

PENGARUH METODE PEMBELAJARAN DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK

Chairuna¹⁾, Firmansyah Dlis²⁾, dan Yasep Setia Karrnawijaya³⁾

^{1),2),3)}Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

e-mail: chairunachana@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran dan motivasi belajar terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok. Sampel penelitian ini berjumlah 40 orang yang merupakan siswa kelas VII SMP Plus Darul Ilmi Medan dengan menggunakan rancangan penelitian treatment by level 2×2 . Data dianalisis menggunakan analisis varians (ANOVA) dan dilanjutkan dengan uji Tukey pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan : 1) secara keseluruhan terdapat perbedaan antara metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok ($F_o 4,96 > 4,11 F_t$). 2) terdapat interaksi antara metode pembelajaran dengan motivasi belajar terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok ($F_o 17,79 > 4,11 F_t$). 3) Pada siswa yang diajar dengan metode pembelajaran bagian lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan yang memiliki motivasi tinggi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok ($Q_o 7,58 > 4,33 Q_t$). 4) Pada siswa yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan tidak memberikan pengaruh signifikan dengan metode pembelajaran bagian yang memiliki motivasi rendah terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok ($Q_o 0,85 > 4,33 Q_t$).

Kata Kunci: keterampilan lompat jauh gaya jongkok, metode pembelajaran dan motivasi belajar

Abstract

The purpose of this research is to find out the influence of learning method and motivation toward the result of long jump skill with sail style. The sample of this research concept of 40 student grade VII Darul Ilmi Murni Junior High School Medan and done in experimental study by treatment by level 2×2 . The data were analyzed by using analyzed of varians (ANOVA) and then continued with Tukey Test were used to test the hypotheses at the level of significance $\alpha = 0,05$. The results of the research show that (1) in general, there is a significance difference between part method and whole method toward the result of long jump skill with sail style ($F_o 4,96 > 4,11 F_t$), (2) there is an interaction between learning method and motivation for the result of long jump skill with sail style ($F_o 17,79 > 4,11 F_t$), (3) Long jump skills with sail style of student who use part method is better than whole method which own high motivation ($Q_o 7,58 > 4,33 Q_t$), and (4) Long jump skills with sail style of student who use whole method is better than part method which own low motivation but not give a significant different ($Q_o 0,85 > 4,33 Q_t$).

Keywords: long jump skill with sail style, learning method and motivation.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan bertujuan untuk meningkatkan tingkat kebugaran

jasmani, serta mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa. Penyelenggaraan pendidikan jasmani harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga siswa akan lebih

inovatif, terampil, kreatif, dan memiliki kebugaran jasmani serta kebiasaan hidup sehat juga memiliki pengetahuan maupun pemahaman tentang gerak manusia. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pada siswa kelas VII Smp Plus Darul Ilmi Murni Medan bahwa pada saat pelajaran pendidikan jasmani khususnya materi lompat jauh masih kurang diminati karena pada umumnya. Pada saat melakukan lompatan siswa hanya sekedar melompat, namun tidak memperhatikan teknik dan gaya yang dipelajari, sehingga hasil lompatan secara keseluruhan gerakannya masih banyak yang salah.

Pada dasarnya setiap materi dalam pembelajaran memiliki karakteristik masing-masing, seperti kondisi pembelajarannya, alat yang digunakan, serta fasilitas sarana dan prasarana yang memadai. Selain itu, setiap materi dalam pendidikan jasmani memiliki tingkat kompleksitas ataupun kerumitan gerak yang berbeda-beda seperti lompat jauh. Dikdik Zafar (2010: 57) mengatakan bahwa lompat jauh adalah dimana pelompat menggabungkan antara kekuatan, kecepatan dan kelincahan. Jarak lompatan secara biomekanika ditentukan oleh tiga parameter, yaitu kecepatan saat bertolak (*velocity at take off*), sudut tolakan (*angle of take off*) dan tinggi titik pusat massa saat bertolak (*height of the centre of mass at take off*).

Kecepatan bertumpu dan sudut tolakan adalah paling penting. Tinggi titik pusat massa ditentukan oleh tinggi badan atlet meskipun dipengaruhi oleh posisi pada saat bertumpu. Kecepatan bertolak dan sudut tolakan adalah hasil

dari tolakan sebelum dan selama bertolak. Gerakan-gerakannya terdiri dari beberapa fase, yaitu fase awalan, fase tolakan, fase melayang dan fase mendarat.

Kondisi pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih belum dilakukan secara optimal terkait hasil belajar gerakannya. Hal ini disebabkan antara lain oleh kompleksitas gerak dari materi yang diajarkan, kemudian tingkat motivasi belajar siswa yang berbeda-beda dan kurangnya pemahaman guru terkait metode pembelajaran yang akan digunakan agar sesuai dengan materi lompat jauh. Oleh sebab itu, guru harus mampu mensiasati permasalahan ini dengan cara mengkaji dan melakukan pemilihan metode pembelajaran yang tepat. Guru harus mampu menerapkan metode pembelajaran yang cocok untuk pembelajaran gerak yang kompleks, seperti lompat jauh.

Berkaitan dengan fakta yang terjadi tersebut peneliti mencoba menerapkan dan membandingkan dua metode pembelajaran dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran yaitu Metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan.

KAJIAN PUSTAKA

Metode pembelajaran bagian merupakan materi pembelajaran yang harus disusun menurut tahapan gerak teknik keterampilan dasar yang akan diajarkan sehingga tahapan gerak yang telah diselesaikan dari gerakan yang sederhana ke gerakan yang lebih sulit dan kompleks itu dapat dikombinasikan dan merupakan kesatuan tugas gerak

yang utuh. Clayton T. Shay menyatakan pendapat bahwa "*Part method procedure demands an initial mastery of the definite section of material and their final connection of these different sections in proper serial order*" (2018 : 80). Metode pembelajaran bagian menuntut penguasaan dari awal bagian lompat jauh seperti sikap awalan, setelah menguasai awalan dilanjutkan ke tolakan, melayang di udara dan terakhir mendarat, setelah menguasai bagian per bagian maka kegerakan menjadi satu kesatuan.

Metode pembelajaran keseluruhan merupakan metode dengan penerapan pembelajaran yang dilakukan secara utuh keseluruhan dan dilakukan secara berulang-ulang sampai siswa paham dan menguasai betul materi yang diajarkannya. Aktivitas suatu keterampilan olahraga dilakukan secara keseluruhan, bukan secara terpisah-pisah, atau perbagian-bagian.

Mengenai tingkat motivasi belajar yang baik pada siswa dapat lebih antusias mengikuti proses pembelajaran pendidikan jasmani yang di dalamnya berupa aktivitas fisik. Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Belajar adalah perubahan tingkah laku secara relatif permanen dan secara potensial terjadi sebagai hasil dari praktik atau penguatan (*reinforced practice*) yang dilandasi tujuan untuk mencapai tujuan tertentu (2008 : 23). Sehingga siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi akan memperoleh keuntungan di dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, yaitu siswa akan lebih antusias, lebih termotivasi, dan lebih semangat dalam

mengikuti proses pembelajaran karena secara otomatis tingkat kemauan belajar dan tingkat konsentrasinya pun lebih baik dibandingkan dengan siswa yang tingkat motivasi belajarnya rendah di dalam proses pembelajaran. Oleh sebab itu, peneliti ingin melihat keefektifan dari kedua metode pembelajaran terkait dengan motivasi belajar terhadap hasil belajar lompat jauh yang tingkat kompleksitas geraknya relatif sulit.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen lapangan. Dalam penelitian ini ada perlakuan (*Treatment*), dengan demikian metode eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab-akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu (Arikunto, 2010 : 9).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan variable bebas terhadap variable terikat. Dalam penelitian ini dilibatkan tiga variabel, yakni : (1) Variabel bebas adalah metode pembelajaran kooperatif (2) Variabel terikat adalah hasil belajar servis bawah bola voli dan (3) Variabel atribut yaitu motivasi belajar. Desain penelitian ini menggunakan rancangan *Treatment by level 2 x 2*. Rancangan *treatment* adalah unit-unit eksperimen ke dalam sel sedemikian rupa secara acak, sehingga unit-unit eksperimen dalam setiap sel relatif bersifat homogen. Secara visual desain penelitian ini dapat di gambarkan sebagai berikut :

Tabel 1 Rancangan desain penelitian *treatment* by level 2 x 2.

Motivasi Belajar (B)	Metode Pembelajaran (A)	
	Bagian (A ₁)	Keseluruhan (A ₂)
Tinggi (B ₁)	A ₁ B ₁	A ₂ B ₁
Rendah (B ₂)	A ₁ B ₂	A ₂ B ₂

Penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Darul Ilmi Murni Medan. Sedangkan populasinya berjumlah 74 orang siswa. Verducci menjelaskan bahwa prosedur untuk mendapatkan kelompok komponen tinggi dan kelompok komponen rendah pada kedua metode tersebut adalah: Pertama, 27% dari skor total. Kedua, ambil urutan mulai dari skor tertinggi hingga jumlah sampel yang dibutuhkan dan ambil urutan mulai dari skor terendah hingga jumlah sampel yang dibutuhkan, skor pertengahan antara skor tertinggi dan skor terendah di tidak ikut sertakan/hilangkan, (1980, 176-177).

Untuk menganalisa data yang terkumpul, digunakan teknik analisis varians (ANAVA) dua arah pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ Persyaratan yang diperlukan dalam analisis varians adalah uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas menggunakan uji Lilliefors. Sedangkan untuk uji homogenitas menggunakan uji Bartlett. Apabila terdapat interaksi akan dilanjutkan dengan uji Tukey.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Perbedaan Hasil Belajar Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok Antara Metode

Pembelajaran Bagian Dan Metode Pembelajaran Keseluruhan

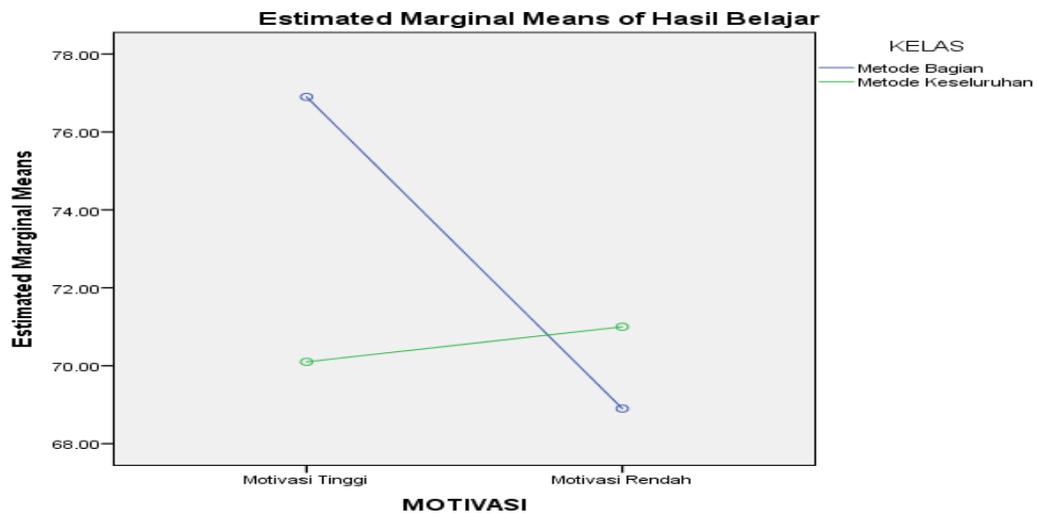
Dari hasil analisis varians pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ pada kolom sumber varians antar A didapat $F_{hitung} = 4,962$ dan $F_{tabel} = 4,11$ sehingga $F_{hitung} > F_{tabel}$ sehingga H_0 ditolak yang berarti secara keseluruhan terdapat perbedaan yang nyata antara metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok.

b. Interaksi antara Metode Pembelajaran dengan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Berdasarkan hasil analisis varian tentang interaksi antara metode pembelajaran dan motivasi terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok terlihat pada tabel 4.12 perhitungan anava di atas, bahwa harga F_{hitung} interaksi $F(A \times B) = 17,791$ dan $F_{tabel} = 4,11$ sehingga $F_{hitung} > F_{tabel}$ yang berarti H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat interaksi antara metode-metode pembelajaran yang digunakan dengan motivasi terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok.

Interaksi antara metode pembelajaran dan motivasi dalam pengaruhnya terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok

dapat divisualisasikan secara grafis seperti gambar berikut.



Gambar 1 Interaksi antara Metode Pembelajaran dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Jongkok

Selanjutnya berdasarkan hasil pengujian di atas menunjukkan adanya interaksi antara variabel sehingga dapat dilakukan uji lanjut dengan uji tukey untuk mengetahui metode manakah yang memberikan hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok yang lebih baik antara metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan.

c. Perbedaan Hasil Belajar Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Kelompok Siswa

dengan Motivasi Tinggi yang Diajar dengan Metode Pembelajaran Bagian dan Metode Pembelajaran Keseluruhan

Terdapat perbedaan hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada kelompok siswa yang memiliki motivasi tinggi yang diajar dengan metode pembelajaran bagian dan yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan. Hal ini terbukti dari hasil uji lanjut dalam analisis varians (ANAVA) dengan menggunakan uji Tukey yang hasilnya sebagai berikut.

Tabel 2 Hasil Uji Tukey Data Hasil Belajar Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Kelompok Siswa dengan Motivasi Tinggi yang Diajar dengan Metode Pembelajaran Bagian dan Metode Pembelajaran Keseluruhan.

No	Kelompok yang Dibandingkan	Q_{hitung}	Q_{tabel}	Keterangan
1	A ₁ B ₁ dengan A ₂ B ₁	7,58	4,33	Signifikan

Keterangan:

A₁B₁ : Kelompok Metode Pembelajaran Bagian Motivasi Tinggi

A₂B₁ : Kelompok Metode Pembelajaran Keseluruhan Motivasi Tinggi

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa $Q_{hitung} 7,58 > 4,33 Q_{tabel}$, sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat perbedaan hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok yang signifikan antara siswa yang memiliki motivasi tinggi yang diajar dengan metode pembelajaran bagian daripada yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan.

Kelompok siswa yang memiliki motivasi tinggi yang diajar menggunakan metode pembelajaran bagian memiliki skor rata-rata hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok sebesar $\bar{X} = 76,9$ lebih baik daripada kelompok siswa yang diajar menggunakan metode pembelajaran keseluruhan dengan skor rata-rata $\bar{X} = 68,90$. Ini berarti bahwa hipotesis diterima sehingga dapat disimpulkan

bahwa hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok siswa yang memiliki motivasi tinggi yang diajar dengan metode pembelajaran bagian lebih baik dibandingkan dengan yang diajar menggunakan metode pembelajaran keseluruhan.

d. Perbedaan Hasil Belajar Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Kelompok Siswa dengan Motivasi Rendah yang Diajar dengan Metode Pembelajaran Bagian dan Metode Pembelajaran Keseluruhan

Tidak terdapatnya perbedaan hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok yang signifikan pada kelompok siswa yang memiliki motivasi rendah yang diajar dengan metode pembelajaran bagian dan yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan. Hal ini terbukti dari hasil uji lanjut dalam analisis varians (ANOVA) dengan menggunakan uji Tukey yang hasilnya sebagai berikut.

Tabel 3 Hasil Uji Tukey Data Hasil Belajar Keterampilan Lompat Jauh Gaya Jongkok pada Kelompok Siswa dengan Motivasi Rendah yang Diajar dengan Metode Pembelajaran Bagian dan Metode Pembelajaran Keseluruhan

No	Kelompok yang Dibandingkan	Q_{hitung}	Q_{tabel}	Keterangan
1	A ₁ B ₂ dengan A ₂ B ₂	0,85	4,33	Tidak Signifikan

Keterangan:

A₁B₂ : Kelompok Metode Pembelajaran Bagian Motivasi Rendah

A₂B₂ : Kelompok Metode Pembelajaran Keseluruhan Motivasi Rendah

Berdasarkan tabel tersebut diketahui bahwa $Q_{hitung} 0,85 < 4,33 Q_{tabel}$, ini berarti H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak terdapat perbedaan hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok yang signifikan pada

kelompok siswa yang memiliki motivasi rendah yang diajar dengan metode pembelajaran bagian dan yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan.

Meskipun pada skor rata-rata hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada kelompok siswa dengan motivasi rendah menunjukkan bahwa siswa yang diajar menggunakan metode pembelajaran bagian memiliki skor rata-rata $\bar{X} = 70,10$ lebih rendah dibandingkan siswa yang diajar menggunakan metode pembelajaran keseluruhan yaitu $\bar{X} = 71$. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok kelompok siswa yang memiliki motivasi rendah yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan lebih baik dibandingkan dengan yang diajar menggunakan metode bagian. Meskipun pada hasil penghitungan tidak secara signifikan memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keterampilan lompat jauh gaya jongkok kelompok siswa yang memiliki motivasi rendah.

PENUTUP

Simpulan

Penelitian menggunakan metode eksperimen yang terdiri dari variabel terikat yaitu hasil belajar lompat jauh gaya jongkok dan variabel bebas yaitu metode pembelajaran bagian dan keseluruhan dan motivasi belajar (tinggi dan rendah). Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis dan pengujian hipotesis penelitian maka dapat disimpulkan:

1. Siswa yang diajar dengan metode pembelajaran bagian lebih baik dari metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
2. Terdapat interaksi yang signifikan antara metode pembelajaran dan motivasi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
3. Pada siswa yang diajar dengan metode pembelajaran bagian lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan yang memiliki motivasi tinggi terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.
4. Pada siswa yang diajar dengan metode pembelajaran keseluruhan tidak memberikan pengaruh signifikan dengan metode pembelajaran bagian yang memiliki motivasi rendah terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

Saran

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, maka hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan implikasi pada pengembangan metode pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Secara operasional implikasi dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa metode pembelajaran bagian perlu lebih banyak digunakan dan dikembangkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani khususnya di SMP Plus Darul Ilmi Murni, melalui metode pembelajaran bagian siswa dapat mengembangkan pengetahuannya dengan secara bertahap dan menjadikan

suatu gerakan menjadi gerakan kesatuan serta mengikutsertakan motivasi siswa dalam belajar, dalam metode pembelajaran bagian dapat membuat siswa lebih aktif dan mengetahui teknik-teknik dasar dalam proses pembelajaran terhadap materi yang diberikan. Siswa juga belajar saling menghargai, saling membantu, bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan oleh guru serta belajar membangun komunikasi yang baik dan berbagi hasil pemikiran dan menjawab hipotesis tentang suatu materi yang mereka pelajari.

Hasil temuan dari penelitian yang dilakukan sebagaimana dikemukakan pada kesimpulan diatas menunjukkan bahwa terdapat pengaruh interaksi antara metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Dengan ditemukannya pengaruh interaksi ini, dapat diartikan bahwa kedua metode pembelajaran memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Apabila dikaitkan dengan kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi ternyata metode pembelajaran bagian lebih baik jika dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan, sedangkan pada kelompok siswa yang memiliki motivasi belajar rendah metode pembelajaran keseluruhan lebih baik jika dibandingkan dengan metode pembelajaran bagian

Dari temuan ini mengindikasikan bahwa motivasi belajar perlu dipertimbangkan dalam pengembangan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Perlu diketahui bahwa lompat jauh gaya

jongkok membutuhkan motivasi belajar yang baik dalam mempelajari teknik-teknik dasar, sehingga mempermudah dalam pencapaian belajar, dengan demikian motivasi tersebut merupakan suatu penunjang yang sangat dibutuhkan dalam belajar lompat jauh gaya jongkok. Dengan kata lain bahwa untuk meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok perlu melibatkan faktor motivasi.

Bagi siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi, data yang diperoleh menunjukkan bahwa metode pembelajaran bagian memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Dengan demikian, dapat direkomendasikan metode pembelajaran bagian lebih cocok diterapkan bagi siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

Bagi siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, data yang diperoleh menunjukkan bahwa metode pembelajaran keseluruhan memberikan pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran bagian terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Dengan demikian, dapat direkomendasikan metode pembelajaran keseluruhan diterapkan bagi siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

Temuan lain dalam penelitian ini, bahwa dari data yang diperoleh menunjukkan secara keseluruhan metode pembelajaran bagian memberikan

pengaruh yang lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan terhadap hasil belajar lompat jauh gaya jongkok. Dengan

demikian dapat direkomendasikan bahwa metode pembelajaran bagian dapat diterapkan dalam meningkatkan hasil belajar lompat jauh gaya jongkok.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* Jakarta: Rineka Cipta,

Shay, Clayton T. "The Progressive Part vs The Whole Method of Learning Motor Skills, Journal of Pshchology 2018, Vol. 131 No. 1.

Sidik, Didik Zafar. (2010). *Mengajar dan Melatih Atletik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Uno, Hamzah B.(2008). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.

Verducci, Frank M. (1980). *Measurement Concepts in Physical Education*. St. Louis Missouri: Mosby Company