
Upaya Peningkatan Pembelajaran Lari *Sprint* 100 Meter Menggunakan Metode Bagian Pada Siswa SMA Negeri 6 Pekanbaru

M. Fransazeli Makorohim¹, Trias Agung Hutama Putra², Novri Gazali³, Suastika Nurafiaty⁴

^{1,2,3} Universitas Islam Riau, Jl. Kaharuddin Nasution No. 113 Pekanbaru. 28284, Riau

⁴ STKIP YPUP Makasar, Jl Andi Tonro No. 17 Makasar. 90322, Sulsel

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini yaitu, tidak tercapainya kriteria ketuntasan minimal (KKM) siswa pada materi lari jarak pendek. Hal ini dikarenakan metode yang diterapkan belum efektif sehingga pembelajaran tidak mencapai hasil yang maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran lari *sprint* 100 meter menggunakan metode..

Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru dan sampel dalam penelitian ini adalah kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru yang berjumlah 31 orang. Teknik pemilihan sampel dalam penelitian ini adalah *random sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik observasi, teknik kepustakaan dan tes unjuk kerja. Data dianalisis dengan menggunakan statistic sederhana.. Dari pelaksanaan sebelum siklus terdapat 16 siswa yang mencapai nilai KKM (51,61%) dan 15 siswa yang belum mencapai nilai KKM (48,39%). Dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus I dan hasilnya meningkat dengan jumlah 20 siswa yang mencapai KKM (64,52%) dan 11 siswa yang belum mencapai KKM (35,48%). Maka dilanjutkan dengan pelaksanaan siklus II dan hasilnya meningkat dengan jumlah 25 siswa yang mencapai KKM (80,65%) dan 6 siswa yang belum mencapai KKM (19,35%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pembelajaran lari *sprint* 100 meter menggunakan metode bagian pada siswa kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru.

Kata kunci: Metode Bagian; Lari Sprint 100 Meter

1. Pendahuluan

Pendidikan saat ini sudah merupakan suatu kebutuhan bagi manusia di berbagai negara di dunia. Pendidikan dapat mempengaruhi posisi pekerjaan seseorang. Setiap negara memiliki standar pendidikan masing – masing sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan oleh negara tersebut. Sistem pendidikan di Indonesia sudah diatur dalam Undang – Undang Pendidikan yang berdasarkan pada Pancasila dan Undang – Undang Dasar 1945.

Seperti yang dijelaskan dalam Undang- Undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada bagian kedua pasal 25 ayat (2) yang berbunyi : “Pembinaan dan Pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru atau dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang memadai”.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, dimana siswa diberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar. Keterampilan anak dalam bermain juga merupakan gerak dasar dalam pembinaan olahraga, maka pembelajaran atletik penting untuk diajarkan kepada siswa yang disesuaikan dengan karakteristik siswa tersebut.

Lari *sprint* merupakan salah satu cabang olahraga atletik yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Lari merupakan lompatan yang berturut- turut dan di dalam nya terdapat suatu fase di mana kedua kaki tidak menginjak/menumpu pada tanah. Lari *sprint* adalah lari cepat, karena jaraknya yang dekat, maka seorang pelari (*sprinter*) dituntut untuk mengeluarkan seluruh kekuatan tubuhnya untuk berlari secepat mungkin sampai garis *finish*. Di dalam lari *sprint* terdiri dari 100 meter, 200 meter, dan 400 meter.

Berdasarkan pengamatan awal tanggal 16 September 2017 pada siswa kelas X di SMA Negeri 6 Pekanbaru diketahui kemampuan siswa melakukan lari *sprint* belum maksimal, waktu yang ditempuh relatif lambat, adapun penyebab kurangnya hasil lari siswa karena kurang baiknya teknik siswa dalam pelaksanaan lari tersebut. Seharusnya dalam pelaksanaan lari tersebut yang merupakan modal utama adalah teknik. Selain teknik yang dapat mempengaruhi kemampuan lari *sprint* 100 meter siswa adalah daya ledak otot tungkai, kecepatan, dan koordinasi gerak. Di samping kekuatan, kecepatan juga dibutuhkan, karena selain membutuhkan otot yang kuat, seorang *sprinter* harus memiliki kecepatan yang baik pula, ditambah dengan koordinasi gerak yang harmonis, justru akan menambah dan meningkatkan hasil lari *sprint* 100 meter siswa tersebut.

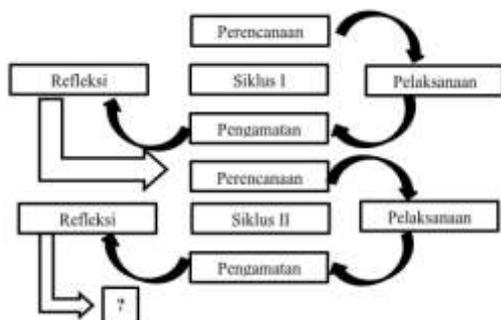
Selain itu juga, pada saat berlari gerakan siswa masih terlihat kaku dalam bergerak dan kombinasi gerakan terlihat monoton. Hal tersebut juga dapat dipengaruhi oleh kurangnya koordinasi gerak serta metode pembelajaran yang diajarkan belum tepat sehingga siswa kurang berminat di dalam proses pembelajaran lari *sprint*. Hal ini mengakibatkan KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) Atletik pada nomor lari *sprint* untuk kelas X SMA Negeri 6 Pekanbaru masih banyak yang belum tuntas, dimana hasil ketuntasan individu yang dituntut oleh sekolah yaitu 78% dan ketuntasan pembelajaran untuk klasikal 80%.

2. Metode

2.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*). Penelitian Tindakan Kelas merupakan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk memperbaiki kualitas proses dan hasil belajar sekelompok peserta didik, (Mulyasa, 2009: 10).

Lebih khusus penelitian ini adalah tindakan kelas kolaboratif, yang kerjasama antara peneliti dengan praktisi lapangan (Guru). Penelitian ini terdiri dari beberapa siklus, masing-masing siklus melalui tahap, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Secara umum alur pelaksanaan tindakan dalam penelitian tindakan kelas ini digambarkan oleh Arikunto (2010:137) seperti gambar di bawah ini:



2.2. Populasi dan Sampel

2.2.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X IPA SMA Negeri 6 Pekanbaru

2.2.2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas X IPA² berjumlah 31 orang. Adapun teknik sampling yang digunakan adalah random sampling.

2.3. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik dalam penelitian ini menggunakan beberapa pedoman yang dapat digunakan dalam Penelitian Tindakan Kelas, antara lain sebagai berikut:

- Observasi yaitu instrumen untuk mengadakan pengamatan terhadap aktivitas dan kreatifitas peserta didik dalam pembelajaran, baik di kelas maupun di luar kelas.
- Perpustakaan, digunakan untuk mendapatkan teori dan pendapat-pendapat para ahli yang digunakan sebagai landasan dalam Penelitian Tindakan Kelas ini.
- Penilaian Unjuk Kerja Siklus I dan II.

2.4. Analisa Data

Lakukan observasi pengamatan terhadap kemampuan teknik lari sprint 100 meter selanjutnya penilaian terhadap kualitas gerak pada unjuk kerja siswa dengan rentang nilai 1 sampai 4 dengan keterangan 4 = apabila semua deskriptor dilakukan, 3 = apabila hanya 3 deskriptor yang dilakukan, 2 = apabila hanya 2 deskriptor yang dilakukan, 1 = apabila hanya 1 deskriptor yang dilakukan. Selanjutnya dilakukan perhitungan dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Nilai Tes Unjuk Kerja} = \frac{\text{Jumlah Skor Yang Diperoleh}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$$

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Deskripsi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian mengenai upaya peningkatan pembelajaran lari sprint 100 meter menggunakan metode bagian pada siswa kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru, sehingga diperoleh hasil pengolahan data sebagai berikut:

3.1.1. Data Unjuk Kerja Sebelum Siklus Kemampuan Lari Sprint 100 Meter Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru.

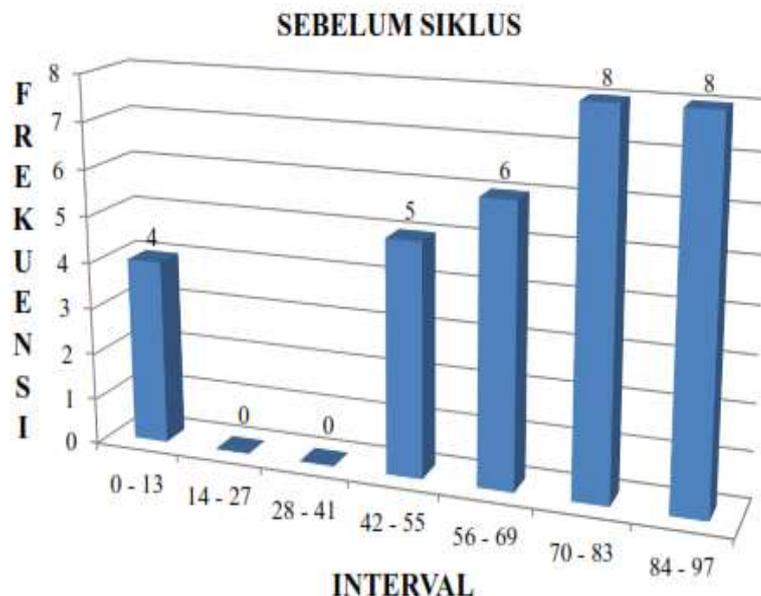
Untuk memperoleh data dilakukan sebanyak satu kali penilaian dengan menggunakan tes unjuk kerja kemampuan lari sprint 100 meter, penilaian dilaksanakan sebelum siklus, ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan lari sprint 100 meter pada siswa kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru. Selanjutnya pada setiap minggunya dilaksanakan perencanaan siklus dan melakukan penilaian dengan menggunakan tes unjuk kerja. Adapun hasil perolehan nilai dari tes unjuk kerja selama pelaksanaan penelitian sebelum siklus dapat dilihat dari penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada sebelum siklus diperoleh nilai maksimum 84 dengan frekuensi 8 atau (25,81%), dan nilai minimum adalah 0 dengan frekuensi 4 atau (12,90%), dengan rata – rata klasikal 51,61% dan siswa yang tuntas sebanyak 16 siswa atau (51,61%), serta tidak tuntas sebanyak 15 siswa atau (48,39%). Di bawah ini merupakan tabel distribusi data nilai berdasarkan hasil kemampuan siswa, untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Nilai Sebelum Siklus Kemampuan Lari *Sprint* 100 Meter Siswa Kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru.

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 - 13	4	12,90%
2	14 - 27	0	0%
3	28 - 41	0	0%
4	42 - 55	5	16,12%
5	56 - 69	6	19,36%
6	70 - 83	8	25,81%
7	84 - 97	8	25,81%
JUMLAH		31	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diperoleh data dengan interval penilaian siswa, yakni 4 siswa (12,90%) dengan interval 0 – 13, 5 siswa (16,12%) dengan interval 42 – 55, 6 siswa (19,36%) dengan interval 56 – 69, 8 siswa (25,81%) dengan interval 70 – 83, 8 siswa (25,81%) dengan interval 84 – 97. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



3.1.2. Data Unjuk Kerja Siklus I Kemampuan Lari *Sprint* 100 Meter Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru.

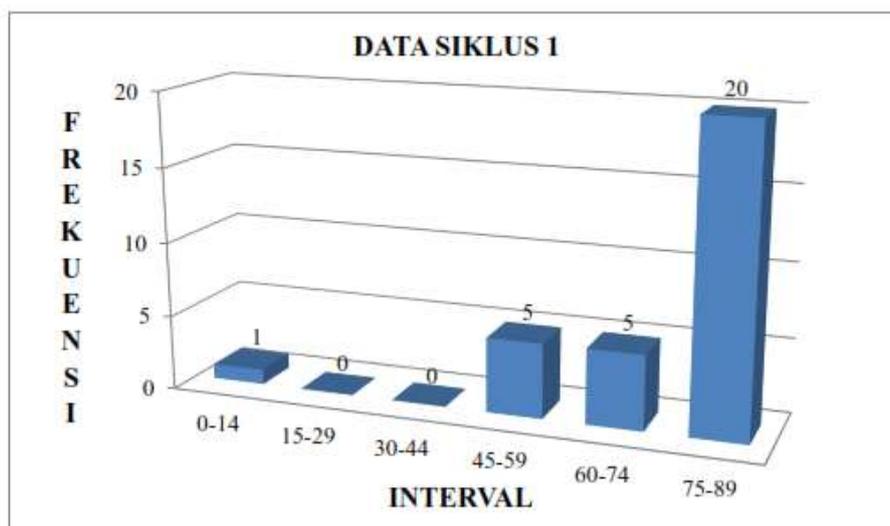
Selanjutnya dilakukan perencanaan siklus dan melakukan penilaian tes unjuk kerja. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian dengan perolehan nilai tiap – tiap siswa pada siklus I, untuk lebih jelas dapat dilihat penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penilain yang dilakukan pada siklus I yakni diperoleh nilai tertinggi 89 dengan frekuensi 2 atau (6,45%) dan nilai terendah adalah 0 dengan frekuensi 1 atau (3,22%), dengan nilai rata – rata klasikal 64,52% , siswa yang tuntas sebanyak 20 siswa (64,52%), serta tidak tuntas sebanyak 11 siswa (35,48%). Di bawah ini merupakan tabel distribusi data nilai berdasarkan hasil kemampuan murid, untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Nilai Siklus I Kemampuan Lari *Sprint* 100 Meter Siswa Kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru.

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 – 14	1	3,23%
2	15 – 29	0	0%
3	30 – 44	0	0%
4	45 – 59	5	16,13%
5	60 – 74	5	16,13%
6	75 – 89	20	64,51%
JUMLAH		31	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diperoleh data dengan interval penilaian siswa, yakni 1 siswa (3,23%) dengan interval 0 – 14, 5 siswa (16,13%) dengan interval 45 – 59, 5 siswa (16,13%) dengan interval 60 – 74, dan 20 siswa (65,51%) dengan interval 75 – 89. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada grafik di bawah ini.



3.1.3. Data Unjuk Kerja Siklus II Kemampuan Lari Sprint 100 Meter Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru

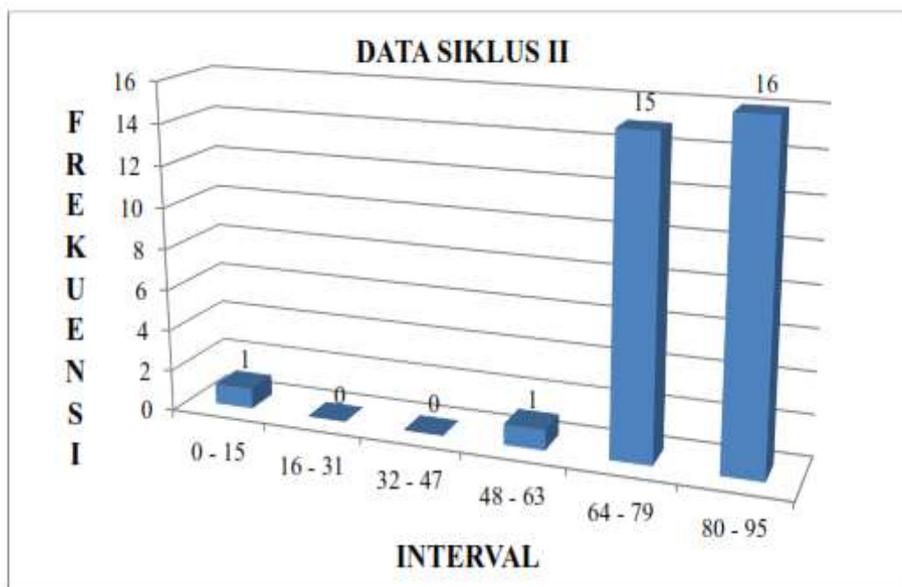
Selanjutnya dilakukan perencanaan siklus dan melakukan penilaian tes unjuk kerja. Dari hasil penilaian tersebut diperoleh data hasil penilaian dengan perolehan nilai tiap – tiap siswa pada siklus II, untuk lebih jelas dapat dilihat dari penjelasan di bawah ini.

Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus II yakni diperoleh nilai maksimal adalah 95 dengan frekuensi 2 atau (6,45%) dan nilai minimal adalah 0 dengan frekuensi 1 atau (3,23%) dengan rata – rata klasikal 80,65%, dan siswa yang tuntas sebanyak 25 siswa (80,65%), serta tidak tuntas sebanyak 6 siswa (19,35%). Di bawah ini merupakan tabel distribusi data nilai berdasarkan hasil kemampuan siswa, untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Nilai Siklus II Kemampuan Lari *Sprint* 100 Meter Siswa Kelas X IPA² SMA Negeri 6 Pekanbaru.

NO	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
1	0 – 15	1	3,23%
2	16 – 31	0	0%
3	32 – 47	0	0%
4	48 – 63	1	3,23%
5	64 – 79	15	48,38%
6	80 – 95	14	45,16%
JUMLAH		31	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diperoleh data dengan interval penilaian siswa yakni, 1 siswa (3,23%) dengan interval 0 – 15, 1 siswa (3,23%) dengan interval 48 – 63, 15 siswa (48,38%) dengan interval 64 – 79, dan 14 siswa (45,16%) dengan interval 80 – 95. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



3.2. Pengujian Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan deskripsi data yang telah dibahas di atas, maka dapat dilihat bahwa dengan penerapan metode mengajar bagian secara benar, maka aktivitas siswa menjadi lebih aktif dan pada gilirannya meningkatkan pembelajaran dan kemampuan lari sprint 100 meter lebih baik.

Untuk data sebelum siklus menunjukkan bahwa dari 31 siswa yang tuntas terdapat 16 siswa atau (51,61%), tidak tuntas 15 siswa atau (48,39%). Siklus I menunjukkan kategori tuntas terdapat 20 siswa (64,52%), tidak tuntas 11 siswa (35,48%), sedangkan pada siklus II siswa yang tuntas sebanyak 25

siswa (80,65%), dan tidak tuntas 6 siswa (19,35%). Untuk lebih jelas mengenai peningkatan pembelajaran siswa dalam kemampuan lari sprint 100 meter, dapat dilihat keterangan pembelajaran siswa dalam menggunakan metode mengajar bagian dari data sebelum siklus, siklus I, dan siklus II pada tabel di bawah ini:

Kategori	Sebelum Siklus (%)	Siklus I (%)	Siklus II (%)	Ket.
Tuntas	16 (51,61%)	20 (64,52%)	25 (80,65%)	Adanya Peningkatan
Tidak Tuntas	15 (48,39%)	11 (35,48%)	6 (19,35%)	
Jumlah	31 (100%)	31 (100%)	31 (100%)	

3.3. Pembahasan

Berdasarkan deskripsi data hasil penelitian, untuk mengetahui peningkatan Pembelajaran Lari Sprint 100 Meter Menggunakan Metode Bagian Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru, peneliti memberikan metode pembelajaran bagian pada materi lari sprint 100 meter yaitu bagian start, inti, serta gerakan finish.

Dari tes unjuk kerja yang berdasarkan hasil penilaian yang dilakukan pada kegiatan sebelum siklus diperoleh nilai maksimum yang diperoleh siswa adalah 84 dan nilai minimum adalah 0, siswa yang tuntas sebanyak 16 siswa atau (51,61%) serta tidak tuntas sebanyak 15 siswa atau (48,39%), maka untuk meningkatkan hasil belajar lari sprint 100 meter dilaksanakan pembelajaran dengan pendekatan metode bagian. Dari hasil penilaian yang dilakukan pada siklus I yakni diperoleh nilai maksimum adalah 89 dan nilai minimum adalah 0, sedangkan siswa yang tuntas sebanyak 20 siswa (64,52%), serta tidak tuntas sebanyak 11 siswa (35,48%). Dari hasil pengamatan diperoleh tingkat kesulitan yang diraih siswa pada tes siklus I yaitu pada aspek posisi tubuh pada saat berlari (deskriptor 4), aspek sikap badan melewati garis finish (deskriptor 2 dan 3) yang mendapat nilai rendah.

Sedangkan yang terdapat pada siklus II yakni diperoleh nilai maksimum dari siswa adalah 95 dan nilai minimum adalah 0, serta siswa yang tuntas sebanyak 25 siswa (80,65%) serta tidak tuntas sebanyak 6 siswa (19,35%). Dari hasil pembelajaran siklus ke II masih ada indikator yang masih rendah yaitu siswa belum cukup baik untuk menguasai teknik mencondongkan dada saat melewati garis finish, akan tetapi hasil belajar telah mencapai 80%. Untuk persentase secara keseluruhan pada sebelum siklus adalah 51,61%, pada siklus I adalah 64,52%, sedangkan pada siklus II adalah 80,65%. Dari hasil tersebut terdapat peningkatan dari setiap siklusnya, yakni dengan selisih peningkatan dari sebelum siklus ke siklus II sebesar 29,04%. Secara keseluruhan tingkat kemampuan lari sprint 100 meter siswa kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru Kompeten.

Hasil yang telah tertulis di atas tidak lepas dari pelaksanaan metode mengajar bagian yang sudah baik, karena dengan menerapkan bagian – bagian gerakan pada materi lari sprint 100 meter ini, siswa dapat memahami setiap bagian – bagian gerakan yang ada dalam lari sprint tersebut. Selain itu, dengan menerapkan metode mengajar bagian ini siswa lebih mudah mempelajari dan melaksanakan gerakan – gerakan dengan baik yang pada akhirnya dapat meningkatkan Pembelajaran Lari Sprint 100 Meter Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru.

Banyak faktor – faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan lari sprint 100 meter siswa, yang diantaranya adalah metode pembelajaran. Penerapan yang tepat akan meningkatkan pembelajaran siswa, sedangkan penerapan metode yang tidak tepat, akan menghambat pembelajaran siswa.

Metode pembelajaran merupakan cara melakukan atau menyajikan, menguraikan, memberi contoh, dan memberi latihan isi pelajaran kepada siswa untuk mencapai tujuan tertentu. Dapat dikatakan metode pembelajaran merupakan bagian dari strategi instruksional. Tetapi tidak semua metode pembelajaran sesuai digunakan untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu.

Metode adalah cara, yang dalam fungsinya merupakan alat untuk mencapai tujuan. Mungkin tepat metodenya diharapkan makin efektif pula pencapaian tujuan tersebut. Para pendidik atau guru selalu berusaha memiliki metode pembelajaran yang setepat – tepatnya, yang dipandang lebih efektif dari pada metode-metode pembelajaran lainnya, sehingga kecakapan dan pengetahuan yang diberikan oleh guru itu benar-benar menjadi milik murid. (Suryosubroto 2002: 149).

Metode bagian merupakan cara pendekatan dimana mula-mula siswa diarahkan untuk mempraktekkan sebagian demi sebagian dari keseluruhan rangkaian gerakan, dan setelah bagian-bagian gerakan dikuasai baru mempraktekkan secara keseluruhan. Pendapat di atas menunjukkan bahwa metode bagian merupakan cara melatih dengan bagian per bagian dari keterampilan yang dipelajari, (Sugiyanto dalam Sumantri, 2017:33).

Metode pembelajaran ini umumnya digunakan oleh seorang tenaga pendidik untuk membelajarkan suatu bentuk keterampilan gerak yang cukup sulit atau kompleks. Metode ini sangat membantu guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK) dalam melaksanakan proses belajar mengajar terutama untuk membantu peserta didik yang mengalami kesulitan mempelajari rangkaian gerakan yang baru dikenal dan memiliki tingkat kesulitan yang tinggi.

Untuk mengantisipasi kompleksitas dan keberagaman gerak tersebut perlu dilakukan semacam penyederhaan terlebih dahulu dari gerakan yang akan dipelajari menjadi bagian per bagian sehingga mudah dipahami dan dipelajari oleh peserta didik. Pendekatan ini akan menjadi baik (efektif) jika bagian per bagian dari gerakan yang dipelajari dan dipahami atau dikuasai terlebih dahulu kemudian digabungkan menjadi suatu gerakan yang utuh. Sebaliknya metode ini menjadi tidak efektif apabila peserta didik langsung mempelajari gerakan secara utuh (Tuasikal dalam Nugroho, 2018:110).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Penerapan Metode Bagian dapat Meningkatkan Pembelajaran Lari Sprint 100 Meter Pada Siswa Kelas X IPA2 SMA Negeri 6 Pekanbaru, dengan persentase ketuntasan pada sebelum siklus 51,61%, siklus I 64,52%, dan siklus II 80,65%.

5. Daftar Pustaka

- Aminudin. 2010. *Atletik dan Tekniknya*. Bogor: Quadra.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Reneka Cipta
- Christianto, B. Ari. 2013. Peningkatan Hasil Belajar Lay Up Kiri Bola Basket Melalui Metode Latihan Bagian (Studi Pada Siswa Kelas XI IPA I SMAN 2 Nganjuk Tahun Ajaran 2012-2013). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 01, Nomor 02. 311 – 313.
- Depdiknas. 2007. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Depdiknas
- Firdaus, Hidir. 2014. Perbandingan Metode Pembelajaran Bagian (Part-Method) Dan Metode Pembelajaran Keseluruhan (Whole-Method) Terhadap Kemampuan Siswa Dalam Melakukan Smash BolaVoli (Studi Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Kamal). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 02, Nomor 02. 363 – 369.
- Mulyadi, H. Fareira. 2014. Peningkatan Hasil Belajar Lari 100 Meter Melalui Pendekatan Bermain. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. Volume 13, Nomor 1, Januari-Juni. 44-59.
- Mulyasa. 2009. *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

- Mulyasa. 2013. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Nugroho, A. Agung. 2018. Pengaruh Penggunaan Metode Bagian (Part Method) Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dribble Bola Basket (Studi Pada Peserta Didik Kelas X MIA 4 SMA Negeri 4 Sidoarjo Tahun Ajaran 2016/2017). *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 06, Nomor 01. 107-114.
- Paizaluddin & Ermalinda. 2013. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Alfabeta.
- Sidik, Dikdik Zafar. 2010. *Mengajar dan Melatih Atketik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sudjana, N. 2009. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Sudjiono. 2005. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sumantri. 2017. Upaya Peningkatan Keterampilan Permainan Bola Voli Tentang Passing Bawah Melalui Penerapan Metode Bagian (Part Method) Pada Siswa Kelas VI SD Negeri 05 Tawangmangu Semester 1 Tahun Pelajaran 2017/2018. *Indonesian Journal on Education and Research*. Volume 2, Nomor 3.
- Suryosubroto. B. 2002. *Proses Belajar Mengajar di Sekolah*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Undang – Undang Republik Indonesia. 2005 Nomor 3. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Usman, Uzer. 2011. *Menjadi Guru Profesional*. Bandung: Remaja Rosda Karya.