

# **Penerapan Metode Latihan Terstruktur untuk Meningkatkan Kemampuan Psikomotor pada Materi Lompat Jauh Gaya Jongkok dengan Tanjakan Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai**

**Fadla David**

SMP Negeri 6 Dumai

Email: [Fadladavid62@guru.smp.belajar.id](mailto:Fadladavid62@guru.smp.belajar.id)

## **Abstrak**

Penelitian ini berjudul: Penerapan Metode Latihan Terstruktur untuk Meningkatkan Kemampuan Lompat Jauh Gaya Jongkok dengan Tanjakan Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai. Tujuan Penelitian ini adalah untuk Meningkatkan Hasil Belajar Menggunakan Metode Latihan Terstruktur pada materi lompat jauh gaya jongkok Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah Penelitian Tindakan (action Research) yang terdiri dari 2 (dua) siklus, dan setiap siklus terdiri dari: Perencanaan, Pelaksanaan, Pengamatan, dan refleksi. Berdasarkan hasil penelitian tindakan bahwa Metode Latihan Terstruktur dapat meningkatkan hasil belajar pada materi Lompat jauh gaya jongkok Siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai. Selanjutnya peneliti merekomendasikan: (1) Bagi guru yang mengalami kesulitan yang sama maka dapat menggunakan Metode Latihan Terstruktur sebagai solusinya. (2) Agar penerapan Metode Latihan Terstruktur mendapatkan hasil yang maksimal, diharapkan guru melakukan persiapan yang matang, dengan cara menguasai teknik dasar dengan baik Lompat jauh gaya jongkok dengan tanjakan tersebut terlebih dahulu.

**Kata kunci:** Hasil Belajar, Latihan Terstruktur, Lompat Jauh

## **Abstract**

This research is entitled: Application of Structured Training Methods to Improve Long Jump Squat Style Ability with Inclines for Class VII Students of SMP Negeri 6 Dumai. The purpose of this study was to improve learning outcomes using structured training methods on the squat style long jump material for Grade VII students of SMP Negeri 6 Dumai. The method used in this study is Action Research which consists of 2 (two) cycles, and each cycle consists of: Planning, Implementation, Observation, and Reflection. Based on the results of action research that the Structured Training Method can improve learning outcomes in the long jump style squatting material for Class VII Students of SMP Negeri 6 Dumai. Furthermore, the researcher recommends: (1) For teachers who experience the same difficulties, they can use the Structured Training Method as a solution. (2) In order for the application of the Structured Training Method to get maximum results, it is hoped that the teacher will make thorough preparations, by mastering the basic techniques well. Long jump squat style with the incline first.

**Keywords:** Learning Outcomes, Structured Training, Long Jump



## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan salah satu sektor penting yang harus ditangani oleh suatu bangsa, karena pada hakikatnya pendidikan merupakan proses untuk membangun manusia dalam mengembangkan dirinya agar dapat menghadapi segala perubahan dan permasalahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

Pendidikan jasmani yang diselenggarakan disekolah-sekolah disusun secara sistematis dalam bentuk kegiatan belajar mengajar untuk memenuhi kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan sosial siswa. Pendidikan jasmani yang memusatkan perubahan pada psikomotor siswa, akan terwujud jika guru yang memberi pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan melakukan dengan benar dan guru memiliki kemampuan secara fisik dan administrasi, guru memiliki latar belakang pendidikan jasmani.

Tujuan Pendidikan jasmani dapat dicapai apabila siswa yang mengikuti proses pembelajaran seluruhnya aktif bergerak KKM 65. Berdasarkan dari hasil temuan di lapangan bahwa pada saat pembelajaran lompat jauh gaya jongkok berlangsung siswa kelas VII SMP Negeri 6 Dumai, belum menguasai dan memahami cara melakukan teknik lompat jauh gaya jongkok dengan baik sehingga perolehan KKM 65 tidak terpenuhi. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan siswa.

Untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan dalam pembelajaran lompat jauh gaya jongkok, maka akan di terapkan pola pembelajaran melalui *metode latihan terstruktur*, karena dengan *metode latihan terstruktur* tersebut akan dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan lompat jauh gaya jongkok. Dengan penguasaan teknik lompat jauh gaya jongkok yang baik, diharapkan tumbuh kepercayaan diri bahwa gerakan tersebut sebenarnya mudah dilaksanakan. Meskipun dari perkembangan proses kemajuan pembelajaran tidak semua siswa yang penguasaannya lambat, sedang, namun ada juga yang cepat.

### **Pengertian Psikomotorik**

Menurut Arikunto menyebutkan bahwa perkataan psikomotor berhubungan dengan kata "*motor, sensory-motor atau perceptualmotor*". Jadi, ranah psikomotor berhubungan erat dengan kerja otot sehingga menyebabkan gerakanya tubuh atau bagian-bagiannya.

Kawasan psikomotor adalah kawasan yang berorientasi kepada keterampilan motorik yang berhubungan erat dengan anggota tubuh, atau tindakan (Action) yang memerlukan koordinasi antara syaraf dan otot. Dalam literature tujuan ini tidak banyak ditemukan penjelasannya, dan lebih banyak dihubungkan dengan latihan menulis, berbicara, dan olahraga serta bidang studi berkaitan dengan keterampilan.

### **Latihan Terstruktur Dalam Olahraga**

Olahraga merupakan bentuk lanjutan dari bermain, dan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan keseharian manusia. Untuk dapat berolahraga secara benar, manusia perlu dibekali dengan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang memadai. Jadi jelas bahwa olahraga adalah suatu usaha untuk mendorong, membangkitkan, mengembangkan dan membina daya tahan, kekuatan serta kemampuan jasmaniah dan rohaniah setiap manusia, sekaligus merupakan alat yang ampuh membentuk fisik dan mental.

Perkembangan fisik dengan latihan tertentu serta terus menerus dalam olahraga akan memperkuat anggota tubuh dan organ-organ tubuh, sportif dan keberanian, kerjasama, dan tanggung jawab dengan peraturan-peraturan yang meningkat bagi tiap cabang olahraga yang teratur dan terus menerus atau menggunakan metode latihan terstruktur serta memperhatikan petunjuk-petunjuk dari guru atau pelatih maka olahraga dapat berpengaruh langsung pada tubuh antara lain :

1. Pernapasan dan aliran darah semakin cepat.
2. Pertumbuhan badan menjadi semakin besar.
3. Dapat mengeluarkan keringat.

Lompat jauh dalam pendidikan jasmani bertujuan :

1. Meningkatkan daya kreatif siswa.
2. Meningkatkan daya tahan.
3. Meningkatkan kekuatan.
4. Meningkatkan kelincahan.
5. Meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh.
6. Meningkatkan derajat kesehatan secara positif.

### **Lompat Jauh Gaya Jongkok**

Lompat jauh gaya jongkok termasuk salah satu nomor lompat pada cabang olahraga atletik. Cabang olahraga ini sudah diperlombakan baik dikalangan pelajar maupun masyarakat

mulai tingkat kecamatan bahkan sampai ke tingkat internasional. Lompat jauh gaya jongkok adalah gerakan lompatan yang dilakukan di lantasan dengan bak pasir untuk mendarat yang ukurannya telah ditentukan. Untuk memperoleh lompatan yang lebih jauh, maka pelompat harus menguasai teknik dasar gerakannya. Adapun teknik dasar gerakan yang di maksud adalah :

1. Teknik dasar awalan
2. Teknik dasar tolakan.
3. Teknik dasar melayang di udara.
4. Teknik dasar mendarat.

Dari keempat gerakan tersebut di atas merupakan komponen yang mendukung terhadap prestasi siswa dalam melakukan lompat jauh, namun sejauh ini yang menarik perhatian penelitian adalah belum adanya suatu batasan yang pasti tentang seberapa besar pengaruh dari gerakan tersebut di atas terhadap prestasi lompat jauh.

Cara melakukan gerakan lompat jauh gaya jongkok :

a. Teknik awalan

Awalan lompat jauh mutlak harus dilakukan guna mendapatkan kecepatan pada waktu akan melompat. Berdirilah di titik awalan, kemudian larilah secepat-cepatnya dengan irama yang tetap untuk menuju papan tolakan, setelah kira-kira empat langkah dari papan tolakan konsentrasi untuk menumpu tanpa mengurangi kecepatan.

b. Teknik tolakan

Dalam melakukan tolakan pada papan tolakan di gunakan kaki yang terkuat. Tumit bertumpu lebih dahulu yang di teruskan dengan seluruh telapak kaki. Bersamaan gerakan ini, kaki didorongkan menggunakan ujung kaki ke depan dengan dibantu ayunan tangan dan pandangan lurus ke depan agak ke atas.

c. Teknik sikap badan di udara

Dalam gaya jongkok, sikap melayang seakan-akan seperti orang duduk. Kedua lutut tertekuk dan kedua tangan di samping kepala, lalu diturunkan. Pada saat akan mendarat berat badan di bawa ke depan dan tangan lurus ke depan.

d. Teknik mendarat

Sikap mendarat dilakukan setelah melakukan teknik sikap badan di udara. Luruskan kedua kaki dan kedua tangan ke depan. Rapatkan kedua kaki. Badan dicondongkan ke depan dan ayunkan kedua tangan ke depan sehingga berat badan kedepan. Pada saat tumit mengenai pasir dengan cepat kedua lutut di tekuk lemas dan kedua tangan menyentuh pasir . pada pendaratan ini yang perlu diperhatikan, antara lain pendaratan harus pada bak pasir. Apabila terjatuh usahakan maju ke depan.(Prestasi, 2015:30-31)

Dalam pembelajaran lompat jauh diberikan penilaian berdasarkan :

1. Penguasaan teknik gerakan lompat jauh, lompatan di anggap gagal apabila kaki tumpu melewati balok/papan tumpu.
2. Pengukuran dilakukan berdasarkan jauh lompatan.

## **METODE**

### **Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan di kelas VII SMP Negeri 6 Dumai pada Tahun Pelajaran 2021/2022, mempunyai fasilitas yang hampir lengkap dengan adanya Perpustakaan yang cukup memadai, Laboratorium IPA, Laboratorium Komputer dan lain-lain. Dengan jumlah guru sebanyak 45 orang.

### **Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian ini siswa kelas VII dengan jumlah siswa sebanyak 30 siswa, dengan kebiasaan umum masih senang bermain-main dalam pelajaran penjasokes atau kurang serius mengikuti instruksi, tingkat kecerdasan anak standar atau rata-rata seperti anak sekolah ditempat lain.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik yang digunakan dalam pengambilan data ini adalah ;

Data hasil belajar tentang lompat jauh gaya jongkok di ambil dari tes awal sebelum diberikan tindakan dan tes akhir pada setiap siklus. Data aktivitas siswa melalui pengamatan terhadap siswa saat proses pembelajaran berlangsung menggunakan lembaran observasi. Data respon siswa di ambil menggunakan lembaran angket.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipasi siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai dalam kegiatan belajar mengajar penjaskes. Hal ini terlihat dari hasil belajar siswa pada kondisi awal. Hasil belajar siswa pada kondisi awal dengan tanpa Metode Latihan Terstruktur dari peserta didik yang berjumlah 30 orang siswa terdapat 15 siswa atau 50% yang tuntas dan yang tidak tuntas ada 15 Siswa atau 50% yang tidak tuntas, dengan nilai rata-rata sebesar 66,2. Data dapat dilihat pada tabel 3 dibawah ini.

**Tabel.1 hasil penilaian praktik kondisi awal**

No	Nama Siswa	N 1	N 2	N 3	Rerata	Keterangan
1	ADE ZAHROTUL LINA WASALWA	55	55	55	55	Tidak Tuntas
2	Aldiani Safitri	80	80	80	80	Tuntas
3	ARDIAN SYAHPUTRA	75	75	75	75	Tuntas
4	AZ ZAHRA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
5	Destania Almaika	75	75	75	75	Tuntas
6	FAUZI SYAPUTRA	75	75	75	75	Tuntas
7	Fernando Torres Nababan	75	75	75	75	Tuntas
8	FITRI WULAN DARI. S	75	75	75	75	Tuntas
9	GHIBRAN HIBRIZHI	75	75	75	75	Tuntas
10	IBRAHIM BERKAH	75	75	75	75	Tuntas
11	IQBAL JAILANI	50	50	50	50	Tidak Tuntas
12	JUANDA	75	75	75	75	Tuntas
13	JULIANA SARI NINGSIH	50	50	50	50	Tidak Tuntas
14	KHAIRUL ANWAR	75	75	75	75	Tuntas
15	LISDA VEGA SITINJAK	50	50	50	50	Tidak Tuntas
16	Muhammad Alif Irwansyah	75	75	75	75	Tuntas
17	MUHAMMAD JEPRI PRAYOGA	50	50	50	50	Tidak Tuntas
18	MUHAMMAD RAFFA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
19	MUTIARA VANNESSA ANGELICA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
20	NANIK HAYATI	75	75	75	75	Tuntas
21	NAUFAL ABDILLAH	75	75	75	75	Tuntas
22	Novriyanti Pasaribu	60	60	60	60	Tidak Tuntas
23	Nursha Atika Sari	75	75	75	75	Tuntas

24	RENDI HAIKAL UMRI	60	60	60	60	Tidak Tuntas
25	RICKY JAYA PRADANA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
26	RIFKA PRABASKA DOLOK SARIBU	60	60	60	60	Tidak Tuntas
27	RISKA AURELIA HAZWATI	60	60	60	60	Tidak Tuntas
28	Seren Chang	75	75	75	75	Tuntas
29	SUCI ERLITA AZZAHRA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
30	TIO PRANATA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
	Jumlah	1985	1985	1985	1985	
	Rata-rata	66,2	66,2	66,2	66,2	
	Ketuntasan				50%	Tidak Tuntas

Keterangan : N 1 = Nilai Awalan  
N 2 = Nilai Gaya Jongkok  
N 3 = Nilai Jarak lompatan

**Tabel.2 Hasil penilaian praktik siklus I**

No	Nama Siswa	N 1	N 2	N 3	Rerata	Keterangan
1	ADE ZAHROTUL LINA WASALWA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
2	Aldiani Safitri	80	80	80	80	Tuntas
3	ARDIAN SYAHPUTRA	75	75	75	75	Tuntas
4	AZ ZAHRA	80	80	80	80	Tuntas
5	Destania Almaika	75	75	75	75	Tuntas
6	FAUZI SYAPUTRA	75	75	75	75	Tuntas
7	Fernando Torres Nababan	75	75	75	75	Tuntas
8	FITRI WULAN DARI. S	75	75	75	75	Tuntas
9	GHIBRAN HIBRIZHI	75	75	75	75	Tuntas
10	IBRAHIM BERKAH	75	75	75	75	Tuntas
11	IQBAL JAILANI	80	80	80	80	Tuntas
12	JUANDA	75	75	75	75	Tuntas
13	JULIANA SARI NINGSIH	60	60	60	60	Tidak Tuntas
14	KHAIRUL ANWAR	75	75	75	75	Tuntas
15	LISDA VEGA SITINJAK	60	60	60	60	Tidak Tuntas
16	Muhammad Alif Irwansyah	75	75	75	75	Tuntas

17	MUHAMMAD JEPRI PRAYOGA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
18	MUHAMMAD RAFFA	80	80	80	80	Tuntas
19	MUTIARA VANNESSA ANGELICA	80	80	80	80	Tuntas
20	NANIK HAYATI	75	75	75	75	Tuntas
21	NAUFAL ABDILLAH	75	75	75	75	Tuntas
22	Novriyanti Pasaribu	80	80	80	80	Tidak
23	Nursha Atika Sari	75	75	75	75	Tuntas
24	RENDI HAIKAL UMRI	60	60	60	60	Tidak Tuntas
25	RICKY JAYA PRADANA	60	60	60	60	Tidak Tuntas
26	RIFKA PRABASKA DOLOK SARIBU	60	60	60	60	Tidak Tuntas
27	RISKA AURELIA HAZWATI	75	75	75	75	Tuntas
28	Seren Chang	75	75	75	75	Tuntas
29	SUCI ERLITA AZZAHRA	75	75	75	75	Tuntas
30	TIO PRANATA	75	75	75	75	Tuntas
	Jumlah	2175	2175	2175	2175	
	Rata-rata	72,5	72,5	72,5	72,5	
	Ketuntasan	76,7%	76,7%	76,7%	76,7%	

Keterangan :

N 1 = Nilai Awalan  
N 2 = Nilai Gaya Jongkok  
N 3 = Nilai Jarak lompatan

**Tabel 3 Respons siswa terhadap pembelajaran Metode Latihan Terstruktur Modifikasi Peluru dari Bola Plastik**

No	Uraian	Tanggapan Siswa			
		Senang		Tidak Senang	
		F	%	F	%
1.	Bagaimana perasaan kamu selama mengikuti kegiatan pembelajaran ini ?	30	100	0	0
		Senang		Tidak Senang	
		F	%	F	%
2.	Bagaimana perasaan kamu terhadap :				
	Materi pelajaran	30	100	0	0
	Lembar kerja (LK)	29	96,7	1	3,3
	Suasana Belajar	29	96,7	1	3,3
	Cara penyajian materi oleh guru	30	100	0	0
		Mudah		Sulit	
		F	%	F	%

3.	Bagaimana pendapat kamu Mengikuti pembelajaran ini	26	86,7	4	13,3
		Bermanfaat		Tidak Bermanfaat	
		F	%	F	%
4.	Apakah pembelajaran ini bermanfaat bagi kamu ?	30	100	0	0
		Baru		Tidak Baru	
		F	%	F	%
5.	Apakah pembelajran ini baru bagi kamu?	30	100	0	0
		Ya		Tidak	
		F	%	F	%
6.	Apakah kamu menginginkan pokok bahasan yang lain menggunakan Metode Latihan Terstruktur?	30	100	0	0

Keterangan :

F =Frekuensi respons siswa terhadap pembelajaran  
Menggunakan Metode Latihan Terstruktur

N=Jumlah: 17 orang

Partisipasi siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Dumai dalam kegiatan belajar mengajar Pendidikan Matematika. Hal ini terlihat dari hasil belajar siswa pada siklus II. Hasil belajar siswa pada siklus II dengan Metode Latihan Terstruktur dengan jumlah 30 siswa, terdapat 28 siswa atau 93,3% yang tuntas dan yang tidak tuntas ada 2 Siswa atau 6,7% yang tidak tuntas dan nilai rata-rata sebesar 80. Data dapat dilihat pada tabel 7 dibawah ini.

**Tabel.4 Hasil penilaian praktik pada siklus II**

No	Nama Siswa	N 1	N 2	N 3	Rerata	Keterangan
1	ADE ZAHROTUL LINA WASALWA	80	80	80	80	Tuntas
2	Aldiani Safitri	90	90	90	90	Tuntas
3	ARDIAN SYAHPUTRA	80	80	80	80	Tuntas
4	AZ ZAHRA	90	90	90	90	Tuntas
5	Destania Almaika	80	80	80	80	Tuntas
6	FAUZI SYAPUTRA	80	80	80	80	Tuntas
7	Fernando Torres Nababan	80	80	80	80	Tuntas
8	FITRI WULAN DARI. S	80	80	80	80	Tuntas
9	GHIBRAN HIBRIZHI	80	80	80	80	Tuntas
10	IBRAHIM BERKAH	80	80	80	80	Tuntas
11	IQBAL JAILANI	80	80	80	80	Tuntas
12	JUANDA	80	80	80	80	Tuntas



13	JULIANA SARI NINGSIH	60	60	60	60	Tidak Tuntas
14	KHAIRUL ANWAR	85	85	85	85	Tuntas
15	LISDA VEGA SITINJAK	60	60	60	60	Tidak Tuntas
16	Muhammad Alif Irwansyah	80	80	80	80	Tuntas
17	MUHAMMAD JEPRI PRAYOGA	80	80	80	80	Tuntas
18	MUHAMMAD RAFFA	80	80	80	80	Tuntas
19	MUTIARA VANNESSA ANGELICA	80	80	80	80	Tuntas
20	NANIK HAYATI	80	80	80	80	Tuntas
21	NAUFAL ABDILLAH	80	80	80	80	Tuntas
22	Novriyanti Pasaribu	85	85	85	85	Tidak
23	Nursha Atika Sari	80	80	80	80	Tuntas
24	RENDI HAIKAL UMRI	80	80	80	80	Tuntas
25	RICKY JAYA PRADANA	80	80	80	80	Tuntas
26	RIFKA PRABASKA DOLOK SARIBU	80	80	80	80	Tuntas
27	RISKA AURELIA HAZWATI	85	85	85	85	Tuntas
28	Seren Chang	85	85	85	85	Tuntas
29	SUCI ERLITA AZZAHRA	80	80	80	80	Tuntas
30	TIO PRANATA	85	85	85	85	Tuntas
	Jumlah	2400	2400	2400	2400	
	Rata-rata	80	80	80	80	
	Ketuntasan	93,3%	93,3%	93,3%	93,3%	

Keterangan : N 1 = Nilai Awalan

N 2 = Nilai Gaya Jongkok

N 3 = Nilai Jarak lompatan

**Tabel. 5 Respon siswa terhadap Pembelajaran dengan Metode Latihan Terstruktur**

No	Uraian	Tanggapan Siswa			
		Senang		Tidak Senang	
		F	%	F	%
1.	Bagaimana perasaan kamu selama mengikuti kegiatan pembelajaran ini ?	30	100	0	0
		Senang		Tidak Senang	
		F	%	F	%



2.	Bagaimana perasaan kamu terhadap :				
	Materi pelajaran	30	100	0	0
	Lembar kerja (LK)	30	100	0	0
	Suasana Belajar	30	100	0	0
	Cara penyajian materi oleh guru	30	100	0	0
		Mudah		Sulit	
		F	%	F	%
3.	Bagaimana pendapat kamu Mengikuti pembelajaran ini	30	100	0	0
		Bermanfaat		Tidak Bermanfaat	
		F	%	F	%
4.	Apakah pembelajaran ini bermanfaat bagi kamu ?	30	100	0	0
		Baru		Tidak Baru	
		F	%	F	%
5.	Apakah pembelajran ini baru bagi kamu?	30	100	0	0
		Ya		Tidak	
		F	%	F	%
6.	Apakah kamu menginginkan pokok bahasan yang lain menggunakan Metode Latihan Terstruktur Modifikasi?	30	100	0	0

## SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan hasil tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa: Metode Latihan Tersruktur dapat meningkatkan hasil belajar Penjaskes pada materi lompat jauh gaya jongkok dengan bantuan tanjakan pada siswa SMP Negeri 6 Dumai telah terlaksana dengan Sangat Baik. Pengamat menyarankan agar pembelajaran ini digunakan pada pelajaran Penjaskes misalnya dalam memaksimalkan lompatan dalam gaya jongkok memungkinkan menggunakan pembelajaran ini.

## SARAN

Berdasarkan simpulan di atas dapat kami sarankan sebagai berikut:

1. Bagi guru yang mengalami masalah yang sama maka Metode Latihan Terstruktur dapat digunakan sebagai solusinya.
2. Agar lebih efektif dalam penggunaan Metode Latihan Terstruktur maka diharapkan guru harus menguasai teknik dasar lompat jauh gaya jongkok dengan tanjakan tersebut terlebih dahulu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 1997. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: Pustaka Setia Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2012. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Bandung:PT Remaja Rosda Karya
- Depdiknas. 1999. *Pedoman Penyusunan Karya Tulis Ilmiah di Bidang*
- Depdiknas. 2003. *UU RI No.20 Tahun 2003 tentang system Pendidikan Nasional*.
- Depdiknas. 2004. *Standar Kompetensi Guru Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas
- Depdiknas. 2007. *Permendiknas RI No. 41 Tahun 2007 tentang Standar Proses*. Jakarta: Depdiknas
- Depdiknas.2005. *PP No.19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan*. Jakarta: Depdiknas

- Ibrahim, M. 2005. *Pembelajaran Kooperatif*. UNESA: University Press. Jakarta: Depdiknas  
Kemdiknas. 2011. *Paikem Pembelajaran Aktif Inovatif*  
Kemdiknas.2011.*Membimbing Guru dalam Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta:  
*Kreatif Efektif dan Menyenangkan*. Jakarta: Kemdiknas  
Ngalim, Purwanto. 2003. *Prinsip-prinsip dan Teknik Evaluasi Pengajaran*.  
Ngalim, Purwanto. 2008. *Administrasi dan Supervisi Pendidikan*. Bandung:PT  
Remaja Rosda Karya Pendidikan. Jakarta: Depdikbud SAL. Surakarta: Tiga Serangkai  
Sudjana, Nana. 2012. *Tujuan Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta  
Suyatno. 2009. *Pembelajaran Kooperatif Tipe PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE*