

## UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI METODE *STUDENT TEAMS ACHIEVEMENT DIVISION* (STAD) PADA SISWA KELAS 5 SD

Tata Hayanti<sup>1</sup>, Zulrafl<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar. Adapun jenis penelitian ini penelitian tindakan kelas. Populasi dan sampel pada penelitian ini yaitu Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar yang berjumlah 23 orang siswa dengan komposisi perempuan 13 siswi dan laki-laki 10 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah menggunakan perangkat pembelajaran yang didalamnya terdapat, silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran dan tes lompat jauh dengan. Teknik analisis data yang digunakan yaitu tes lompat jauh menggunakan penilaian rubrik lompat jauh. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar lompat jauh dengan model pembelajaran kooperatif tipe stad pada siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar dengan nilai rata-rata keterampilan siswa sebesar 77.90, dalam kategori kompeten dengan persentase ketuntasan klasikal sebesar 96%.

**Kata Kunci:** Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode *Student Teams Achievement Division* (STAD)

## *EFFORTS TO IMPROVE LONG JUMP LEARNING OUTCOMES THROUGH THE STUDENT TEAM ACHIEVEMENT DIVISION (STAD) METHOD IN CLASS 5 PRIMARY SCHOOL STUDENTS*

### ABSTRACT

*The aim of this research is to improve long jump learning outcomes through the Student Teams Achievement Division (STAD) method for grade 5 students at SD Negeri 005 Baru Village, Siak Hulu District, Kampar Regency. This type of research is classroom action research. The population and sample in this study were 5th grade students at SD Negeri 005 Baru Village, Siak Hulu District, Kampar Regency, totaling 23 students with a composition of 13 female students and 10 male students. The research instrument used is a learning tool which includes a syllabus, learning implementation plan and a long jump test. The data analysis technique used is the long jump test using a long jump scoring rubric. Based on the results of the research that has been carried out, it can be concluded that there is an increase in long jump learning outcomes with the stad type cooperative learning model in grade 5 students at SD Negeri 005 Baru Village, Siak Hulu District, Kampar Regency with an average student skill score of 77.90, in the competent category with a percentage classical completeness was 96%.*

**Keywords:** *Efforts to Improve Long Jump Learning Outcomes Through the Student Teams Achievement Division (STAD)*

---

Copyright © 2023

Corresponding Author: Universitas Islam Riau<sup>1</sup>, Universitas Islam Riau<sup>2</sup>,

Email: [tatahayati.ch@student.uir.ac.id](mailto:tatahayati.ch@student.uir.ac.id)<sup>1</sup>, [zulrafl@edu.uir.ac.id](mailto:zulrafl@edu.uir.ac.id)<sup>2</sup>

---

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan secara umum yang mengutamakan aktivitas gerak sebagai media dalam pembelajaran. Pendidikan jasmani mempunyai peran penting untuk meningkatkan kualitas manusia. Pendidikan Jasmani di sekolah merupakan aktivitas fisik dalam bentuk aktivitas gerak siswa, saat melakukan tugas-tugas dalam proses pembelajaran. Dengan kata lain pendidikan jasmani di sekolah adalah kegiatan belajar gerak, dimana yang tadinya tidak bisa menjadi bisa atau terjadi perubahan tingkah laku setelah ada proses pembelajaran yang dilakukan secara sistematis sesuai dengan kurikulum yang telah ditetapkan.

Kurikulum merupakan salah satu komponen yang memiliki peran penting dalam sistem pendidikan, sebab dalam kurikulum dirumuskan tentang tujuan yang harus dicapai sehingga memperjelas arah pendidikan serta memberikan pemahaman tentang pengalaman belajar yang harus dimiliki oleh siswa

Pengembangan kurikulum pada hakikatnya adalah proses penyusunan rencana tentang isi dan bahan pelajaran yang harus dipelajari serta bagaimana cara mempelajarinya. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan penyempurnaan kurikulum adalah salah satu upaya peningkatan mutu pendidikan. Upaya penyempurnaan ini akan berhasil jika diiringi dengan adanya perubahan pola kegiatan pembelajaran dari yang berpusat pada guru menjadi yang berpusat pada siswa. Keberhasilan pendidikan dapat dicapai salah satunya dengan penerapan kurikulum 2013 dalam kegiatan pembelajaran di kelas.

Berdasarkan Peraturan Pemerintah (PP) nomor 19 tahun 2005 tentang Standar Pendidikan Nasional yang mengisyaratkan agar guru melakukan perencanaan proses pembelajaran. Guru yang baik harus menyusun perencanaan sebelum melaksanakan pembelajaran di dalam kelas. Proses belajar mengajar yang baik harus didahului dengan persiapan yang baik, tanpa persiapan yang baik sulit rasanya menghasilkan pembelajaran yang baik. Oleh karena itu, sudah seharusnya guru sebelum mengajar menyusun perencanaan atau perangkat pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental, dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Kegiatan olahraga juga merupakan salah satu bentuk dari kependidikan. Pendidikan jasmani merupakan rangkaian aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga, untuk membangun peserta didik yang sehat dan kuat sehingga dapat menghasilkan prestasi akademik yang tinggi. Khusus untuk mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang di dalamnya mencakup seluruh aktivitas olahraga, sekolah dapat melaksanakan pembelajaran dan pembinaan yang berorientasi pada proses belajar dalam gerakan.

Salah satu cabang olahraga yang biasanya memiliki ketersediaan sarana dan prasarana yang cukup di sekolah adalah atletik, Atletik adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat. Kata ini berasal dari bahasa Yunani "athlon" yang berarti "kontes". Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada olimpiade pertama pada 776 SM.

Salah satu olahraga cabang atletik adalah lompat jauh. Lompat jauh adalah suatu bentuk gerakan melompat mengangkat kaki ke atas ke depan dalam upaya membawa titik berat badan selama mungkin di udara (melayang di udara) yang dilakukan dengan cepat dan dengan jalan melakukan tolakan satu kaki untuk mencapai jarak yang sejauh-jauhnya.

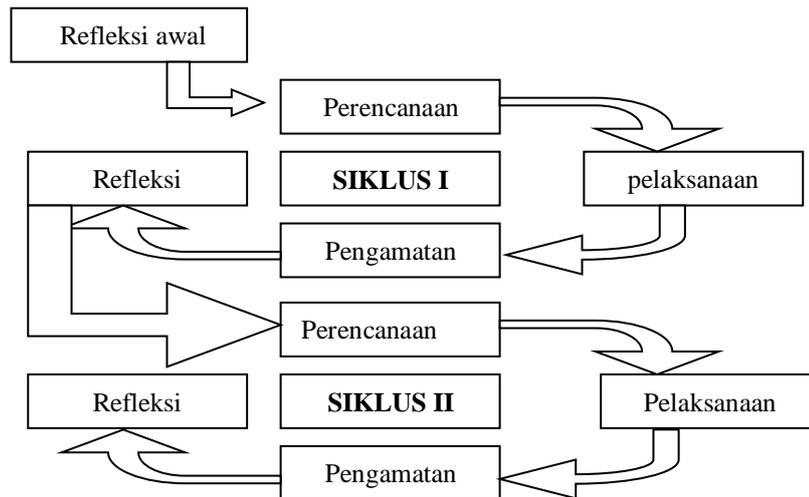
Berdasarkan pengamatan yang penulis jumpai di lapangan terlihat bahwa hasil belajar siswa belum optimal, karena banyak siswa yang belum lulus nilai KKM yang telah ditetapkan sebesar 75, kemudian kemampuan siswa dalam menguasai teknik olahraga lompat jauh masih belum maksimal, hal tersebut terlihat dari teknik lompat jauh yang dilakukan siswa masih banyak yang salah, seperti pada saat awalan, siswa melakukan lari secepat-cepatnya tanpa memperkirakan jarak awalan terlebih dahulu, akibatnya kecepatan berkurang disaat akan melakukan tolakan. Pada saat melakukan tolakan kaki sering melewati papan tolakan, sehingga tidak sah lompatannya. Pada saat melayang di udara sikap siswa belum tepat. Ketika mendarat posisi kaki tidak mendarat dengan dua kaki, dan seringnya siswa jatuh ke belakang sehingga anggota badan ke belakang, sehingga jarak itulah yang di ukur. Hal tersebut terjadi mungkin disebabkan oleh belum adanya penerapan model pembelajaran yang tepat, sebaiknya guru menerapkan jenis metode yang digunakan seperti model pembelajaran kooperatif, salah satunya seperti kooperatif tipe STAD.

Model pembelajaran kooperatif tipe STAD adalah model pembelajaran yang memberikan penghargaan bagi siswa yang unggul baik secara individu maupun unggul secara berkelompok. Model ini akan memacu semangat siswa untuk berhasil dan berprestasi karena siswa yang berprestasi akan diberikan penghargaan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas, yaitu penelitian yang dilakukan dalam kelas. (Arikunto, 2011) menyatakan bahwa penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru, bekerja sama dengan peneliti (atau dilakukan oleh guru sendiri yang juga bertindak sebagai peneliti) di kelas atau di sekolah tempat ia mengajar dengan penekanan pada penyempurnaan atau peningkatan proses dan praktis pembelajaran.

Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, daur siklus penelitian tindakan kelas (PTK) menurut (Arikunto, 2011) adalah sebagai berikut:



## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar. Berdasarkan hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul upaya meningkatkan hasil belajar lompat jauh melalui metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar yang ditinjau melalui penilaian teknik gerakan lompat jauh sebagai berikut ini:

### 1. Data Penilaian Rubrik Kerja Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar

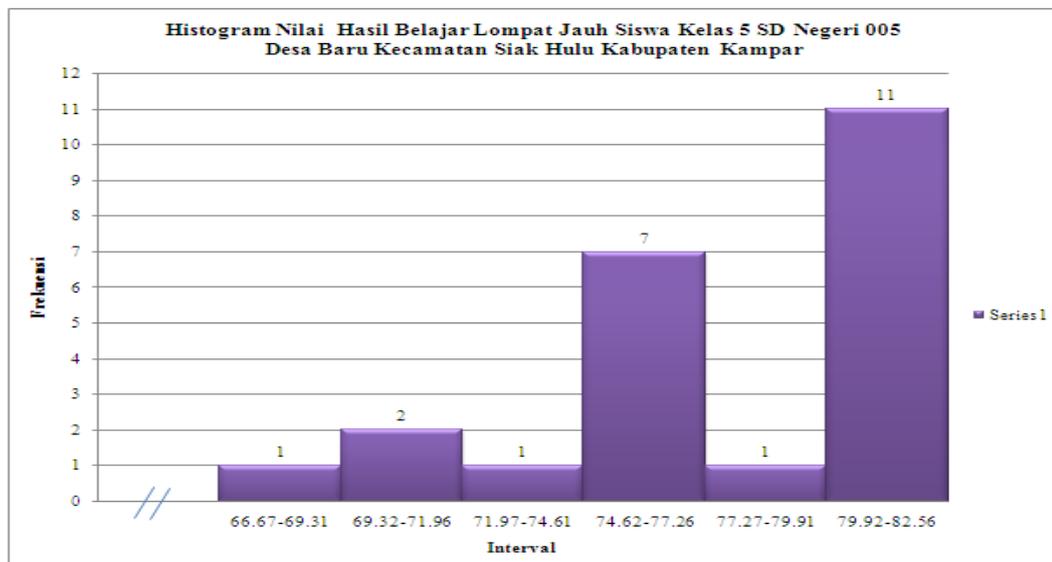
Penilaian rubrik kerja lompat jauh siklus I pada siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar dimana nilai tertinggi adalah 81.25 dan nilai terendah adalah 66.27, Mean (rata-rata) adalah 77.90 dari sampel yang berjumlah 23 orang. Lalu kumpulan nilai tersebut didistribusikan pada 6 kelas interval dengan panjang kelas interval sebanyak 2.65. Pada interval kelas pertama dengan rentang nilai 66.67-69.31 terdapat frekuensi absolut sebanyak 1 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 4.35%, pada interval kelas kedua dengan rentang nilai 69.32-71.96 terdapat frekuensi absolut sebanyak 2 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 8.70%, pada interval kelas ketiga dengan rentang nilai 71.97-74.61 terdapat frekuensi absolut sebanyak 1 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 4.35%, pada interval kelas keempat dengan rentang nilai 74.62-77.26 terdapat frekuensi absolut sebanyak 7 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 30.43%, pada interval kelas kelima dengan rentang nilai 77.27-79.91 frekuensi absolut sebanyak 1 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 4.35%, pada interval kelas

keenam dengan rentang nilai 79.92-82.56 frekuensi absolut sebanyak 11 orang atau dengan frekuensi relatif sebanyak 47.83%. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penilaian Rubrik Kerja Lompat Jauh Siklus I Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar**

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1	66.67 - 69.31	1	4.35%
2	69.32 - 71.96	2	8.70%
3	71.97 - 74.61	1	4.35%
4	74.62 - 77.26	7	30.43%
5	77.27 - 79.91	1	4.35%
6	79.92 - 82.56	11	47.83%
$\Sigma$		<b>23</b>	<b>100%</b>

Data yang tertuang pada tabel tersebut juga digambarkan dalam bentuk grafik histogram berikut :



**Grafik 1. Histogram Data Penilaian Rubrik Kerja Lompat Jauh Siklus I Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar**

**1. Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada Siklus I**

Pelaksanaan penelitian atau pembelajaran dalam penelitian ini terdiri atas tiga langkah, yaitu: 1) Kegiatan Awal/Pendahuluan, 2) Kegiatan Inti, dan 3) penutup. kegiatan awal merupakan kegiatan pembuka berupa apersepsi. Kemudian kegiatan inti merupakan kegiatan pembelajaran melalui model pembelajaran

kooperatif tipe STAD. Sedangkan penutup merupakan ulasan mengenai kegiatan-kegiatan sebelumnya, hal ini bisa berupa kesimpulan pelajaran.

Sebagaimana hasil pada siklus I atau setelah diterapkannya model pembelajaran kooperatif tipe STAD bahwa rata-rata nilai lompat jauh siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar sudah mencapai keberhasilan yang diinginkan. Penggunaan model belajar ini tentu dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan keterampilan lompat jauh oleh siswa dalam belajar dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD.

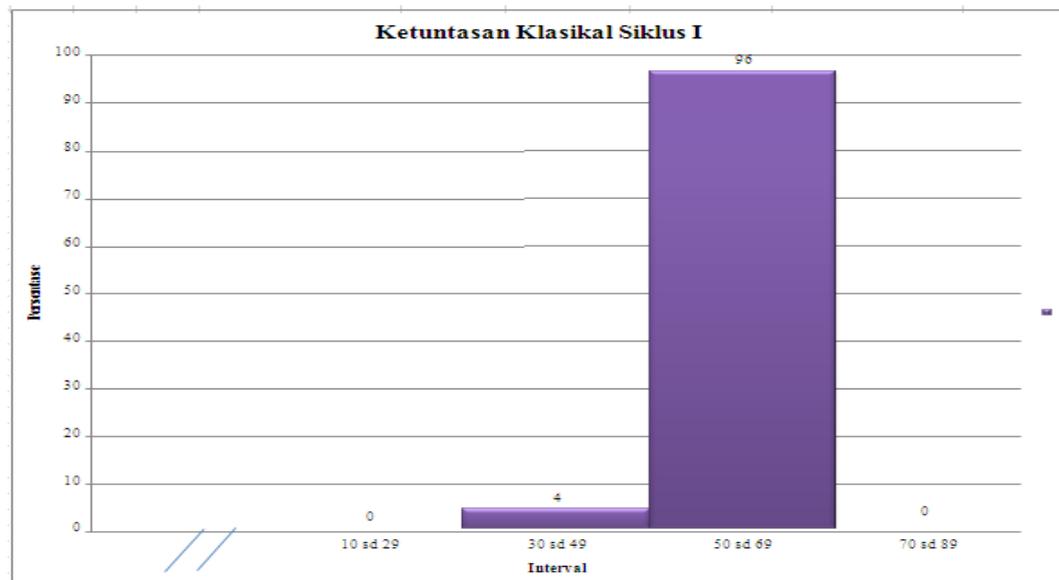
Hasil penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD pada siklus I menunjukkan bahwa Pada kategori sangat kompeten terdapat tidak ada, pada kategori kompeten terdapat 22 orang siswa atau 96%, pada kategori cukup kompeten terdapat 1 orang siswa atau 4%, pada kategori kurang kompeten tidak ada dan pada kategori tidak kompeten tidak ada. Kemudian dari tabel diketahui juga rata-rata nilai tes pada siklus I, yakni 77.90 atau dalam kategori “kompeten”. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 4. Analisis Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar Pada Siklus I**

No	Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
1	90 sd 100	Sangat Kompeten	0	0%
2	70 sd 89	Kompeten	22	96%
3	50 sd 69	Cukup Kompeten	1	4%
4	30 sd 49	Kurang Kompeten	0	0%
5	10 sd 29	Tidak Kompeten	0	0%
Jumlah			23	100%
Rata-rata			77.90	
Kategori			Kompeten	

Data Olahan 2023

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat dikatakan bahwa rata-rata kemampuan melakukan lompat jauh siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar kompeten dengan diterapkannya model pembelajaran kooperatif tipe STAD ini, dan telah mencapai ketuntasan klasikal sebesar 80%. Sehingga indikator keberhasilan sudah dicapai oleh 22 orang siswa atau sebesar 96% dari 23 orang siswa. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada grafik berikut ini:



**Grafik 2. Ketuntasan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Metode Student Teams Achievement Division (STAD) Pada Siswa Kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar Secara Klasikal Pada Siklus I**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe STAD maka kemampuan gerakan lompat jauh siswa dapat ditingkatkan menjadi lebih baik hanya saja, ketuntasan atau daya serap yang dimiliki oleh siswa belum mencapai 100%. Pada saat penerapan model pembelajaran kooperatif tipe STAD ini keaktifan siswa dalam melakukan kegiatan praktek meningkat bila dibandingkan pada proses belajar biasa, baik secara klasikal maupun secara individu. Tidak hanya praktek saja akan tetapi keaktifan yang lain juga meningkat seperti: perhatian tentang penjelasan materi, sikap kerjasama serta tanggung jawab terhadap tugas-tugas yang diberikan oleh guru.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan hasil belajar lompat jauh dengan model pembelajaran kooperatif tipe stad pada siswa kelas 5 SD Negeri 005 Desa Baru Kecamatan Siak Hulu Kabupaten Kampar dengan nilai rata-rata keterampilan siswa sebesar 77.90, dalam kategori kompeten dengan persentase ketuntasan klasikal sebesar 96%

## **REFERENSI**

- Adi, W (2008). *Seri Olahraga Atletik*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.
- Ariasa, I. G. (2013). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif (STAD) Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Lopat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(1).
- Arindra, Y (2013). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Bolavoli. (Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2

---

Ngrayun, Ponorogo) *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. (1) 2, 307 - 310.  
<https://doi.org/10.78176/JPOK.v1i2.4358>.

Arikunto, S (2011). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Astika, I. P. E. G. (2013). Implementasi Model Kooperatif (Stad) Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Teknik Lompat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(1).  
<https://doi.org/10.23887/jjp.v1i1.361>.

Jarver, J (2009). *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung: CV Pionir Jaya.

Kosasih, E (2014). *Strategi Belajar dan Pembelajaran Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Yrama Widya.

Lesmana, Indra B (2014). Perbandingan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) dan Teams Games Tournaments (TGT) Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan* (2), 1. 49-55.  
<https://doi.org/10.62554/JPOK.v2i1.5326>.

Masdiyo, M. (2016). Upaya Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif STAD Pada Siswa Kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016. *JOURNAL OF SPORTIF*, 2(1), 59-64.

Majid, A (2013) *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Rosda Karya.

Nurmai, E (2004) *Buku Ajar Atletik*. Padang: UNP Pres.

Rusminingsih, R. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD). *Journal for Lesson and Learning Studies*, 2(3), 437-443. <https://doi.org/10.23887/jlls.v2i3.21158>.

Adi, W (2008). *Seri Olahraga Atletik*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.

Ariasa, I. G. (2013). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif (STAD) Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Lopat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(1).

Arindra, Y (2013). Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Bolavoli. (Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Ngrayun, Ponorogo) *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. (1) 2, 307 - 310.  
<https://doi.org/10.78176/JPOK.v1i2.4358>.

Arikunto, S (2011). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Astika, I. P. E. G. (2013). Implementasi Model Kooperatif (Stad) Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Teknik Lompat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(1).  
<https://doi.org/10.23887/jjp.v1i1.361>.

Jarver, J (2009). *Belajar dan Berlatih Atletik*. Bandung: CV Pionir Jaya.

- Kosasih, E (2014). *Strategi Belajar dan Pembelajaran Implementasi Kurikulum 2013*. Bandung: Yrama Widya.
- Lesmana, Indra B (2014). Perbandingan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) dan Teams Games Tournaments (TGT) Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan* (2), 1. 49-55. <https://doi.org/10.62554/JPOK.v2i1.5326>.
- Masdiyo, M. (2016). Upaya Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif STAD Pada Siswa Kelas IV SDN Batokerbuy 5 Kabupaten Pamekasan Tahun Pelajaran 2015/2016. *JOURNAL OF SPORTIF*, 2(1), 59-64.
- Majid, A (2013) *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Rosda Karya.
- Nurmai, E (2004) *Buku Ajar Atletik*. Padang: UNP Pres.
- Rusminingsih, R. (2019). Meningkatkan Hasil Belajar Lompat Jauh Melalui Penggunaan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Student Teams Achievement Division (STAD). *Journal for Lesson and Learning Studies*, 2(3), 437-443. <https://doi.org/10.23887/jlls.v2i3.21158>.
- Sidik, Dikdik Z (2010) *Mengajar Dan Melatih Atletik*. Bandung: Rosdakarya.
- Suartana, N. (2013). Penerapan Kooperatif Stad Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Teknik Lompat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(2). <https://doi.org/10.23887/jjp.v1i2.593>.
- Sudijono, A. (2004). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Suhendra, Riski P (2014) Peningkatan Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Pada Kelas X Mia-2 Sma Negeri 1 Kertosono. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan* (2), 3. 743-746. <https://doi.org/10.34562/JPOK.v2i3.5715>.
- Sukatman, S. (2015). Peningkatan Pembelajaran Aktivitas Atletik Melalui Metode Stad Kelas V Sdn Wonosari I Kecamatan Pagu Kabupaten Kediri Tahun 2012/2013. *Wahana: Tridarma Perguruan Tinggi*, 64(1), 43-48. <https://doi.org/10.36456/wahana.v64i1.537>
- Sutanto, T (2016) *Buku Pintar Olahraga*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wibawa, K. S. (2013). Implementasi Model Kooperatif (Stad) Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Lompat Jauh. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 1(2). <https://doi.org/10.23887/jjp.v1i2.590>