

Model Permainan *Outbound* untuk Meningkatkan Kerjasama Anak Berkebutuhan Khusus

Oleh

Agung Yudha Catur Rizal*, Herman Tarigan, Ade Jubaedi

FKIP Universitas Lampung Jl. Sumantri Brojonegoro No. 01, Bandar Lampung 35141
Email : agungyudhacr7@gmail.com *Telp. 0896-9170-9224

Abstract: *Outbound Game Model To Improve Teamwork Of Children With Special Needs High In Extraordinary primary school PKK Lampung Province. This study aims to determine the effectiveness of teamwork on the increase of students with high-class special needs in Elementary Schools Extraordinary Elementary School of Lampung Province. The type of research used is comparative experiment. With a population of 30 high school students, consisting of 13 deaf students, 10 mice and 7 speech masters. Techniques of data collection using outbound research instrument, covering discipline, responsibility, cooperation, tolerance, attitude. After the initial test students are given outbound training in accordance with the training program that has been made then performed the final test. Preliminary test data and final tests were analyzed using t-test data analysis techniques and calculated the effectiveness test. The results show that the outbound game model is effective in improving studentworkwork. And it can be concluded that the Bakiak game model is more effective in improving teamwork of high-class students in the extraordinary Elementary School of PKK Lampung Province.*

Keywords: *game, outbound, teamwork.*

Abstrak: *Model Permainan *Outbound* untuk Meningkatkan Kerjasama Anak Berkebutuhan Khusus Dikelas Tinggi Di SD Luar Biasa PKK Provinsi Lampung.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *teamwork* terhadap peningkatan siswa anak berkebutuhan khusus kelas tinggi di SD Luar Biasa PKK Provinsi Lampung. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen komparatif. Dengan populasi sebanyak 30 siswa kelas tinggi, yang terdiri dari 13 siswa tuna rungu, 10 tuna grahita, dan 7 tuna wicara. Teknik pengumpulan data menggunakan instrument penelitian *outbound*, meliputi aspek disiplin, tanggung jawab, kerjasama, toleransi, sikap. Setelah tes awal siswa diberikan pelatihan *outbond* sesuai dengan program latihan yang telah dibuat kemudian dilakukan tes akhir. Data tes awal dan tes akhir dianalisis menggunakan teknik analisis data uji-t dan di hitung tes uji efektivitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model permainan *outbound* efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa. Serta dapat disimpulkan bahwa model permainan Bakiak lebih efektif dalam meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi di SD Luar Biasa PKK Provinsi Lampung.

Kata Kunci: *outbond, permainan, kerjasama.*

PENDAHULUAN

Pendidikan nasional yang berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar 1945 pasal 31 ayat 1 dan Undang-Undang Nomor 2 tahun 1989 tentang Sistem Pendidikan Nasional bab III ayat 5 dinyatakan setiap warganegara mempunyai kesempatan yang sama memperoleh pendidikan. Hal ini menunjukkan bahwa anak berkelainan (Anak Berkebutuhan Khusus) berhak pula memperoleh kesempatan yang sama dengan anak lainnya (anak normal) dalam pendidikan. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Direktur UNESCO's (PROAP, Bangkok Sheldon Shaeffer). Dia mencoba meningkatkan dan memperluas jaringan pemberdayaan pendidikan terutama mengarah pada penyetaraan di bidang pendidikan tidak dibeda bedakan yaitu konsep Pendidikan untuk semua (PUS) atau Education For All (EFA).

Suatu sistem pendidikan nasional sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Selain pemenuhan kegiatan pembelajaran akademik pemerintah juga memberikan pemenuhan pembelajaran olahraga, hal ini dijelaskan pada U.U RI NO. 3 TAHUN 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN) setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk melakukan kegiatan olahraga, memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga, memilih dan mengikuti jenis dan cabang olahraga yang sesuai bakat dan minatnya, memperoleh pengarahan dari siapa pun dan dukungan, bimbingan, pembinaan dan pengembangan dalam keolahragaan, dan menjadi pelaku olahraga.

Selain mendapat pendidikan akademik di sekolah anak berkebutuhan khusus juga mendapatkan pendidikan jasmani yang bertujuan untuk membentuk, kekuatan, kelentukan, Kerjasama, Pembentukan sikap tubuh yang baik, dan kesehatan, agar anak tersebut mendapat kepercayaan diri dan mental yang bagus walaupun kondisi badan yang kurang sempurna agar selayaknya seperti anak-anak normal lainnya. Pembelajaran pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus di antaranya adalah teamwork yang bertujuan untuk membentuk mental, kerjasama, percaya diri dan sikap solidaritas antara anak satu dengan yang lainnya dan bisa saling menghargai sesama anak mampu menjalin kerjasama antar anak (ABK).

Peneliti ingin kajian lebih luas tentang bagaimana peranan jasmani khususnya dalam pembelajaran bermain siswa yang memiliki keterbatasan (ABK) sama dengan anak yang normal mencoba untuk menggunakan metode *teamwork* yang bertujuan untuk pembentukan kerjasama dengan menggunakan 4 permainan yaitu bakiak, estafet hulahup, bola menggelinding, dan permainan air mengalir. Maka berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan studi di sekolah SLB PKK Provinsi Lampung dengan pendekatan permainan *outbound* untuk meningkatkan *teamwork*.

Aktivitas fisik merupakan sarana yang digunakan dalam memberi kesempatan untuk belajar. Walau demikian *Outbound* tidak mengutamakan keterampilan fisik seseorang di alam terbuka, karena

tujuan kegiatan tersebut adalah perbaikan konsep seseorang, pengertian yang lebih baik terhadap diri sendiri dan sesama, keterampilan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang berubah, dan pengembangan sikap positif. mencerminkan seseorang yang tidak pernah menyerah, selalu berani mencoba dan mencoba lagi, dan meraih batas maksimal seseorang yang belum pernah disadari sebelumnya. (*Out Bound Indonesia*, 1991).

Berdasarkan kebutuhan dan keinginan peserta Outbound memiliki kejelasan makna dan arti bagi mereka. Hal terpenting dalam pelatihan Outbound training adalah (telah di buktikan oleh para peserta outbound training) sebenarnya adalah pemberian instruksi yang efektif di bandingkan dengan pelajaran itu sendiri.

1. *Student needs* (Kebutuhan peserta)

Para Programer Outbound training sebaiknya mengetahui perbedaan antara kebutuhan yang dirasakan dengan kebutuhan nyata dari peserta Outbound training terlebih dahulu sebelum membuat program . serta selalu merujuk pada apa yang mereka perlukan, mereka inginkan serta apa yang mereka harapkan terhadap pelatihan outbound training.

2. *Motivation* (Motivasi)

Dalam bukunya yang berjudul “ *toward a theory of instruction* “ , Jerome bruner mengidentifikasi 4 kebutuhan peserta *outbound training* yang tak terpisahkan

dalam motif hakiki mereka dalam belajar.

3. *Methods* (Metode)

Contoh metode, yang telah di gunakan oleh banyak instruktur *Outbound training* berdasarkan pengalaman mereka dalam menjalani *Outbound training*.

- a. Melatih ketrampilan dalam bidang baru.
- b. Menggunakan lingkungan alam bebas.
- c. Menggunakan bentuk tugas pemecahan masalah yang terarah.
- d. Menyediakan kesempatan untuk melayani orang lain.
- e. Menyediakan kesempatan untuk bertanggung jawab dalam kepemimpinan
- f. Menyediakan berbagai bentuk pengalaman yang lebih sering mengenai perbedaan yang mencolok di alam atau lingkungannya.
- g. Membangkitkan tantangan untuk memperlihatkan keberhasilan sebuah pengalaman.
- h. Menyediakan kesempatan untuk berkembang, belajar memberi dan menerima bentuk evaluasi maupun umpan balik.
- i. Menyediakan pengalaman dalam pembangunan / bentuk moral positif.
- j. Memberikan perhatian dan penekanan terhadap bentuk refleksi.

4. *Option* (Pilihan)

Secara ideal metode mewakili daftar penting yang terpilih secara khusus oleh para instruktur outbound saat merancang sebuah program. Keragaman peserta membutuhkan pembedaan dalam pemilihan / perancangan metode dan aktivitas. Seorang instruktur outbound yang kreatif selalu menambahkan dan menyisipkan gagasan barunya dalam setiap penyajiannya.

Metode Pembelajaran *Outbound*

Outbound Activities merupakan suatu media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. Dari kurang berani diubah menjadi lebih berani, kurang solid diubah menjadi lebih solid, kurang gigih diubah menjadi lebih gigih. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh pendiri *Outbound Internasional*, Kurt Hahn: "Kekurangan kita merupakan sebuah kesempatan, dengan cara mengubah kekurangan beruntungan itu menjadi sebuah tujuan yang baik".

Petualangan dan Pendidikan

Menurut Simon Pries and Peter Martin (1985) : *The Adventure Experience Paradigm*. Petualangan akan menjiwai kegiatan pendidikan bila perencanaan dan implementasi proses pendidikan melibatkan resiko :

- a. Resiko fisik : Perjalanan dalam keluaran atau kegawatan gunung di

mana orang dapat terperangkap badai, tersesat.

- b. Sosial : Menghadapkan ketakutan berbicara peserta di depan kelompok yang berwibawa.
- c. Spiritual : Menempatkan pelajar dalam situasi yang mengkonfrontasikan dirinya atau di hadapkan pada makna hidup atau mati.

Teamwork

Menurut Hassan Sadily *Teamwork* (2006) adalah kerjasama sekelompok . *Teamwork* adalah gotong royong, kerjasama. Pada esensinya *Teamwork* adalah suatu kerjasama sekelompok orang dalam menunaikan respon sibilitasnya membuat keputusan bagi kepentingan organisasi. Demikian dapatlah dirumuskan, sebuah "team" adalah sekelompok orang yang bekerja bersama untuk mencapai tujuan tujuan yang sama dan mau mengesampingkan otonomi individualnya sejauh dibutuhkan untuk mencapai tujuan. Sesungguhnya *Teamwork* merupakan suatu konsep yang kompleks yang mengandung arti berbagai interpretasi di dalamnya dan bisa dilakukan oleh siapa pun.

Teamwork atau kerjasama tim merupakan bentuk kerja kelompok yang bertujuan untuk mencapai target yang sudah disepakati sebelumnya. Harus disadari bahwa *teamwork* merupakan peleburan berbagai pribadi yang menjadi satu pribadi untuk mencapai tujuan bersama. Tujuan tersebut bukanlah tujuan pribadi, bukan tujuan ketua tim, bukan pula tujuan dari

pribadi paling populer di tim. Dalam sebuah tim yang dibutuhkan adalah kemauan untuk saling bergandengan tangan menyelesaikan permainan atau game.

METODOLOGI

Jenis penelitian

Dalam suatu penelitian diperlukan metode yang sesuai dengan masalah yang akan diteliti sehingga dapat diperoleh hasil yang sesuai dengan yang diharapkan. Metode penelitian ini sangat diperlukan untuk menentukan data dan pengembangan suatu pengetahuan serta untuk menguji suatu kebenaran pengetahuan. Metode yang dipakai penelitian ini adalah metode eksperimen.

Metode eksperimen adalah metode percobaan dan observasi sistematis dalam satu situasi khusus, dimana gejala-gejala yang diamati itu begitu disederhanakan, yaitu hanya beberapa factor saja yang diamati, sehingga penelitian bisa mengatasi seluruh proses eksperimennya, (Arikunto, 2010) Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain eksperimen subjek tunggal. pada penelitian ini yang akan ditingkatkan oleh peneliti adalah peningkatan teamwork siswa pada anak berkebutuhan khusus .

Desain penelitian

Desain yang digunakan adalah eksperimen subjek tunggal (Arikunto, 2010) yaitu dilakukan dengan memberikan perlakuan X terhadap subjek. Sebelum diberikan perlakuan subjek diberikan suatu pengukuran teamwork (TE1), dan setelah diberi perlakuan dites kembali kemampuan teamwork (TE2). Hasil kedua pengukuran tersebut dibandingkan untuk menguji apakah perlakuan yang diberikan dapat meningkatkan teamwork pada siswa.

Kelompok	Tes Awal	Perlakuan	Tes Akhir
Eksperimen	TE1	Four Game Outward Bound	TE2

Keterangan:

Sampel : 30 siswa

TE1 : Tes Afektif Awal

Perlakuan : Empat Permainan

TE2 : Tes Afektif Akhir

Kriteria penilaian teamwork dapat dilakukan dari segi (1) proses, (2) kerjasama. Penilaian ini mengambil kriteria penilaian pada hasil perubahan segi sikap kerjasama yang diukur tes sikap kerjasama, dengan pertimbangan utama bahwa intervensi permainan pengembangan kerjasama lebih terletak pada teamwork.

Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel berguna untuk membatasi dan mengarahkan ruang lingkup variabel

yang diamati dengan menggunakan instrumen yang telah dikembangkan. Untuk menghindari pembiasan dalam penafsiran judul penelitian, maka peneliti memberikan definisi operasional mengenai kata kunci yang terdapat dalam judul penelitian, antara lain sebagai berikut:

1. *OutBound Activites*

Suatu kegiatan pengembangan pribadi yang sangat dibutuhkan negara kita yang sedang berkembang. Program pelatihan ini merupakan pengalaman berharga yang seharusnya dipergunakan dengan sebaik-baiknya oleh setiap orang yang mendapat kesempatan untuk mengikutinya. Salah satu hal penting yang dilakukan pada pelatihan ini adalah kesempatan untuk dekat dengan alam dan lingkungan, sehingga kita menghargai.

2. *Teamwork*

Suatu kerjasama sekelompok orang dalam menunaikan tanggung jawabnya membuat keputusan bagi kepentingan organisasi. Demikian dapatlah dirumuskan, sebuah "team" adalah sekelompok orang yang bekerjasama untuk mencapai tujuan yang sama dan mau meninggalkan individualnya sejauh dibutuhkan untuk mencapai tujuan.

3. Siswa SD Luar Biasa

sekelompok anak-anak keterbelakangan mental (cacat) yang sedang menempuh pendidikan dasar yang telah ditentukan dalam penelitian ini (SDN Luar Biasa PKK Provinsi Lampung).

Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini berupa data primer dan data sekunder. Menurut Fathoni (2011:37) data primer didapatkan melalui tes dan pengukuran langsung variabel yang diamati, sedangkan data sekunder didapatkan dari instansi terkait seperti sekolah dan sejenisnya serta studi literatur. Tes dan pengukuran variabel pada saat penelitian berlangsung dilakukan dengan standar tes yang dilakukan untuk mengukur/menilai peningkatan kerjasama seseorang. Tes dan pengukuran peningkatan kerjasama dengan menggunakan kegiatan *outbound* yang telah dibuat untuk mengetahui *teamwork*.

Instrumen Penelitian

Dalam sebuah penelitian dibutuhkan teknik dan alat dalam pengumpulan data, maka untuk mengumpulkan data dalam pelaksanaan penelitian ini menggunakan uji ahli langsung dari dosen Dr. Rahmat Hermawan, M.kes langkah-langkah yang dapat dilakukan dengan instrumen penelitian dan skala penilaiannya (terlampir).

Teknik Analisis Data

Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Penelitian ini menggunakan uji statistik non parametrik Kolmogorov-Smirnov (K-S). dibantu menggunakan program SPSS 17.0 for windows. Uji ini dapat dilihat

dengan membandingkan Z hitung dengan Z tabel dengan kriteria

b. Uji Efektivitas

Setelah tindakan dilakukan, maka hasil penilaian dianalisis guna melihat prosentase efektivitas hasil tindakan pada setiap siklus. Untuk menghitung prosentase keberhasilan digunakan rumus :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\%$$

(Goodwin dan Coates dalam Surisman, 1997)

Keterangan :

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan

Xn : Rerata nilai akhir

Xi : Rerata tes awal

Bilhasil perhitungan meningkat 50% ke atas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

c. Uji Hipotesis

Uji t (*paired sample t-test*)

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Uji hipotesis dalam penelitian ini akan dilakukan dengan satu cara, yaitu menggunakan uji statistik nonparametrik paired sample t- test (Sugiyono, 2011:422) dengan Program SPSS statistics 17. 0 for windows, dengan rumus sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{\bar{x} - \mu_o}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

penjelasan

t : hitung merupakan harga yang dihitung dan menunjukkan nilai standar deviasi pada distribusi t (tabel t).

x : rata-rata nilai yang diperoleh dari hasil pengumpulan data.

μo : rata-rata nilai yang dihipotesiskan.

s : standar deviasi sampel.

n : jumlah populasi

penelitian ini, jika hasil pengujian nilai thitung < ttabel maka Ho di terima dan H1 ditolak, dan jika nilai thitung > ttabel Ho ditolak dan H1 diterima.

HASIL DATA PENELITIAN

Dari tabel diketahui pada saat tes awal nilai terendah yang diperoleh

	N	Mini mum	Maxi mum	Me an	Std. Deviat ion
Bakiak	30	20	40	26.93	4.689
Bola Dunia	30	28	36	28	4.566
Estafet Hulahup	30	20	36	26.26	4.417
Air Mengalir	30	20	40	26.93	4.689
Valid N (listwise)	30				

untuk permainan bakiak adalah 20 sedangkan nilai tertinggi adalah 40 dengan nilai rata-rata sebesar 26,93. Untuk permainan bola dunia nilai

terendah 28, nilai tertinggi 36 dan nilai rata-rata 28. Permainan estafet hulahup nilai terendah 20, tertinggi 36 dan rata-rata 26, 267. Permainan air mengalir nilai terendah 20, tertinggi 40 dan rata-rata 26,93.

Deskripsi Data Tes Akhir Kemampuan Teamwork Siswa

Dari tabel di atas diketahui pada saat tes akhir nilai terendah yang untuk permainan bakiak adalah 40, nilai tertinggi 60 dan nilai rata-rata sebesar 47,467. Untuk permainan bola dunia nilai terendah 44, nilai tertinggi 68 dan nilai rata-rata 54,93. Permainan estafet hulahup nilai terendah 44, tertinggi 60 dan rata-rata 50,4. Permainan air mengalir nilai terendah 44, tertinggi 64 dan rata-rata 56,13. Data hasil tes akhir menunjukkan ada peningkatan kemampuan Teamwork setelah mengikuti permainan outbound.

	N	Minimu	Maxim	Mean	Std. Deviation
Bakiak	30	40	60	47.46	6.279

Bola Dunia	30	44	68	54.93	5.747
Estafet Hulahup	30	44	60	50.4	4.406
Air Mengalir	30	44	64	56.13	5.405
Valid N (listwise)	30				

Analisis Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir Pada Kontrol

Hasil perhitungan untuk mencari perbedaan tes awal dan tes akhir kelompok eksperimen diperoleh nilai t hitung sebesar 0,87 dan nilai t tabel pada taraf signifikan 0,05 atau taraf kepercayaan 95% didapat ttabel yaitu sebesar 2,048. Jika $-ttabel \leq t$ hitung $\leq + t$ tabel maka H_0 diterima kemudian H_a ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan maka didapat nilai thitung = 0,87 < ttabel = 2,048 maka H_0 diterima yang artinya pada tes awal dan tes akhir tidak ada perbedaan.

Analisis Perbedaan Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Hasil perhitungan untuk mencari perbedaan pada tes akhir antara kelompok eksperimen dan kontrol diperoleh nilai t hitung sebesar 9,88 dan nilai t tabel pada taraf signifikan 0,05 atau taraf kepercayaan 95% didapat ttabel yaitu sebesar 2,048. Jika $-ttabel \leq t$ hitung $\leq + t$ tabel maka H_0 diterima kemudian H_a ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan maka didapat nilai thitung = 9,88 < ttabel = 2,048 maka

H0 ditolak yang artinya pada tes kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ada perbedaan hasil.

PEMBAHASAN

Outbound merupakan suatu media pendidikan di alam terbuka yang diawali dari sebuah kekurangan kemudian mengubah kekurangan itu menjadi sebuah kelebihan. Dari kurang berani diubah menjadi lebih berani, kurang solid diubah menjadi lebih solid, kurang gigih diubah menjadi lebih gigih. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh pendiri Outbound Internasional, Kurt Hahn "Kekurangan kita merupakan sebuah kesempatan, dengan cara mengubah kekurangan beruntungan itu menjadi sebuah tujuan yang baik". Sedangkan Bapak Outbound Indonesia memiliki kata kata yang dapat kita simak pula "Outbound membimbing orang yang tidak dapat meninggalkan sebuah kebiasaan, untuk mencoba dan mencobanya lagi, hingga mencapai batas yang tidak diketahui". (Out Bound Indonesia).

Outbound merupakan merupakan sarana aktivitas fisik yang digunakan dalam memberi kesempatan untuk belajar. Walau demikian outbound tidak mengutamakan keterampilan fisik seseorang di alam terbuka, karena tujuan kegiatan tersebut adalah perbaikan konsep seseorang, pengertian yang lebih baik terhadap diri sendiri dan sesama, keterampilan untuk beradaptasi dengan lingkungan yang berubah, dan pengembangan sikap

positif. Hal penting yang paling menarik adalah permainan pembelajaran outbound training selalu ditampilkan dalam bentuk permainan yang penuh makna. Dalam permainan skills, individu tidak hanya ditantang berfikir cerdas, namun juga harus memiliki kepekaan sosial. Dalam kegiatan outbound training, individu dituntut mengembangkan kemampuan ESQ (*emotional Spiritual Qoutient*) dibanding IQ (*Intellegent Qoutient*).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Media *outbound* melalui permainan bakiak efektif untuk meningkatkan teamwork siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.
2. Media *outbound* melalui permainan bola dunia efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.
3. Media *outbound* melalui permainan estafet hulahup efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.
4. Media *outbound* melalui permainan air mengalir efektif untuk meningkatkan *teamwork* siswa kelas tinggi SDLB PKK Provinsi Lampung.

Saran

1. Kepada guru pendidikan jasmani diharapkan mencoba untuk memberikan bentuk-bentuk permainan *outbound* untuk meningkatkan kemampuan *teamwork* siswa dari berbagai aspek, meliputi disiplin, tanggung jawab, toleransi dan sikap.
2. Bagi program studi penjas kes diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam program dan pembelajaran untuk meningkatkan kualitas pendidikan maupun calon tenaga pendidik, khususnya di bidang olahraga rekreasi.
3. Dinas Pendidikan diharapkan dapat menjadi acuan untuk memotivasi kerjasama khususnya bidang olahraga.
4. Bagi Mapala
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran sebagai bahan pembelajaran untuk kegiatan diluar yang berkaitan dengan *outbound*.

Mudjiono. 1999. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Departemen Pendidikan Nasional . 2003. *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Jakarta

Husnam. A. 2009. *100 Permainan Tradisional Indonesia*. Yogyakarta: Andi .

Sanoesi, Esnoe.A 2010. *Low Impact Games*. Yogyakarta: Kanisius

Suwandi. 1997. *Pendidikan Olahraga Adaktif*. Surabaya. IKIP

DAFTAR PUSTAKA

Moh. Nazir. Ph.D, 2005, *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia. Bogor.

Fathoni, Abdurrahmat. 2011. *Metodologi Penelitian & Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Kusumaatmadja. 1991. *Outward Bound Indonesia (OBI)*. Jatiluhur, Jawa Barat.