



Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Kesehatan Melalui Kartu Sehat

Loren Fibrilia P[✉], Endang Sri Hanani¹, Tommy Soenyoto²

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima Maret 2016
Disetujui September 2016
Dipublikasikan October 2016

Keywords:

**Development;
Health Cards;
Health Education.**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan produk model pembelajaran pendidikan kesehatan melalui media kartu sehat bagi siswa kelas VIII di SMP Islam Al Madina Kota Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Brog dan Gall, dengan langkah-langkah sebagai berikut : 1) melakukan analisis kebutuhan dari hasil observasi lapangan, wawancara dan kajian pustaka, 2) mengembangkan produk awal, 3) evaluasi ahli penjas dan ahli pembelajaran penjas, serta uji coba I (N=12), 4) revisi produk awal, 5) uji coba II (N=29), 6) revisi produk akhir, 7) hasil akhir kartu sehat. Hasil penelitian ini yaitu data validasi satu ahli pendidikan kesehatan dan dua ahli pembelajaran pada produk awal sebelum uji coba I, pada uji coba I, dan uji coba II, rata-rata hasil penilaian yaitu ahli pendidikan kesehatan 79% (baik) dan ahli pembelajaran 86,5% (baik), dari uji coba I didapat hasil kuesioner rata-rata prosentase pilihan jawaban yang sesuai 81% (baik). Sedangkan untuk uji coba II dari hasil kuesioner rata-rata prosentase pilihan jawaban yang sesuai 92,75% (baik). Kesimpulan bahwa media kartu sehat ini layak dipakai untuk pembelajaran penjasorkes dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang pendidikan kesehatan bagi siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang.

Abstract

This study aims to produce the model of health education through health cards for class VIII SMP Islam Al Madina Semarang. This research is a development which refers to the model of development of Brog and Gall, with steps as follows: 1) conduct a needs analysis of the results of field observation, interviews and review of the literature, 2) develop initial product, 3) expert evaluation of physical education and expert teaching physical education, as well as the trial I (n = 12), 4) revision of the initial product, 5) test II (N = 29), 6) a revision of the final product, 7) the final results of the health card. The results of this study is the validation data of the experts of healthy education and two experts learning in the initial product before the test I, the trials I, and trial II, the average results of the assessment are expert healthy education 79% (good) and learning experts 86,5% (good), the tests I obtained the results of the questionnaire the average percentage of selection of an appropriate response 81% (good). As for the second test of the questionnaire results the average percentage corresponding answer choice 92.75% (excellent). Based on the results, it can be concluded that the health card media is completely unfit for learning physical education in improving students' knowledge of health education for the students of class VIII SMP Islam Al Madina Semarang.

© 2016 Universitas Negeri Semarang

ISSN 2252-6773 (online)

ISSN 2460-724X (cetak)

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail : khananirifko@gmail.com

PENDAHULUAN

Gejala kemerosotan pengetahuan kesehatan di kalangan anak di seluruh dunia sudah merupakan gejala umum. Penyebab utamanya adalah karena kurangnya pendidikan kesehatan yang didapat, diakibatkan oleh pandangan bahwa pendidikan kesehatan tidak terlalu penting, anak-anak begitu asyik bermain di luar rumah dan tidak mencuci kaki dan tangan setelah bermain di luar.

Anak sangat suka mengonsumsi makanan yang tidak sehat, seperti sangat suka menyantap makanan siap saji, misalnya *burger* atau ayam goreng dalam susunan yang tidak seimbang (Rusli Lutan, 2003 : 4). Berdasarkan pernyataan ahli tersebut memang keadaan tersebut sudah terjadi di Indonesia, karena sungguh beralasan untuk memperhatikan pembinaan pendidikan kesehatan di sekolah sebagai upaya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan anak-anak.

Pengalaman kebiasaan hidup sehat tidak dengan sendirinya terlaksana. Kebiasaan setelah dewasa dan pada usia yang lebih lanjut, biasanya dibekali pada kebiasaan pada waktu muda. Anak – anak perlu diajarkan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk menjalankan gaya hidup aktif. Mereka perlu mendapat pengetahuan yang berisi informasi tentang pencapaian hidup sehat, sikapnya juga harus dibina melalui pembiasaan, sehingga di kemudian hari bisa dijadikan landasan bagi perilaku nyata mereka. Jika sudah terbiasa, maka seseorang akan merasa ada sesuatu yang tidak lengkap dalam hidupnya, apabila mereka tidak berolahraga dengan teratur.

Semua itu berhubungan dengan fungsi program pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) di sekolah yaitu untuk memberikan informasi kaitannya dengan pendidikan kesehatan kepada anak-anak. Penjasorkes bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dan kemampuan berpikir.

Pembelajaran penjasorkes yang diajarkan di sekolah harus memberikan kesempatan kepada siswa untuk berperan aktif, sehingga terlibat langsung dalam proses pembelajaran, serta dapat meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan seluruh ranah pendidikan jasmani yaitu fisik, afektif (sikap), psikomotor (gerak), dan kognitif (pengetahuan) pada siswa.

Dalam proses pembelajaran salah satu cara agar siswa tertarik dalam proses pembelajaran penjasorkes adalah dengan adanya variasi atau modifikasi. Variasi dan modifikasi diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan minat be-

lajar siswa sehingga dapat mencapai hasil belajar yang maksimal. Esensi modifikasi adalah menganalisis sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntunnya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial, sehingga dapat memperlancar siswa dalam belajarnya.

Mengembangkan penjasorkes di sekolah merupakan hal mutlak yang harus dilakukan oleh seluruh pendidik. Hal tersebut dapat diwujudkan dengan melihat pada ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani. Adapun ruang lingkup pendidikan jasmani meliputi; (1) permainan dan olahraga, (2) aktivitas pengembangan, (3) aktivitas senam, (4) aktivitas ritmik, (5) aktivitas air, (6) pendidikan luar kelas, (7) kesehatan.

Pendidikan dan kesehatan saling berkaitan, dikarenakan anak-anak memerlukan status kesehatan yang optimal untuk bisa berkonsentrasi mengikuti pelajaran dengan baik. Taraf kesehatan fisik, emosi, dan mental yang baik menunjang keberhasilan peserta didik dalam belajar.

Guru penjasorkes merupakan salah satu sumber siswa untuk mengetahui pembelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan di lingkungan sekolah. Guru penjasorkes dituntut aktif, inovatif, dan kreatif dalam mengajar sehingga siswa tertarik dan tidak merasa jenuh saat pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMP Islam Al Madina Kota Semarang, kondisi lingkungan sekolah yang ada cukup kondusif untuk dilakukan proses pembelajaran. Tingkat kebersihan sekolah sudah baik, dapat dilihat dari adanya pengelolaan tempat sampah di depan kelas maupun di ruang guru.

Terbentuknya regu piket di setiap kelas menandakan sekolah sangat mementingkan kebersihan sekolah baik di luar kelas maupun di dalam kelas. Namun di SMP Islam Al Madina belum ada ruangan khusus untuk ruang Unit Kesehatan Siswa (UKS). Ruang Unit Kesehatan Siswa (UKS) masih menjadi satu ruangan dengan ruang Bimbingan Konseling. Hal ini kurang kondusif karena apabila ada siswa yang sakit akan terganggu disebabkan ada siswa lain yang datang dengan keperluan di ruang Bimbingan Konseling.

Untuk pembelajaran pendidikan kesehatan di SMP Islam Al Madina guru penjasorkes memakai standar kompetensi yang telah ditetapkan. Pembelajaran pendidikan kesehatan dilaksanakan secara teori yang hanya berpusat pada guru. Siswa hanya berperan sebagai pendengar penjelasan guru, padahal siswa lebih cenderung menikmati pembelajaran yang membuat siswa aktif dalam pembelajaran. Hal itu yang membuat

guru penjasorkes jarang memberi materi pendidikan kesehatan. Materi kesehatan diberikan hanya di bulan Ramadhan saja karena tidak memungkinkan siswa melakukan praktik olahraga saat berpuasa.

Dari permasalahan yang dipaparkan sudah sangat jelas guru penjasorkes memerlukan inovasi dalam pengembangan media alat pembelajaran, sehingga siswa dapat aktif dalam mengikuti dan menerima materi pendidikan kesehatan. Guru penjasorkes memerlukan media yang menarik minat siswa dalam pembelajaran pendidikan kesehatan sehingga siswa lebih aktif dalam pembelajaran.

Pentingnya pengembangan media pembelajaran penjasorkes khususnya materi pendidikan kesehatan, sebagai media yang menarik dan dapat membuat siswa antusias dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran dengan menggunakan media kartu sehat dapat dipelajari siswa tidak hanya pada bulan Ramadhan saja. Kartu sehat juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengemukakan pendapat dan saling berdiskusi dengan siswa lainnya, sehingga siswa menjadi aktif dan lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Komponen pengetahuan ini menjadikan siswa mampu berfikir serta mengingat mengenai kesehatan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan menghasilkan produk berupa media kartu untuk pembelajaran pendidikan kesehatan. Borg dan Gall dalam Sugiyono (2015:9), Penelitian pengembangan ini menggunakan model pengembangan prosedural.

Subjek penelitian

Subjek uji coba dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan satu ahli pembelajaran.
- 2) Uji coba kelompok kecil terdiri dari 12 siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang.
- 3) Uji coba lapangan terdiri dari 29 siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang.

Lokasi Penelitian

Penelitian pengembangan ini dilaksanakan di SMP Islam Al Madina Kota Semarang.

Prosedur Pengembangan

Prosedur pengembangan model permainan SRD (Spider Run Dance) dalam pembelaja-



Gambar 1. Prosedur Pengembangan Media Pendidikan Kesehatan Melalui Kartu Sehat

ran kebugaran jasmani dilakukan melalui tahapan sebagai berikut :

Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah kartu sehat layak dalam pembelajaran pendidikan kesehatan pada siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang. Pada tahap ini peneliti mengadakan observasi di SMP Islam Al Madina Kota Semarang tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan kesehatan dan melakukan wawancara dengan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang bersangkutan.

Uji Coba Produk

Ujicoba produk dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang dapat digunakan sebagai dasar untuk mengetahui tingkat kelayakan, efisiensi dan daya tarik produk dari produk yang di hasilkan.

Uji Coba I

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dari hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang. Pada tahap ini dilakukan uji kelompok kecil terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subjek uji coba siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang dengan jumlah subyek sebanyak 12 siswa.

Uji Coba II

Hasil analisis ujicoba I serta revisi produk pertama, selanjutnya dilakukan ujicoba II. Ujicoba dilakukan pada siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang yang berjumlah 29 siswa. Setelah selesai melakukan ujicoba siswa mengisi kuesioner tentang pembelajaran melalui kartu sehat yang telah dilakukan.

Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini yaitu data kuantitatif dan kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil lembar evaluasi yang berupa kritik dan saran dari para ahli secara lisan maupun tulisan sebagai masukan untuk bahan revisi produk. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari hasil kuesioner siswa. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari satu ahli penjas dan satu ahli pembelajaran. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari evaluasi ahli dan uji coba.

Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket yang berbentuk lembar evaluasi dan kuesioner. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli Penjas dan ahli pembelajaran. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dari siswa. Alasan memilih kuesioner adalah subjek yang relatif banyak sehingga data dapat diambil secara serentak dan waktu yang singkat. Lembar evaluasi ahli dititikberatkan pada produk pertama yang dibuat, sedangkan kuesioner siswa dititikberatkan pada kenyamanan produk.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk prosentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Dalam pengolahan data, prosentase diperoleh menggunakan rumus (Sukirman, 2003:879) dalam Agung Priyono, yaitu:

$$F=f'/N \times 100\%$$

Keterangan:

F' = Frekuensi relatif / angka persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Jumlah seluruh data

100% = Konstata

Dari hasil prosentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. sumber Guilford dalam skripsi Agung Priyono, 2015:45

Tabel 1. Klasifikasi Prosentase

Prosentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20 %	Tidak baik	Dibuang
20,01 – 40 %	Kurang baik	Dipebaiki
40,01 – 70 %	Cukup baik	Digunakan (bersyarat)
70,01 – 90 %	Baik	Digunakan
90,01 – 100 %	Sangat baik	Digunakan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Validasi Draf Produk Awal

Produk awal pengembangan media pembelajaran pendidikan kesehatan melalui kartu sehat bagi siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebelum diuji cobakan dalam uji coba I, produk yang dihasilkan perlu dilaku-

kan validasi oleh para ahli yang sesuai dengan bidang penelitian ini. Penelitian ini melibatkan (1) ahli pendidikan kesehatan yang berasal dari dosen yang serumpun dengan bidang ilmu dalam penelitian ini dan (2) ahli pembelajaran berasal dari guru pendidikan jasmani kelas VIII di SMP Islam Al Madina Kota Semarang.

Validasi dilakukan dengan cara memberikan draf produk awal media kartu sehat, dengan disertai lembar evaluasi untuk ahli pendidikan kesehatan dan ahli pembelajaran di SMP Islam Al Madina Kota Semarang. Lembar evaluasi berupa kuesioner yang berisi aspek kualitas model permainan, saran, serta komentar dari ahli pendidikan jasmani dan ahli pembelajaran terhadap media kartu sehat. Hasil evaluasi berupa nilai dari aspek kualitas model pembelajaran dengan menggunakan skala likert 1 sampai 5, caranya dengan mencontreng salah satu angka yang terdapat pada lembar evaluasi tersebut.

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh ahli pendidikan kesehatan mengenai draft produk awal media pembelajaran pendidikan kesehatan melalui kartu sehat sebelum uji coba I didapatkan prosentase penilaian dari ahli pendidikan kesehatan 79% dan dari ahli pembelajaran mendapatkan prosentase penilaian 76,50%.

Berdasarkan saran dari ahli pendidikan kesehatan dan ahli pembelajaran pada produk atau media kartu sehat seperti yang telah diuraikan di atas, maka segera dilaksanakan revisi produk. Draft produk media kartu sehat pada uji coba adalah produk yang telah diperbaiki sesuai saran dan komentar ahli pendidikan jasmani dan ahli pembelajaran pada validasi draft produk awal permainan sebelum uji coba I dengan mengubah beberapa cara bermain kartu sehat :

1. Uji coba yang awalnya akan dilakukan di lapangan dialihkan ke dalam kelas.
2. Revisi produk atau media pembelajaran yang dilakukan peneliti adalah dengan mengubah cara bermain skala/tim menjadi individual agar permainan lebih efisien dan menarik serta semua siswa lebih aktif dalam menyampaikan pendapatnya.
3. Memberikan materi pendidikan kesehatan melalui video pembelajaran untuk merangsang siswa sebelum bermain kartu sehat.
4. Penggantian peraturan cara mengumpulkan kartu yang semula mengumpulkan 4 kartu dengan tema yang sama menjadi mengambil 1 kartu untuk diingat dan kemudian menjelaskan kembali informasi

Tabel 2. Data Rekapitulasi Uji Coba I (N=12)

No.	Aspek Penilaian	Jumlah Total Siswa	Siswa yang Menjawab Sesuai Harapan Peneliti	Presentase
1	Kognitif	12	90	75%
2	Psikomotor	12	86	71,6%
3	Afektif	12	92	76,7%
Rata – rata				74,4%

Sumber : Data Penelitian Uji Coba I

yang ada dalam kartu sehat di depan kelas.

Uji Coba I

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang dilakukan oleh siswa pada ujicoba I diperoleh hasil sebagai berikut :

Berdasarkan data diatas, terlihat seluruh

aspek sudah baik, akan tetapi ada beberapa kegiatan yang belum maksimal. Untuk itu perlu adanya revisi.

Hasil pengisian penilaian yang dilakukan oleh ahli penjas dan ahli pembelajaran yang dilakukan di SMP Islam Al Madina dapat disimpulkan bahwa, ahli pendidikan kesehatan dan ahli

Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Penilaian Kuesioner Ahli pada Uji Coba I

NO	Alternatif Jawaban	Ahli Pembelajaran 1	Ahli Pembelajaran 2	Ahli Pendidikan Kesehatan
1	tidak baik	0	0	0
2	kurang baik	0	0	2
3	cukup baik	4	4	1
4	baik	6	6	7

5	sangat baik	5	5	9
JUMLAH		61	61	78
PRESENTASE		82%	81%	81%

Sumber : Data Penelitian Uji Coba I

pembelajaran berpendapat pengembangan media kartu sehat dalam pembelajaran pendidikan kesehatan sudah masuk dalam kategori penilaian "baik". Hasil penilaian ahli pada ujicoba II dapat diamati pada tabel berikut :

Proses revisi produk kartu sehat berdasarkan saran ahli pendidikan kesehatan dan ahli pembelajaran terhadap kendala dan permasalahan yang muncul setelah uji coba I. Proses revisi adalah sebagai berikut:

1. Siswa yang awalnya bermain secara individu diganti secara berkelompok. Fungsi kelompok sebagai wadah siswa untuk mendiskusikan

dan berbagi informasi tentang tema kartu yang mereka dapatkan, sehingga saat siswa mendapatkan kesempatan menjelaskan kembali informasi yang ada dikartu, siswa bisa menjelaskan dan menghubungkan informasi dengan pengalaman siswa dalam kegiatan sehari-hari.

2. Waktu siswa merefleksikan kembali informasi kartu sehat yang awalnya 1 menit diganti menjadi 2 menit sehingga semakin banyak informasi tambahan yang siswa jelaskan.

3. Perlu adanya penambahan kartu yaitu tentang tema pelayanan kesehatan.

Uji Coba II

Berdasarkan uji coba II didapatkan pro-

Tabel 4. Data Rekapitulasi Kuesioner Uji Coba II (N=29)

No.	Aspek Penilaian	Jumlah Total Siswa	Siswa yang Menjawab Sesuai Harapan Peneliti	Prosentase
1	Kognitif	29	247	85,2%
2	Psikomotor	29	250	85,9%
3	Afektif	29	251	86,6%
Rata – rata				85,9%

Sumber : Data Penelitian Uji Coba II

sentase sebesar 85,9%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka media pembelajaran pendidikan kartu sehat melalui kartu sehat ini telah memenuhi kriteria "baik", sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang.

Berdasarkan hasil penilaian yang dilakukan oleh ahli pendidikan kesehatan dan ahli pembelajaran pada ujicoba II yang dilakukan di SMP Islam Al Madina Kota Semarang dapat disimpulkan bahwa, ahli pendidikan kesehatan dan ahli pembelajaran berpendapat pengembangan media

Tabel 5. Rekapitulasi Hasil Penilaian Kuesioner Ahli pada Uji Coba II

NO	Alternatif Jawaban	Ahli Pembelajaran 1	Ahli Pembelajaran 2	Ahli Pendidikan Kesehatan
1	tidak baik	0	0	0
2	kurang baik	0	0	0
3	cukup baik	0	0	1
4	baik	3	2	5
5	sangat baik	12	13	13
JUMLAH		72	73	88
PRESENTASE		96%	97%	89%

Sumber : Data Penelitian Uji Coba II

pembelajaran pendidikan kesehatan melalui kartu sehat sudah masuk dalam kategori penilaian "baik". Hal ini dapat dilihat dari rekapitulasi dan persentase jawaban para ahli dalam tabel berikut

ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran pendidikan kesehatan melalui kartu sehat layak digunakan untuk siswa kelas VIII SMP Islam Al Madina Kota Semarang. Dapat disarankan bagi guru PJOK SMP Islam Al Madina Kota Semarang agar kartu sehat ini dapat menjadi alternatif penyampaian pembelajaran pendidikan kesehatan yang dengan adanya kartu sehat ini diharapkan pembelajaran akan lebih variatif, kreatif dan menarik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Dwi. 2015. *Pengembangan Kartu Edukatif Untuk Pengetahuan Cabang-cabang Olahraga Pada Siswa Kelas IX SMA Negeri 1 Parakan tahun 2015*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Anisa Anuz. 2013. *Meningkatkan Kemampuan Mengenal Angka 1 Sampai 10 Dengan Menggunakan Kartu Remi Pada Kecamatan Kwandang Kabupaten Gorontalo Utara*. Skripsi. Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo
- Agung Priyono. 2015. *Pengembangan Model Pembelajaran Penjasorkes Melalui Permainan Cross Volley Ball Bagi Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Ketanon Sragi Kabupaten Pekalongan Tahun 2014*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Arief S. Sadiman, dkk. 2011. *Media Pendidikan: Pengertian, Pengembangan dan Pemanfaatannya*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Azhar Arsyad. 2013. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Fuad Ihsan. 2008. *Dasar-dasar Kependidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hendy Julian Tjakra, dkk. 2013. *Perancangan Visual Remi Untuk Memperkenalkan Keanekaragaman Prajurit Tradisional Indonesia*. Surabaya: Universitas Kristen Petra.
- J.S. Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Ircham Macfmoed dan Eko Suryani. 2008. *Pendidikan Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Munadi Yudhi. 2008. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Gaung Persada
- Nana Sudjana dan Ahmad Rivai. 2013. *Media Pengajaran*. Bandung: Sinar Baru Algensindo
- Nisak Ainun. 2010. *Pengaruh Penggunaan Media Kartu Kwartet Terhadap Minat dan Ketrampilan Berbicara Bahasa Jerman Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Malang*. Skripsi. Malang: Universitas Negeri Malang
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Kesehatan*. Jakarta: Litera
- Soekidjo Notoatmodjo. 2013. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiyono. 2010. *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Suparyanto. 2012. *Pendidikan Kesehatan*. Online <http://drsuparyanto.blogspot.co.id/2012/03/pendidikan-kesehatan.html> (accessed 21/3/2016)
- Rahina Nugrahani. 2007. *Media Pembelajaran Berbasis Visual Berbentuk Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Kualitas Belajar Mengajar di Sekolah Dasar*. Skripsi. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Rusman, dkk. 2013. *Pengembangan Berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Tim penyusun. 2014. *Pedoman Penyusunan Skripsi*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang
- Tommy Prayogo. 2015. *Perancangan Permainan Kartu Edukatif Untuk Memperkenalkan Sejarah dan Pahlawan Kemerdekaan Indonesia Pada Anak Usia 7-9 Tahun*. Surabaya: Universitas Kristen Petra
- Tommy Soenyoto. 2013. *Pengembangan Prototipe Alat Jamur (Mushroom) Cabang Olahraga Senam Artistik Putra di Provinsi Jawa Tengah*. Sinopsis Disertasi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta
- Toto Subroto, dkk. 2007. *Asas dan Falsafah Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Virgian Andri. "Pengembangan Pembelajaran Penjasorkes pada Materi Menerapkan Budaya Hidup Sehat Menggunakan Media Kartu Pintar untuk Siswa Kelas IV di SDN Sekaran 01 Kecamatan Gunung Pati Kota Semarang Tahun 2013". *Active*. 03/Th.XXXIV/September, 2014:1276-1282.
- www.id.wikipedia.org/wiki/Halaman_Utama (accessed 21/3/2016)