

PERBANDINGAN PENGARUH PERMAINAN BASEBALL DENGAN PERMAINAN KIPPERS TERHADAP KESEGERAN JASMANI MURID SD

Muh Ilham Budi Utama¹,

¹Pendidikan Jasmani/FKIP, Universitas Megarezky, Jalan Antang Raya dan
ilhambudiutama@gmail.com¹

ABSTRAK

Tujuan Penelitian (1) Untuk mengetahui pengaruh permainan Baseball terhadap kesegaran jasmani murid Katangka 1 Kota Makassar, (2) Untuk mengetahui pengaruh permainan Kippers terhadap peningkatan hasil kesegaran jasmani murid Katangka 1 Kota Makassar, (3) Untuk mengetahui perbandingan pengaruh permainan Baseball dengan permainan Kippers terhadap kesegaran jasmani murid Katangka 1 Kota Makassar. Metode penelitian ini bersifat eksperimental yang akan mengungkap hasil perlakuan permainan bola Baseball dan permainan Kippers. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik multiple random sampling dan untuk menentukan kelompok digunakan teknik ordinary sampling. Adapun sampel yang digunakan berjumlah 60 orang yaitu 20 orang murid laki-laki kelas IV, 20 orang murid laki-laki kelas V dan 20 orang murid laki-laki kelas VI di Katangka 1 Kota Makassar. Hasil dari penelitian ini disimpulkan bahwa permainan Baseball mempunyai pengaruh yang lebih signifikan dari pada permainan Kippers terhadap peningkatan tingkat kesegaran jasmani pada murid Katangka 1 Kota Makassar. Diperoleh nilai rata-rata posttest kelompok Baseball 15,25, kelompok Kippers 13,85, dan kelompok kontrol 12,80, disimpulkan bahwa nilai rata-rata untuk kelompok Baseball lebih besar dibandingkan nilai rata-rata kelompok Kippers dan kelompok kontrol. Hal ini juga dapat dilihat dari perbedaan peningkatan nilai rata-rata antara ketiga kelompok, dimana pada kelompok Permainan Baseball dengan nilai tes awal 12.75 meningkat menjadi 15.25 terdapat peningkatan 2.50. Permainan Kippers dengan nilai tes awal 12.6 meningkat menjadi 13,85 terdapat peningkatan 1,25. Kelompok Kontrol dengan nilai tes awal 12,7 meningkat menjadi 12,8 hanya terdapat peningkatan 0,1.

Kata Kunci : Bola Baseball, Kippers, dan Kesegaran Jasmani

ABSTRACT

Research Objectives (1) To determine the effect of the game of Baseball on the physical fitness of Katangka 1 students in Makassar City, (2) To determine the effect of the Kippers game on the improvement of the physical fitness results of Katangka 1 students in Makassar City, (3) To determine the comparison of the effect of the baseball game with the Kippers game. towards the physical fitness of Katangka 1 students in Makassar City. This research method is experimental which will reveal the results of the treatment of Baseball ball games and Kippers games. The technique used in sampling is multiple random sampling technique and ordinary sampling technique is used to determine groups. The sample used amounted to 60 people, namely 20 male students of grade IV, 20 male students of class V and 20 male students of class VI in Katangka 1 Makassar City. The results of this study concluded that the game of baseball has a more significant effect than the game of Kippers on increasing the level of physical fitness of Katangka 1 students Makassar City. The posttest mean score for the baseball group was 15.25, the Kippers group was 13.85, and the control group was 12.80, it was

concluded that the mean score for the baseball group was greater than the average score for the Kippers group and the control group. This can also be seen from the difference in the increase in the average score between the three groups, where in the Baseball Game group with an initial test score of 12.75 increasing to 15.25 there is an increase of 2.50. Kippers play with an initial test score of 12.6 increasing to 13.85 there is an increase of 1.25. The control group with an initial test score of 12.7 increased to 12.8 there was only an increase of 0.1.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani tidak lepas dari kata bermain bagi anak sekolah dasar karena bermain merupakan naluri ilmiah yang telah melekat pada diri anak sejak bayi. Sejak bayi, anak-anak telah memainkan tangan dan jari-jari kaki mereka, benda-benda di sekeliling mereka, memperhatikan gerakan mainan gantung atau cahaya, mengigit, memasukkan benda-benda ke dalam mulut, atau memproduksi suara-suara. Seiring pertambahan usia, anak-anak memainkan permainan-permainan yang makin kompleks. Pengenalan mereka atas jenis-jenis mainan makin beragam. Mereka juga makin akrab dengan permainan-permainan yang membutuhkan keterampilan tertentu dan kerja sama tim.

Budaya gerak juga berkaitan dengan kecerdasan, pada usia tertentu budaya gerak bermanfaat untuk memperkuat koneksi sel saraf. Ilmuan percaya bahwa masa anak-anak merupakan masa yang sangat menentukan bagi tumbuh kembang anak, sehingga disebut sebagai pintu kesempatan untuk mengembangkan gerak sangat ditentukan oleh pengalaman, terutama keterampilan yang membutuhkan otot besar seperti memanjat, berlari, melempar, menangkap dan melompat. Menurut Ratal Wirja Santosa (1984 : 27) bahwa Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi aktivitas manusia, berupa sikap, tindak karya yang diberi bentuk, isi dan arah untuk menuju kebulatan

kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan

Ketika orang berjalan, berlari, dan memukul bola dalam berbagai permainan seperti Baseball, Kippers, tenis, softball, dll. Mereka melakukan sesuatu dalam upaya mencapai suatu jenis keahlian yang disebut keterampilan gerak. Mempelajari dan mencapai keterampilan gerak adalah suatu bagian terpenting dalam kehidupan sehari-hari bagi semua orang dari berbagai usia karena gerak merupakan ciri kehidupan.

Slamet Riyadi (2011 : 2) Pada dasarnya belajar gerak (motor learning) merupakan suatu proses belajar yang bertujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak secara efektif dan efisien. Belajar gerak adalah belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muscular yang diekspresikan dalam gerakan tubuh atau bagian tubuh, yang merupakan sarana untuk mencapai tujuan belajar yang tercakup di dalam domain psikomotor.

Pengembangan gerak merupakan salah satu bagian dari tujuan dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani. Perseptual motorik merupakan salah satu gerak yang perlu mendapatkan perhatian bagi siswa di sekolah dasar. Pada dasarnya perseptual motorik merupakan kemampuan individu untuk menerima, menginterpretasikan dan memberikan reaksi dengan tepat kepada sejumlah rangsangan yang datang kepadanya, tidak hanya dari luar dirinya tetapi juga dari dalam.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis di sekolah SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar terutama pada bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bahwa perbandingan pengaruh permainan Baseball dengan permainan Kippers terutama dalam meningkatkan kesegaran jasmani belum begitu efektif begitu pula halnya dengan dengan metode latihan yang dipergunakan oleh guru masih sering menggunakan metode-metode latihan yang kurang inovatif. Olehnya itu kenyataan yang ada dilapangan murid kurang antusias untuk mengikuti permainan Baseball (lari, memukul, dan menangkap bola). Kippers (Lari, Menangkap dan memukul)

METODE

Pelaksanaan penelitian pada hakekatnya merupakan suatu usaha mengkaji permasalahan berdasarkan pendekatan-pendekatan tertentu yang lazim dinamakan sebagai kegiatan yang bersifat ilmiah, hendaknya juga mempunyai prosedur yang sistematis dan terarah, sehingga hipotesis penelitian ini dapat dibuktikan secara ilmiah.

A. Jenis dan Lokasi Penelitian

1. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental yang akan mengungkap hasil perlakuan permainan bola Baseball dan permainan bola Kippers. Menurut Sugiyono (2011 : 72) Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan.

2. Lokasi penelitian

Penelitian ini bertempat di lapangan Syekh Yusuf.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah sekumpulan individu yang memiliki sifat-sifat yang sama atau hampir sama menjadi obyek dalam penelitian, yang akan membantu kita dalam usaha memperoleh data untuk menguji kebenaran hipotesis.

Sugiyono (2012 : 117) "Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya." Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah murid kelas IV,V dan VI Katangka 1 Kota Makassar yang berjumlah 110 orang. Permainan bola Kippers, dimana materi permainan Kippers yaitu Melempar bola yaitu (1) melempar bola melambung, (2) melempar bola mendarat setinggi dada serta Menangkap bola yaitu (1) menangkap bola melambung, (2) menangkap bola mendarat setinggi dada, (3) menangkap bola menyusur tanah dan Memukul bola terdiri dari : (1) pukulan melambung, (2) pukulan mendarat,

Variabel terikat adalah variabel patokan, yaitu Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) di mana Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) adalah salah satu alat ukur yang berisi rangkaian tes yang terdiri dari 5 (lima) butir tes yaitu berupa lari 40 meter, lari 600 meter, pull up, sit up dan loncat tegak. Kelima butir tes ini merupakan satu kesatuan yang harus dilaksanakan secara keseluruhan, untuk menilai tingkat kesegaran jasmani seseorang. Dalam penelitian ini TKJI untuk umur 10 – 12 tahun yang peneliti pakai yaitu untuk anak sekolah dasar kelas 4, 5 dan 6 karena sangat baik dan tepat jika dipergunakan oleh sekolah dan lembaga pendidikan sejenis karena anak umur 10 – 12 tahun ini hampir seluruhnya menjadi siswa sekolah/lembaga tersebut. Adapun kesegaran jasmani merupakan kemampuan fisik, serta dapat menyesuaikan dengan lingkungan tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan dan

menyisahkan energi cadangan untuk aktivitas fisik selanjutnya

C. Variabel dan Desain Penelitian

1. Variabel penelitian

Menurut Sugiyono (2012 : 61) suatu atribut sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di tarik kesimpulannya.” Adapun variabel dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel, yaitu :

1. Variabel bebas adalah variabel yang diberikan perlakuan selama 2 bulan, dengan dilakukan latihan 3 kali seminggu, adapun perlakuan yang diberikan terdiri dari :
 - a. Permainan bola Baseball dimana materi dari permainan Baseball yaitu (1) lempar bola datar, (2) lemparan bola melambung ke atas/parabola, (3) melambungkan bola pada sisi pemukul, dan (4) lemparan bola menggelinding serta Menangkap bola dalam permainan Baseball terdiri dari : (1) menangkap bola datar dan bola rendah, (2) menangkap bola parabol/melambung ke atas, (3) menangkap bola menggelinding dan Memukul bola terdiri dari : (1) memukul bola mendatar, (2) memukul bola merendah, (3) memukul bola melambung.
 - b. Permainan bola Kippers, dimana materi permainan Kippers yaitu Melempar bola yaitu (1) melempar bola melambung, (2) melempar bola mendatar setinggi dada serta Menangkap bola yaitu (1) menangkap bola melambung, (2) menangkap bola mendatar setinggi dada, (3) menangkap bola menyusur tanah dan Memukul bola terdiri dari : (1) pukulan melambung, (2) pukulan mendatar,

- c. Variabel terikat adalah variabel patokan, yaitu Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) di mana Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) adalah salah satu alat ukur yang berisi rangkaian tes yang terdiri dari 5 (lima) butir tes yaitu berupa lari 40 meter, lari 600 meter, pull up, sit up dan loncat tegak. Kelima butir tes ini merupakan satu kesatuan yang harus dilaksanakan secara keseluruhan, untuk menilai tingkat kesegaran jasmani seseorang. Dalam penelitian ini TKJI untuk umur 10 – 12 tahun yang peneliti pakai yaitu untuk anak sekolah dasar kelas 4, 5 dan 6 karena sangat baik dan tepat jika dipergunakan oleh sekolah dan lembaga pendidikan sejenis karena anak umur 10 – 12 tahun ini hampir seluruhnya menjadi siswa sekolah/lembaga tersebut. Adapun kesegaran jasmani merupakan kemampuan fisik, serta dapat menyesuaikan dengan lingkungan tanpa merasakan kelelahan yang berlebihan dan menyisahkan energi cadangan untuk aktivitas fisik selanjutnya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari semua rangkaian kegiatan penelitian ini, maka akan di kemukakan penyajian hasil analisis data dan pembahasan. Yaitu data hasil tes Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar yang diperoleh dalam penelitian dari ketiga kelompok, yaitu kelompok Permainan Baseball, Kelompok Permainan Kippers, dan Kelompok Kontrol. Kelompok I berjumlah 20 orang murid, kelompok II berjumlah 20 orang murid dan Kelompok III 20 orang murid, maka semua data yang diperlukan dalam penelitian ini dapat diperoleh. Data yang di maksud adalah

data Pengaruh Permainan Baseball dengan Permainan Kippers terhadap tingkat kebugaran Jasmani pada murid SD INP Borong Jambu II Kota Makassar, sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Untuk menjawab permasalahan dan untuk mencapai tujuan serta untuk menguji hipotesis penelitian ini, maka semua data tersebut di olah dengan menggunakan uji statistik melalui SPSS 16.0 dengan uji statistik deskriptif dan uji statistik inferensial dengan teknik uji t-berpasangan dan uji-t tidak berpasangan.

A. Penyajian Hasil Analisis Data

Tabel 1 Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Preetest dan Posttest Kelompok Permainan Baseball terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani pada Murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Variabel	N	$\sum x$	μ	Sd	Range	Min.	Max
Preetest Permainan Baseball	20	225	12,75	2,468	8	8	16
Posttest Permainan Baseball		305	15,25	1,888	7	11	18

Data kelompok Permainan Baseball sesudah perlakuan atau posttest (test akhir) dari 20 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 305. Nilai rata-rata yang diperoleh 15,25 dengan hasil standar

1. Hasil Deskriptif Tingkat Kebugaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1

Hasil analisis deskriptif (gambaran umum) data penelitian yang terdiri dari nilai tes awal Tingkat Kebugaran Jasmani pada Murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar pada kelompok yang mendapat perlakuan Permainan Baseball dan kelompok yang mendapat Permainan Kippers dapat dilihat dalam rangkuman hasil analisis deskriptif yang tercantum pada tabel berikut.

Hasil analisis deskriptif (gambaran umum) data penelitian yang terdiri dari nilai tes awal Tingkat Kebugaran Jasmani pada Murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar pada kelompok yang mendapat perlakuan Permainan Baseball dan kelompok yang mendapat Permainan Kippers dapat dilihat dalam rangkuman hasil analisis deskriptif yang tercantum pada tabel berikut. deviasi 1,888. Untuk angka range 7 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 11 dan nilai maksimal 18

Tabel 2 Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Preetest dan Posttest Kelompok Permainan Roundets terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani pada Murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Variabel	N	$\sum x$	μ	Sd	Range	Min.	Max
Preetest Permainan Kippers	20	252	12,60	2,13739	7	8	15
Posttest Permainan Kippers		277	13,85	2,13431	8	9	17

Data kelompok Permainan Kippers sesudah perlakuan atau posttest (test akhir) dari

20 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 277. Nilai rata-rata yang diperoleh 13,85 dengan

hasil standar deviasi 2,13431. Untuk angka range dan nilai maksimal 17.
 8 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 9

Tabel 3 Rangkuman Hasil Analisis Deskriptif Preetest dan Posttest Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada Murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Variabel	N	$\sum x$	μ	Sd	Range	Min.	Max
Preetest Kelompok Kontrol	15	191	12,733	12,60403	8	9	17
Posttest Kelompok Kontrol		194	12,933	12,65852	8	9	17

Data kelompok kontrol sesudah perlakuan atau posttest (test akhir) dari 15 jumlah sampel diperoleh total nilai sebesar 194. Nilai rata-rata yang diperoleh 12,933 dengan hasil standar deviasi 12,65852 . Untuk angka range 8 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 9 dan nilai maksimal 17.

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis pada dasarnya merupakan langkah untuk menguji apakah pernyataan yang dikemukakan dalam perumusan hipotesis dapat diterima atau ditolak. Untuk menguji hipotesis penelitian di gunakan teknik analisis uji-t baik berpasangan atau tidak berpasangan taraf signifikansi 5% atau dengan nilai α 0,05.

Uji-t berpasangan (*Paired-Sample t Test*) digunakan untuk membandingkan selisih dua rata-rata dari dua sampel yang berpasangan dengan asumsi data terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji-t berpasangan yang dilakukan pada data Preetest tes awal dan posttest tes akhir, baik data Preetest dan Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar Permainan Baseball.

pada kelompok Permainan Baseball, kelompok Permainan Kippers dan kelompok Kontrol.

Untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Baseball terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar. Berikut ini akan diuji bahwa hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid-murid yang telah diberi treatment Permainan Baseball akan lebih baik atau lebih besar nilainya dibandingkan hasil rata-rata dari murid-murid sebelum diberi treatment dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \geq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

dimana:

μ_1 = Hasil Rata-rata dari kelompok murid sebelum diberikan treatment

μ_1 = Hasil Rata-rata dari kelompok murid
 setelah diberikan treatment Permainan Baseball.

Tabel 4 Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Baseball terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t	Df	Sig (2 tailed)	A
Permainan Baseball	Pretest	2,50	7.611	19	0,000	0,05
	Posttest					

Selanjutnya untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Kippers terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar. Berikut ini akan diuji bahwa hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid-murid yang telah diberi treatment Permainan Kippers akan lebih baik atau lebih besar nilainya dibandingkan hasil rata-rata dari murid-murid sebelum diberi treatment dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \geq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 < \mu_2$$

dimana:

μ_1 = Hasil Rata-rata dari kelompok murid sebelum diberikan treatment Permainan Kippers.

μ_2 = Hasil Rata-rata dari kelompok murid setelah diberikan treatment Permainan Kippers.

Tabel 5 Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Permainan Kippers terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t _{hitung}	Df	Sig	A
Permainan Kippers	Pretest	1,25	6,571	19	0,000	0,05
	Posttest					

Kemudian untuk pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar. Berikut ini akan diuji hasil rata-rata tingkat kesegaran jasmani dari murid kelompok kontrol dengan hipotesis sebagai berikut:

$$H_0: \mu_1 \leq \mu_2$$

$$H_1: \mu_1 > \mu_2$$

dimana:

μ_1 = Hasil Rata-rata dari kelompok Kontrol Preetest

μ_2 = Hasil Rata-rata dari kelompok Kontrol Posttest

Tabel 6 Rangkuman pretest dan posttest Uji-t Berpasangan Kelompok Kontrol terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar

Kelompok	Variabel	Mean	t _{hitung}	Df	Sig	A
Kelompok Kontrol	Pretest Posttest	0,20	0.823	14	0,424	0,05

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bagian terdahulu dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh permainan Baseball terhadap kesegaran jasmani murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar. Hal ini dapat dilihat dari uji-t berpasangan dimana diperoleh $t_{hitung} = 7.611$ dan $t_{tabel} = 2,090302$, karena $t_{hitung} = 7,611 > t_{tabel} = 2,090302$, maka data pretest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar untuk pemberian treatment Permainan Baseball dengan uji-t berpasangan terdapat pengaruh signifikan. Hal ini juga dibuktikan dengan perolehan dengan nilai rata-rata awal 12,75 (*pretest*) meningkat menjadi 15,25 (*posttest*), sehingga terdapat peningkatan 2,50.

Ada pengaruh Permainan Rounders terhadap peningkatan hasil kesegaran jasmani murid SD Negeri Katangka 1

Kota Makassar. Hal ini dapat dilihat dari uji-t berpasangan dimana diperoleh $t_{hitung} = 6,571$ dan $t_{tabel} = 2,090302$, karena $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,090302$, maka data Pretest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar untuk pemberian treatment Permainan Rounders dengan uji-t berpasangan terdapat pengaruh signifikan. Hal tersebut juga dapat di buktikan dengan perolehan dengan nilai rata-rata awal 12,60 (*pretest*) meningkat menjadi 13,85 (*posttest*) terdapat peningkatan 1,25.

2. Pengaruh permainan Baseball lebih baik dari permainan rounders terhadap kesegaran jasmani murid SD Negeri Katangka 1. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisis uji-t tidak berpasangan menunjukkan permainan Baseball mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan Preetest-Posttest Tingkat Kesegaran Jasmani pada murid SD Negeri Katangka 1 Kota Makassar antara kelompok Rounders dan

kelompok Baseball yaitu $t_{hitung} = 2,197$ dengan $t_{tabel} = 2,02439$, karena $t_{hitung} > t_{tabel} = 2,02439$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh signifikan antara kelompok yang di beri treatment permainan Baseball dan kelompok yang di beri treatment permainan rounders terhadap tingkat kesegaran jasmani karena ada perbedaan peningkatan nilai rata-rata *posttest* antara kedua kelompok, dimana pada kelompok Permainan Baseball dengan nilai tes awal 12.75 meningkat menjadi 15.25 terdapat peningkatan 2.50. Permainan Rounders dengan nilai rata-rata 12.6 meningkat menjadi 13,85 terdapat peningkatan 1,25 sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh treatment permainan Baseball lebih baik dari treatment permainan rounders terhadap tingkat kesegaran jasmani SD Negeri Katangka 1.

REFERENSI

- Achroni, K. 2012. *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Yogyakarta : Javalitera
- BS, Nuruddin Priya. 2011. Penatalaksanaan Pembelajaran/Latihan Fisik Bagi Anak Usia Dini/Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Spirit*. ISSN: 1411-8319 Vol. 11 No. 1.
- Riyadi Slamet. 2011. Pemrosesan Informasi Dalam Belajar Gerak. *Jurnal Ilmiah Spirit*. ISSN: 1411-8319 Vol. 11 No. 2.
- Salam, S., Bangkona, D,. 2012. Pedoman Penulisan Tesis Dan Disertasi. Makassar : Program Pasca Sarjana UNM
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan* . Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Uhamisastra. 2011. *Pengaruh Pendekatan Belajar Kooperatif dan Belajar Kompetitif Serta Kemampuan Motorik Terhadap Pengembangan Self Estem Melalui Kegiatan Olahraga Permainan Pada Siswa Sekolah Dasar*. *Strengthening Research Collaboration On Education*. Joint Conference UPI-UITM 2011
- _____. 2012. *Fungsi Kesegaran Jasmani*. (<http://www.Fredyjudiady.blogspot.com/2012/11/fungsi-kesegaran-jasmani.html>, diakses 10 April 2013)
- _____. 2011. *Makalah Kesegaran Jasmani, Pengertian, Fungsi, Komponen, Alat Ukur*. (<http://www.sarjanaku.com/2011/09/kesegaran-jasmani-pengertian-fungsi.html>, diakses 10 April 2013)
- _____. 2011. *Tes Kebugaran Jasmani Indonesia Siswa-Siswi Kota Pontianak Dan Kabupaten Pontianak Kalimantan Barat Tahun 2011*. (http://atikachmad-gmail.blogspot.com/2011/12/tes-kebugaran_jasmani.html, diakses 10 April 2013)