hadir selama pelatihan. Dari 30 orang peserta kehadirannya mencapai 100%.

Kedua, penyajian materi oleh pelatih tentang teknik dasar bermain *softball*, berjalan dengan lancar. Cakupan materi terdiri dari: Sejarah permainan *softball*; Sarana dan prasarana *softball*; Teknik dasar bermain *softball*; dan peraturan permainan *softball*. Peserta sangat antusias mendengarkan penjelasan narasumber dan terjadi diskusi yang multi arah. Dari respon peserta, hampir 100% menyatakan materi yang diberikan dapat dipahami dengan baik dan menambah pengetahuan peserta dibidang *softball*. Hal ini mengindikasikan terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang teknik bermain *softball*.

Ketiga, praktek langsung dilapangan dipandu oleh seorang pelatih dan beberapa orang asisten. Pelatihan diawali dengan latihan membuat lapangan sesuai standar yang ditetapkan (Gambar 1).



Gambar 1 Lapangan *Softball* (Sumber: Budhiarta, 2017)

Selanjutnya mempraktekkan langsung setiap teknik dasar mulai dari bagian-bagian dilanjutkan dengan teknik secara keseluruhan, dan diakhiri dengan melakukan permainan secara utuh 1-2 inning/game. Semua tahapan praktek dilakukan berulang hingga 3 kali pelatihan. Dengan perulangan program pelatihan, para peserta menunjukkan peningkatan keterampilan teknik bermain *softball*, di mana peserta dapat bermain *softball* dengan lancar dan melakukan permainan ini dengan gembira.

Sebagian sarana dan prasarana yang digunakan dalam bermain *softball* ditunjukkan pada Gambar 2. Suasana pelatihan ditunjukkan pada Gambar 3,4,5 dan 6 berikut.



Gambar 2. Sebagian peralatan yang digunakan untuk bermain *softball*



Gambar 3 Siswa dan Guru-guru Penjasorkes peserta pelatihan *softball*



Gambar 4 Berlatih teknik melempar dan menangkap bola



Gambar 5 Berlatih teknik memukul bola *softball*



Gambar 6. Berlatih permainan *softball* secara utuh

Berdasarkan hasil-hasil yang diuraikan di atas dapat dinyatakan bahwa seluruh peserta pelatihan mengikuti kegiatan dengan tekun dari awal hingga akhir program. Kehadiran peserta mencapai 100%, hal ini

membuktikan bahwa animo siswa dan guru-guru dalam mengikuti pelatihan sangat baik. Dengan kata lain siswa dan guru-guru penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di kota Negara sangat antusias dalam mengembangkan permainan *softball*.

Penyegaran materi mengenai teknik dasar bermain *softball* secara teoritis oleh nara sumber Drs. I Made Danu Budhiarta, M.Pd. menambah wawasan dan pengetahuan siswa dan guru-guru penjasorkes tentang teknik dasar bermain *softball*. Sementara itu praktek langsung di lapangan yang sebenarnya, memberi kesempatan kepada masing-masing peserta secara bergantian untuk mencoba dan belajar teknik bermain *softball* dengan baik dan benar, seperti teknik memukul bola, melempar/melambungkan bola, menangkap bola, teknik *pitcher*, *catcher*, *sliding* dan teknik berlari ke *base* dengan dibantu oleh tim dosen dan mahasiswa. Pada awal pembelajaran peserta ada kesulitan mempraktikkan, setelah berlatih secara berulang – ulang, akhirnya para peserta mulai dapat memperagakan dengan koordinasi gerakan yang baik, benar dan bersemangat.

Berkat ketekunan dan kesungguhan semua peserta dalam mengikuti pelatihan *softball* maka terjadi peningkatan pengetahuan, wawasan serta keterampilan siswa dan guru-guru Penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di kota Negara, yang dapat dibuktikan dengan kemampuan para peserta mendemonstrasikan setiap bagian teknik permainan *softball* secara benar, dan kemampuan peserta dalam melakukan permainan *softball* secara utuh. Ini berarti penguasaan teknik dasar bermain *softball* siswa dan guru-guru penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di kota Negara mengalami peningkatan.

Keterampilan yang telah diperoleh melalui pelatihan ini hendaknya ditindaklanjuti dengan melatih siswa-siswi di sekolah tempat peserta bertugas. Apalagi dengan diterapkannya kurikulum 2013, pelajaran penjasorkes di

SMP/SMA/SMK menuntut guru-guru memahami teknik dasar bermain *softball*. Bila saat mempraktekkan permainan ini di sekolah menemui kendala para guru dapat menghubungi pelatih selaku dosen di jurusan Penjasorkes FOK Undiksha.

## KESIMPULAN

Berdasarkan uraian tentang hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan hal-hal berikut. (1) Kegiatan pelatihan permainan *softball* bagi siswa dan guru-guru penjasorkes SMP/SMA/SMK Negeri di kota Negara dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan program yang telah direncanakan. Jumlah peserta yang hadir mencapai 100%; dan (2) Telah terjadi peningkatan pengetahuan, wawasan, dan keterampilan siswa dan guru-guru penjasorkes yang ditunjukkan dengan kemampuan siswa dan guru dalam mendemonstrasikan teknik-teknik dasar bermain *softball* dengan benar; dan (3) Tanggapan siswa dan guru-guru terhadap pelatihan *softball* adalah positif.

Beberapa saran yang dapat diusulkan adalah: (1) Para guru disarankan agar setelah pelatihan tetap menjaga kesiapan kondisi fisik dengan baik agar lebih mudah dalam menguasai teknik dasar bermain *softball* dengan benar; dan (2) Para guru diharapkan dapat mengimplementasikan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh pada kegiatan pelatihan ini dalam pembelajaran olahraga di sekolah serta diharapkan guru dapat mengembangkan bakat dan minat siswa serta dapat memasyarakatkan permainan *softball* di kota Negara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bethel, D. 1993. *Petunjuk Lengkap Softball dan Baseball*. Dahara Prize. Semarang
- Budhiarta, I M. D., Darmayasa, P., & Darmawan, G. E. B. 2015. *Pelatihan Softball bagi Guru-guru Prnjasorkes SMP/SMA/SMK di Kota Amlapura. Laporan P2M.*

- Universitas Pendidikan Ganesha.
- Budhiarta, I M. D. 2017. *Teori dan Praktek Permainan SoftBall*. Bahan Ajar. FOK Universitas Pendidikan Ganesha. Singaraja
- Dohson, J.M. 1971. *Softball for Girls*. New York: The Ronald Press Company.  
<http://www.google.com>. [30 Agustus 2016].
- Isdianto, F. A. & Ramadin, T.Y. 2014. Indonesia Baseball-Softball Center. *ITB Undergraduate Journal of Visual Art and Design*. Volume 3 Nomor 1 (2014). Hal. 1-7
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. *Materi Pelatihan Guru Implementasi Kurikulum 2013*. SMP/MTs-Penjasorkes. Jakarta
- National Coaching Certification Program. 1981. *Coaching Manual, Level I-Technical*.
- Canadian Amateur SoftBall Association. CASAP-300-1.Canada
- Putri, N.P.A.E. & Ismiyati. 2016. Meningkatkan Motivasi Gerak dalam Permainan Bola Softball dengan Modifikasi Alat pada Siswa Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 12 Nomor 1, April 2016, hal. 11-15.
- Soetahir, W. & Marhaendra, A. S. D. 2005. Modifikasi Permainan Softball di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 3 Nomor 1, 2005, hal. 79-88.
- Sukadiyanto. (2005). Kajian Artikel: Keterampilan Mahasiswa Dalam Memukul Pada Olahraga Sotball. *Jurnal Olahraga Majalah Ilmiah*, volume 11, Nomor 1, April 2005.. Hal 117-130.