



Motivasi Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Bola pada Siswa SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin

Abdu Rakhman¹, Ferri Hidayad², Puput Sekar Sari³

¹⁻³ Universitas PGRI Palembang, Indonesia

Alamat: Jln A. Yani Lrg Gotong royong 9/10 Ulu Plaju Palembang

Korespondensi penulis: abdurakhman881@gmail.com

Abstract: *The problem in this research is how many factors influence students' motivation in taking part in extracurricular football activities at SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin, including intrinsic and extrinsic factors. This research aims to identify how much factors influence student motivation in participating in extracurricular football activities at school, including intrinsic and extrinsic factors. This research is quantitative research using motivational methods and collecting information or data using questionnaires. Based on the results of the research carried out using the questionnaire method, the results showed that in general the motivation of students in participating in extracurricular football at SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin was in the very high category. This is shown by the percentage value obtained from student motivation of 55% which is categorized as very high while 45% is categorized as high. Based on the results of the research and discussion above, extracurricular football at SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin is in the very high category.*

Keywords: *Student Motivation, Extracurricular, Football*

Abstrak: Masalah pada penelitian ini adalah seberapa besar faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa dalam mengikuti bagian dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola pada SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin, termasuk faktor-faktor intrinsik dan ekstrinsik. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi seberapa besar faktor-faktor yang memengaruhi motivasi siswa dalam partisipasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di sekolah, termasuk faktor-faktor intrinsik dan ekstrinsiknya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode motivasi dan pengumpulan informasi atau data menggunakan angket (Kuesioner). Berdasarkan dari hasil penelitian telah dilaksanakan dengan menggunakan metode angket (kuesioner) didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa secara umum motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola pada SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin masuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai hasil persentase yang didapat dari motivasi siswa sebesar 55 % dikategorikan sangat tinggi sedangkan sebesar 45 % dikategorikan tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin masuk dalam kategori sangat tinggi.

Kata Kunci : Motivasi Siswa, Ekstrakurikuler, Sepak Bola

1. LATAR BELAKANG

Setiap orang memiliki kebutuhan dasar untuk terlibat dalam olahraga secara teratur guna menjaga kesehatan umum yang baik. Ada berbagai macam cara dan jenis olahraga, mulai dari yang ringan hingga yang intens. Melakukan olahraga tidaklah sulit. Bahkan aktivitas sederhana seperti berjalan bolak-balik dalam kegiatan sehari-hari dianggap sebagai olahraga karena dapat menggerakkan tubuh dan membakar kalori (Kenniadi, Paryadi & Ismawan, H. 2021).

Menurut (Sardiman 2010:75), upaya untuk menciptakan keadaan tertentu yang memotivasi seseorang untuk berperilaku disebut motivasi. Ketika seseorang tidak mengambil bagian dalam kegiatan ini, mereka mungkin ingin menyingkirkan atau menghindari emosi tidak menyenangkan yang menyertainya. Dengan kata lain, motivasi bisa dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi dorongan utamanya berasal dari dalam diri individu.

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah memainkan peran penting dalam perkembangan siswa di luar aspek akademis. Sepakbola merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin. Dengan memahami motivasi siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler sepak bola, akan membantu mengidentifikasi beberapa aspek yang memengaruhi minat mereka terhadap olahraga tersebut

Pertumbuhan pengetahuan dan kemampuan siswa selama proses pembelajaran sangat terbantu oleh pendidikan. Pendidikan merupakan proyek penting yang bertujuan untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia (Saleh & Malinta, 2020), sebagaimana didukung oleh penelitian (Ismaya, 2015). Pendidikan karakter merupakan upaya untuk meningkatkan kapasitas seseorang dalam berperilaku positif melalui pendidikan. Pendidikan karakter didefinisikan sebagai perolehan berbagai kemampuan yang memberdayakan manusia untuk menjadi makhluk yang taat (menjalankan perintah Tuhan) dan mengambil peran kepemimpinan dalam masyarakat (Dimiyati, 2019).

Kemampuan pemain sepak bola dalam mengolah bola di lapangan membuat olahraga ini menarik untuk ditonton. Kemampuan pemain dalam menggiring bola menjadi salah satu daya tarik tersendiri bagi penggemar olahraga ini (Hartati et al, 2020). Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah memainkan peran penting dalam pengembangan siswa di luar aspek akademis. Sepakbola merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMP Negeri 1 Talang Kelapa, Banyuasin. Dengan mengetahui alasan siswa mengikuti ekstrakurikuler sepak bola, akan membantu mengidentifikasi variabel yang mempengaruhi partisipasi siswa dalam olahraga tersebut.

Kegiatan ekstrakurikuler diatur dengan waktu khusus sesuai kebutuhan untuk mendukung penguasaan materi pelajaran. SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin, sebuah lembaga pendidikan di Kabupaten Banyuasin, juga menaruh perhatian besar pada kegiatan ekstrakurikuler bagi siswanya dalam lingkup pendidikan ini.

Pendidikan memiliki potensi untuk memperluas pengetahuan dan keterampilan siswa melalui proses belajar. Ekstrakurikuler, sebagai aktivitas di luar jam pelajaran reguler, umumnya dilakukan setelah jam pelajaran sekolah atau saat hari libur. Kegiatan ini telah

diadopsi di berbagai sekolah menengah dengan tujuan memperkaya bakat dan keterampilan siswa untuk meningkatkan suatu motivasi siswa dalam kegiatan yang di senangi.

Pendidikan sangat penting untuk meningkatkan kualitas setiap orang sebagai manusia (Saleh & Malinta, 2020), didukung oleh temuan penelitian (Ismaya, 2015). Pendidikan karakter mencakup pengembangan kemampuan individu untuk berperilaku yang baik, dengan fokus pada peningkatan berbagai aspek yang menjadikan manusia sebagai individu yang menghormati nilai-nilai spiritual, serta mempersiapkan mereka untuk mengemban tanggung jawab kepemimpinan di dunia (Dimiyati, 2019).

Motivasi bisa dikatakan sebagai serangkaian usaha bahwa motivasi merupakan rangkaian upaya untuk menciptakan situasi-situasi tertentu yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu dengan motivasi, dan untuk menghindari atau mengurangi perasaan tidak nyaman jika tidak melakukannya. Meskipun motivasi bisa dipicu oleh faktor-faktor eksternal, inti sebenarnya berasal dari dorongan internal individu.

2. KAJIAN TEORITIS

Pengertian Motivasi

Setiap orang mempunyai keadaan internal, dan keadaan ini mempengaruhi cara mereka menjalani kehidupan sehari-hari. "Motivasi" adalah salah satu kondisi interior tersebut.

Motivasi menurut (Komarudin, 2015:23) diartikan sebagai “menggerakkan” atau “mendorong seseorang untuk bergerak” karena dalam bahasa latin “*movere*” mengandung arti “bergerak”. Berangkat dari sudut pandang Djiwandono dalam (Komarudin, 2009:329), ia menjelaskan bahwa motivasi dapat diibaratkan dengan mesin (intensitas), arah, dan kemudi (*direction*) sebuah mobil. Sulit untuk membedakan antara intensitas dan arah karena tingkat motivasi yang digunakan dalam suatu tindakan bergantung pada keduanya.

(Sardiman, 2010:75), menyatakan bahwa motivasi juga dapat diartikan sebagai serangkaian tindakan yang dilakukan untuk menciptakan kondisi yang diperlukan agar seseorang ingin mencapai sesuatu dan jika tidak mencapainya, mencoba untuk menyuplai atau menghindari emosi yang tidak menyenangkan tersebut. Jadi, meskipun motivasi dapat dipengaruhi oleh kekuatan luar, motivasi tersebut berkembang dalam diri individu.

Motivasi merupakan faktor kunci yang mendorong tindakan manusia, maka motivasi mempunyai pengaruh yang signifikan dalam kehidupan seseorang. Seseorang dapat memotivasi dirinya sendiri untuk berlatih, berusaha keras, dan bertahan dalam tugas atau latihan. Sebagai kekuatan internal yang mendorong seseorang untuk bertindak, motivasi

sangatlah penting dan menduduki peringkat pertama di antara konsep pelatihan. Metode latihan seseorang akan ditentukan oleh motivasinya.

Menurut (Sondang P Siagian, 2012: 138) motivasi adalah dorongan yang menggerakkan seseorang untuk menggunakan sumber daya yang dimilikinya seperti pengetahuan, keterampilan, waktu, tenaga, dan upaya untuk melaksanakan serangkaian tugas yang merupakan bagian dari tugas dan kewajibannya guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Kekuatan internal dan lingkungan yang memaksa seseorang untuk mengubah perilakunya disebut motivasi. Hal tersebut ditandai dengan tanda-tanda sebagai berikut, menurut (Hamzah B. Uno, 2010:10). kemauan dan dorongan untuk berpartisipasi dalam kegiatan, adanya harapan dan tujuan, adanya rasa hormat dan kesadaran diri, tersedianya kegiatan yang menarik, serta tersedianya dukungan dan kewajiban untuk berpartisipasi.

Ekstrakurikuler

Berdasarkan Departemen Pendidikan & Kebudayaan, kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan di sekolah di luar jam pelajaran dengan tujuan untuk menambah wawasan peserta didik, membina hubungan dengan teman sebaya, menyalurkan hobi dan kemampuan, serta menunjang perkembangan karakter peserta didik secara utuh (Said Junaidi, 2003:18).

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan dalam cabang olahraga tertentu sesuai dengan minat dan kemampuan pesertanya. (Said Junaidi, 2003:18).

Di bawah pengawasan langsung guru, anak-anak dapat mengembangkan karakter positif mereka melalui kegiatan yang berlangsung selama jam pelajaran wajib. Individu yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler diberi kebebasan untuk memilih kegiatan yang sesuai dengan minat mereka. Metode ini mengembangkan kemampuan dan keterampilan siswa dalam industri pilihan mereka sekaligus mendorong pandangan positif.

Pengertian Sepak Bola

Sepak bola adalah olahraga beregu yang di dalamnya terdapat seorang penjaga gawang dalam setiap regu yang beranggotakan sebelas pemain. Meskipun penjaga gawang dapat menggunakan tangannya di dalam area gawang dalam beberapa situasi, sebagian besar permainan dimainkan dengan kaki (Sucipto, 2000:7). Pemain dari dua tim yang berlawanan berkompetisi dalam olahraga sepak bola, mencoba menghentikan bola agar tidak masuk ke gawang mereka sendiri sambil juga mencoba mencetak gol dengan menendang bola ke gawang lawan. (Subagyo Irianto, 2010:3).

Berbagai macam orang dapat menikmati olahraga sepak bola yang populer. Selisih gol antara kedua tim biasanya menentukan hasil pertandingan. Penelitian yang menunjukkan bahwa sepak bola memiliki daya tarik yang luas di antara masyarakat semakin memperkuat hal ini. (Journal & Kurniawan, 2021). Di Indonesia, sepak bola merupakan olahraga yang sangat populer. Sepak bola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 pemain, termasuk seorang penjaga gawang, dan bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Ada empat wasit yang memimpin pertandingan. Dalam sepak bola, ada empat posisi: penjaga gawang, bek, gelandang, dan penyerang.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan strategi penelitian kuantitatif, pengumpulan data atau informasi melalui survei dan penerapan teknik motivasi. Penelitian kuantitatif menurut (Sugiyono : 8) Metodologi penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, didasarkan pada filsafat positivis. Untuk penelitian kuantitatif, sampel yang dipilih secara acak biasanya digunakan sehingga hasilnya dapat diterapkan pada seluruh populasi tempat sampel diambil. Komponen kuantitatif dari penelitian ini berusaha menjelaskan mengapa siswa di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola.

Penelitian dilaksanakan di Banyuasin pada SMP Negeri 1 Talang Kelapa. Siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler menjadi fokus utama.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Pengelolaan data dari penelitian ini berupa kumpulan tanggapan partisipan terhadap komentar yang diberikan dalam kuesioner tentang motivasi siswa SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin untuk mengikuti ekstrakurikuler sepak bola tahun 2024. Penelitian ini menggunakan data kuantitatif untuk analisis. Informasi yang dinyatakan dalam bentuk angka disebut data kuantitatif. Selanjutnya, data kuantitatif berupa temuan angka mengenai motivasi siswa dalam mengikuti program sepak bola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin yang dihitung melalui teknik statistik yang menggunakan rumus persentase deskriptif.

Hasil analisis data ditampilkan dengan cara menjumlahkan angka-angka dan membandingkannya dengan total yang diharapkan yang diperoleh dari persentase. Pernyataan kuantitatif kemudian digunakan untuk menginterpretasikan nilai persentase ini. Strategi ini

bertujuan untuk mempermudah pemahaman hasil akhir guna mengkualifikasi temuan penelitian.

Mengetahui motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin tahun 2024 merupakan tujuan utama penelitian ini. Responden akan mengisi kuesioner untuk mendapatkan data. Setelah itu, data tersebut akan diolah dengan menggunakan teknik deskriptif persentase. Melalui pernyataan-pernyataan dalam kuesioner, dapat diketahui hasil rumus deskriptif persentase yang diterapkan pada survei motivasi siswa mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin.

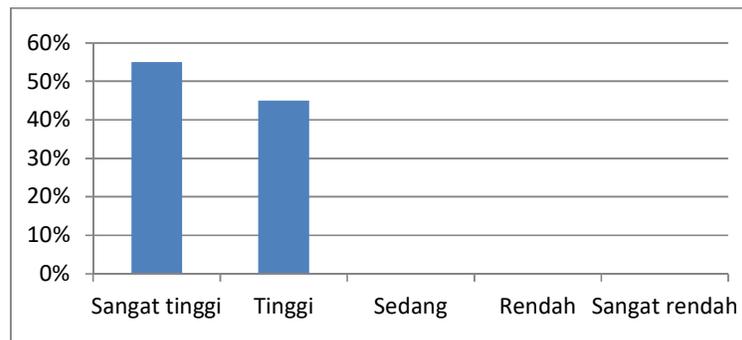
Berdasarkan jawaban mereka terhadap sub-indikator, siswa yang mengikuti program ekstrakurikuler sepak bola termotivasi, sebagaimana ditentukan oleh variabel minat. Tujuan dari studi penyebaran kuesioner adalah untuk mengetahui seberapa besar motivasi siswa untuk mengikuti program ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin pada tahun 2024. Evaluasi ini, yang memperhitungkan motivasi siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler sepak bola, didasarkan pada informasi yang dikumpulkan di lapangan dan kemudian analisis statistik, sebagaimana ditunjukkan pada tabel di bawah ini :

Tabel.1 Hasil Motivasi siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak bola

No	Responden	Skors	Hasil	Kategori
1.	AR	122	87,14	Sangat Tinggi
2.	DS	107	76,42	Tinggi
3.	MZ	99	70,71	Tinggi
4.	RP	119	85,00	Sangat Tinggi
5.	MA	120	85,71	Sangat Tinggi
6.	MR	98	70,00	Tinggi
7.	NA	119	85,00	Sangat Tinggi
8.	RA	121	86,42	Sangat Tinggi
9.	MO	100	71,42	Tinggi
10.	MM	98	70,00	Tinggi
11.	MU	99	70,71	Tinggi
12.	RB	99	70,71	Tinggi
13.	RF	102	72,8	Tinggi
14.	MK	95	67,8	Tinggi
15.	MW	100	71,42	Tinggi
16.	AZ	140	100	Sangat Tinggi
17.	RS	139	99,2	Sangat Tinggi
18.	EA	105	75,0	Tinggi
19.	LA	140	100	Sangat Tinggi
20.	YN	134	95,7	Sangat Tinggi
Total		2246	1611,16	
Rata-rata		80,21	80,55	Sangat Tinggi

Tabel.2 Persentase Hasil Motivasi siswa

No	Responden	Total Skor	Persentase	Kriteria
1	11	80,21	55%	Sangat tinggi
2	9		45%	Tinggi
3	0		0%	Sedang
4	0		0%	Rendah
5	0		0%	Sangat rendah



Gambar.1 Persentase Hasil Motivasi siswa

Berdasarkan informasi pada tabel, dari total jawaban yang diterima, sebanyak 20 responden mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa. Dari jumlah tersebut, sebanyak 11 responden atau 55% mendapat nilai sangat tinggi untuk keikutsertaan mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin. Selanjutnya, sebanyak 9 dari 45% responden mendapat nilai tinggi untuk keikutsertaan, yang menunjukkan bahwa motivasi siswa berada pada rentang sangat tinggi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan pendekatan angket, sebagian besar siswa SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin tahun 2024 memiliki motivasi yang sangat tinggi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Hal ini dibuktikan dengan hasil persentase yang menunjukkan bahwa 45% siswa memiliki motivasi yang tinggi dan 55% siswa memiliki motivasi yang sangat tinggi.

Pada tahun ajaran 2024, motivasi belajar SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin yang tinggi dipengaruhi oleh berbagai sebab internal dan eksternal, terbukti dari meningkatnya hasil presentase yang diperoleh dari kedua nilai pada penelitian yang dilakukan.

Jawaban terperinci untuk sub-indikator frekuensi, durasi, pengorbanan, prestasi, dan popularitas digunakan untuk menentukan unsur-unsur internal yang memengaruhi motivasi untuk kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Sub-indikator kesenangan, keterlibatan sosial, kepercayaan diri, pengakuan, dan proporsi tubuh digunakan untuk memeriksa lebih lanjut.

Salah satu faktor pendukung dalam olahraga Ekstrakurikuler ini ialah pendanaan, ditambah dengan semakin tersedianya sarana dan prasarana yang memadai, merupakan komponen pendukung terpenting dalam kegiatan ekstrakurikuler sepak bola. Wawancara dengan tokoh masyarakat Palembang mengenai pendanaan mengungkapkan bahwa sumbangan anggota, produksi barang yang layak dipasarkan, dan kerja sama dengan sponsor daerah merupakan sumber pendapatan utama. Bahkan tanpa dukungan pemerintah, pendanaan sangat penting bagi penyelenggaraan ekstrakurikuler sepak bola.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin Tahun 2024 masuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai hasil persentase yang didapat dari motivasi siswa sebesar 55 % dikategorikan sangat tinggi sedangkan sebesar 45 % dikategorikan tinggi.

Saran

Peneliti memberikan saran berikut berdasarkan temuan penelitian yang telah dibahas diantaranya :

1. Agar guru dapat mempedomani ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa.
2. Agar siswa semakin giat mengikuti ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa.
3. Agar sekolah memperbaiki dan melengkapi seluruh fasilitas sekolah, ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa bagi siswa.
4. Untuk peneliti selanjutnya, untuk mengembangkan ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 1 Talang Kelapa Banyuasin.

6. DAFTAR REFERENSI

- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:PT. Rineka Cipta.
- D.P. Danarjati dkk. (2013). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Dimiyati A. (2019). Tingkat Kejenuhan Guru dalam Mengajar Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Penjas*.
- Firdaus, Chandra Zakiyah, and Endang Sri Wahyuni. 2023. "Motivasi Siswa Peserta Ekstrakurikuler sepak bola di SMA Taman Siswa Mojokerto." 7.
- Ferrari Valentino, Ricky, and M Iskandar. 2020. "Identifikasi Minat Siswa Pada Ekstrakurikuler sepak bola." *Jurnal Master Penjas & Olahraga* 1(1): 47–54. doi:10.37742/jmpo.v1i1.7.
- Gani, Abdul, Bambang Ismaya, and Akhmad Dimiyati. 2021. "Survei Minat Siswa dalam Mengikuti Ekstrakurikuler SepakBola Di SMPN 1 Lemahabang Karawang." *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga* 4(2): 47. doi:10.31602/rjpo.v4i2.5293.
- Hamzah B.Uno. (2006). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan Olahraga*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Hidayad W. (2017). *Buku Pintar Sepak Bola*. Jakarta: Anugrah.
- Ismaya B. (2015). Model Kepemimpinan Sekolah Berkarakter Untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan Bambang. *Jurnal Pendidikan Unsika*. Kenniadi, Paryadi, &. I. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 8 Malinau. *Borneo Physical Educatio Journal*, 2.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental Dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung : Alfabeta.
- Saleh, M.S., & Malinta S.S . (2020). *Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani* . Di smpn 30 makassar Kinestetik.
- Simanjuntak, Victor G, and Fitriana Puspa Hidasari. "Minat Dan Motivasi Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola Smp Kemala Bhayangkari I Sungai Raya."
- Sardiman. (2010). RajaGrafindo Perkasa. *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT.
- Sucipto. (2016). *Sepak Bola Latihan dan Strategi*. Jakarta: Jaya Putra.
- Subagyo Irianto. (2010). *Pengembangan Tes Kecakapan "David Lee" untuk sekolah sepak bola (SSB) Kelompok Umur 14-15 tahun*. Tesis. Yogyakarta :PPs UNY.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* Bandung: Alfabeta.
- Said Junaidi. (2003). *Pembinaan Olahraga Usia Dini* . Semarang : UNNES.