

PENINGKATAN KEMAMPUAN TEKNIK DASAR LEMPAR CAKRAM MELALUI METODE DEMONSTRASI

Oleh

Made Armade

Universitas Pasir Pengaraian

madearmade@gmail.com

Article History

Received : Oktober 2017

Accepted : November
2017

Published : Desember 2017

Keywords

*The basic technique,
throwing discs, method of
demonstration.*

Abstract

This classroom action research aims to improve the basic technique of throwing discs, such as the placement of the disc grip of the hand, the positioning of the body when throwing discs, how to swing discs and the way foot repulsion while releasing the disc.

This research method is descriptive qualitative. The samples were all students of SMP YLPI P.Marpoyan Kota Pekanbaru consisting of 24 students consisting of 12 males and 12 females. Classroom Action Research is conducted in two cycles. The research instrument used is activity sheet of learners.

Result of research indicate that there is improvement of basic technique ability throw disc students of class VIIIa SMP YLPI P. Marpoyan city Pekanbaru through method of demonstration.

Abstrak

Penelitian tindakan kelas ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar lempar cakram, seperti pada penempatan pegangan cakram diruas jari tangan, penempatan posisi tubuh pada saat melemparkan cakram, cara mengayunkan cakram dan cara tolakan kaki pada saat melepaskan cakram.

Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sampel penelitian adalah seluruh siswa/siswi di SMP YLPI P.Marpoyan Kota Pekanbaru yang berjumlah 24 orang siswa yang terdiri dari 12 laki-laki dan 12 perempuan. Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar aktivitas peserta didik.

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan teknik dasar lempar cakram siswa kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan kota Pekanbaru melalui metode demonstrasi.

A. Pendahuluan

Dewasa ini adalah olahraga merupakan kegiatan yang tidak terlepas dari kehidupan manusia secara individu atau kelompok, baik dalam kehidupan sehari-hari atau ekonomi ataupun rekreasi dan hiburan, di samping itu juga olahraga adalah aktivitas fisik manusia dalam pembentukan manusia seutuhnya yang sehat jasmani dan rohani serta memiliki mental yang baik. Oleh karena itu pendidikan olahraga erat kaitannya dengan fenomena manusia dalam masyarakat, bangsa dan negara, dengan demikian aktivitas olahraga tersebut sudah menjadi tontonan, alat untuk meningkatkan kebugaran dan kebudayaan.

Pendidikan Jasmani harus diterapkan dalam dunia pendidikan karena pendidikan jasmani merupakan bagian dari hidup manusia karena aspek yang ada dalam olahraga adalah sesuatu yang dibutuhkan oleh seseorang contohnya pada olahraga atletik yang mana kandungan gerakannya seperti lari jalan, lompat dan lempar. Maka dari itu pendidikan jasmani sangat cocok diterapkan untuk dunia pendidikan untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada undang-undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang

system olahraga pasal 1 poin ke 11 yang berbunyi “Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani.

Dalam pendidikan jasmani memiliki berbagai macam cabang olahraga antara lain permainan bola besar, bola kecil, beladiri, senam ritmik, aquatik, pendidikan luar sekolah, dan atletik. Dalam cabang atletik juga memiliki cabang-cabang, seperti lari (lari cepat, lari gawang, lari jarak jauh, lomba ketahanan), lompat (lompat jauh, lompat tinggi, lompat galah) dan lempar (tolak peluru, lempar cakram) pada nomor lempar sebagian besar bertubuh besar dan kuat. Tetapi ukuran dan kekuatan sendiri tidak cukup untuk penampilan dalam nomor-nomor lempar ini ketangkasan dan ketepatan waktu juga sama penting.

Semua lomba lempar, kecepatan benda yang dilepaskan memainkan peranan penting dan menentukan sejauh mana hasil lemparan. Begitu juga dengan pelaksanaan lempar cakram khususnya. Lempar cakram adalah salah

satu cabang olahragaatletik. Cakram yang dilempar berukuran garis tengah 221 mm dan berat 2 kg untuk laki-laki, 1 kg untuk perempuan. Lempar cakram diperlombakan sejak Olimpiade I tahun 1896 di Athena, Yunani, Mane (2000:51).

Untuk melempar cakram, mulailah dengan menghadap menyampingi garis lingkaran, mulailah dengan melakukan beberapa ayunan pendahuluan dengan melakukan seluruh tubuh. Gerakan ini sesuai dengan irama untuk melempar dan menyiapkan tubuh untuk memintas lingkaran. Pada akhir ayunan awal. Mulailah memutar pada bola kaki kiri. Setelah berputar 180 derajat berlawanan arah dengan putaran jam, kaki kanan diangkat dengan tungkai berputar mulai dari pinggul, dan menempatkan kaki kanan ketanah. Sementara putaran berlanjut, kaki kiri didorong ke arah lemparan. Pada saat cakram dilepaskan, kaki sebelah depan harus berada di tanah (Mane, 2000: 52).

Sedangkan menurut (Kosasih, 1993:116) cakram itu dipegang dengan lengan lurus dibawa ke bawah seperti kita membawa buku. Pada saat cakram akan dilempar, kaki dibuka sejajar menyampingi arah, sehingga kaki kiri ada

di depan dan berat badan ada dikaki belakang (kaki belakang bengkok/lutut ditekuk). Kemudian cakram itu dilempar dengan tangan lurus dan punggung tangan ada di atas, lepasnya cakram itu berakhir dengan jari kelingking digerakkan kedalam agar cakramnya pada lepas itu berputar keluar. Menurut (A.Car, 2003:223) Lempar cakram diikuti sertakan dalam pesta Olimpiade sebagai nomor perorangan untuk putra dan putri.

Apabila dipraktik dalam pembelajaran penjas disekolah, guru harus bisa memilih metode pembelajaran yang baik dan tepat, karena apabila metode tepat, maka proses pembelajaran akan berjalan dengan baik, tujuan pembelajaran akan tercapai, dan prestasi siswa pun akan terlihat dalam pembelajaran olahraga. Begitu juga sebaliknya apabila metode tidak sesuai dengan materi yang akan diterapkan maka pembelajaran tidak akan berjalan dengan sempurna.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan mata pelajaran penjas, pada materi lempar cakram harus menggunakan strategi ataupun metode-metode yang tepat, mudah dan menyenangkan bagi siswa terutama seperti metode demonstrasi, metode demonstrasi metode

yang sangat cocok untuk melatih siswa dalam materi lempar cakram. Pengertian dari metode demonstrasi ini khusus untuk materi yang memerlukan peragaan atau percobaan di lapangan secara langsung, yang dalam artian bahwa guru yang bersangkutan akan memberikan contoh kepada siswa dan kemudian langsung siswa mempraktekkan apa yang telah dicontohkan oleh guru tersebut.

Sedangkan langkah-langkah yang harus dilakukan oleh guru dalam menerapkan metode demonstrasi ini adalah sebagai berikut:

1. Guru menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai.
2. Guru menyampaikan gambaran sumber tentang materi yang akan disampaikan kepada siswa.
3. Guru akan mempersiapkan bahan atau alat yang diperlukan untuk mempergakannya.
4. Guru menunjuk salah seorang siswa untuk mendemonstrasikan sesuai dengan skenario yang telah disampaikan.
5. Guru menyuruh kepada siswa yang lain untuk memperhatikan dan langsung menganalisa terhadap

yang didemonstrasikan oleh siswa yang ditunjuk guru tersebut.

6. Guru akan meminta kepada siswa hasil analisisnya terhadap apa yang telah didemonstrasikan oleh siswa yang lainnya baik secara perorangan maupun secara kelompok yang telah dibentuk oleh guru.
7. Guru akan membuat kesimpulan dan refleksi.
8. Guru akan memberikan penilaian dan mengakhiri pertemuan (Nasution, 2004:11).

Untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar lempar cakram di samping metode yang baik motivasi siswa juga mendukung untuk tercapainya prestasi karena motivasi ini adalah hal juga tidak kalah pentingnya dengan metode pembelajaran. Oleh karena itu motivasi juga harus dimiliki oleh siswa yang berada pada sekolah yang akan penulis teliti.

Sarana dan prasarana juga harus dimiliki oleh sekolah, supaya terciptanya pembelajaran yang utuh yang tidak ada pertanyaan dibenak seorang siswa. Seperti bagaimana bentuk cakram itu, Sarana dan prasarana juga harus standar nasional

untuk menambah pengetahuan siswa tentang bentuk lempar cakram itu sendiri.

Berdasarkan hasil pra survey yang penulis lakukan terhadap lempar cakram pada mata pelajaran pendidikan jasmani di SMP YLPI Marpoyan, ini banyak yang harus dibenahi dalam menyampaikan materi kepada siswa terutama materi lempar cakram. Adapun salah satunya yaitu siswa tidak tepat dalam melaksanakan teknik dasar lempar cakram seperti pada penempatan pegangan cakram diruas jari tangan, penempatan posisi tubuh pada saat melemparkan cakram, cara mengayunkan cakram dan cara tolakan kaki pada saat melepaskan cakram. Karena siswa tidak memperhatikan teknik-teknik yang benar dalam lempar cakram itu sendiri, kemudian guru ingin merubah metode lama dengan metode yang baru, apabila di lihat dari segi motivasi, motifasi siswa pun kurang dalam materi lempar cakram ini, siswa kurang berminat dalam materi lempar cakram karena menurut siswa materi lempar cakram kurang menyenangkan, sedangkan sarana dan prasarananya pun di sekolah tersebut kurang banyak, tidak sebanding dengan banyak siswa.

Padahal menurut penulis akan lebih baik apabila siswanya memperhatikan teknik yang benar dalam lempar cakram. Dengan memilih metode ajar yang baik dalam materi penjas, Metode Demonstrasi adalah siswa mempraktekan langsung materi yang telah disampaikan oleh guru. Kemudian motivasi siswa juga harus ditumbuhkan dalam pembelajaran, dan sarana prasaranya pun harus sebanding dengan banyak siswanya, untuk memperlancar proses pembelajaran di sekolah tersebut.

Dari uraian di atas, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul *“Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru melalui Metode Demonstrasi”*

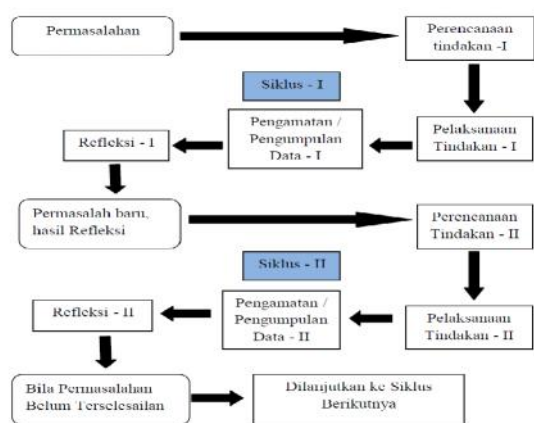
B. Metode Penelitian

Sesuai dengan masalah dan pertanyaan yang dikemukakan, maka jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, yang bertujuan untuk memperbaiki serta meningkatkan mutu pembelajaran di kelas sekaligus pemecah masalah yang dihadapi selama proses belajar mengajar.

Model Kur Lewin merupakan

model pertama dalam PTK yang diperkenalkan pada tahun 1946, dan merupakan acuan pokok atau dasar dari berbagai model PTK yang lain. Konsep PTK Kur Lewin, bahwa dalam satu Siklus PTK terdiri dari empat langkah, yaitu (1) Perencanaan (*Planning*). (2) Aksi atau tindakan (*Acting*). (3) Observasi (*Observing*). (4) Refleksi (*Reflecsing*). (Lewin: 1990) dalam (Sagala, 2003:23)

Selanjutnya, (Supardi, 2006:16) menjelaskan bahwa penelitian ini mempunyai Siklus yang terdiri dari 4 fase, yaitu: Perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Jika pada Siklus 1, target keberhasilan belum dicapai maka dilanjutkan pada Siklus ke 2 Dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Rancangan Penelitian

Sumber: Supardi(2006:16)

Subjek dalam penelitian ini adalah

siswa/siswi kelas VIII^a di SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru Tahun Ajaran 2011/2012 dengan jumlah siswa sebanyak 24 orang yang terdiri dari 12 laki-laki dan 12 perempuan, sedangkan KKM yang telah ditetapkan oleh guru penjas disekolah tersebut kriteria ketuntasan minimal (KKM) mata pelajaran Penjaskes di SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru adalah 75 (tujuh puluh lima) dan kreteria ketuntasan bagi kelasnya adalah 80%.

Aspek yang berhubungan dengan kegiatan ini, yaitu aspek psikomotor, dalam tes unjuk kerja dapat dilihat pada tabel 1 dibawah berikut ini.

Tabel 1. Rubrik Penilaian Unjuk Kerja dalam Lempar Cakram

No	Aspek yang Dinilai	Kualitas Gerak			
		1	2	3	4
1.	Teknik memegang cakram				
2.	Posisi badan saat akan melempar cakram				
3.	Arah gerakan lengan saat melempar cakram ke depan atas				
4.	Posisi kaki pada saat mengayunkan cakram				
5.	Pelepasan cakram dari pegangan tangan				
6.	Posisi badan dibawa ke depan setelah melempar cakram				
Jumlah					
Skor maksimal 24					

Sumber: Buku pendidikan jasmani dan kesehatan kelas 2

Data yang penulis peroleh dikumpulkan dan kemudian dianalisis data yaitu sebagai berikut:

Nilai Tes Unjuk Kerja:

$$\frac{\text{Jumlah Skor yang diperoleh} \times 100}{\text{Jumlah Skor Maksimal}}$$

a. Teknik Analisa Data

Ketuntasan individu tercapai apabila siswa mencapai 75% dari hasil tes atau nilai 70. Ketuntasan klasikal tercapai apabila 80% dari seluruh siswa mampu melakukan teknik dasar lempar cakram dengan benar dengan nilai minimal 75. Maka kelas itu dikatakan tuntas. Adapun rumus yang dipergunakan untuk menentukan ketuntasan klasikal sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

P = Angka persentase ketuntasan klasikal

F = Frekuensi siswa yang tuntas

N = Jumlah siswa (Sudijono, 2009:43)

b. Aktivitas guru

Aktivitas guru selama kegiatan belajar mengajar dengan metode demonstrasi yang dibukukan pada observasi dengan rumus:

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Yang didapat}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100$$

Tabel 2. Interval Kategori Aktivitas Guru

No	Interval	Kategori
1.	90 sd 100	Sangat Baik
2.	70 sd 89	Baik
3.	50 sd 69	Sedang
4.	30 sd 49	Kurang
5.	10 sd 29	Sangat Kurang

Sumber: KTSP (2006:367)

c. Aktifitas Siswa

Secara filosofis, guru memiliki tugas utama mengajar di kelas, menangani bimbingan dan konseling, dan mengelola sekolah. Dengan demikian yang menjadi subyek penelitian adalah situasi di kelas individu siswa dan disekolah. Para guru atau kepala sekolah dapat melakukan kegiatan penelitiannya tanpa harus pergi ketempat lain seperti para peneliti konvensional pada umumnya. (Trianto, 2010:18).

Tabel 3. Interval Kategori Kemampuan Lempar Cakram Siswa

No	Interval	Kategori
1.	90 sd 100	Sangat Baik
2.	70 sd 89	Baik
3.	50 sd 69	Sedang
4.	30 sd 49	Kurang
5.	10 sd 29	Sangat Kurang

Sumber: KTSP (2006:367)

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Langkah-langkah dalam PTK merupakan satu daur atau Siklus yang terdiri dari: 1) Merencanakan perbaikan. 2) Tindakan 3) Mengamati dan melakukan refleksi. Penelitian tindakan kelas ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar lempar cakram siswa kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru dengan menerapkan Metode Demonstrasi. Sedangkan yang menjadi peneliti yaitu penulis sendiri dan yang menjadi observer guru penjaskes kelas VIII^a.

Tes hasil data awal ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan teknik dasar lempar cakram siswa kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru Pada Data Awal Berdasarkan Norma Penilaian

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1.	90-100	0	0	Sangat baik
2.	70 -89	2	8	baik
3.	50 - 69	20	83	Cukup
4.	30 - 49	2	8	Kurang
5.	10-29	0	0	Sangat kurang
Jumlah		24	100	

Sumber: Data Hasil Olahan Penelitian 2011

Berdasarkan pada tabel di atas, diketahui bahwasanya kemampuan siswa dalam menguasai teknik dasar lempar cakram tergolong tidak tuntas karena nilai rata-rata siswa 58% tidak sesuai dengan yang diharapkan. Dari 24 orang siswa hanya 2 orang siswa yang tergolong tuntas. Oleh karena itu dibutuhkan tindakan untuk memperbaiki kembali kemampuan teknik dasar lempar cakram pada siswa.

Distribusi kegiatan siswa Siklus I kemampuan teknik dasar lempar cakram dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru Pada Siklus I Berdasarkan Norma Penilaian

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1.	90-100	7	29	Sangat baik
2.	70 -89	17	71	baik
3.	50 - 69	0	0	Cukup
4.	30 - 49	0	0	Kurang
5.	10-29	0	0	Sangat kurang
Jumlah		24	100	

Sumber: Data Hasil Olahan Penelitian 2011

Dari data tabel 5 di atas diperoleh peningkatan yang terjadi pada masing-masing siswa pada Siklus I mengalami perubahan nilai tes. Peningkatan

kemampuan teknik dasar lempar cakram dapat dilihat perubahan yang sangat signifikan antara data awal dengan Siklus I, dimana pada data awal hanya 2 orang saja yang mendapatkan nilai di atas rata-rata. Sedangkan pada Siklus I ini terjadi peningkatan pada semua aspek penilaian, dengan jumlah peningkatan sebesar 100% dari seluruh siswa.

Adapun hasil observasi aktifitas guru dapat dikemukakan bahwa untuk memberikan kesempatan pada siswa dalam menerapkan konsep dengan menggunakan metode demonstrasi, guru sudah memberi kesempatan dalam memberikan kebebasan terhadap siswa secara optimal untuk melakukan teknik dasar lempar cakram. Yang dimaksud dengan observasi disini yakni aktifitas guru ketika melakukan tindakan di dalam kelas dan ditempat praktik, sedangkan evaluasi dilakukan terhadap aktifitas siswa ketika mengikuti pelajaran baik di dalam kelas maupun ketika di tempat praktik yang dilakukan oleh pengamat dan observer.

Distribusi kegiatan siswa Siklus II kemampuan teknik dasar lempar cakram dapat dilihat pada tabel 6 berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Data Selisih Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru pada Siklus II Berdasarkan Norma Penilaian

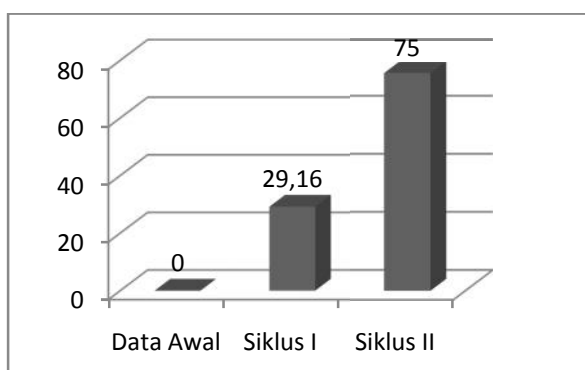
No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1.	90-100	18	75	Sangat baik
2.	70 -89	6	25	baik
3.	50 - 69	0	0	Cukup
4.	30 - 49	0	0	Kurang
5.	10-29	0	0	Sangat kurang
Jumlah		24	100	

Sumber: Data Hasil Olahan Penelitian 2011

Dari tabel di atas peningkatan terjadi kembali pada masing- masing siswa Siklus II mengalami perubahan nilai tes. Peningkatan kemampuan teknik dasar lempar cakram dapat dilihat perubahan yang sangat signifikan antara Siklus I dan Siklus II, dimana pada Siklus I presentase 90sd100 hanya 7 orang yang mendapatkan nilai yang sangat baik. Kemudian pada Siklus II ini siswa yang mendapatkan nilai yang sangat baik berjumlah 18 orang, disini dapat diketahui bahwa penerapan metode demonstrasi terjadi peningkatan pada presentase penilaian dengan jumlah peningkatan sebesar 46% dari seluruh siswa.

Adapun hasil observasi aktifitas guru Siklus II dapat dikemukakan bahwa, secara garis besar aktivitas guru tergolong sangat baik dengan nilai presentase 87%. Maka dapat dikategorikan (Sangat Sempurna).

Untuk lebih jelasnya peningkatan Data Awal, Siklus I, dan Siklus II dapat dilihat pada gambar berikut ini, dimana terjadi peningkatan yang sangat signifikan baik dari Data Awal, Siklus I, dan Siklus II:



Gambar 2. Distribusi Frekuensi Data Selisih Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru pada Data Awal, Siklus I, dan Siklus II Berdasarkan Norma Penilaian

D. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan. Penerapan Metode Demonstrasi dapat meningkatkan

Kemampuan Teknik Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII^a SMP YLPI P. Marpoyan Kota Pekanbaru Tahun Ajaran 2011/2012.

Sesuai dengan hasil kesimpulan dalam penelitian ini, maka dapat dikemukakan beberapa saran untuk perbaikan ke depannya, seperti dilihat di bawah ini:

1. Hendaknya setiap guru bidang studi khususnya guru pendidikan jasmani lebih inovatif untuk membuat dan menerapkan metode-metode yang baru agar dapat meningkat hasil belajar siswa.
2. Karena penelitian ini penelitian tindakan kelas maka sampel yang penulis ambil adalah seluruh siswa kelas VIII^a SMP YLPI, maka bagaimanapun juga penelitian ini belum dapat mengungkap keadaan yang sebenarnya. Untuk itu terbuka bagi siapa saja yang berkecimpungan dalam olahraga untuk mengadakan penelitian yang sama dengan mempergunakan sampel yang lebih besar.
3. Sehingga guru penjas kes diharapkan dapat mempergunakan Metode

Demonstrasi dalam proses belajar mengajar.

4. Diharapkan kepada guru penjaskes agar dapat melakukan penelitian dengan menggunakan metode demonstrasi pada cabang yang lainnya.

Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional.

____. 2006. *Panduan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) SD/MI*. Jakarta: BP. Dharma Bhakti.

Daftar Pustaka

- A. Car, Gerry. 2003. *Atletik*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- Gayo, dkk, 2011. *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: CV. Mawar Gempita.
- Kosasih, Ekos.1993. *Pendidikan Jasmani Olahraga*. Jakarta: Erlangga.
- Mane, Mc Fred. 2000. *Dasar-Dasar Atletik*. Bandung: Angkasa.
- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. Jakarta:: Erlangga.
- Nasution, Ali. 2004. *Alternatif Strategi Pembelajaran*. Jakarta:Angkasa.
- Sagala, Syaiful. 2010. *Konsep Dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfa Beta Bandung.
- Sudijono, Anas. 2009. *Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Supardi, Suhardjono dkk. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Trianto, 2011. *Panduan Lengkap Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Prestasi Pustaka Karya.