

PEMANDUAN BAKAT SENAM *AEROBIC GYMNASTICS* USIA 7-8 TAHUN DI KOTA YOGYAKARTA

THE GUIDANCE OF AEROBIC GYMNASTICS SKILL FOR 7-8 YEAR OLD CHILDREN IN YOGYAKARTA CITY

Penulis : Desi Nuri Novitasari (11602241081)

PKO FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Desinuri05@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah (1) Untuk mengetahui pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di kota Yogyakarta. (2) Untuk mengetahui pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putri Usia 7-8 tahun di kota Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey, dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi penelitian ini siswa kelas 1 dan 2 di Kota Yogyakarta. Teknik *sampling* menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria (1) siswa kelas 1 dan 2 SD di Kota Yogyakarta yang dipilih oleh guru olahraga masing masing sekolah, (2) laki-laki dan perempuan berusia 7-8 tahun. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 93 anak, masing-masing 59 anak perempuan dan 34 anak laki-laki.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa : Pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” 29,41% (10 anak), kategori “baik” 62,76% (21 anak), kategori “sedang” 5,88% (2 anak), kategori “kurang” 2,94% (1 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak). Pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” 72,88% (43 anak), kategori “baik” 22,03% (13 anak), kategori “sedang” 5,08% (3 anak), kategori “kurang” 0% (0 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak)

Kata kunci: pemanduan bakat, senam, *aerobic gymnastics*

Abstract

The purpose of this research is (1) to know the guidance of aerobic gymnastics skill for 7-8 year old boys in Yogyakarta city and (2) to know the guidance of aerobic gymnastics skill for 7-8 year-old girls in Yogyakarta city.

This research is a quantitative descriptive research by survey method, with test and measurement techniques. The research population is students of 1st and 2nd grade in Yogyakarta. The sampling technique used is purposive sampling technique with criterions, namely (1) students of 1st and 2nd grade of elementary school in Yogyakarta city selected by sport teacher of each school, (2) boys and girls with 7-8 years old. Based on the criterions, there are 93 children or 59 girls and 34 boys who are qualifying.

The result of this research shows that the guidance of aerobic gymnastics skill for 7-8 year old boys in Yogyakarta City is in the "excellent" category by 29.41% (10 boys), the "good" category by 62.76% (21 boys), the "average" category by 5.88% (2 boys), the "less" category by 2.94% (1 boy) and the "very less" category by 0% (0 boy). The guidance of aerobic gymnastics skill for 7-8 year old girls in Yogyakarta City is in the "excellent" category by 72.88% (43 girls), the "good" category by 22.03% (13 girls), the "average" category by 5.08% (3 girls), the "less" category by 0% (0 girl) and the "very less" category of by 0% (0 girl).

Keywords: skill guidance, gymnastics, aerobic

PENDAHULUAN

Perkembangan senam *Aerobic Gymnastics* telah berkembang pesat di Indonesia dan telah di pertandingkan baik tingkat Regional, Provinsi, Nasional bahkan tingkat Internasional dari anak-anak hingga senior, *National Developman (ND)* merupakan kategori lomba senam *Aerobic Gymnastics* dengan *range* usia 9-11 tahun. Untuk itu sedini mungkin anak dilatihkan senam tersebut, dan dibutuhkan pemanduan bakat dalam menjangkau anak yang berpotensi dan dapat dilatih sehingga dapat berprestasi sampai prestasi puncak. Anak-anak yang dipilih melalui proses pemetaan atau *talent scoting* pada *aerobic Gymnastics* baiknya pada usia 7-8 tahun yakni pada jenjang sekolah dasar (SD), dan dapat dipilih melalui proses seleksi sehingga dapat terjaring bibit yang baik dan diharapkan anak tersebut dapat berkembang sampai prestasi puncak.

Menurut Mansur (2011:3) Banyak siswa yang mempunyai potensi dan bakat luar biasa secara alamiah belum tersentuh pembinaan secara optimal. Keterbatasan akses informasi, biaya, dan perhatian sehingga potensi tersebut terkikis begitu saja oleh pertambahan usia. Hal ini dikarenakan banyak faktor salah satunya adalah kurangnya pembinaan pemanduan bakat untuk anak-anak sehingga bakat tersebut terbuang percuma dan hilang begitu saja.

Pada prinsipnya pengembangan olahraga dimasyarakat (termasuk sekolah) berpijak pada tiga orientasi, yaitu olahraga sebagai rekreasi,

olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga untuk prestasi. Sementara itu, kondisi objektif pendidikan olahraga di sekolah sangat bergantung pada kebijakan sekolah dan banyak yang menganggap mata pelajaran olahraga tidak penting. Sehingga orang tua pada masa sekarang lebih mementingkan membawa anaknya les atau mengikuti bimbingan belajar dari pada mengikuti suatu klub olahraga. Dalam pengembangan olahraga prestasi membutuhkan proses dan waktu yang panjang salah satunya dalam cabang olahraga senam, Senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak, gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk membantu perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktivitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal mengontrol sikap dan gerak secara efektif dan efisien Agus Mahendra (2001:15).

Pada kenyataan dilapangan pembinaan atlet cabang olahraga senam khususnya cabang olahraga senam *Aerobic Gymnastics* masih kurang berjalan dengan baik, salah satunya pada masalah pembinaan atlet berbakat, hal ini terbukti dari jumlah atlet dan nomor yang dilombakan pada even PORDA (Pekan Olahraga Daerah) tahun 2015 hanya ada satu nomor yang dilombakan yakni *Single Putri*. Hal ini membuktikan bahwa ketersediaan atlet di DIY sangat minim. Minimnya ketersediaan atlet di DIY sangat disayangkan sehingga senam *Aerobic Gymnastics* jarang diperlombakan dalam even daerah seperti POPDA (Pekan Olahraga Pelajar Daerah) dan KEJURDA (Kejuaraan Daerah) padahal banyak medali yang dapat diperoleh oleh atlet pada nomor tersebut,

namun karena atlet senam *Aerobic Gymnastics* sangat minim di DIY sehingga senam *Aerobic Gymnastics* jarang dilombakan di DIY.

Cabang olahraga senam *Aerobic Gymnastics* merupakan olahraga perlombaan dimana gerakan akan dipadukan dengan musik dalam suatu rangkaian gerak atau koreografi yang dipadukan dengan *basic step* dan *difficulty elements*. Untuk menjadikan atlet senam *Aerobic Gymnastics* yang baik diperlukan kemampuan dari aspek keterampilan, fisik, teknik, dan tentunya mental. Berbagai macam keterampilan dasar dan lanjutan serta beberapa komponen biomotor sangat diperlukan untuk menjadi seorang atlet senam *Aerobic Gymnastics*. Atlet senam *Aerobic Gymnastics* memerlukan keterampilan seperti *basic step* dan *difficulty elements* yang baik serta kemampuan fisik yang baik seperti: Daya tahan aneorobik dan aerobik, kekuatan, kelincahan, fleksibilitas, keseimbangan dan *eksplosive power*. Semua aspek diatas perlu diidentifikasi sedini mungkin unrtuk mencari atlet-atlet berbakat yang tentunya harus secara berkesinambungan dipantau dan dibina sebaik mungkin. Prestasi olahraga senam *Aerobic Gymnastics* tergantung kepada pembinaan dan mengolah atlet berbakat yang didapat dari pemanduan bakat.

Talent scouting akan sangat baik dilakukan pada usia dini dan terus dipantau dan diprogram untuk anak-anak calon atletnya. Menurut Endang Rini S (2011:50) pada usia 2-5 tahun merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang cepat terutama saraf dan sistem otot. Pada usia ini anak dikenalkan dengan gerak dasar seperti, berjalan, berlari, lempar, menangkap, menendang, memanjat, dan memukul. Sedangkan , usia 6-10 tahun serabut saraf mulai lengkap, aliran implus bertambah cepat, fungsi jaringan saraf semakin baik sehingga gerakan otot semakin terkendali dan tekoordinasi. Untuk itu *talent scouting* baik dilakukan pada anak usia tersebut.

Minimnya *talent scouting* yang dilakukan merupakan salah satu aspek yang perlu dibenahi dan mulai dikembangkan dalam cabang olahraga pada umumnya tentunya cabang olahraga senam *Aerobic Gymnastics* pada khususnya.

Kurang perhatian para pelatih senam *Aerobic Gymnastics* anak usia dini tentang *talent scouting* inilah yang jadi keprihatihan dan perlu

dibenahi untuk menghasilkan atlet yang baik, hal ini terbukti dari jumlah atlet usia dini yang ada di DIY dapat dihitung dengan jari hal ini dikarenakan minimnya pengetahuan pelatih tentang pentingnya pemanduan bakat itu sendiri, sehingga pada kenyataan dilapangan bibit atlet atlet tidak terjaring dengan baik.

Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan optimal, maka pembibitan sejak usia dini harus dilaksanakan dengan konsisten, berkesinambungan, mendasar, sistematis, efisien, terpantau dan terpadu. Semakin banyak anak usia dini yang senang pada cabang olahraga senam *Aerobic Gymnastics*, maka semakin banyak kesempatan untuk mengidentifikasinya, dan mengarahkan untuk menjadi atlet senam *Aerobic Gymnastics* yang potensial.

Bibit tersebut kemudian dilatih dan dibina dibawah asuhan pelatih yang memiliki kualitas dan pengalaman agar dapat meraih prestasi puncak. Masa anak-anak perlu diperhatikan perkembangan gerak dan pertumbuhannya. Kemampuan gerak dasar yang baik akan mempermudah dalam perkembangan geraknya di masa pertumbuhan. Anak-anak mempunyai gerak yang aktif, penuh semangat, sering mencoba berbagai macam gerakan. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti “Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Anak Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta. “

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran.. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsini, 1998: 115). Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek dan subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 1997: 59). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1 dan 2 di Kota Yogyakarta..

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2002: 109). Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan kriteria tertentu. Adapun pertimbangan sampel tersebut adalah: (1)

siswa kelas 1 dan 2 SD di Kota Yogyakarta yang dipilih oleh guru olahraga masing-masing sekolah, (2) laki laki dan perempuan berusia 7-8 tahun. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi adalah berjumlah 93 anak dengan jumlah 59 anak perempuan dan 34 anak laki-laki

Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian dalam bentuk model tes dan Norma nilai yang dipakai sebagai instrumen penelitian tersebut adalah norma dari Penelitian yang dilakukan oleh Ratna Budiarti (2009:87)” norma yang tertera sudah diuji cobakan. Dengan macam-macam tes sebagai berikut: (1) Sprint 30 Meter, (2) *Sit-Up/* baring duduk selama 30 detik, (3) Split depan kaki kanan, (4) Split depan kaki kiri, (5) *Vertical Jump*, (6) *Dynamometer*.

Tabel 1. Norma Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putra Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi
1	23 ke atas	Baik Sekali (BS)
2	20-22	Baik (B)
3	17-19	Sedang (S)
4	14-16	Kurang (K)
5	11-13	Kurang Sekali (KS)

Tabel 2. Norma Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putri Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi
1	43-49	Baik Sekali (BS)
2	36-42	Baik (B)
3	28-35	Sedang (S)
4	21-27	Kurang (K)
5	0-20	Kurang Sekali (KS)

Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian yang sangat penting dalam penelitian, karena analisis data dapat memberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Dari data yang telah dikumpulkan kemudian dipisah-pisah menurut jenisnya masing-masing

dan disusun untuk dianalisis dan disimpulkan. Adapun teknik analisis yang telah digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis Deskriptif Prosentase.

$$\% = \frac{n}{N} \times 100$$

Keterangan :

n = Jumlah Pilihan

N =Jumlah Responden

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada hari Sabtu dan Minggu tanggal 12 sampai dengan 13 Maret 2017 bertempat di Hall Senam Timur FIK UNY. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas 1 dan 2 usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta yang berjumlah 93 anak yakni 59 anak perempuan dan 34 anak laki-laki. Data untuk mengidentifikasi bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* menggunakan Model Tes Fisik untuk Mencari Bakat (*Talent Scotching*) cabang *Aerobic Gymnastics* dari Ratna Budiarti (2009). Tes tersebut terdiri atas, *sprint* 30 meter, *sit up* selama 30 detik, *split* depan kanan dan kiri, *vertical jump*, dan *dynamometer*. Hasil penelitian sebagai berikut:

1. Putra

Dari analisis data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta diperoleh skor terendah (*minimum*) 12,0, skor tertinggi (*maksimum*) 27,0, rerata (*mean*) 21,53, *standar deviasi* (SD) 2,55. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Atlet Putra

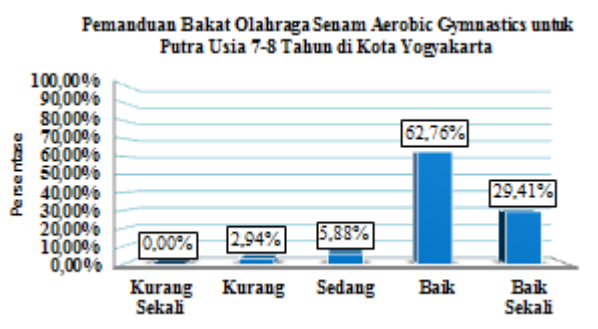
Statistik	
<i>N</i>	34
<i>Mean</i>	21,5294
<i>Std, Deviation</i>	2,54933
<i>Minimum</i>	12,00
<i>Maximum</i>	27,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putra Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi	F	%
1	23 ke atas	Baik Sekali (BS)	10	29,41 %
2	20-22	Baik (B)	21	61,76 %
3	17-19	Sedang (S)	2	5,88%
4	14-16	Kurang (K)	1	2,94%
5	11-13	Kurang Sekali (KS)	0	0%
Jumlah			34	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk gambar, maka data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta tampak pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

Berdasarkan tabel 2 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” 29,41% (10 anak), kategori “baik” 62,76% (21 anak), kategori “sedang” 5,88% (2 anak), kategori “kurang” 2,94% (1 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 21,53, bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta masuk kategori “baik”.

2. Putri

Dari analisis data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta diperoleh skor terendah (*minimum*) 12,0, skor tertinggi (*maksimum*) 27,0, rerata (*mean*) 21,53, *standar deviasi* (SD) 2,55. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Statistik Atlet Putri

Statistik	
<i>N</i>	59
<i>Mean</i>	20,5254
<i>Std. Deviation</i>	3,12584
<i>Minimum</i>	13,00
<i>Maximum</i>	28,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, maka data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putri Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

No	Jumlah Nilai	Klasifikasi	F	%
1	19 ke atas	Baik Sekali (BS)	43	72,88%
2	16-18	Baik (B)	13	22,03%
3	13-15	Sedang (S)	3	5,08%
4	10-12	Kurang (K)	0	0%
5	7-9	Kurang Sekali (KS)	0	0%
Jumlah			59	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk gambar, maka data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta tampak pada gambar 16 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Pemanduan Bakat Olahraga Senam *Aerobic Gymnastics* untuk Putri Usia 7-8 Tahun di Kota Yogyakarta

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa data pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” 72,88% (43 anak), kategori “baik” 22,03% (13 anak), kategori “sedang” 5,08% (3 anak), kategori “kurang” 0% (0 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 20,53, bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta masuk kategori “**baik sekali**”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra dan putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta masuk dalam kategori baik. Pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta masuk dalam kategori baik sekali. Perbandingan antara keterbakatan putra dan putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta yaitu pada kategori baik sekali yaitu untuk putra sebesar 29,41% dan putri sebesar 72,88%. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa kelompok putri lebih baik atau lebih berbakat dalam olahraga senam *Aerobic Gymnastics* dibanding kelompok putra. Sampel dalam penelitian ini dapat dikatakan sangat berbakat, karena sampel yang diteliti mayoritas sudah berlatih senam sejak dini.

Pemanduan bakat (*talent identification*) adalah upaya yang dilakukan secara sistematis untuk mengidentifikasi seseorang yang berpotensi dalam olahraga, sehingga diperkirakan orang tersebut akan berhasil latihan dan dapat meraih puncak. Senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan anak, gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk membantu perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktivitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal mengontrol sikap dan gerak secara efektif dan efisien.

Faktor-faktor yang mempengaruhi performa atlet antara lain fisik, teknik, taktik, dan psikologis. Faktor-faktor ini saling berkait antara satu dengan yang lainnya. Persiapan yang matang dalam hal tersebut akan banyak berperan dalam keberhasilan, namun faktor faktor tersebut tidak akan atau sulit untuk berkembang jika anak latihan tidak memiliki bibit yang baik dalam hal ini adalah bakat. Jika anak yang memang tidak berbakat dipaksakan latihan seara terus menerus maka hasilnya pun tidak akan baik dalam perkembangan olahraga prestasi. Untuk itu bakat merupakan salah satu pokok yang harus dimiliki dalam pembinaan olahraga prestasi.

Bakat dan minat individu adalah faktor yang sangat penting dalam pencapaian prestasi yang optimal, karena apa bila individu tersebut tidak mempunyai minat dan bakat untuk menekuni salah satu cabang olahraga maka hasil tidak akan maksimal karena tidak ada kesesuaian antara bakat dan minat untuk menggeluti cabang olahraga

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan, yaitu:

Pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putra usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori “baik sekali” 29,41% (10 anak), kategori “baik” 62,76% (21 anak), kategori “sedang” 5,88% (2 anak), kategori “kurang” 2,94% (1 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak). Pemanduan bakat olahraga senam *Aerobic Gymnastics* untuk putri usia 7-8 tahun di Kota Yogyakarta berada pada kategori

“baik sekali” 72,88% (43 anak), kategori “baik” 22,03% (13 anak), kategori “sedang” 5,08% (3 anak), kategori “kurang” 0% (0 anak), kategori “kurang sekali” sebesar 0% (0 anak)

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan, yaitu: Hasil penelitian dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi pelatih, dalam mempersiapkan atlet yang berbabat dalam olahraga senam *Aerobic Gymnastics*. Bagi peneliti selanjutnya agar menambah subjek penelitian dengan ruang lingkup yang lebih besar dan dengan model penelitian yang lebih bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan praktek*. Edisi revisi V. cetakan keduabelas. Jakarta: Rineka Cipta.
_____. (2004). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka cipta
- [2] Budiarti, Ratna. (2009). *Model Test Fisik Untuk Mencari Bakat (Talent Scoting) cabang Aerobic Gymanstics*. Yogyakarta. Thesis S-II FIK UNY.
- [3] FIG. (2013). *Code of Point Aerobic Gymnastics*. Modul Diakses dari internet tanggal 25 Juli 2016 pukul 18.20.
- [4] Mahendra, Agus. (2001). *Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar, sebuah Pendekaran Pembinaan Pola Gerak Senam*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga Depdiknes 2001
- [5] Mansur, (2011). *Pemanduan Bakat Olahraga*. Yogyakarta: Jural Fakultas Ilmu Keolahragaan Univeritas Negeri Yogyakarta
- [6] Rini Sukamti, Endang (2007). *Diktat Perkembangan Motorik*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Yogyakarta.
- [7] Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta
_____. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.