

**PENGARUH PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA KASTI
TERHADAP PENINGKATAN KESEGARAN JASMANI
SISWA PADA KELAS V SDN 08 AIKMEL
TAHUN PELAJARAN 2013/2014**

**JAPAR SIDDIQ
DOSEN PEMBIMBING 1 : JAMALUDDIN M,Pd
2 : KURNIA TAUFIL S.Pd,M.Pd**

FPOK IKIP MATARAM

ABSTRACT

JAPAR SIDDIQ : Tahun 2014 Judul Skripsi ini adalah "PENGARUH PEMBELAJARAN PERMAINAN BOLA KASTI TERHADAP PENINGKATAN KESEGARAN JASMANI SISWA KELAS V SDN 08 AIKMEL TAHUN PELAJARAN 2013/2014".

Pembimbing I : Jamaluddin, M.Pd Pembimbing II: Kurnia taufik S.Pd.M.Pd.Or

Kata Kunci : Pengaruh, Permainan Kasti, Kesehatan Jasmani.

Permasalahan penelitian ini adalah " Apakah Pengaruh Pembelajaran Permainan Bola Kasti Terhadap Kesehatan Jasmani Siswa Kelas V SDN 08 Aikmel Tahun Pelajaran 2013/2014". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pembelajaran permainan Bola kasti terhadap kesehatan jasmani siswa Kelas V SDN 08 Aikmel Tahun Pelajaran 2013/2014. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah (1) Metode Penentuan sampel dengan studi populasi (2) Metode Dokumentasi adalah suatu cara untuk mendapatkan data (3) Metode Test perbuatan adalah suatu alat data yang berbentuk suruhan yang harus dilaksanakan oleh subyek. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa pre test dan post test statistik. Dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung}=8,135$, pada nilai $N=30$, dan taraf signifikansi 5%, nilai t_{tabel} adalah 0.042. t_{hitung} lebih besar dengan t_{tabel} pada ($8,135>0,042$). Dengan demikian hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pembelajaran permainan Bola kasti terhadap kesehatan jasmani siswa kelas V SDN 08 Aikmel Tahun Pelajaran 2013/2014.

Latar Belakang Masalah

Manusia bergerak dan berolahraga untuk hidup, karena

gerak pada hakikatnya merupakan keniscayaan hidup. Gerak itu sendiri sejatinya merupakan ciri hidup, manusia bergerak dengan berbagai motifnya melakukan aktivitas

jasmani atau olahraga untuk mempertahankan dan meningkatkan mutu kehidupannya.

Begitu juga halnya dengan permainan kasti dimana dalam permainan kasti memerlukan gerak yang memadai. seiring dalam perkembangan zaman yang semakin modern akibat dari perkembangan IPTEK, maka masyarakat dihadapan dengan masalah yang semakin kompleks, salah satunya adalah masalah kesegaran jasmani kurang diperhatikan.

Permainan bola kasti merupakan permainan rakyat yang telah dimasukkan kedalam kurikulum. Permainan bola kasti merupakan salah satu permainan Bola kecil yang memiliki unsur kecepatan(lari), memiliki unsur ketepatan pada saat melempar, memiliki unsur kelincahan pada saat menghindari lemparan lawan. Dari semua unsur yang terkadang dalam permainan bola kasti tentunya dapat membangkitkan kemampuan otot untuk beraktivitas dalam jangka waktu yang lama sehingga diharapkan mampu menunjang kebugaran jasmani seseorang melalui permainan bola kasti. Untuk siswa yang berumur 10-12 tahun sangat baik di gunakan untuk memotivasi

melakukan kegiatan olahraga pada cabang olahraga permainan karena tanpa disadari dalam olahraga permainan dilakukan dengan sebanyak-banyaknya disertai rasa kegembiraan. Tapi setelah peneliti melakukan observasi pada SDN 08 Aikmel di temukan kurangnya pemberian materi bola kasti sehingga siswa kurang tau kelebihan dan kekurangan dalam melakukan permainan Bola kasti Jadi peneliti mendapat gambaran-gambaran yang jelas, permainan kasti yang dilakukan terus-menerus mampu meningkatkan kesegaran jasmani.

Namun demikian peneliti belum mengetahui dengan jelas dan pasti sejauh mana permainan bola kasti berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan kesegaran jasmani siswa. Hal inilah yang menarik bagi peneliti untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh pembelajaran permainan bola kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014.

Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang masalah tersebut di atas, maka dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut “Apakah ada pengaruh pembelajaran permainan bolakasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014 ?”.

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pembelajaran permainan Bola kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pembelajaran 2013/2014”.

Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berharga di dalam khasanah ilmu pengetahuan dalam bidang

olahraga khususnya dalam bidang olahraga bola kasti.

- b. Hasil penelitian ini di harapkan dapat mmerangsang penelitian lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut hal-hal yang belum terungkap dalam penelitian ini.

2. Kegunaan Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan bagi Dinas Pendidikan Pemuda Dan Olahraga (Dikpora) dalam rangka melakukan pembinaan olahraga bola kasti.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan acuan bagi guru-guru olahraga, pelatih atau Pembina olahraga dalam rangka peningkatan prestasi olahraga bola kasti.

Asumsi Penelitian

“Asumsi adalah anggapan dasar tentang suatu fakta yang kebenarannya tidak memerlukan pembuktian lagi” (Yousda, 1993). Sedangkan ahli lain menyatakan bahwa: “Asumsi adalah dasar pemikiran yang tidak perlu di uji kebenarannya” (Suharsimi Arikunto, 2010).

Berdasarkan kedua pendapat para ahli tersebut, maka yang dimaksud dengan asumsi adalah anggapan dasar yang sudah diyakini kebenarannya tanpa memerlukan pembuktian lagi.

Sehubungan dengan penelitian ini, maka asumsi yang diajukan adalah:

a. Asumsi Teoritis

Latihan yang teratur akan dapat meningkatkan kesegaran jasmani.

b. Asumsi Metodik

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Metode penentuan subyek penelitian menggunakan studi populasi.
- 2) Metode pengumpulan data menggunakan metode test perbuatan sebagai metode pokok, sedangkan metode dokumentasi dan metode observasi sebagai metode pelengkap.
- 3) Metode analisis data menggunakan analisis statistic dengan rumus t-test.

c. Asumsi Pelaksanaan

Penelitian ini akan dapat terlaksana jika:

1. Datanya jelas
2. Sumber data ada
3. Lokasi dapat di jangkau oleh peneliti baik

dilihat dari segi waktu,
tenaga maupun biaya

4. Adanyaimbangan yang intensif dari dosen pembimbing.

Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Subyek penelitian adalah siswa kelas V SDN 08 Aikmel.
2. Obyek yang diteliti adalah lari 40 meter, baring duduk, angkat tubuh, loncat tegak, lari 600 meter pada kesegaran jasmani.
3. Lokasi pelaksanaan penelitian adalah SDN 08 Aikmel.

A. Definisi Operasional Judul

Agar tidak terjadi kekeliruan dalam menafsirkan istilah-istilah,

maka perlu dijelaskan istilah yang di anggap penting yaitu sebagai berikut:

1. Pengaruh pembelajaran

pembelajaran adalah suatu kegiatan yang mengandung terjadinya proses penguasaan pengetahuan,

keterampilan dan sikap oleh subjek yang sedang belajar”Sagala, S. (2003:169)

2. Permainan bola kasti

Permainan bola kasti termasuk dalam jenis olahraga permainan bola kecil, kasti adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu (tim) yang masing-masing tim terdiri dari 12 orang pemain, regu yang bertugas menjaga dilapangan disebut regu lapangan atau pihak lapangan, sedangkan regu yang

mendapat kesempatan memukul di
sebut regu pemukul

3. Kesegaran jasmani

Kesegaran jasmani adalah kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang untuk melaksanakan aktifitas sehari-hari secara efisien dan efektif dalam waktu yang relative lama tanpa menimbulkan kelelahan.

Definisi Operasional Judul

Agar tidak terjadi kekeliruan dalam menafsirkan istilah-istilah, maka perlu dijelaskan istilah yang dianggap penting yaitu sebagai berikut:

1. Pengaruh pembelajaran

pembelajaran adalah suatu kegiatan yang mengandung terjadinya proses penguasaan pengetahuan, keterampilan dan sikap oleh subjek yang sedang belajar”Sagala, S. (2003:169)

2. Permainan bola kasti

Permainan bola kasti termasuk dalam jenis olahraga permainan bola kecil, kasti adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu (tim) yang masing-masing tim terdiri dari 12 orang pemain, regu yang bertugas menjaga dilapangan disebut regu lapangan atau pihak lapangan, sedangkan regu yang mendapat kesempatan memukul di sebut regu pemukul

3. Kesegaran jasmani

Kesegaran jasmani adalah kemampuan dan kesanggupan fisik seseorang untuk melaksanakan aktifitas sehari-hari secara efisien dan efektif dalam waktu yang relative lama tanpa menimbulkan kelelahan.

Deskripsi Teori

Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran mengandung makna adanya kegiatan mengajar dan belajar, di mana pihak yang mengajar adalah guru dan yang belajar adalah siswa yang berorientasi pada kegiatan mengajarkan materi yang berorientasi pada pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa sebagai sasaran pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran akan mencakup berbagai komponen lainnya, seperti media, kurikulum, dan fasilitas pembelajaran.

Darsono (2002: 24-25) secara umum menjelaskan pengertian pembelajaran sebagai “suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru

sedemikian rupa sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik". Sedangkan secara khusus pembelajaran dapat diartikan sebagai berikut :

Trebuchet MS, sans-serif;">Teori Behavioristik, mendefinisikan pembelajaran sebagai usaha guru membentuk tingkah laku yang diinginkan dengan menyediakan lingkungan (stimulus).

Agar terjadi hubungan stimulus dan respon (tingkah laku yang diinginkan) perlu latihan, dan setiap latihan yang berhasil harus diberi hadiah dan atau reinforcement (penguatan).

Kerangka berfikir

Permainan bola kasti merupakan permainan rakyat yang telah dimasukkan kedalam kurikulum. Permainan bola kasti merupakan salah satu permainan

bola kecil yang memiliki unsur kecepatan (lari), memiliki unsur ketepatan saat melempar, memiliki unsur kelincahan pada saat menghindari lemparan lawan dari semua unsur yang terkandung dalam permainan bola kasti tentunya membangkitkan kemampuan otot untuk beraktifitas dalam jangka waktu yang lama sehingga diharapkan mampu menunjang kebugaran jasmani seseorang melalui permainan bola kasti untuk siswa yang berumur 10-12 tahun sangat baik digunakan untuk memotivasi melakukan kegiatan olah raga pada cabang olah raga permainan karna tanpa disadari dalam olahraga permainan dilakukan dengan sebanyak-banyak ya disertai rasa kegembiraan. jadi penulis mendapat gambaran yang jelas, permainan kasti yang dilakukan terus menerus

mampu meningkatkan kebugaran jasmani.

Hipotesis penelitian

Hipotesis adalah pernyataan yang masih lemah kebenarannya (Sutrisno Hadi, 1989). Sedangkan pendapat lain menyatakan bahwa : “Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti data yang terbukti” (Suharsimi Arikunto, 2010).

Dari kedua pendapat para ahli tersebut, maka yang dimaksud hipotesis adalah pernyataan jawaban yang bersifat sementara dari permasalahan penelitian sampai terbukti kebenarannya.

Ditinjau dari rumusnya, hipotesis dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu:

1. Hipotesis Nihil (H_0) yaitu hipotesis yang menyatakan tidak ada

pengaruh antara variabel satu dengan variabel lainnya.

2. Hipotesis Alternatif (H_a) yaitu: hipotesis yang menyatakan ada pengaruh atau adanya perbedaan antara dua kelompok.

Sehubungan dengan penelitian ini, maka hipotesis yang dianjurkan adalah sebagai berikut : Ada pengaruh permainan bola kasti terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014.

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian; *Pre-test Post-test one group design*. Rancangan penelitian dimaksud : $O_1 \times O_2$

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah data yang menjadi perhatian dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang ditentukan (Margono, 1992). Sedangkan menurut Sugiyono (2010). Menyatakan populasi adalah generalisasi yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti yang dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Berdasarkan pendapat diatas, bahwa yang dimaksudkan dengan populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang digunakan sebagai sarana penelitian. Sehubungan dengan penelitian ini, maka yang menjadi populasi adalah 31 siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2010). Ahli lain menyatakan pula bahwa sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 2010).

Bedasarkan pendapat tersebut, maka yang dimaksud dengan sampel adalah sebagian atau wakil dari suatu polusi yang akan diteliti. Untuk menentukan jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini digunakan pendapat (Suharsimi Arikunto 2010) yang berbunyi bila populasinya cukup homogen

maka terhadap populasi dibawah 100, lebih baik diambil semuanya sehingga penelitiannya menggunakan studi populasi. selanjutnya jika jumlahnya besar atau lebih dari 100, maka dapat diambil 10-15% atau 20-35% atau lebih.

Berhubungan jumlah populasi dari siswa kelas V SDN 08 Aikmel lombok timur relatif sedikit yakni terbatas, yang berjumlah 31 Orang siswa maka penelitiannya merupakan studi populasi.

Instrumen dalam suatu penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan. Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data yang harus dirancang dan dibuat sehingga menghasilkan data sebagaimana adanya (Margono, 1997). Sehubungan dengan penelitian ini maka yang menjadi instrumen testnya adalah sebagai berikut:

Data yang terkumpul selanjutnya diolah dan dianalisis,

pada umumnya analisa data dibedakan menjadi dua cara yaitu analisa statistik dan analisa non statistik. Dalam buku pengantar metodologi penelitian dijelaskan bahwa “mengolah data berarti menimbang, menyaring, mengatur dan mengklasifikasikannya. Menimbang dan menyaring berarti memilih dengan hati-hati data yang relevan, tempat dan berkaitan dengan masalah yang diteliti. Mengatur dan mengklasifikasikan data berarti menggolongkan data tersebut menurut aturan tertentu “(Nazir, 1990). Sehubungan dengan penelitian ini, dimana peneliti ingin mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh permainan kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014, maka

digunakan analisis statistik dengan rumus sebagai berikut ini:

$$\text{Rumus: } t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{N(N-1)}}}$$

Keterangan :

Md =

Mean dari perbedaan pre – test (post test – pre test)

Xd =

deviasi masing-masing subyek (d- Md)

$\sum x^2 d$ = jumlah kuadrat deviasi

N = Subyek(jumlah sample)

d. b = Derajat kebebasan (ditentukan dengan N – 1)

(suharsimi,2010)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data

Dalam hal ini penulis akan melaporkan segala sesuatu yang berhubungan dengan proses penelitian, baik yang menyangkut jalannya penelitian, jadwal, kegiatan, serta data-data yang berhubungan dengan keperluan penelitian.

Adapun langkah-langkah yang penulis tempuh dalam melakukan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Administrasi
 - a. Memepersiapkan surat pengantar penelitian dari kepala Biro ikip Mataram.
 - b. Mendapat komendasi ijin dari ketua badan perencanaan pembangunan Daerah (BAPPEDA) kabupaten Lombok Timur.
 - c. Mendapat ijin penelitian dari kepala sekolah SDN 08 AIKMEL
2. Instrumen penelitian

Dalam sebuah penelitian guna memperoleh data harus digunakan suatu instrument. Instrumen yang baik akan menghasilkan data yang akurat, dengan data yang akurat akan menghasilkan kesimpulan yang tepat, instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

 1. Lari cepat 40 meter
 2. Gantung siku tekuk angkat tubuh 30 detik
 3. Baring duduk 30 detik
 4. Loncat tegak
 5. Lari jarak menengah

Pelaksanaan penelitian

1. Penentuan sampel

Seperti yang dijelaskan pada bab III, bahwa dalam penelitian ini sample yang diambil adalah keseluruhan siswa kelas V SDN 08 AIKMEL tahun 2013/2014 yang berjumlah 31 orang.

1. Pengumpulan data

Setelah melakukan pengumpulan data nama-nama, langkah selanjutnya adalah mengambil data yang diperlukan dengan melakukan melaksanakan pre test dan post test kesegaran jasmani terhadap 31 orang siswa yang menjadi sample.

PEMBAHASAN

Permainan kasti termasuk dalam jenis olah raga bola kecil yang merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu (tim) yang masing-masing terdiri dari 12 orang pemain, regu yang bertugas menjaga di lapangan, sedangkan regu yang mendapatkan kesempatan memukul disebut regu pemukul (Maryati Srihati dkk,1994:12)

Permainan kasti membutuhkan kebugaran fisik yang baik karna kasti dilakukan dengan melakukan pukulan terhadap bola

dan berlari secepatnya. Adapun jenis pelatihan olah raga lainnya sebagai sarana untuk pembinaan kesegaran jasmani, yaitu antara lain: jalan, jogging, bersepeda, berenang dan bentuk latihan fisik lain yang penting ada berkenaan pada unsur aerobic. Sedangkan komponen-komponen kesegaran jasmani yang diikutkan untuk mendukung suatu aktifitas kerja seseorang, untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani seseorang dapat dilakukan dengan hanya mengukur salah satu unsur dari aspek fisik dari unsur-unsur yang sangat kompleks. Jadi, dalam permainan kasti terdapat komponen-komponen kesegaran jasmani seperti kecepatan, kekuatan otot, kelenturan, kelincahan dan lainnya.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

pengaruh permainan kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014. Dan hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh permainan kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014 yang di teliti, hal ini menjadi informasi penting bagi guru olah raga pada umumnya dalam peningkatan kesegaran jasmani.

Sedangkan hasil pengujian hipotesis analisis data, dengan menggunakan rumus statistic t-test, dimana t-hitung adalah 8,135 lebih besar dari t-tabel sebesar 2,042 dengan taraf signifikan 5% ternyata menunjukkan hipotesis alternative (H_a) yang diajukan *diteima* sedangkan hipotesis nol (H_0) *ditolak* berarti :”Ada pengaruh pembelajaran permainan kasti

terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014”

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai hitung nilai t hitung sebesar 8,135 lebih besar dari t tabel sebesar 2,042 pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa “ada pengaruh pembelajaran permainan kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani siswa kelas V SDN 08 Aikmel tahun pelajaran 2013/2014”. Hal ini disebabkan karena latihan yang dilakukan secara terus menerus selama enam minggu.

Saran

Berdasarkan pengalaman penulis selama mengadakan penelitian dan analisa data, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut :

1. Kepada siswa

Kepada siswa hendaknya bersungguh-sungguh dalam melakukan kegiatan olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani, dalam konteks cabang olah raga apapun karena mampu memberikan dampak positif bagi peningkatan kebugaran jasmani.

2. Kepada guru

Bagi guru/pembina olah raga jika ingin meningkatkan kesegaran jasmani dengan menggunakan permainan kasti hendaknya menambah jumlah ining setiap kali pertemuannya dan mengurangi jumlah pemainnya, supaya mendapatkan hasil yang maksimal.

3. Kepada orang tua

Hendaknya orang tua mendukung dan membantu menjaga kebugaran putra-putrinya dengan memberi motivasi

terhadap pentingnya berolah raga dalam kehidupan kita untuk peningkatan jasmani kita.

Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta: Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Diknas. 2010. Pedoman Teknis TKJl Pelajar. Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani: Jakarta.

EVTANTI 2006. *Pengaruh permainan kasti terhadap peningkatan kesegaran jasmani pada*. Skripsi. Ikip Mataram

Margono. 2010. *Metodologi Penelitian*. Rineka Cipta: Jakarta.

Maryati Srihati, dkk. 1994. Modul Materi Pokok Permainan Kecil. Universitas Terbuka: Jakarta.

M. Nazir. 1990. *Metodologi Penelitian*. Pionir Jaya: Bandung.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.

Surachmad, W. 1982. *Pengantar Penelitian Ilmiah Dasar dan Metode Teknik*. Tarsito: Bandung.

Tim. 2011. *Pedoman Penyusunan Karya Ilmiah*. IKIP Mataram: Mataram

Sumasardjuno, S. 1998. *Olahraga dan kesehatan*. yudhistira: Jakarta.

Yousda, Ine Amirman, 1993. *statistic pendidikan*, Binja Akasara: Jakarta.

Suryabrata Sumadi, 1983. *Metodelogi penelitian*, UGM Yogyakarta.

Kasasih Engkos, *olahraga teknik dan program latihan akademik*, persindo