PERSPEKTIF KEILMUAN
DALAM PENELITIAN
PENDIDIKAN
JASMANI

literasi nusantara
Perum Pesona Asri A1 Junrejo - Batu
penerbitlitnus@gmail.com
www.penerbitlitnus.co.id
(0341) 3692-3630

PERSPEKTIF KEILMUAN
DALAM PENELITIAN
PENDIDIKAN JASMANI

Dhedhy Yuliawan, S.Pd., M.Or.
M. Yanuar Rizky, M.Pd.
Reo Prasetiya Herpandika, M.Pd.
Septyaning Lusiandi, M.Pd.
Imam Sugeng, M.Pd.
Moh. Nur Kholis, M.Or.
Nur Ahmad Muharam, M.Or.
Puspodari, M.Pd.

literasi nusantara

PERSPEKTIF KEILMUAN
DALAM PENELITIAN
PENDIDIKAN
JASMANI

PERSPEKTIF KEILMUAN DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN JASMANI

Dhedhy Yuliawan, S.Pd., M.Or.
M. Yanuar Rizky, M.Pd.
Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd.
Septyaning Lusianti, M.Pd.
Imam Sugeng, M.Pd.
Moh. Nur Kholis, M.Or.
Nur Ahmad Muharam, M.Or.
Puspodari, M.Pd.

literasi nusantara

PERSPEKTIF KEILMUAN DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN JASMANI

Penulis : Dhedhy Yuliawan, S.Pd., M.Or., M. Yanuar Rizky, M.Pd.,
Reo Prasetiyo Herpandika, M.Pd., Septyaning Lusianti, M.Pd.,
Imam Sugeng, M.Pd., Moh. Nur Kholis, M.Or.,
Nur Ahmad Muharam, M.Or., Puspodari, M.Pd.

ISBN : 978-623-6841-24-2

Copyright © November 2020
Ukuran: 15.5 cm X 23 cm; Hal: viii + 126

Hak Cipta dilindungi oleh undang-undang. Dilarang mengutip atau memperbanyak baik sebagian ataupun keseluruhan isi buku dengan cara apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit.

Penata Isi : Moh. Faizal Arifin
Desainer Sampul : Ahmad Ariyanto

Cetakan I, November 2020

Diterbitkan pertama kali oleh **Literasi Nusantara**
Perum Paradiso Kav. A1 Junrejo - Batu
Telp : +6285887254603, +6285841411519
Email: penerbitlitnus@gmail.com
Web: www.penerbitlitnus.co.id
Anggota IKAPI No. 209/JTI/2018

Didistribusikan oleh CV. Literasi Nusantara Abadi
Jl. Sumedang No. 319, Cepokomulyo, Kepanjen, Malang. 65163
Telp : +6282233992061
Email: redaksiliterasinusantara@gmail.com

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan karunia-Nya sehingga Book Chapter dengan judul Perspektif Keilmuan dalam Penelitian Pendidikan Jasmani dapat diterbitkan. Paper dari hasil penelitian dan literatur review dalam konteks Pendidikan Jasmani sebanyak 7 paper yang dikemas dalam bentuk Book Chapter. Book chapter tersebut merupakan hasil dari buah pemikiran tenaga pengajar dari Program Studi Pendidikan Jasmani UN PGRI Kediri dan Universitas Kahuripan Kediri yang disusun dalam satu topik keilmuan

Perspektif keilmuan yang diambil dari topik book chapter ini adalah pendidikan jasmani, dimana chapter 1 sampai 7 memberikan pengetahuan tentang kedalaman dan keluasan keilmuan pendidikan jasmani. Masing-masing chapter memberikan muatan pengetahuan dalam perpektif pendidikan jasmani, sehingga diharapkan mampu memberikan sedikit sumbangan pengetahuan. Penulis pada book chapter ini juga memiliki kualifikasi yang sesuai dengan keilmua pendidikan jasmani. Kompetensi masing-masing penulis dituangkan dalam sebuah tulisan berbentuk paper penelitian dan literatur review. Book chapter ini terdiri dari chapter 1: Analisis Praksis Kurikulum Pendidikan Jasmani, Chapter 2: Persepsi *Esports*s Pada Anak Sekolah, Chapter 3 : Keterkaitan antara Emosi Positif dengan Sikap dan Rasa Komunitas Relawan Olahraga Pada Pekan Olahraga Paralimpik Daerah di Indonesia, Chapter 4: Pengaruh Latihan *Front Box Jump* dan Kneeling Squat Jump Terhadap Kekuatan Otot Punggung, Kekuatan Otot Tungkai, dan

Power Otot Tungkai, Chapter 5 Ajaran Ki Hajar Dewantara dalam Perspektif Pendidikan Jasmani, Chapter 6: Sistem Pembelajaran Daring Pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Chapter 7: Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams Games Tournament* (TGT) untuk Meningkatkan Penguasaan Teknik Dasar Permainan Kasti pada Pembelajaran Penjas, Chapter 8: Reaktualisasi Pendidikan Jasmani untuk *Early Childhood* Melalui Impementasi Model Bermain Edukatif Berbasis *Physical Education Outside of School,* Chapter 9: *The Role Physical Education* dalam Menghadapi *Era Sciety 5.0.*

Harapan kami denganpenerbitan Book Chapter ini dapat memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan tentang Pendidikan Jasmani. Selanjutnya juga dapat memberikan pemahaman tentang kedalaman dan keluasan keilmuan pendidikan jasmani, sehingga mampu memberikan sedikit sumbangan dalam pembangunan negara. Kurangnya kesempurnaan dalam penulisan book chapter ini pastilah ada, sehingga kami sebagai penulis mengharapkan kritk dan saran yang membangun guna menyempurnakan tulisan di kesempatan selanjutnya.

Kediri,

Penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar —iii
Daftar Isi — v
Daftar Tabel — vi
Daftar Gambar — vii

Chapter 1. Analisis Praksis Kurikulum Pendidikan Jasmani — 1
Chapter 2. Persepsi *Esports* Pada Anak Sekolah — 15
Chapter 3. Keterkaitan antara Emosi Positif dengan Sikap dan Rasa Komunitas Relawan Olahraga pada PEPARDA di Indonesia — 29
Chapter 4. Pengaruh Latihan *Front Box Jump* dan *Kneeling Squad* Terhadap Kekuatan Otot Punggung, Kekuatan Otot Tungkai, dan *Power* Otot Tungkai — 55
Chapter 5. Ajaran Ki Hajar Dewantara dalam Perspektif Pendidikan Jasmani — 75
Chapter 6. Sistem Pembelajaran Daring pada Pendidikan Jasmani —
Chapter 7. Penerapan Pembelajaran Kooperatif Tipe *Teams Games Tournament* (TGT) untuk Meningkatkan Penguasaan Teknik Dasar Permainan Tradisional Pada Pembelajaran Penjas — 97
Chapter 8. Reaktualisasi Pendidikan Jasmani untuk *Early Childhood* Melalui Impementasi Model Bermain Edukatif Berbasis *Physical Education Outside of School* — 105
Chapter 9. *The Role Physical Education* dalam Menghadapi *Era Sciety 5.0* — 117

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian — 22
Tabel 2.2. *Reliability Statistic — 23*
Tabel 2.3. Distrbusi Frekuensi Interpretasi *Esports — 23*
Tabel 3.1. Kisi-kisi Kuesioner — 40
Tabel 3.2. Deskripsi Data Penelitian — 41
Tabel 3.3. Analisis Model Pengukuran — 42
Tabel 3.4. Ringkasan Analisis Model Struktural — 43
Tabel 3.5. Ringkasan Pengujian Hipotesis — 43
Tabel 4.1. Rancangan Penelitian — 58
Tabel 4.2. Hasil Perhitungan Uji-t — 63
Tabel 4.3. Hasil Perhitungan Uji Beda — 65
Tabel 4.4. Hasil Perhitungan *Post Hoc Test* — 65
Tabel 4.5. Perbedaan Peningkatan Kekuatan Otot Punggung — 66
Tabel 4.6. Perbedaan Peningkatan Kekuatan Otot Tungkai — 67
Tabel 7.1. Design penelitian — 100
Tabel 8.1. Perbandingan antara Anak yang Menempuh Pendidikan Kelompok Bermain (KB) dengan yang Tidak Menempuh Pendidikan Kelompok Bermain (KB) — 110

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Histogram Interpretasi *Esports* — 24
Gambar 3.1. Skema Analisis Persamaan Struktur — 44
Gambar 4.1. Histogram Kekuata Otot Punggung Kelompok 1 — 60
Gambar 4.2. Histogram Kekuatan Otot Tungkai Kelompok 1 — 61
Gambar 4.3. Histogrm *Power* Otot Tungkai Kelompok 1 — 61
Gambar 4.4. Histogram Kekuatan Otot Punggung Kelompok II — 62
Gambar 4.5. Histogram Kekuatan Otot Tungkai Kelompok II — 62
Gambar 4.6. Histogram *Power* Otot Tungkai Kelompok II — 63
Gambar 8.1. Penerapan Model Edukasi Berbasis *Physical Education Outside of School* — 113

PENERAPAN PEMBELAJARAN KOOPERATIF TIPE *TEAMS GAMES TOURNAMENT* (TGT) UNTUK MENINKATKAN PENGUASAAN TEKNIK DASAR PERMAIANAN TRADISIONAL PADA PELAJARAN PENJAS

Moh. Nur Kholis

Penelitian ini dilatar belakangi saat ini permainan tradisional sangat jarang sekali dilaksanakan dalam pembelajara penjas. Mulai dari pembelajaran yang ada di sekolah dasar sampai pembelajaran yang ada disekolah menengah keatas. Hal ini dikarenakan banyak tenaga pengajar yang kurang paham dalam pembelajaran permainan tradisional. Dan perminan tradisional yang digunakan dalam pemanasan saja. Penelitian ini menggunakan teknik eksperimen pre-test post-test group design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas yang berjumlah 40, dan sekaligus menjadi sampel dalam penelitian ini. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes menangkap, memukul, melempar, sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Teknik Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik stastistik analisis uji t. Hasil penelitian menunjukan (1) Ada perbedaan rata-rata penguasaan teknik dasar permaian bola bakar untuk menangkap dengan t-hitung = 1.877> t-tabel 5%= 1.812, (2) Ada perbedaan rata-rata penguasaan teknik dasar permaian bola bakar untuk memukul dengan t-hitung = 2,466 > t-tabel 5%= 1,812, (3) Ada perbedaan rata-rata penguasaan teknik dasar permaian bola bakar untuk melempar dengan t-hitung = 3.312> t-tabel 5%= 1.812. Dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa ada ada pengaruh pembelajaran menggunakan tipe Teams Games Tournament (TGT) terhadap penguasaan teknik dasar permainan bola bakar (Slagball) pada pelajaran penjasorkes pada siswa di SD Negeri Selorejo kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk.

Pendahuluan

Olahraga tradisional merupakan asli permainan rakyat sebagai aset budaya bangsa yang memiliki unsur olah fisik. Olahraga tradisional berkebang cukup lama dimasyartakat karena hanya sebagai olahraga huburan, kesenangan dan kebutuhan interaksi sosial. Dalam rangka melaksanakan Undang- undang nomor 3 tahun

2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dan peraturan Pemerintah Nomor 16 tahun 2007 tentang peraturan pemerintah tersebut diatur secara jelas tugas dan wewengan pemerintah dan pemerintah daerah dalam membangun keolahragan mencakup pembinaan olahraga merupakan investasi multi sector melingkupi invertasi kesehatan sosial, investasi ekonomi dan budaya. Olahraga juga merupakan jati diri bangsa. Dalam rangka mempromosikan dan mengangkat serta mengembalikan kejayaan bangsa. Hal ini saya dengan tujuan pendidikan jasmani dalam pembelajaran. Yaitu tujuan pendidikan jasmani olaraga dan kesehatan adalah pengembangan keterampilan pengelolaan dari dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, selain itu juga dapat meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik (Depdiknas,2006:2).

Permainan bola bakar sebenarnya sudah dikenal pada masyarakat banyak sejak tahun 50-an. Di sekolah- sekolah terutama pada sekolah dasar sangat dikenal dan sering dimainkan. Bahkan permainan ini juga di pertandingkan walaupun sangat tidak popular. Dalam permainan bola bakar akan dipelajari hal-hal yang berhubungan bagaimana melakukan permainan bola pukul/bakar tersebut, bagaimana teknik dan taktik dalam permainan. Permainan bola bakar sama hal dengan permainan bola bola bakar hanya yang membedakan adalah ada pemukul bola atau pembakar. Keterampilan dasar yang harus di miliki oleh seorang pemain bola bakar adalah keterampilan melempar, menangkap, memukul dan memukul bola pada pembakar di bola bakar *(slagball),* karena dapat mendapatkan nilai dan dapat memenangkan sebuah permainan bola bakar (Edy Sih Miranto, Slamet, 2010). Bentuk lapangan bola bakar permainan berbentuk segi enam dengan memiliki tiang hinggap sebanyak 6 buah. Dengan ukuran panjang masing titik masing tiang hinggap adalah 12 mater. Bagaian samping lapanga terdapat bagian berbentuk persegi panjang digunakan untuk *home base* atau juga disebut ruang bebas. Selain lapangan perlengkapan yang digunakan adalah bola yang sama dengan bola roundres, tiang hinggap yang berjumlah 6, tongkat pemukul yang berukuran panjang 60 cm dengan rincian 10cm sebagai pegangan dan 50 cm sebagai pemukul. Serta ditambah tempat pemukul/ pembakar biasanya digunaka adalah tong yang berbunyi nyaring. Agar saat dipukul/bakar pemain dapat mendengan saat pembakar berbunyi.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai salah satu mata pelajaran wajib di sekolah dasar hingga sekolah menengah, membelajarkan siswa melalui aktivitas gerak.Selain itu kreativitas

pendidik juga terbatas sehingga mereka bosan dengan cara guru mengajar yang dimana siswa diberikan pemahaman teori dan gerakan-gerakan teknik dasar permainan secara terpisah dan memberikan siswa intruksi untuk melekukan gerakan teknik dasar berulang-ulang. Dengan model pembelajaran seperti ini biasanya siswa mengalami kejenuhan dan mengeluh karena mereka akan mengalami banyak kesulitan, sehingga dapat menyikta waktu proses pembelajaran penjas, hal ini perlu di carikan jalan keluar dengan memanfaatkan model pembelajaran yang dapat membantu proses belajar mengajar. Model pembelajaran kooperatif antara lain tipe *Jigsaw*, tipe *Think Pair Share*(*TPS*), tipe *Numbered Head Together* (*NHT*), *Teams Games Tournament* (*TGT*), dll. Dalam penelitian ini, penulis memilih model pembelajaran kooperatif tipe TGT yang mempunyai ciri khas *games* dan *tournament* ini menciptakan warna yang positif di dalam kelas karena kesenangan para siswa terhadap permainan tersebut (Steve Person dalam Slavin,2008:167).

Pembelajaran dengan menggunakan model pembelajaan *"Cooperative Learning Teams Games Tournament (TGT)"*. *Teams Games Tournament* adalah salah satu tipe pembelajaran kooperatif yang menempatakan siswa dalam kelompok-kelompok belajar yang beranggotaan 5-6 orang siswa yang memiliki kemampuan, jenis kelamin dan suku kata atau ras yang berbeda. Dari hasil kompetisi permainan. Diharapkan dengan *Teams Games Tournament* (TGT) ini dapat merangsang minat siswa dan menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa perbaikan kualitas proses pelaksaanan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD Negeri Selorejo kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk . Perbaikan tersebut sebagaimana ditunjukan beberapa indikator utama yaitu : makin banyak siswa yang senang berolahraga dengan presensi yang tinggi waktu pembelajaran Penjasorkes, tidak ada lagi keluhan bahwa pelajaran permainan bola bakar itu berat dan menguras tenaga.

METODOLOGI PENELITIAN

Pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang digunakan pada penelitian ini. Hal ini dipilih karena pada penelitian ini analisis yang digunakan berbasis pada angka. Angka-angka yang diperoleh dari hasil yang didapatkan pada saat peneliti terjun langsung dilapangan dengan menggunakan test dan pengukuran. Hipotesis dan masalah yang ada dipenelitian ini diukur dan kuantitatif. Kemudian hasil tersebut dibandingakan dari data satu dengan data yang satunya. Penelitian ini menggunakan teknik *eksperimen pre-test*

post-test group design. Pengukuran dilakukan secara dua kali di awal (*pre-test*) sebelum diberikan program pelatihan dan di ahkir (*post-test*) sesudah diberikan program pelatihan. Eksperimen dengan pola *matching by subject design* pada prinsipnya ada tiga cara pairing yaitu: 1. *Nominal pairing*, 2. *Ordinal pairing*, 3. *Combinednominal and ordinal pairing* (Sutrisno Hadi : 2004). Dengan penelitian digambarkan sebagai berikut:

Tabel 7.1. Design penelitian.

Kelompok	Tes awal (Pre_test)	Perlakuan (treatment)	Hasil belajar
Eksperimen	O1	X	O2
Kontrol	O3	-	O4

Keterangan :
R : Kelompok eksperimen dan Kontrol siswa kelas atas.
O_1 :Tes awal kelompok eksperimen
O_2 :Hasil belajar kelompok eksperimen
O_3 :Tes awal kelompok kontrol
O_4 :Hasil belajar kelompok kontrol
X :Pembelajaran kooperatif tipe TGT

Pembagian kelompok eksperimen didasarkan pada *pre-test* menangkap, memukul, melempar. Setelah mengetahui hasil tes awal dirangking dari nilai tertinggi hingga terendah. Agar sampel seimbang teknik pembagian kelompok ditentukan dengan rumus (ABBA). Kelompok 1 meliputi rangking 1,4,5,8,9 dan seterusnya, sedangkan kelompok 2 meliputi rangking 2,3,6,7 dan seterusnya. Dengan demikian kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan merupakan kelompok yang seimbang. Penentuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ditentukn secara acak atau random.

HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang telah dilakukan dalam penelitian " Penerapan pembelajaran kooperatif tipe *Teams Geams Tournament* (TGT) untuk meningkatkan penguasan teknik dasar permaian bola bakar pada pelajaran penjasorkes pada siswa di SD Negeri Selorejo kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk Tahun 2018" dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan tabel Paired menangkap diperoleh nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,001 < 0,05 maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata pengusaan teknik dasar permainan bola bakar

untuk menangkap.

2. Berdasarkan tabel Paired memukul diperoleh nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05 maka dapat disimpilkan ada perbedaan rata-rata pengusaan teknik dasar permainan bola bakar untuk memukul.
3. Berdasarkan tabel Paired melempar diperoleh nilai Sig (2-tailed) sebesar 0,004< 0,05 maka dapat disimpilkan ada perbedaan ratarata pengusaan teknik dasar permainan bola bakar untuk melempar.
4. Hasil uji beda antara kelompok menangkap menunjukan bahwa nilai t_{hit} 1.877> nilai t_{t} 1,812. Dengan kata lain bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan menangkap, siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam permainan bola bakar. Hal ini dapat dikatakan bahwa penerapan pembelajaran kooperatif tipe TGT pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dari pada kelompok kontrol terhadap keterampilan menangkap pada permainan bola bakar.
5. Hasil uji beda antara kelompok memukul menunjukan bahwa nilai t_{hit} 2,466> nilai t_{t} 1,812. Dengan kata lain bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan memukul, siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam permainan bola bakar. Hal ini dapat dikatakan bahwa penerapan pembelajaran kooperatif tipe TGT pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dari pada kelompok kontrol terhadap keterampilan memukul pada permainan bola bakar
6. Hasil uji beda antara kelompok membakar menunjukan bahwa nilai t_{hit} 3.259 > nilai t_{t} 1,812. Dengan kata lain bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan melempar, siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dalam permainan bola bakar. Hal ini dapat dikatakan bahwa penerapan pembelajaran kooperatif tipe TGT pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang lebih baik dan signifikan dari pada kelompok kontrol terhadap keterampilan melempar pada permainan bola bakar.

Dari hasil analisis di atas menunjukan ada pengaruh pembelajaran menggunakan tipe *Teams Games Tournament* (TGT) terhadap penguasaan teknik dasar permainan bola bakar. Sehingga diperlukan pembelajaran dengan proses seksama dan disesuaikan dengan karakteristik peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Eka, P.G.I. 2013.*Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif TGT Untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Sepakbola, Jurnal Pendidikan Jasmani,(Oline)*,https://ejurnal.undiksha.ac.id/index.php/jjp/article/view/1662

Herpandika, R.P. 2015. *Kopetensi Guru Penjasorkes Kaitanya Dengan Hasil Belajar Siswa dan Persepsi Guru Non-Penjasorkes Dalam Pelajaran Penjasorkes di SMPN Se-Kota Nganjuk .Jurnal PendidikanJasmani,(Online),27.Tersedia*:http://ojs.unpNganjuk.ac.id/index.php/efektore/article/view/206/126,di akses November 2017

Hanief,Y.N & Himawanto,W. 2017. *Statistik Pendidikan*.Yogyakarta :Deepublish .

Miftahul, H. 2014. *Model-Model Pengajaran dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Moh. NurKholis,& M. firdaus. 2016. *Permainan Bola bakar (SLAGBALL)*. Program Studi: Penjaskesrek Universitas Nusantara Nganjuk

Nugroho, D.R. 2013.*Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe (Teams Games Tournament) TGT Terhadap Motivasi Siswa Mengikuti Pembelajaran Bola Voli di Kelas X SMAN 1Panggul Kabupaten Trenggalek. Jurnal PendidikanJasmani,(Online)*,http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/2820

Rusman, 2012. *Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Prefesionalisme Guru*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada

Slamet, Edy, S.M. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan PenjasOrkes*. Jakarta: CV Adi Perkasa

Sugiono, 2013. *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta,

Sugiono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kulitatifdan R & D*. Bandung: Alfabeta.