



Tulip 12 (2) (2023): 128-136

TULIP

(TULISAN ILMIAH PENDIDIKAN)

JURNAL FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

<https://jurnal.ubest.ac.id>



PENERAPAN LATIHAN *PUSH UP* UNTUK MENINGKATKAN PUKULAN (*SMASH*) DALAM PERMAINAN CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS

Ahmad Yanuar Syauki¹, Aden Wijaya², Sayful Bahri³

^{1,2} Universitas Bestar, Indonesia

³ Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Penulis Korespondensi: aysyauki@yahoo.com¹, wijayaaden@gmail.com²,

Sayfulbahri168@gmail.com³

ABSTRACT

Badminton is a sport where one (single) or tow pairs (double) play a racquetball. In the tnagkis' fur game must master vaitu's basic techniques for graphing, basice ngineering, and blow techniques as well smash, netting, lob, drive and clear the purpose of research for vang literature studies consists of a number of primary and secondary sources this is evident in studiesthat have been done by some erlier researchers has the reserch that USES Eksperi mental research methods also yielded positif result in a smash at a badminton game.

Keywords : *Application, Practice push up, badminton game*

ABSTRAK

Bulutangkis atau *Badminton* adalah suatu olahraga yang menggunakan raket yang di mainkan oleh satu orang (Tunggal) atau dua pasangan (Ganda) yang saling berlawanan. Dalam permainan bulutnagkis harus menguasai teknik dasar yaitu cara memegang raket, teknik dasar *servis* serta teknik pukulan . Adapun teknik pukulan yaitu pukulan *smash*, Pukulan *netting*, pukulan *lob*, pukulan *drive* dan pukulan *clear* . Tujuan penelitian studi literatur yang terdiri dari beberapa sumber primer dan sekunder. Hasil penelitian ini dapat di simpulkan bahwa Penerapan Latihan *Push Up* Untuk Meningkatkan Pukulan (*Smash*) Dalam Permainan Cabang Olahraga Bulutangkis. Hal ini terbukti pada penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti yang terdahulu. Hasil Penelitian yang menggunakan metode penelitian eksperimen juga memiliki hasil penelitian yang berpengaruh positif dalam pukulan *smash* pada permainan bulutangkis

Kata Kunci : *Penerapan, Latihan Push up, Pukulan Smash,*

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki sasaran paedagogis, oleh karena itu pendidikan kurang lengkap tanpa adanya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan fisik, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional-sportifitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan *holistic* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Menurut Supriatna¹ Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Olahraga bulutangkis atau badminton merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal di seluruh dunia. Walaupun asal usul jenis olahraga ini belum diketahui secara pasti, karena memang asal muasalnya jenis

olahraga ini telah dimainkan oleh beberapa Negara seperti Inggris dan India. Pada saat ini hampir semua Negara di permukaan bumi ini telah berlomba-lomba untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai teknik dan strategi permainan bulutangkis

Sedangkan Menurut Sanur² Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang terkenal di Indonesia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga sebagai ajang persaingan. *Shuttlecock* bulutangkis tidak dipantulkan ke lantai dan harus dimainkan di udara, sehingga permainan ini merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak reflek yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi.³

Dari permasalahan di atas, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan

¹Supriatna, *Pengaruh Pembelajaran Kooperatif Terhadap Hasil Belajar Tehnik Dasar Passing Bawah Bolavoli di SMPN 14 Pontianak. Jurnal Ilmu Keolahragaan*, Vol. 02. No. 42. Agustus 2015.

²Sanur, *JURNAL SPORTIF ISSN*. Vol. 02. No. 1. Mei 2016. 2477-3379. *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Atas Permainan Bulutangkis*. h.20

³ Tony Grice, *Bulu Tangkis*. (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2019), h.1

suatu penelitian yang berupa eksperimen dalam upaya untuk mengembangkan dan meningkatkan teknik pukulan *smash* (*king smash*) siswa dimana penelitian memformulasikan dalam judul, “Studi Literatur Penerapan Latihan *Push Up* Untuk Meningkatkan Pukulan (*Smash*) Dalam Permainan Cabang Olahraga Bulutangkis

Adapun alasan pemilihan judul ini adalah: (1) Dalam permainan bulutangkis, *smash* (*king smash*) memiliki manfaat yang sangat besar untuk meningkatkan kualitas permainan. (2) Pukulan *smash* (*king smash*) merupakan jenis pukulan menyerang dan mematikan yang memerlukan tenaga besar

LANDASAN TEORI

1. Pengertian *Push Up*

Push up merupakan jenis olahraga yang meningkatkan ketegangan otot pada saat otot dalam keadaan memanjang (excentrik) dan memendek (consentrik) yang melibatkan gerak persendian anggota badan (Sukadiyanto, 2010: 92). *Push up* adalah berbaring dengan sikap telungkup, kedua tangan dilipat disamping badan, kedua tangan menekan lantai dan diluruskan, sehingga badan terangkat, sedangkan badan diusahakan lurus dalam satu baris dari kepala sampai kaki. *Push up* dilakukan naik turun dimana tenaga dipusatkan pada kedua lengan untuk menahan berat badan sendiri⁴

Pada latihan *push-up* bertujuan untuk melatih kekuatan dan daya tahan otot

lengan. Adapun cara melakukannya adalah: (1) tidur telungkup, kedua kaki rapat lurus ke belakang dengan ujung kaki bertumpu pada lantai, (2) kedua telapak tangan menapak dilantai di samping dada, jari-jari menghadap ke depan, siku lurus, (3) turunkan badan sampai kedua siku menekuk, posisi kepala, badan, dan tungkai berada dalam satu garis lurus, (4) badan diangkat kembali ke atas kedua lengan lurus, posisi kepala, badan, dan tungkai tetap lurus, (5) lakukan gerakan ini berulang-ulang.⁵

Berdasarkan beberapa pendapat tentang pengertian *push up* maka dapat disimpulkan bahwa *push up* adalah gerakan untuk meningkatkan kekuatan, kecepatan, dan daya tahan otot lengan. Gerakan pada *push up* dapat dilakukan dengan menjaga posisi tengkurap, tangan di bawah bahu, kaki di tanah, dan punggung lurus, mendorong tubuh dan meluruskan lengan dengan lentur. Latihan *push up* mempengaruhi otot *triceps* yang melekat dibelakang dorsal lengan atas. Fungsi dari otot *triceps* adalah untuk ekstensi lengan, semakin kuat dan cepat *triceps* berkontraksi maka makin besar pula daya ekstensi yang akan ditimbulkan sehingga menghasilkan tolakan yang lebih jauh

Pada dasarnya latihan kekuatan dan kecepatan akan selalu melibatkan *unsure power*. *Power* merupakan hasil dari penggabungan antara kekuatan dan kecepatan. *Power* juga sangat berpengaruh dalam permainan bulutangkis.⁶

⁴Nurhasan, Tes dan Pengukuran. (FPOK Bandung : 2007), h 102

⁵ Suharjana. (2012). Diktat Kuliah Kebugaran Jasmani, (Yogyakarta Paska sarjana, UNY 2012) h.78-79

⁶ Dhedy Yulianawan, *Bulutangkis Dasar*, (Yogyakarta : CV Budi Utama, 2017). h 81

2. Pengertian Bulutangkis

Bulutangkis adalah permainan yang dimainkan satu lawan satu (*single*) atau dua lawan dua (*double*) dengan cara memukul kok (*shuttle cock*) menggunakan raket agar melewati net.⁷ Bulutangkis merupakan olahraga yang cukup tua usianya, mengingat olahraga bulutangkis setiap individu memiliki ketangkasan untuk memainkan olahraga ini. Olahraga bulutangkis kini banyak di gemari oleh sebagian besar masyarakat dan kini banyak masyarakat yang menganal olahraga tersebut. Perkembangan zaman berubah menjadi modern seperti sekarang ini olahraga bulutangkis bukan lagi hanya sebagai olahraga individual melainkan udah menjadi bagian dari tujuan pendidikan yaitu dalam pendidikan jasmani.

Tujuan permainan bulutangkis adalah berusaha untuk menjatuhkan shuttlecock di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul *shuttlecock* dan menjatuhkan di daerah permainan sendiri. Pada saat bermain berlangsung masing-masing pemain harus berusaha agar shuttlecock tidak menyentuh lantai di daerah permainan sendiri. Apabila shuttlecock jatuh di lantai atau menyangkut di net maka permainan berhenti⁸

Dari kutipan penulis, penulis simpulkan mengenai pengertian bulutangkis adalah permainan yang dapat dimainkan untuk nomor perorangan ataupun beregu dengan

menggunakan raket dan kock (*shuttle cock*) dapat dimainkan dilapang terbuka atau tertutup dengan dibatasi oleh net di tengah lapang.

3. Hubungan *Push Up* dengan ketepatan *Smash*

Push up adalah salah satu olahraga kekuatan yang berpungsi untuk menguatkan otot *bisep dan trisep*. "*push up* merupakan salah satu latihan daya tahan otot sederhana. Latihan ini dapat dilakukan tanpa memerlukan alat bantu.⁹

Push up adalah salah satu bentuk latihan kesegaran fisik, yang bertujuan untuk mengukur unsur kekuatan, ketahanan, dan ketahanan cardiovascular Koesnadi, Dkk, dalam Jurnal Tri Praja Kencana, 2015:4¹⁰

Salah satu faktor yang mempengaruhi ketepatan smash bulutangkis adalah *push up* untuk memperoleh kekuatan otot lengan. Kekuatan otot lengan merupakan daya dorong dari gerakan lanjutan lengan yang membuat hasil pukulan terhadap *shuttlecock* lebih kuat. Berdasarkan hal tersebut, jelas bahwa kekuatan otot lengan mempunyai hubungan yang erat dan mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan smash bulutangkis. Tanpa memiliki kekuatan otot lengan yang baik, jangan mengharapkan atlet dapat melakukan smash dengan baik. Kekuatan otot lengan yang baik memberikan dampak positif berkaitan

⁷ Dhedhy Yuliawan, *Bulutangkis Dasar*, (Yogyakarta : CV Budi Utama, 2017). h 11

⁸ Herman Subardjah, *Bulutangkis*, (Solo : CV "Seti Aji" Surakarta), h 13

⁹ Hadziq, Khairul, *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*. (Bandung: Yrama Widya, 2013), 106

¹⁰ Kencana, Tri Praja. Dkk. (2015). *Pengaruh Pelatihan dengan Pemberian Beban Push-Up Terhadap Hasil Belajar Tolak Peluru Smp Sapta Andika Denpasar*. Denpasar: Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

dengan penggunaan daya dalam melakukan suatu pukulan. Pemain yang memiliki kekuatan otot lengan yang lebih besar, maka akan lebih menguntungkan pada saat akan memukul *shuttlecock*

4. Alat dan Fasilitas Bulutangkis

Ada beberapa komponen-komponen yang ada dalam permainan bulu tangkis adalah sebagai berikut Peralatan dan Lapangan, diantaranya 1).Raket, 2).Shuttlecocks, 3). Lapangan Bulutangkis, dan 4).Alat Ukur Kecepatan Smash Bulutangkis

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi *literatur* yang dilakukan seseorang melalui penyelidikan yang hati-hati dan sempurna terhadap suatu masalah sehingga diperoleh pemecahan yang tepat terhadap masalah tersebut¹¹.

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif desainnya bersifat umum, dan berubah-ubah atau berkembang sesuai dengan situasi di lapangan. Sebagaimana yang dijelaskan oleh sugiono bahwa “ metode ini disebut dengan metode *interpretive* karena data hasil penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan”¹².

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian dengan model dari (Miles dan Huberman) yang terdiri dari tiga tahap, antara lain reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/verifikasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan data hasil penelitian terdahulu dan studi literatur yang sudah dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa adanya pengaruh penerapan Latihan *Push Up* untuk meningkatkan pukulan (*smash*) dalam permainan bulutangkis.

Penerapan Latihan *Push Up* untuk meningkatkan Pukulan (*Smash*) dalam permainan bulutangkis ada beberapa peneliti yang sudah melakukan penelitian yang serupa dengan hasil bahwa ada hubungan antara latihan push up dengan ketepatan dan kekuatan pukulan (*smash*) dalam permainan bulutangkis.

Berdasarkan analisis peneliti bahwa Latihan push up untuk meningkatkan kekuatan otot lengan dapat meningkatkan pukulan (*smash*) pada permainan bulutangkis hal ini disebabkan oleh adanya kekuatan lengan dan daya dorong yang maksimal sehingga smash yang dilakukan tepat sasaran dan smash yang dilakukan memiliki power. Dengan penerapan latihan *push up* secara kontinu saat sebelum melakukan permainan bulutangkis dapat menghasilkan kekuatan otot lengan dengan memiliki kekuatan otot lengan secara baik maka pukulan yang dihasilkan akan baik pula, baik ketepatan pukulan maupun kekuatan pukulan tersebut.

Pembahasan

Dalam penelitian ini sumber yang digunakan dalam pengumpulan data terdiri data primer yang terdiri dari Skripsi dan Jurnal dan data sekunder yaitu buku. Hasil

¹¹ Jamal Ma'mur Asmani.(2011). *tuntunan lengkap metodologi praktis penelitian pendidikan*.Diva Press. hlm 18

¹² Sugiono.(2011) *metode penelitian kombinasi (mixed method)*, Bandung: Alfabeta. hlm.12

penelitian yang diperoleh data 3 Skripsi, 4 Jurnal dan 2 Buku yang terkait dengan penerapan latihan *push up* untuk meningkatkan kekuatan pukulan (*Smash*) pada permainan bulutangkis.

Berdasarkan data hasil penelitian terdahulu dan studi literatur yang sudah dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa adanya pengaruh penerapan Latihan *Push Up* untuk meningkatkan pukulan (*smash*) dalam permainan bulutangkis.

Penerapan Latihan Push Up untuk meningkatkan Pukulan (*Smash*) dalam permainan bulutangkis ada beberapa peneliti yang sudah melakukan penelitian yang serupa dengan hasil bahwa ada hubungan antara latihan push up dengan ketepatan dan kekuatan pukulan (*smash*) dalam permainan bulutangkis.

Berdasarkan analisis peneliti bahwa Latihan push up untuk meningkatkan kekuatan otot lengan dapat meningkatkan pukulan (*smash*) pada permainan bulutangkis hal ini disebabkan oleh adanya kekuatan lengan dan daya dorong yang maksimal sehingga smash yang dilakukan tepat sasaran dan smash yang dilakukan memiliki power. Dengan penerapan latihan *push up* secara kontinu saat sebelum melakukan permainan bulutangkis dapat menghasilkan kekuatan otot lengan dengan memiliki kekuatan otot lengan secara baik maka pukulan yang dihasilkan akan baik pula, baik ketepatan pukulan maupun kekuatan pukulan tersebut.

Dari data A.01 penelitian Bani Yogi Dermawan (Skripsi) menyatakan bahwa adanya korelasi kekuatan otot lengan (*Push Up*) dengan kemampuan smash bulutangkis sebesar 0,828 bernilai positif, artinya semakin besar nilai kekuatan otot lengan maka semakin besar nilai kemampuan

smash bulutangkis. Uji keberartian koefisien korelasi tersebut dilakukan dengan cara mengonsultasi harga r hitung dengan r tabel, pada $\alpha = 5\%$ dengan $N = 23$ diperoleh r tabel sebesar 0,396. Koefisien korelasi antara $r_{x1.y} = 0,828 > r(0.05)(23) = 0,396$, berarti koefisien korelasi tersebut signifikan. Hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 1 Prambanan Klaten”, diterima.

Dari data A.02 penelitian Bondan Nurcahya (Skripsi) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan (*Push Up*), dengan ketepatan jumping smash bulutangkis. Kesimpulan tersebut dibuktikan dari hasil perhitungan regresi berganda dengan F hitung sebesar 4.444 yang lebih besar dari F tabel yang memiliki nilai sebesar 3.20.

Dari data A.03 penelitian Imam Setiyawan (Skripsi) disimpulkan bahwa “Ada hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis di PB Mataram Raya Sleman”. Hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi korelasi $X1.Y = r$ hitung. (0,896 r tabel (0,374) dengan hasil Signifikan

Data A.04 penelitian Geraldo Ricky Pangkarego (Jurnal) disimpulkan bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara kekuatan otot lengan (*Push Up*) dengan kemampuan *Smash* pada siswa putra Kelas XI SMK Poopo Kota Kotamobagu. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa kekuatan otot lengan (*Push Up*) dengan untuk meningkatkan kekuatan *smash*.

Data A.05 penelitian Muh Andy Yusuf (Jurnal) hasil penelitian dapat

disimpulkan bahwa Terdapat kontribusi antara kekuatan otot lengan terhadap pukulan forehand smash. Besarnya kontribusi antara kekuatan otot lengan terhadap pukulan forehand smash sebesar 25,5%. 5.

Data A.06 penelitian Reza Hermansyah (Jurnal) hasil penelitian menyimpulkan bahwa Terdapat Hubungan Antara Power Otot Lengan (*Push Up*) dengan Kekuatan Pukulan *Smash* dalam Cabang Olahraga Bulutangkis.

Data A.07 Penelitian dede Suparna (Jurnal) hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat korelasi antara variabel x dan variabel y. Yaitu terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* Kontribusi kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash* adalah sebesar 73%. Dengan ditemukannya kontribusi yang signifikan dari kekuatan otot lengan terhadap keterampilan *smash*, maka kekuatan otot lengan dapat dijadikan sebagai alat untuk memprediksi keterampilan *smash* bulutangkis.

Dari hasil data penelitian dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan kekuatan otot lengan (*Push Up*) untuk meningkatkan kekuatan *smash* pada permainan bulutangkis.

PENUTUP

Simpulan

1. Ada pengaruh penerapan Latihan *push up* untuk meningkatkan kekuatan smash pada permainan bulutangkis. Seorang pemain dalam melakukan Latihan *push up* jika dilakukan dengan baik dan benar dan mengikuti arahan/ ajaran pelatih maka akan menghasilkan dampak yang signifikan terhadap kekuatan otot lengan sehingga bisa

berpengaruh dalam meningkatkan kekuatan pukulan (*smash*) dalam permainan Bulutangkis.

2. Hasil yang didapat dari para peneliti terdahulu baik berupa skripsi dan jurnal bahwa penerapan Latihan kekuatan otot lengan (*push up*) dengan penerapan Latihan yang positif maka akan berpengaruh yang positif pula terhadap peningkatan kekuatan *smash* pada permainan bulutangkis, hal itu didasarkan pada perhitungan *statistic* maupun presentase para peneliti terdahulu.

Saran

1. Bagi Instansi

Untuk Dinas Pendidikan, Kementerian Agama, dan penyelenggara Pendidikan baik sekolah maupun Madrasah agar senantiasa meningkatkan Sumber daya Manusia (SDM) sarana prasarana, terutama sarana olahraga agar tercipta atlet-atlet berpotensi dan berprestasi dari sekolah/Madrasah baik ditingkat kota, provinsi maupun nasional.

2. Bagi Siswa/i

Bagi siswa/i yang menggeluti olahraga terutama bulutangkis agar tetap konsisten untuk mengikuti Latihan sesuai arahan para pelatih agar dalam menghasilkan kemampuan yang baik dan benar.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik untuk melakukan kajian di bidang yang sama dapat menambahkan variable independent atau dependen maupun dependen sehingga menghasilkan ilmu-ilmu yang terbarukan sehingga wawasan

para pembaca menjadi bertambah dengan baik. Disamping itu pula harus lebih banyak referensi-referensi sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan dengan baik

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono, *Pengantar Evahiasi Pendidikan* (Cet:Xn, Jakarta, Rajagrafindo Persada, Thn.2012)
- Astono, dkk. 2020. *Keberadaan di Masa Pandemi Covid-19*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Dewi, W. A. F. 2020. Dampak covid-19 terhadap implementasi Pembelajaran daring di sekolah dasar. *Edukatif: jurnal ilmu pendidikan*, 2(1), 55-61
- Diantama, S.2018 . *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung : Pustaka Rahmat.
- H.Syaiful Sagala. *Kemampuan Professional Guru Dan Tenaga Kependidikan*.(Bandung: Alfabeta, 2010
- Kaelan. 2013. *Nagara Kebangsaan Pancasila*. Yogyakarta: Paradigma Kama
- Lickona, Thomas. 2013. *Pendidikan Karakter PanduanLengkap Mendidik Siswa Menjadi Pintar dan Baik*.Bandung: Nusa Media
- Majid, A. 2017. *Strategi pembelajaran*. Bandung: PT remaja rosdakarya
- Muhibbin, Syah. *Psikologi Belajar*, (Cet.III; Jakarta: Grafindo Persada:2010).
- Mulyasa *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*, (Bandung: Remaja Rosdakarya,2010
- Muhammad 'Isa, *Manajemen Pendidikan Islam*, (Jakarta; Fikahati Anesta, 1994)
- Mulyasa *Menjadi Guru Profesional Menciptakan Pembelajaran Kreatif dan Menyenangkan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009),
- Munir,2012 *Pembelajaran Jarak Jauh Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Bandung: Alfabeta
- Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Rosdakarya, 2015),
- Nurul zuriah, *Metodologi penelitian social dan pendidikan*, (Cet II; Jakarta: Bumi Aksara,2007)
- Pane, A., & Dasopang, M. D.. Belajar dan pembelajaran. *FITRAH Jurnal Kajian Ilmu-ilmu Keislaman*, 3(1), 333-352 2017
- Pius Partanto dan Dahlan Al-Barry, *Kamus Italian Populer*, (Surabaya: PT. Arkola, 1994
- Rahman Getteng, *Menuju Guru Profesional dan Ber-Etika*, (Cet: VII: Yogyakarta: Grha Guru: 2012
- Saadi, F. 2013. *Peningkatan efektivitas belajar peserta didik dalam ,pembelajaran ilmu pengetahuan sosial menggunakan media tepat guna dikelas iv, Sekolah Dasar Negeri . Pontianak :Universitas tanjungpura*
- Sagala, Syaiful.2012.*Konsep dan makna pembelajaran*. Bandung: Alfabeta

- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian* (Cet. Jakarta: Rineka Cipta, 2005),
- Sunarto&Agung Hartono.2013.Perkembangan Peserta Didik.Jakarta : Reneka Cipta
- Slamet, *Belajar dan Faktor-FaktorYang Mempengaruhinya*, 2010
- Supardi, *Statistika Penelitian Pendidikan*, (Depok : PT Raja Grafindo Persada : 2019)
- Syaifiil Sagala, *Konsep dan Makna Pembelajaran* (Bandung: CV. Alfabeta, 2009
- Tim Penyusun Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, Jakarta : Sinar Grafika
- Tholib dan nuryadi. 2017. *Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan*.Edisi Revisi. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
- Undang-Undang repoblik Indonesia No. 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang SISDIKNAS,(BandungiFermana, 2006),
- Winarno. 2015. *Paradigma Baru Pendidikan Kewarganegaraan*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Wina Sanjaya, *Kurikulum dan Pembelajaran* (Teori dan Praktek Pengembangan KTSP), Jakarta:Kencana, 2011
- Zainal Asril, *Microteaching*, (Jakarta: Rajavali Pers, 2010),