

**PENGARUH PENGGUNAAN METODE PEMBELAJARAN ANALITIS
DAN METODE PEMBELAJARAN SINTESIS DALAM KEGIATAN
PENGEMBANGAN DIRI BOLAVOLI DI SMPN 1
BATU BERSURAT-RIAU**

Mimi Yulianti
Universitas Islam Riau
E-mail: mimipenjas@edu.uir.ac.id

ABSTRAK

Pengembangan konsep diri siswa sejak usia dini menjadi bagian dari pelaksanaan program pembelajaran pendidikan jasmani pada aspek afektif. Penelitian ini memfokuskan pada upaya menumbuh-kembangkan konsep diri yang positif pada siswa Sekolah Dasar melalui penerapan umpan balik positif dan umpan balik netral. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen yang diterapkan pada 30 orang siswa Sekolah Dasar. Instrumen penelitian berupa angket dengan model skala Likert yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa umpan balik positif lebih memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa Sekolah Dasar.

Kata Kunci: Metode Analitis, Metode Sintesis, Keterampilan Bermain Bolavoli

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat pendidikan formal yang menyelenggarakan proses pembelajaran untuk membimbing, mendidik, melatih dan mengembangkan kemampuan siswa untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan pendidikan yang ingin dicapai tentunya tidak terlepas dari tujuan pendidikan nasional sebagaimana dituangkan dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yaitu bertujuan untuk berkembangnya potensi didik agar menjadi manusia yang beriman, dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Berdasarkan tujuan pendidikan tersebut di atas, sekolah berkewajiban mengembangkan potensi siswa secara optimal yang mencakup pengembangan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara seimbang. Pengembangan aspek kognitif meliputi kemampuan berpikir secara logis terdiri dari pengetahuan, pemahaman, aplikasi, sintesa, dan evaluasi. Pengembangan aspek afektif meliputi etika, sikap, minat, dan disiplin. Pengembangan aspek psikomotor berkaitan dengan keterampilan gerak. Salah bidang pendidikan yang berkaitan dengan keterampilan gerak adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan efektif, sikap sportif dan kecerdasan emosi Dirjen Dikdasmen (2006).

Jika dilihat dari tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SLTP yang dituangkan dalam kurikulum tingkatan satuan pendidikan berdasarkan ketentuan yang tercantum dalam keputusan departemen pendidikan dasar dan menengah (2006 : 4) yakni sebagai berikut :

(1) Meningkatkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktifitas jasmani dan olahraga yang dipilih, (2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, (3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, (4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi, nilai-nilai yang terkandung didalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, (5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis, (6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri, orang lain dan lingkungan, (7) Memahami konsep aktifitas jasmani dan olahraga lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, serta memiliki sikap yang positif.

Untuk mencapai hal tersebut diatas berdasarkan permendiknas No. 23 tahun 2006 alokasi waktu untuk mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan hanya tersedia waktu 2 jam pelajaran (2 X 45 menit) dalam setiap minggunya. Sedangkan materi pokok yang tercantum dalam silabus cukup banyak, diantaranya adalah permainan bolavoli.

Dalam pengembangan bakat, minat dan prestasi siswa terhadap beberapa cabang olahraga adalah dengan jalan melaksanakan kegiatan pengembangan diri. Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun non formal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler (pengembangan diri) (UU RI NO. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional). Pengembangan diri adalah suatu kegiatan pengembangan diri jalan pembinaan kesiswaan di samping jalan pembinaan Osis, latihan Kepemimpinan, dan Wawasan Widyata Mandala (Depdikbud RI, 1992 : 3).

Berdasarkan kompetensi dasar KTSP penjas orkes salah satunya adalah mempraktekkan kombinasi teknik dasar bolavoli dengan baik, sektor nilai, kerja sama, toleransi, percaya diri dan keberanian, menghargai lawan, bersedia berbagi tempat dan peralatan. Jika dilihat dari kutipan diatas dapat digambarkan tujuan pembelajaran bolavoli salah satunya adalah siswa dapat melakukan teknik dasar permainan bolavoli.

Ditinjau dari permainan bolavoli ini adalah salah satu permainan yang sangat populer ditengah-tengah masyarakat. Sarana dan prasarana untuk permainan bolavoli cukup memadai yakni satu buah lapangan bolavoli dan 6 buah bolavoli.

Untuk melatih teknik dasar permainan bolavoli ada berbagai jenis bentuk metode latihan diantaranya metode analitis dan metode sintesis, karena belum diketahui sejauh mana pengaruh latihan metode analitis dan metode sintesis sehingga masih rendahnya kemampuan teknik dasar permainan bolavoli bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMPN 1 Batu bersurat-Riau.

Dalam penggunaan metode analitis juga memiliki kelemahan serta kelebihan, sesuai dengan apa yang telah dikemukakan oleh Gusril (1992) sebagai berikut :

a. Keuntungan dari metode analitis

1. Siswa akan betul-betul menghayati serta merasakan bagaimana dari setiap elemen gerakan dalam satu tehnik saja.
2. Jika struktur agar kompleks, akan memungkinkan diperoleh hasil mengajar yang maksimal.
3. Siswa akan lebih cepat dalam mempelajari teknik selanjutnya setelah menguasai teknik sebelumnya.

4. Pada mengajar bagian perbagian lebih menekankan pada penampilan perbagian secara tepat sebelum menyatukan untuk dijadikan kesatuan gerakan.
- b. Kelemahan dari metode analitis
1. Siswa kurang mendapatkan insight secara menyeluruh.
 2. Siswa akan mendapat mendapatkan penguasaan dan keterampilan gerak secara keseluruhan menjadi agak tertunda karena harus mempelajari bagian demi bagian terlebih dahulu.
 3. Siswa akan kurang mengamati dan kurang dapat mengaitkan setiap bagian karena gerakan dipelajari secara terpisah.
 4. Tugas gerakan dibagi menjadi bagian perbagian sehingga terlepas dari kinteks keseluruhan.

Secara umum dapat dinyatakan bahwa bahan-bahan pelajaran harus dipelajari secara keseluruhan bukan bagian demi bagian selanjutnya dengan pendapat tersebut menegaskan bahwa dalam proses pengajaran olahraga lebih banyak ditekankan pada latihan keseluruhan, belajar keseluruhan akan membantu siswa untuk lebih merasakan kesinambungan gerakan dan pengaturan tempo (*timing*) dari keseluruhan gerakan. (Syahril, 1991 : 46).

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa metode keseluruhan penyajian materi latihan diberikan serentak atau semuanya dan keseluruhan. Hal ini berarti seorang guru terlebih dahulu menjelaskan dan mendemonstrasikan gerakan secara keseluruhan, kemudian melatih gerakan tersebut secara tersebut secara kasar, selanjutnya memperbaiki kesalahan-kesalahan yang dilakukan dan akhirnya menerapkan keseluruhan gerakan tersebut dalam bentuk rangkain dan teknik gerakan sebenarnya.

Dalam penerapan metode sintesis ini juga sama halnya pada penggunaannya metode analitis yaitu akan mempunyai kelemahan dan keuntungan, sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh Gusril (1992) yang menyatakan sebagai berikut :

- a. Keuntungan dari metode sintesis
1. Siswa akan mendapatkan insight yaitu pengertian yang diperoleh secara langsung dari hubungan bagian-bagian tugas gerakan dengan tujuan yang akan dicapai dalam situasi keseluruhan.
 2. Siswa akan mendapatkan penguasaan keterampilan dalam gerakan keseluruhan secara lebih awal.
 3. Siswa dapat mengamati dan menempatkan setiap bagian dalam kaitan secara keseluruhan.
 4. Tugas gerakan tidak terlepas dari konteks keseluruhan.
 5. Siswa akan terlibat secara lebih aktif dalam memecahkan masalah yang timbul dalam proses pembelajaran secara keseluruhan.
- b. Kelemahan dari metode sintesis
1. Dalam proses keterampilan gerak pada metode sintesis, materi tidak diurutkan secara bagian melainkan diberikan secara gabungan dari dua / tiga teknik gerakan.
 2. Siswa akan sulit dalam mempelajari dan mengamati secara terperinci mengenai unsur-unsur teknik / gerakan tersebut.

3. Siswa akan sukar berkonsentrasi dan menyesuaikan diri terutama dalam hal mempelajari yang lebih kompleks.
4. Penguasaan teknik akan lebih lama karena teknik tidak dipelajari secara khusus.
5. Teknik dan gerakan yang terdiri dari beberapa unsur gerakan langsung didemonstrasikan secara keseluruhan tanpa adanya pemisahan tiap-tiap unsur tersebut.

Dalam proses latihan atau belajar yang menggunakan metode keseluruhan, anak dituntut untuk memecahkan masalah secara sendiri, seperti mengkoordinasikan semua satuan gerakan atau fase-fase yang ada. Keuntungan yang didapat dalam latihan atau belajar dengan metode keseluruhan/sintesis adalah keterpaduan atau pertalian (integrasi) dan koherensi, latihan keseluruhan akan efisien dari segi waktu untuk menggabungkan gerakan setelah selesai melatih bagian-bagian. Dengan demikian para siswa akan mempunyai banyak waktu untuk mengulang-ulang latihan, yang merupakan faktor untuk mempengaruhi ingatan, dan latihan keseluruhan akan lebih memotivasi siswa.

Dari kelebihan dan kekurangan metode analitis dan metode sintesis dapat disimpulkan bahwa dalam penggunaan metode analitis dalam pembelajaran bolavoli, siswa akan lebih mudah memahami gerakan-gerakan yang harus mereka kuasai dalam pembelajaran bolavoli, tetapi siswa akan mengalami kesulitan dalam menghubungkan antar gerakan dalam pembelajaran bolavoli tersebut karena gerakan yang diberikan oleh guru secara terpisah-pisah. Sedangkan penggunaan metode sintesis dalam pembelajaran bolavoli ini siswa akan mendapatkan penguasaan keterampilan dalam gerakan keseluruhan secara lebih awal tetapi siswa akan mengalami kesulitan dalam menguasai setiap gerakan yang akan dikuasai dalam pembelajaran bolavoli karena diberikan secara gabungan dengan kata lain gerakan yang diberikan tidak per-elemen-elemen gerakan yang diberikan.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melihat metode mana yang lebih baik digunakan dalam pembelajaran bolavoli pada kelas VIII di SMPN 1 Batu Bersurat – Riau yang digunakan sebagai acuan untuk melihat metode mana yang lebih baik yaitu hasil belajar dari para siswa pada pokok pembelajaran bolavoli.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini berkenaan dengan pelaksanaan pengembangan diri bolavoli yang bersifat eksperimen, yang bertujuan untuk menggambarkan tentang pengaruh penggunaan metode analitis dan metode sintesis dalam kegiatan pengembangan diri bolavoli.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasinya adalah siswa siswi kelas VII dan VIII yang mengikuti kegiatan pengembangan diri bolavoli di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling atau sensus dimana semua populasi dijadikan sampel, jadi jumlah sampel adalah 30 orang.

Instrumen atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah tes keterampilan servis bolavoli, tes keterampilan *passing* atas dan tes keterampilan *passing* bawah (Yunus. M, 1992:26).

Pertama sekali dilakukan tes awal untuk mengetahui kemampuan dasar siswa. Berdasarkan hasil tes awal, maka sampel dibagi menjadi dua kelompok. Pembagian kelompok ini dilakukan dengan cara menyusun rangking. Hasil pembagian dua kelompok ini mencerminkan kemampuan yang sama, sehingga kedua kelompok tidak terdapat perbedaan kemampuan yang berarti. Kedua kelompok ini diberi nama masing-masing yaitu kelompok pertama adalah kelompok A (latihan metode analitis) sedangkan kelompok B (latihan metode sintesis). Setelah pembagian kelompok dilakukan maka diberilah perlakuan teknik dasar bermain bolavoli selama 12 kali pertemuan dengan waktu 90 menit satu kali pertemuan tiga kali dalam satu minggu. Selanjutnya dilakukan tes keterampilan *passing* atas, *passing* bawah dan servis untuk melihat peningkatan hasil bermain bolavoli siswa setelah diberikan perlakuan selama 12 kali pertemuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengujian Hipotesis Pengaruh Hasil Tes Keterampilan Bolavoli Dengan Menggunakan Metode Analitis Pada Siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau

Analisis data *pre-posttest* pengaruh hasil tes keterampilan bolavoli dengan metode analitis responden penelitian, menggunakan uji statistik yaitu uji t dependent, menghasilkan koefisien sebesar thitung (36,36) dan ttabel (2,14) untuk α 0.05, ternyata thitung (36,36) > ttabel (2,14). Dengan demikian terdapat pengaruh metode analitis terhadap hasil tes keterampilan bolavoli pada kegiatan pengembangan diri di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Uji-t Data Tes Keterampilan Bolavoli dengan Metode Analitis

Mean		t _{hitung}	df	t _{tabel} ($\alpha=0,05$)
<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>			
1,68	5,68	36,36	14	2,14

Setelah di uji dengan statistik uji t dependent antara data awal dan data terakhir kelompok bolavoli dengan metode analitis, didapatkan thitung 36,36 > ttabel ($\alpha = 0,05$) = 2,14, dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat pengaruh hasil belajar bolavoli dengan menggunakan metode analitis pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau, setelah mengikuti latihan servis bawah, *passing* atas, dan *passing* bawah dengan metode analitis selama 18 kali pertemuan diterima kebenarannya pada taraf kepercayaan 95%.

2. Pengujian Hipotesis Pengaruh Tes Keterampilan Bolavoli dengan Menggunakan Metode Sintesis pada Siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau

Analisis data *pre-posttest* pengaruh hasil belajar dengan metode sintesis responden penelitian, menggunakan uji statistik yaitu uji t dependent, menghasilkan koefisien sebesar thitung (29,44) dan ttabel (2,14) untuk α 0.05, ternyata thitung (29,44) > ttabel (2,14). Dengan demikian terdapat pengaruh metode sintesis terhadap hasil belajar siswa pada pokok pembelajaran bolavoli di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Uji-t Data Tes Keterampilan Bolavoli dengan Metode Sintesis

Mean		t _{hitung}	df	t _{tabel} (α=0,05)
<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	29,44	14	2,14
1,77	4,42			

Setelah di uji dengan statistik uji t dependent antara data awal dan data terakhir kelompok bolavoli dengan metode sintesis, didapatkan thitung 29,44 > ttabel (α = 0,05) = 2,14, dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat pengaruh tes keterampilan bolavoli dengan menggunakan metode sintesis pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau, setelah mengikuti latihan servis bawah, passing atas, dan passing bawah dengan metode sintesis selama 18 kali pertemuan diterima kebenarannya pada taraf kepercayaan 95%.

1. Pengujian Hipotesis Perbedaan Pengaruh Penggunaan Metode Analitis dan Metode Sintesis Tes Keterampilan Bolavoli Pada Kegiatan Pengembangan Diri di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau.

Analisis data perbedaan pengaruh penggunaan metode analitis dan metode sintesis dalam kegiatan bolavoli responden penelitian, menggunakan uji statistik yaitu uji t independent, menghasilkan koefisien sebesar thitung (3,15) dan ttabel (2,05) untuk α 0.05, ternyata thitung (3,15) > ttabel (2,05). Dengan demikian terdapat perbedaan penggunaan metode analitis dan metode sintesis terhadap hasil belajar siswa pada pokok pembelajaran bolavoli di SMPN 1 Batu Bersurat-Riau. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Uji t Data Pengaruh Penggunaan Metode Analitis dan Metode Sintesis Dalam Kegiatan Pengembangan Diri Bolavoli Pada SMPN 1 Batu Bersurat-Riau

Mean		t _{hitung}	Df	t _{tabel} (α=0,05)
Metode Analitis	Metode Sintesis	3,15	28	2,05
5,68	4,42			

Setelah di uji dengan statistik uji t independent antara penggunaan metode analitis dengan metode sintesis, didapatkan thitung 3,15 > ttabel (α = 0,05) = 2,05, dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat perbedaan hasil latihan pada penggunaan metode analitis dan metode sintesis dalam kegiatan pengembangan diri bolavoli pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau, setelah mengikuti latihan servis bawah, passing atas, dan passing bawah dengan metode sintesis selama 18 kali pertemuan diterima kebenarannya pada taraf kepercayaan 95%.

Setelah di uji dengan statistik t dependent antara data awal dengan data terakhir latihan bolavoli dengan metode analitis, didapat thitung = 36,36 > ttabel = 2,14, dengan demikian hipotesis yang diajukan “ terdapat pengaruh metode analitis dalam kegiatan bolavoli siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau, setelah mengikuti latihan bolavoli dengan metode analitis selama 18 kali pertemuan diterima kebenarannya pada taraf kepercayaan 95%.

Pada hipotesis kedua yaitu terdapat pengaruh metode analitis dan metode sintesis terhadap kegiatan pengembangan diri bolavoli dengan menggunakan metode sintesis pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat - Riau, ternyata penggunaan metode sintesis memberi pengaruh terhadap hasil tes keterampilan bolavoli, karena adanya peningkatan yang signifikan dari hasil tes awal sampai tes terakhir.

Selama melakukan penelitian kelompok eksperimen 2 kali pertemuan dalam seminggu sebanyak 9 minggu siswa diberikan metode analitis dengan memberikan pelajaran teknik-teknik secara bagian.

Pada pelaksanaan kegiatan pengembangan diri bolavoli sebelum melaksanakan kegiatan siswa diberikan penjelasan tentang teknik pelaksanaan servis, passing atas, dan passing bawah secara bagian-bagian dari teknik dalam permainan bolavoli.

Pelaksanaan kegiatan pengembangan diri bolavoli pada hipotesis pertama yaitu terdapat pengaruh penggunaan metode analitis dan metode sintesis pada kegiatan pengembangan diri bolavoli pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau, ternyata penggunaan metode analitis memberi pengaruh terhadap hasil tes keterampilan bolavoli, karena adanya peningkatan yang signifikan dari hasil tes awal sampai tes terakhir.

Dari hasil tes awal dan terakhir dapat dianalisis pengaruh hasil tes keterampilan bolavoli dengan menggunakan metode analitis yang dilakukan dengan memakai uji t dependent.

Setelah di uji dengan statistik t dependent antara data awal dengan data terakhir latihan bolavoli dengan metode sintesis, didapat thitung = 29,44 > ttabel = 2,14, dengan demikian hipotesis yang diajukan “ terdapat pengaruh penggunaan metode sintesis dalam kegiatan pengembangan diri bolavoli siswa SMPN 1 Batu Bersurat - Riau, setelah mengikuti latihan bolavoli dengan metode analitis selama 18 kali pertemuan diterima kebenarannya pada taraf kepercayaan 95%.

Berdasarkan pengukuran hipotesis pertama dan kedua yaitu adanya pengaruh hasil tes keterampilan bolavoli dengan menggunakan metode analitis dan metode sintesis pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat-Riau. Setelah itu dilanjutkan dengan uji independent antara metode analitis dan metode sintesis, didapat thitung = 3,15 > ttabel = 2,05. Dengan demikian hipotesis yang diajukan “terdapat perbedaan antara metode analitis dengan metode sintesis terhadap hasil tes keterampilan bolavoli pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat – Riau “ setelah mengikuti latihan bolavoli dengan metode analitis dan metode sintesis selama 18 kali pertemuan diterima keberadaannya pada taraf kepercayaan 95%.

KESIMPULAN

Sesuai Kesimpulan yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penggunaan metode analitis berpengaruh terhadap hasil tes keterampilan bolavoli. Hal ini dapat dilihat perbedaan hasil tes awal dan tes terakhir bolavoli. Didapat thitung= 36,36 > ttabel= 2,14.
2. Penggunaan metode sintesis berpengaruh terhadap hasil tes keterampilan bolavoli. Hal ini dapat dilihat perbedaan hasil tes awal dan tes terakhir bolavoli. Didapat thitung= 29,44 > ttabel= 2,14.
3. Adanya perbedaan pengaruh penggunaan metode analitis dan metode sintesis terhadap hasil tes keterampilan bolavoli pada siswa SMPN 1 Batu Bersurat – Riau. Didapat thitung= 3,15 > tabel= 2,05 Yang mana metode analitis lebih besar

pengaruhnya dibandingkan dengan metode sintesis. Hal ini bisa dilihat dari nilai rata-rata yang diperoleh siswa atau peningkatan rata-rata hasil metode analitis lebih baik dari metode sintesis.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan Dasar dan Menengah. 2006. *Panduan KTSP Untuk Tingkat Dasar dan Menengah*. Jakarta : Depdiknas.
- Depdikbud. 1992. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Depdikbud.
- Dirjen Dikdasmen. 2006. *Panduan Pengembangan Silabus Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta :Depdiknas.
- Gusril. 1992. *Metode dan Kemampuan Motorik Terhadap Hasil Prestasi Bola Voli*. Padang : FPOK IKIP PADANG
- Syahrial. B. 1991. *Peranan Umpan Balik Dalam Belajar Motorik*. Paper Jakarta : Fakultas pasca sarjana IKIP Jakarta.
- Undang-Undang RI No. 3. 2005. *SistemKeolahragaan Nasional*. Jakarta :Menpora RI.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta : P2TK, DirjenDikti,Depdikbud.