



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

“Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa

Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



# UPAYA MENINGKATKAN PENGEMBANGAN MOTORIK KASAR (MELOMPAT) ANAK MELALUI PERMAINAN LOMPAT TALI PADA KELOMPOK B TK AL-HIDAYAH PALAOSAN TAHUN PELAJARAN 2015-2016

**Efri Febriani**

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, IKIP PGRI Madiun,  
efrifebriani@gmail.com

### ABSTRAK

Pada dasarnya setiap anak memiliki tingkat perkembangan yang baik. Dunia anak adalah dunia bermain, dari mulai bangun sampai tidur sampai tidur kembali yang ada dalam pikiran anak adalah bermain. Semua jenis permainan baik untuk perkembangan anak. Hal itu apabila permainan tersebut dilakukan dengan pengelolaan yang baik dan diarahkan untuk tujuan-tujuan positif. Sehingga tujuan pendidikan anak tercapai, khususnya dalam menumbuhkan kreativitas, daya imajinasi, dan proses sosialisasi dalam diri anak. Berdasarkan pada latar belakang yang telah disampaikan di atas, masalah yang dihadapi di TK Al-Hidayah Plaosan dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah dengan permainan lompat tali dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar (melompat) pada anak kelompok B TK Al-Hidayah Plaosan Magetan Tahun Pelajaran 2015-2016?”

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui perkembangan motorik kasar (melompat) anak melalui permainan lompat tali. Subjek yang diteliti dalam penelitian ini adalah anak kelompok B di TK Al-Hidayah Plaosan Tahun 2015/2016. Penelitian disini menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik permainan lompat tali dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada siswa TK Al-Hidayah Plaosan Tahun 2015-2016.

**Kata Kunci:** *Perkembangan Motorik, Permainan*

### PENDAHULUAN

Pada dasarnya setiap anak memiliki tingkat perkembangan yang baik. Dunia anak adalah dunia bermain, dari mulai bangun sampai tidur sampai tidur kembali yang ada dalam pikiran anak adalah bermain. Maka wajar apabila bermain merupakan salah satu prinsip dasar dalam pendidikan anak usia dini. Taman Kanak-Kanak (TK) harus membimbing dan mengawasi anak dalam melakukan setiap gerakan yang dilakukan oleh anak dalam bermain sehingga semua aspek perkembangan dapat berkembang secara optimal.

Usia peserta didik TK adalah usia ideal untuk mempelajari keterampilan motorik, dikarenakan tubuh peserta didik lebih lentur

dibandingkan tubuh orang dewasa. Di TK motorik kasar anak harus lebih ditingkatkan dengan cara bermain. Melalui kegiatan bermain anak dapat belajar tentang diri mereka sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Di TK Al-Hidayah Plaosan perkembangan motorik kasar anak masih kurang, faktanya anak belum dapat mengontrol gerak tubuh atau mengkoordinasikan seluruh anggota tubuhnya secara terampil karena kurangnya latihan fisik dalam berlari, melompat, berjalan pada garis lurus, berjalan mundur dengan tumit, menendang bola, dan melakukan permainan dengan ketangkasan dan kelincahan dalam permainan lompat tali. Guru tidak pernah melatih anak untuk



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

### “Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



melakukan gerakan motorik kasar secara bertahap, karena anak tidak perlu mengasah gerakan-gerakan fisik motorik namun hanya melakukan kegiatan membaca dan menulis saja.

Dengan menggunakan permainan tradisional lompat tali dapat melatih kemampuan anak menggerakkan tubuh, melatih ketangkasan dan kelincahan anak dalam permainan, meningkatkan kemampuan komunikasi dan melepaskan emosi anak. Selain itu anak akan terlihat aktif dalam pembelajaran pengembangan fisik motorik dan mempunyai minat dan motivasi untuk melakukan permainan tersebut dengan hati yang menyenangkan.

Tujuan penelitian ini adalah bahwa upaya meningkatkan motorik kasar anak dapat menggunakan permainan tradisional karena permainan tradisional sangatlah bermanfaat bagi anak. Oleh karena itu, timbul dorongan peneliti untuk meneliti “Upaya Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar (Melompat) Anak Melalui Permainan Tradisional Lompat Tali Pada Kelompok B di TK Al-Hidayah Plaosan.

#### Permainan Lompat Tali

Permainan Lompat Tali (Lompat Karet) Permainan lompat tali adalah permainan yang menyerupai tali yang disusun dari karet gelang, ini merupakan permainan yang terbilang sangat populer sekitar tahun 70-an sampai 80-an, menjadi favorit saat keluar main di sekolah dan setelah mandi sore di rumah.

Menurut Harsono (1988:45) Permainan lompat tali adalah permainan melompat dengan haling rintang berupa tali yang terbuat dari karet yang dirajut menjadi panjang. 777 Permainan lompat tali diberikan pada siswa dengan tujuan meningkatkan kemampuan kerja dari otot tungkai, dimana otot tungkai tersebut akan mengalami perubahan akibat permainan yang diberikan. Lebih lanjut menurut Anggainsi Sudono, lompat tali/skipping sudah bisa dimainkan semenjak anak usia dini (TK). Jadi sekitar 4-5 tahun karena motorik kasar mereka telah siap. Apalagi bermain tali

dapat menutupi keingintahuan mereka akan bagaimana rasanya melompat.

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif kualitatif sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai, yaitu meningkatkan perkembangan motorik kasar anak melalui permainan lompat tali di TK Al-Hidayah Plaosan.

Dengan cara ini diharapkan data yang subyektif mungkin didapat demi kevalitan data yang diperlukan. Sehingga penelitian ini dilaksanakan berimplikasi terhadap peningkatan motorik kasar anak melalui permainan tradisional. Dalam melaksanakan penelitian selalu diadakan pengamatan juga data hasil penelitian. Guru sangat dituntut pada tahap ini, karena peran guru dalam melaksanakan penelitian tidak hanya sebagai pengajar tetapi sekaligus sebagai peneliti.

#### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian Kualitatif. Rancangan penelitian tindakan kelas ini terdiri dari 4 tahap yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Jika pada siklus pertama belum didapatkan perkembangan motorik kasar (melompat) dengan baik, maka dilanjutkan pada siklus ke 2 dan seterusnya sampai tujuan tercapai. Aspek yang diamati dalam setiap siklusnya adalah kegiatan peserta didik saat mengikuti permainan lompat tali untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar (melompat) anak di TK Al-Hidayah Plaosan.

#### Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi, dokumentasi, dan wawancara. Peneliti mengamati, mendokumentasikan dan melakukan wawancara pada saat anak melakukan permainan lompat tali.

#### Instrumen Penelitian

Ada beberapa instrument observasi yang digunakan untuk mengumpulkan data



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

### “Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



anantara lain dengan angket, wawancara dan observasi. Melalui observasi ini peneliti dapat mengetahui secara langsung keaktifan siswa dalam mengikuti permainan lompat tali di TK Al-Hidayah Plaosan.

#### Analisis Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa angka-angka. Data tersebut diperoleh dari (Sumber Arikunto, 2006)

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P= Presentase

F= Frekuensi Jawaban

N= Jumlah jawaban yang direspon

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses analisis data sebagai hasil dari penelitian, meliputi keseimbangan, kekuatan tubuh anak, dan kelincahan.

##### Siklus I

Peneliti melakukan perencanaan permainan sebagai tujuan untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak(melompat). Peneliti juga menyiapkan media permainan, mempersiapkan observer, dan mempersiapkan penilaian.

Kegiatan pada tahap pelaksanaan siklus 1 adalah: anak diajak untuk berbaris diluar kemudian bermain lompat tali. Guru menjelaskan cara permainannya dan mempraktekkan terlebih dahulu.

Pengamatan dilaksanakan oleh peneliti dan guru kelas sebagai kolaborator. Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan mengobservasi ketika anak bermain lompat tali meliputi keseimbangan, kekuatan tubuh anak, dan kelincahan.

##### a. Keseimbangan

Hasil persentase rata-rata pada aspek keseimbangan, terdapat 58,33% dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), ada 18,33% dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), ada 10,00% dalam kategori Mulai Berkembang (MB), dan

13,33% dalam kategori Belum Berkembang (BB).

##### b. Kekuatan Tubuh Anak

Hasil persentase rata-rata pada aspek kekuatan tubuh anak, terdapat 28,33% dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), ada 18,34% dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), ada 33,33% dalam kategori Mulai Berkembang (MB), dan 20,00% dalam kategori Belum Berkembang (BB).

##### c. Kelincahan

Hasil persentase rata-rata pada aspek kelincahan, terdapat 38,33% dalam kategori Berkembang Sangat Baik (BSB), ada 25,83% dalam kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), ada 24,16% dalam kategori Mulai Berkembang (MB), dan ada 11,67% dalam kategori Belum Berkembang (BB).

##### Siklus II

Adapun hasil pengamatan untuk dalam melatih keseimbangan adalah setelah dilakukannya pengamatan kembali, terdapat (90%) pada kategori berkembang sangat baik, jumlah ini menunjukkan adanya peningkatan kemampuan pemahaman anak tentang melompat tali yang benar sehingga mereka dapat melakukannya dengan baik. Terdapat (10%) untuk kategori berkembang sesuai harapan, hal ini dikarenakan kondisi kebugaran tubuh anak sehingga mereka kurang konsentrasi dalam menjaga keseimbangan tubuh saat melompat akibatnya mereka menyentuh tali saat melompat. Sedangkan pada kategori mulai berkembang dan kategori belum berkembang, tidak terdapat anak. Hal ini membuktikan bahwa setelah dilakukannya pengulangan, keseimbangan tubuh anak ketika bermain lompat tali, berkembang sesuai dengan yang diharapkan.

Kekuatan Tubuh Anak, setelah dilakukannya pengulangan dan setelah dilakukan pengulangan, terdapat (80%) pada kategori berkembang sangat baik, jumlah ini



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

### “Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa  
Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



menunjukkan peningkatan karena anak-anak sudah memahami cara menggunakan kekuatan tubuh mereka untuk melompat tali tanpa menyentuh tali tersebut. Terdapat (20%) pada kategori berkembang sesuai harapan, karena anak bisa melompati tali setinggi pinggang anak tapi masih menyentuh tali tersebut. Sedangkan pada kategori mulai berkembang dan kategori belum berkembang, tidak terdapat anak. Oleh karena itu, perlu adanya pengulangan dan latihan sehingga anak dapat meningkatkan kekuatan tubuh mereka ketika melompat tali sehingga dapat berkembang sesuai yang diharapkan.

Kelincahan, setelah adanya pengulangan dan pembelajaran yang dapat melibatkan anak secara langsung agar dapat diketahui sejauh mana anak dapat memahami pembelajaran yang diberikan khususnya aspek kelincahan. Adapun hasil yang diperoleh terdapat (70%) untuk kategori berkembang sangat baik, karena kondisi fisik anak dalam keadaan bugar dan telah melakukan latihan lompat tali secara intensif sehingga kelincahan anak dalam melompat sudah cukup baik. Terdapat (20%) pada kategori berkembang sesuai 781 harapan, karena masih ada anak yang terganggu konsentrasinya sehingga dalam melompat tali ia tidak dapat menggunakan waktu 20 detik untuk melakukan beberapa lompatan tali. Terdapat (5%) pada kategori mulai berkembang dan terdapat (5%) pada kategori belum berkembang, ini karena kondisi fisik anak yang tidak mendukung sehingga tidak terjadi perubahan dalam kelincahan melompat tali.

#### SIMPULAN DAN SARAN

Setelah membuat penelitian di TK Al-Hidayah Plaosan. Setelah dilaksanakan pengembangan melalui siklus I dan siklus II,

ada suatu peningkatan yang baik dalam perkembangan motorik kasar (melompat) anak melalui permainan lompat tali. Sehingga dapat digaris bawahi bahwa teknik permainan lompat tali dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar anak pada siswa TK Al-Hidayah Plaosan Tahun 2015-2016.

- 1) Bagi Kepala RA Bertanggung jawab dalam hal memperhatikan penyediaan sarana dan prasarana, sehingga pembelajaran dalam upaya melatih kemampuan motorik kasar pada anak melalui kegiatan bermain dapat terfasilitasi dengan baik. Selain itu kegiatan bermain juga menjadi lebih bervariasi, dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai.
- 2) Bagi Guru dapat menggunakan bermain lompat tali, sebagai cara dalam mengembangkan kemampuan motorik kasar pada anak. Karena dengan bermain lompat tali yang dilakukan dalam penelitian ini, terbukti dapat melatih kemampuan motorik kasar pada anak kelompok B.
- 3) Bagi anak agar lebih giat dalam melatih kemampuan motorik kasar anak terutama melompat tali.

---

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsini, 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Harsono, 1988. *Permainan Lompat Tali*. Jakarta: Grasindo.
- Santrock, J. W. 2002. *Life-span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Edisi ke-5. Jakarta: Erlangga.



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

“Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa  
Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



# ANALISIS PEMBELAJARAN BERMAIN PERAN TERHADAP PERKEMBANGAN KOMUNIKASI ANAK USIA 4 – 5 TAHUN DI PAUD MELATI 1 TAHUN AJARAN 2015/2016

Anik Yuliarti

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, FIP, IKIP PGRI Madiun

e-mail: hasnna\_rilova@yahoo.com

### ABSTRAK

Bermain merupakan salah satu interaksi anak untuk memperoleh pengetahuan, sebab anak memperoleh pengetahuan melalui objek yang disentuh dan aktivitas yang dilakukan. Pembelajaran anak usia dini awalnya menggunakan model klasikal dimana guru lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran dan anak hanya sebagai pendengar atau penerima informasi sehingga anak tidak bisa atau kurang mengembangkan daya pikir dan imajinasinya karena anak tidak ada kesempatan atau tidak diberikan kesempatan untuk mengembangkan dirinya sendiri. Namun dengan adanya pembelajaran sentra peran diharapkan pembelajaran ini anak harus memerankan suatu tokoh tertentu dengan tema dan kegiatan yang direncanakan oleh guru. Dengan pembelajaran sentra diharapkan pembelajaran dapat lebih bermakna bagi anak itu sendiri karena anak akan berperan aktif untuk memerankan kegiatan yang akan dilakukan sehingga anak dapat mengembangkan imajinasinya, dan belajar mengendalikan emosi selain itu dengan kegiatan bermain peran anak dapat mengembangkan aspek bahasa dalam komunikasi tentunya. Dimana anak dengan bermain peran akan melakukan komunikasi antara lawan mainnya dengan begitu akan menambah kosa kata yang dimiliki anak dan membantu anak lebih lancar dalam berkomunikasi.

**Kata kunci:** *bermain, komunikasi, anak usia dini.*

### PENDAHULUAN

Perkembangan (*development*) merupakan proses bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang bersifat lebih kompleks dengan pola yang teratur dan dapat diramalkan, hal ini merupakan hasil dari proses pematangan. Peristiwa perkembangan ini biasanya berkaitan dengan masalah psikologis seperti kemampuan gerak kasar dan halus, intelektual, sosial dan emosional. Perkembangan seorang anak juga dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti: Faktor dalam diri (*internal*), Faktor lingkungan (*eksternal*)

MacWhinney, 1999 (Allen, 2010:30) mengatakan perkembangan berbahasa yang normal bersifat teratur, bertahap dan bergantung pada kematangan dan kesempatan belajar. Bahasa seringkali didefinisikan sebagai sebuah sistem simbol, secara lisan, tertulis dan dengan menggunakan gerak tubuh (seperti melambatkan tangan untuk memanggil, gemeteran karena ketakutan), yang

memungkinkan kita untuk berkomunikasi satu sama lain. Tahap Perkembangan bahasa di tahun pertama kehidupan disebut fase pralinguistik atau prabahasa. Di atas usia tiga atau empat tahun, anak belajar menyusun kata-kata untuk membentuk kalimat sederhana kemudian diikuti kalimat gabungan yang masuk akal karena anak telah belajar konstruksi tata bahasa yang tepat. Antara lima sampai tujuh tahun, sebagian besar anak telah terampil menyampaikan pemikiran dan gagasan mereka secara lisan. Pada usia ini anak umumnya sudah menguasai 14.000 kata atau lebih, yang mungkin dapat berkembang menjadi dua atau tiga kali lipat selama fase anak menengah, tergantung pada lingkungan berbahasa anak.

Semua anak usia dini tanpa memandang usia mereka belajar dengan sangat baik melalui bermain (Phelps, 2005: P:1). Dalam bermain, anak membuat pilihan, memecahkan masalah, berkomunikasi, dan



## PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN

### “Meretas Sukses Publikasi Ilmiah Bidang Pendidikan Jurnal Bereputasi”

Kerjasama Program Studi S-3 Ilmu Pendidikan, Program Studi S-2 Pendidikan Luar Biasa  
Universitas Sebelas Maret Surakarta dan ISPI Wilayah Jawa Tengah

Surakarta, 21 November 2015

ISBN: 978-979-3456-52-2



bernegosiasi. Mereka menciptakan peristiwa khayalan, melatih keterampilan fisik, sosial, dan kognitif. Saat bermain anak dapat mengekspresikan dan melatih emosi dari pengalaman dan kejadian yang mereka temui setiap hari. Melalui main bersama dan mengambil peran berbeda, anak mengembangkan kemampuan melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain dan terlibat dalam perilaku pemimpin atau pengikut – perilaku yang akan diperlukannya saat bergaul ketika dewasa.

Sentra bisa diartikan sebagai suatu wadah yang disiapkan guru bagi kegiatan bermain anak. Melalui serangkaian kegiatan main tersebut, guru mengalirkan materi pembelajaran yang telah disusun. Rangkaian kegiatan itu harus saling berkaitan dan saling mendukung untuk mencapai tujuan belajar harian dan tujuan belajar pada semua sentra dalam satu hari harus sama. Setiap sentra mengacu pada tujuan pembelajaran yang telah direncanakan guru. Kegiatan sentra dijalankan dengan tema-tema belajar yang telah ditentukan dan akan berganti dalam periode tertentu. Setiap sentra juga secara terpadu membangun anak dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan tiga (3) jenis main, yaitu main sensorimotor, main peran, dan main pembangunan.

Main peran merupakan pengalaman penting yang mendukung perkembangan anak secara keseluruhan; kognisi, sosial, emosi, dan bahasa. Smilansky dan peneliti lain (1990) seperti dikuti Phelps mengembangkan sebuah alat penilaian main peran dan menggunakan alat ini untuk mengamati anak-anak. Ia menemukan bahwa kemampuan anak bermain peran berkaitan langsung dengan pengungkapan kata-kata yang lebih baik, kosa kata yang lebih kaya, pemahaman bahasa lebih tinggi, strategi pemecahan masalah lebih baik, lebih ingin tahu, kemampuan melihat sudut pandang orang lain lebih baik, kemampuan intelektual lebih tinggi, bermain

dengan teman lebih banyak, agresi menurun, empati lebih banyak, lebih imajinatif, rentang perhatian lebih panjang, kemampuan perhatian lebih besar, dan kinerja tugas-tugas percakapan lebih banyak. (Wolfgang, Bea Mackender, and Mary E. Wolfgang, 1981, p. 7-8).

Maka dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan kegiatan bermain peran menjadi sebuah milieu yang tak tertandingi dalam mendukung perkembangan berbagai aspek terutama dalam perkembangan bahasa atau komunikasi dan belajar anak. Ini juga alasan mengapa anak usia dini memerlukan waktu main lebih besar dalam sepanjang harinya karena dengan bermain peran anak akan belajar untuk mengekspresikan emosi, bahasa atau komunikasi kreatifitasnya. Jika anak belajar dengan bermain, maka ia akan memiliki ketahanan belajar lebih baik jika dibandingkan dengan yang sering dilakukan dengan kegiatan belajar seperti biasanya. Dengan melihat kondisi tersebut hendaknya dilakukan pengelolaan terhadap kegiatan bermain anak dengan baik, tujuannya adalah agar kegiatan bermain dapat diarahkan untuk mengembangkan kemampuan anak.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dhieni, Nurbiana.dkk. 2009. *Metode Pengembangan Bahasa*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Majid, Abdul.2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Modul. 2009. *Direktorat Jenderal Pendidikan Non Formal dan Informal Program Pendidikan dan Pengembangan anak usia Dini*. Madiun: Dinas Pendidikan Kabupaten Madiun.
- <http://www.wisdomhypnotherapy.com/kunci-sukses-komunikasi-%E2%80%9Cbawah-sadar%E2%80%9D> (1 maret 2012)
- <http://pratanti.wordpress.com/2007/08/18/%E2%80%9D> (1 maret 2012)