

**TANGGAPAN SISWA KELAS ATAS TERHADAP PEMBELAJARAN
SENAM DI SD NEGERI 1 GELARAN KARANGMOJO
GUNUNGKIDUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TANGGAPAN SISWA KELAS ATAS TERHADAP PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI 1 GELARAN KARANGMOJO GUNUNGKIDUL

Disusun Oleh:


Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 4 September 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107 198203 1 002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dra. Sri Mawarti, M.Pd.
NIP. 19590607 198703 2 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM : 14604224027
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 4 September 2018
Yang Menyatakan,



Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi




TANGGAPAN SISWA KELAS ATAS TERHADAP PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI 1 GELARAN KARANGMOJO GUNUNGKIDUL

Disusun Oleh:

Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027


Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 13 September 2018

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sri Mawarti, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		9/10 2018
Ahmad Rithaudin, M.Or. Sekretaris		8/10 2018
F. Suharjana, M.Pd. Penguji		27/10 2018

Yogyakarta, Oktober 2018
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Pawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Kegagalan terjadi karena terlalu banyak berencana tapi sedikit berpikir (M. Lutfi)
2. Rahasia keberhasilan adalah kerja keras dan belajar dari kegagalan (M. Lutfi)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orangtuaku ayahanda tercinta Rochmad Widiyarto dan Ibunda tercinta Wulan Sad Putranti. Karena tanpa beliau-beliau saya bukan apa-apa. Beliau-beliau yang selalu mensupport saya, mendoakan saya setiap waktu, dan memberi saya dukungan materi maupun non materi sehingga saya semakin yakin dan segera ingin memperoleh gelar sarjana.
2. Adik-adikku Alfita Destya Citra Hapsari dan Muchammad Lutfi Sakhi Zaidan, mereka yang selalu membuat saya lebih semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini guna memperoleh gelar sarjana.

TANGGAPAN SISWA KELAS ATAS TERHADAP PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI 1 GELARAN KARANGMOJO GUNUNGKIDUL

Oleh:

Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa positif tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas atas di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul yang berjumlah 76 siswa, semua dijadikan sampel, sehingga disebut *total sampling*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berada pada kategori “sangat kurang positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik), “kurang positif” sebesar 18,42% (14 peserta didik), “cukup positif” sebesar 42,11% (32 peserta didik), “positif” sebesar 23,68% (18 peserta didik), dan “sangat positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik).

Kata kunci: tanggapan, siswa kelas atas, pembelajaran senam

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Sri Mawarti, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
3. Bapak Dr. Subagyo, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Bapak Joko Nugroho, S.Pd., Kepala Sekolah di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Kekasih ku, Mary Matriyanti. Terimakasih selalu memberi semangat yang tak henti-henti dalam saya mengerjakan tugas akhir skripsi ini dan juga selalu mendoakan agar diberi kelancaran dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini,
8. Teman-temanku Bayu Aji, Huda Fauzan, Adhi, Anggit, Damai, dan masih banyak lagi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terimakasih selalu menemani saya dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini dan selalu memberi semangat.
9. Teman-teman seperjuangan PGSD Penjas kelas B Angkatan 2014. Terimakasih untuk selalu ada di tahun-tahun terbaik dalam hidupku, dalam tangis dan tawa, dalam kegilaan dan beribu pengalaman yang kita lalui.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 4 September 2018
Penulis,



Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM 14604224027

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Hasil Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Konsep Tanggapan	8
2. Hakikat Pembelajaran.....	14
3. Hakikat Pembelajaran Senam.....	22
4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	30
B. Penelitian yang Relevan	33
C. Kerangka Berpikir	35
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
D. Definisi Operasional Variabel	38
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	38
F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	41
1. Faktor Internal.....	43

2. Faktor Eksternal	45
B. Pembahasan	48
C. Keterbatasan Penelitian	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	54
B. Implikasi Hasil Penelitian	54
C. Saran-saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam.....	23
Gambar 2. Diagram Batang Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul.....	42
Gambar 3. Diagram Batang Faktor Internal	44
Gambar 4. Diagram Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Internal ..	45
Gambar 5. Diagram Batang Faktor Eksternal	46
Gambar 6. Diagram Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Eksternal.....	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Perbedaan antara Tanggapan dan Pengamatan.....	9
Tabel 2. SK dan KD Pembelajaran Senam Sekolah Dasar.....	27
Tabel 3. Rincian Sampel Penelitian.....	37
Tabel 4. Alternatif Jawaban Angket	39
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen	39
Tabel 6. Norma Penilaian	40
Tabel 7. Deskriptif Statistik Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul.....	41
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul.....	42
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Internal	43
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Internal.....	43
Tabel 11. Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Internal	44
Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Eksternal	46
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal	46
Tabel 14. Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Eksternal	47

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	61
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Gelaran	62
Lampiran 3. Instrumen Penelitian	63
Lampiran 4. Data Penelitian.....	66
Lampiran 5. Deskriptif Statistik	69
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia. Dalam kehidupan modern sekarang ini manusia tidak bisa dipisahkan dari kegiatan olahraga baik itu untuk meningkatkan prestasi maupun untuk kesehatan tubuh. Dengan berolahraga kesehatan kita akan terjaga, dan akan lebih bugar dibandingkan dengan orang yang jarang atau bahkan tidak pernah berolahraga.

Dunia pendidikan, PJOK merupakan satu bidang ilmu yang dipelajari, salah satunya dalam jenjang SD (sekolah Dasar). PJOK merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani. Adanya PJOK diharapkan siswa dapat menjaga kesehatan serta kebugarannya. Pendidikan jasmani yang bermutu, dapat memberikan sumbangan yang sangat berharga bagi perkembangan peserta didik secara menyeluruh, bukan hanya aspek keterampilan dan kebugaran jasmani saja yang berkembang, namun juga aspek lain yang sangat penting yaitu perkembangan pengetahuan dan penalaran, perkembangan intelegensi emosional, rasa sosial dan sifat-sifat lainnya yang membuat karakter seseorang menjadi tangguh.

Selain itu PJOK memiliki banyak bidang kajian di dalamnya, di antaranya adalah aquatik, atletik, permainan net dan gymnastik (Senam). Diantara keempat

bidang kajian itu biasanya siswa lebih senang dalam pembelajaran aquatik, atletik dan permainan net. Karena banyak mengandung permainan, baik pembelajaran aquatik yang ruang lingkupnya di dalam air, pembelajaran atletik yang banyak mengandung permainan seperti lari dan permainan bola kecil, serta permainan net yang juga digemari dengan permainan sepak bola, bola voli dan bulu tangkis. Sedangkan dalam bidang gymnastic atau senam siswa kurang tertarik dalam mengikuti pembelajaran hal ini disebabkan dalam senam tidak banyak mengandung unsur permainan.

Pembelajaran senam, banyak materi yang diajarkan di dalamnya salah satunya adalah senam lantai. Senam lantai siswa kurang memiliki minat yang besar dalam pembelajarannya, karena dalam pembelajaran senam lantai seperti guling depan memiliki konsentrasi dan perhatian yang lebih dari siswa. Resiko yang tinggi apabila siswa tidak bersungguh-sungguh dalam melakukan gerakan senam lantai.

Hal ini yang peneliti alami pada saat melakukan observasi di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Pada saat melakukan observasi yang bertepatan pada pembelajaran senam lantai guling depan, siswa terlihat kurang tertarik dalam pembelajaran guling depan dikarenakan ada beberapa faktor yang kurang mendukung dalam pembelajaran guling depan tersebut. Sarana dan prasarana sekolah yang digunakan untuk menunjang proses pembelajaran terutama pembelajaran PJOK masih kurang. Fasilitas yang kurang memadai, seperti matras yang merupakan salah satu hal yang sangat penting. Di SD Negeri 1 Gelaran hanya memiliki 2 matras yang layak digunakan untuk pembelajaran

senam lantai sedangkan rata-rata tiap kelas yang diisi lebih dari 25 orang sehingga membuat pembelajaran yang tidak efektif dan efisien dan banyak siswa yang menunggu untuk mempraktikkan senam lantai guling depan. Bahkan ada pula siswa yang duduk dan berteduh menunggu giliran tiba untuk mempraktikkan guling depan.

Fakta di lapangan masih ditemukan adanya siswa yang belum mengoptimalkan waktu pembelajaran dengan sebaik mungkin. Keadaan tersebut dapat dilihat dengan adanya siswa yang kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran senam. Siswa masih menganggap pembelajaran senam tidak terlalu penting, siswa lebih memilih untuk duduk dan mengobrol pada saat proses pembelajaran berlangsung bahkan ada juga yang asyik bergurau dan bermain sendiri. Masalah lain yaitu, masih ada siswa yang belum mampu melakukan gerakan guling depan. Siswa merasa takut pada saat akan mengguling, terutama pada siswa putri dan siswa yang bertubuh gemuk. Hal ini dapat terjadi karena metode yang digunakan oleh guru olahraga kurang tepat, sehingga siswa kurang dapat menguasai materi yang diberikan. Faktor lain yang dapat menyebabkan siswa kurang mampu melakukan gerakan senam adalah kurang tersedianya sarana dan prasarana sehingga intensitas siswa untuk berlatih senam sangat kurang. Padahal salah satu prinsip penting dalam PJOK adalah partisipasi siswa secara penuh dan merata.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan beberapa siswa, menunjukkan bahwa keaktifan siswa dalam pembelajaran masih kurang, seperti sulit memahami pembelajaran senam lantai guling depan, ketidakseriusan siswa

dalam mengikuti pembelajaran, siswa merasa takut saat melakukan guling depan, dan cara mengajar yang digunakan oleh guru membuat siswa kurang untuk mengikuti pembelajaran. Materi senam lantai guling depan merupakan materi yang cukup menjenuhkan, di mana siswa malas melakukan gerakan dan adanya rasa takut, malu terutama siswa putri saat melakukan guling depan sehingga diperlukan suatu pembelajaran yang menarik agar siswa-siswi minat saat pembelajaran senam lantai pada guling depan.

Selain itu peran guru juga sangat berpengaruh dalam pembelajaran senam lantai karena peran guru untuk mengawasi gerakan siswa yang mempraktikkan senam lantai guling depan sangat penting. Tingkat resiko yang tinggi yang membuat pengawasan guru sangat penting karena gerakan senam lantai khususnya guling depan harus memiliki konsentrasi yang lebih dan memiliki gerakan yang berhubungan dengan koordinasi tubuh. Gerakan yang menuntut keahlian dalam mengkoordinasikan tubuh dan tidak sedikit siswa yang banyak melakukan gerakan yang kurang benar dan membahayakan siswa tersebut. Peran guru juga penting untuk memperbaiki gerakan guling depan siswa yang belum baik dalam melakukannya. Fakta di lapangan, guru kurang membuat alat yang menarik untuk pembelajaran senam, guru juga jarang menggunakan media untuk pembelajaran senam, seperti media gambar dan video dan guru tidak memberikan contoh secara langsung praktik senam yang akan diajarkan.

Faktor di atas merupakan faktor yang penting yang membuat pembelajaran menjadi efektif dan efisien sehingga tujuan dari pembelajaran senam lantai khususnya guling depan dapat tercapai. Adanya sarana dan prasarana yang

memadai seperti matras maupun ruangan ataupun halaman yang menunjang akan memberikan kenyamanan dan keefektifan dalam pembelajaran sehingga siswa tidak perlu banyak menunggu untuk melakukan senam lantai. Serta peran guru yang baik juga faktor penting untuk mengawasi siswa dalam melakukan senam lantai, sehingga mencegah hal-hal yang tidak diinginkan apabila siswa melakukan gerakan senam lantai dengan cara yang belum benar. Peran guru untuk memperbaiki gerakan siswa yang masih belum benar dalam melakukan senam lantai juga sangat penting karena siswa akan terus mencoba dan terus belajar memperbaiki kesalahan sehingga tujuan dari pembelajaran senam lantai dapat tercapai dan dapat dikatakan sebagai pembelajaran yang berkualitas.

Berdasarkan masalah di atas, pentingnya untuk diteliti tentang “Tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Kurangnya perilaku atau kesungguhan siswa dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.
2. Guru tidak menggunakan media yang menarik dalam pembelajaran senam.
3. Sarana dan prasarana di sekolah masih kurang mendukung untuk pembelajaran senam.
4. Belum diketahuinya tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa positif tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa positif tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis, sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

- a. Bagi pembaca untuk mengetahui tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di Sekolah Dasar kelas atas.
- b. Dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian lain sejenis untuk mengupas lebih jauh tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di Sekolah Dasar.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru olahraga dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk mengetahui dan menyusun program pelaksanaan pembelajaran senam yang dilakukan di Sekolah Dasar.
- b. Bagi siswa Sekolah Dasar agar lebih mudah memahami materi yang diajarkan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Tanggapan

a. Pengertian Tanggapan

Pada waktu manusia melakukan proses pengamatan terhadap suatu objek mereka pasti akan mempunyai kesan atau tanggapan mengenai objek yang diamatinya. Tanggapan tersebut tentunya didapat melalui indera, seperti indera penglihatan, pendengaran, penciuman, peraba, dan perasa, baik secara bersama-sama ataupun sendiri-sendiri. Tanggapan (*perception*) yang berarti pengelihan, keyakinan dapat dilihat atau dimengerti. Tanggapan terjadi karena adanya stimulus atau rangsangan dari lingkungan sekitar, sehingga individu dapat memberikan makna atau menafsirkan sesuatu hal. Slameto (2010: 102) menjelaskan bahwa “Tanggapan merupakan proses yang menyangkut masuknya pesan atau informasi ke dalam otak manusia. Melalui tanggapan, manusia terus menerus mengadakan hubungan dengan lingkungannya, hubungan ini dilakukan dengan indera yaitu, pendengaran, peraba dan penciuman”.

Johanes (2000: 5) menyatakan bahwa tanggapan adalah pengalaman tentang obyek, peristiwa, atau hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Fitriyani (2011: 36) menyatakan bahwa tanggapan adalah suatu proses dimana individu berubah atau menolak perubahan sebagai tanggapan terhadap pesan yang dirancang untuk mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku. Dalam proses pengamatan, tanggapan tidak

terikat oleh tempat dan waktu. Selain itu yang menjadi objek dari tanggapan itu masih kabur dan tidak mendetail dan juga tidak memerlukan adanya perangsang dan bersifat imajiner.

Soemanto (2006: 25) menyatakan bahwa tanggapan adalah “bayangan yang menjadi kesan yang dihasilkan dari pengamatan”. Selanjutnya Ahmadi (1998: 64), menyatakan bahwa tanggapan adalah “gambaran dari ingatan, dimana objek yang telah diamati tidak lagi dalam ruang dan waktu pengamatan.” Jadi, setelah proses pengamatan sudah berhenti, sehingga hanya tinggal kesan-kesannya saja, peristiwa sedemikian disebut tanggapan. Untuk memudahkan penafsiran tanggapan biasanya ditempuh dengan membuat perbandingan antara tanggapan dan pengamatan. Adapun perbedaan antara tanggapan dan pengamatan sebagai berikut.

Tabel 1. Perbedaan antara Tanggapan dan Pengamatan

No	Tanggapan	Pengamatan
1	Cara tersedianya objek disebut representasi	Cara tersedianya objek disebut presentasi
2	Objek tidak pada dirinya sendiri tetapi ada (diadakan) pada diri subyek yang menganggap	Objek ada pada dirinya sendiri
3	Objek hanya ada pada dan untuk subyek yang menganggap	Objek ada bagi setiap orang
4	Terlepas dari unsur tempat, keadaan dan waktu	Terikat pada tempat, keadaan dan waktu

(Sumber: Suryabrata, 2002: 57)

Dari beberapa pernyataan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa tanggapan merupakan proses yang menyangkut masuknya pesan atau informasi ke dalam otak manusia. Melalui tanggapan, manusia terus menerus mengadakan hubungan dengan lingkungannya, hubungan ini dilakukan dengan indera yaitu, pendengaran, peraba, dan penciuman.

b. Macam-macam Tanggapan

Tanggapan tidak hanya menghidupkan kembali apa yang telah diamati pada masa lampau tetapi juga mengantisipasi kejadian yang akan terjadi, atau yang mewakili masa sekarang. Hal ini seperti yang dinyatakan Rumini (1995: 3) tanggapan adalah “kesan yang tertinggal dalam ingatan kita setelah kita melakukan pengamatan terhadap apa yang telah diamati, tetapi dapat pula mengantisipasi sesuatu yang akan datang atau yang mewakili saat itu. Dalam hubungannya dengan hal ini, Rumini (1995: 4) membedakan tanggapan menjadi tiga, yaitu:

- 1) Tanggapan masa lampau: tanggapan yang berupa daya pikir yang berorientasi pada otak yaitu untuk menyimpan, menerima dan memproduksi kembali pengertian-pengertian yang telah dihasilkan (mengungkapkan kembali ingatan yang sudah pernah terjadi.).
- 2) Tanggapan masa yang akan datang (tanggapan mengantisipasi): merupakan tanggapan yang bersifat antisipatif (mengantisipasi kejadian atau tanggapan yang akan datang berdasarkan pengalaman yang pernah dialami).
- 3) Tanggapan representatif (tanggapan masa kini): tanggapan yang berdasarkan situasi yang dialami pada saat ini.

c. Proses Terjadinya Tanggapan

Sebelum menanggapi sesuatu pasti ada proses yang dialami. Tanggapan sering diistilahkan sebagai bayangan seseorang terhadap suatu hal. Bayangan tersebut merupakan proses pengamatan dimana terjadilah situasi dan kondisi. Dalam proses pengamatan itulah terjadi gambaran di dalam jiwa individu. Hasil pengamatan itu mengalami endapan dan proses selanjutnya, ia tidak akan hilang begitu saja tetapi tersimpan dalam jiwa individu dan membayangkan kembali atau mengungkapkan gambaran-gambaran yang terjadi disaat melakukan pengamatan, maka di dalam menanggapi atau membayangkan adalah representasi. Pada

umumnya gambaran yang terjadi pada pengamatan lebih jelas jika dibandingkan dengan gambaran pada tanggapan.

Dakir (1993: 53) menyatakan bahwa “proses terjadinya tanggapan didahului dengan adanya obyek (benda) yang jadi sasaran, kemudian ada kegiatan mengamati, maka terjadilah tanggapan”. Tetapi terjadinya tanggapan tidak selalu terjadi seperti proses di atas, Dakir (1993: 53) juga menjelaskan bahwa urutan terjadinya tanggapan kadang-kadang sebagai berikut: Obyek-pengamatan-bayangan-pengiring bayangan editis-baru ada tanggapan. Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa proses terjadinya tanggapan dimulai dari mengamati suatu obyek, kemudian ada proses pembayangan obyek tersebut baru setelah itu muncullah tanggapan.

Adapun perbedaan antara pengamatan dan tanggapan menurut Sugihatono (2007: 60) yaitu :

- 1) Pengamatan dibutuhkan adanya sasaran atau obyek yang akan menimbulkan gambaran pengamatan. Dengan demikian, seperti gambaran yang akan terjadi lebih jelas dan lebih terang daripada tanggapan.
- 2) Tanggapan tidak dibutuhkan adanya obyek atau sasaran sehingga mau tidak mau gambarannya akan kurang jelas.
- 3) Oleh karena pengamatan terikat pada obyek, maka pengamatan terikat pula pada waktu dan tempat kita mengalami sesuatu pada tempat tertentu dan pada waktu tertentu pula sebab keduanya yang mengikat obyek yang diamatinya. Tetapi lain halnya dengan tanggapan yang dapat terlepas dari soal waktu dan tempat. Ini berarti manusia dapat menanggapi dan membayangkan sesuatu setiap saat tanpa terlibat waktu dan tempat, karena tidak terikat oleh suatu obyek secara konkret. Tanpa adanya obyek kita dapat menanggapi atau membayangkan apa yang kita inginkan.
- 4) Pengamatan merupakan fungsi yang bersifat sensorik sedangkan tanggapan bersifat imajiner.
- 5) Pengamatan berlangsung selama stimuli itu bekerja dan tertuju kepadanya sedangkan tanggapan selama perhatian tertuju kepada bayangan tersebut. Seperti yang dikemukakan diatas bahwa tanggapan

itu terbentuk disaat proses membayangkan menjadi pusat perhatian. Adapun difensi perhatian (*attention*) yang dikemukakan Anderson yaitu perhatian adalah proses mental ketika stimuli atau rangkaian stimuli menonjol dalam kesadaran pada saat stimuli lainnya melemah.

Dengan demikian, perhatian akan timbul ketika alat-alat indera terkena rangsangan yang secara sadar individu bersangkutan akan mengonsentrasikan diri dengan alat indera yang terkena rangsangan tersebut. Dalam proses komunikasi, tanggapan tidak terjadi begitu saja. Sebuah tanggapan lahir melalui beberapa tahapan proses yang terjadi dalam diri seorang komunikan. Proses ini merupakan komunikasi interpersonal yang terjadi untuk merespon stimulus. Jika stimulus yang diterima dari komunikator kepada komunikan akan melalui proses pengenalan. Di tahap ini stimulus akan dikenali oleh komunikan yang kemudian dilanjutkan ke tahap penalaran dan perasaan. Tahap ini stimulus mengalami penalaran yaitu sebuah proses untuk menguji apakah stimulus tersebut diterima atau tidak. Proses ini melibatkan perasaan komunikan dalam memilih apakah rangsangan cocok dan diterima oleh dirinya. Jika stimulus cocok maka akan lahirlah tanggapan yang merupakan bentuk dari respon balik (*feedback*) atas stimulus yang diberikan.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi Tanggapan

Tanggapan seseorang pastilah dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dakir (1993: 54) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi tanggapan yaitu:

1) Faktor Intern

a) Alat indra sehat

Alat indra yang baik dan terlatih akan menyebabkan pengamatan menjadi lebih teliti dan jelas sehingga dapat mempengaruhi tanggapan seseorang.

- b) Perhatian yang tertuju
Perhatian yang tertuju akan menyebabkan bahwa rangsang yang lain tidak akan mendapat layanan sehingga dengan demikian pengamatan dapat tertuju pada objeknya.
- 2) Faktor Ekstern
 - a) Rangsang jelas
Rangsang yang sangat lemah akan menyebabkan sukarnya pengamatan, tetapi sebaliknya rangsang yang terlalu kuat juga akan mengganggu pengamatan sehingga rangsang dapat mempengaruhi tanggapan seseorang.
 - b) Waktu cukup
Waktu yang cukup akan menimbulkan kesan yang mendalam bagi seseorang sehingga kesan tersebut akan tersimpan di dalam ingatannya.

Dalam penelitian ini yang akan diteliti adalah tanggapan terhadap proses pembelajaran senam yang telah dilakukan, jadi perlu diketahui juga faktor yang mempengaruhi tanggapan terhadap proses belajar. Secara umum, Dakir (1993: 132) mengemukakan faktor yang mempengaruhi proses belajar dibagi menjadi dua yaitu:

- 1) Faktor dari dalam, yaitu keadaan pribadi yang bersangkutan dapat berupa fisik dan psikis.
- 2) Faktor dari luar, yaitu pengaruh-pengaruh yang asalnya dari luar diri yang bersangkutan dapat berupa guru, materi, sarana prasarana, dan lingkungan.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi tanggapan manusia terdiri dari dua faktor. Yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang berasal dari dalam diri manusia yaitu alat indra yang sehat dan perhatian yang tertuju, sedangkan faktor ekstern adalah yang berasal dari luar diri manusia yaitu dari rangsang itu sendiri dan berapa lama rangsang itu terjadi. Jadi dapat disimpulkan bahwa faktor ekstern bisa berupa rangsang yang jelas dan waktu yang cukup. sedangkan faktor yang mempengaruhi tanggapan manusia terhadap pembelajaran terdiri dari dua faktor,

yaitu faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor dari dalam adalah faktor yang berasal dari dalam diri manusia yaitu faktor fisik dan psikis, sedangkan faktor dari luar adalah pengaruh-pengaruh yang berasal dari luar diri yang bersangkutan yaitu faktor guru, materi, sarana prasarana dan lingkungan.

2. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Mulyasa (2002: 24) menyatakan bahwa pembelajaran pada hakikatnya adalah proses interaksi antara siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam pembelajaran, tugas guru yang paling utama adalah mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku bagi siswa. Dengan demikian, pembelajaran merupakan suatu proses membuat siswa belajar melalui interaksi siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku bagi siswa.

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Hamalik (2010: 57) menyatakan bahwa pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi tujuan pembelajaran. Selain itu pembelajaran merupakan proses belajar yang dilakukan siswa dalam memahami materi kajian yang tersirat dalam pembelajaran dan kegiatan mengajar guru yang berdasarkan kurikulum yang telah ditetapkan. Dengan kata lain, pembelajaran adalah suatu proses untuk membantu dan mengembangkan peserta didik agar dapat belajar lebih baik.

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun. Pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran, walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, guru mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seseorang peserta didik. Pengajaran memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan guru saja. Sedangkan pembelajaran juga menyiratkan adanya interaksi antara guru dengan peserta didik. *Instruction* atau pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal (Hamalik, 2010).

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (UU No. 20/2003, Bab I Pasal Ayat 20). Istilah “pembelajaran” sama dengan “*instruction*” atau “pengajaran”. Pengajaran mempunyai arti cara mengajar atau mengajarkan. Dengan demikian pengajaran diartikan sama dengan perbuatan belajar (oleh siswa) dan Mengajar (oleh guru). Kegiatan belajar mengajar adalah satu kesatuan dari dua kegiatan

yang searah. Kegiatan belajar adalah kegiatan primer, sedangkan mengajar adalah kegiatan sekunder yang dimaksudkan agar terjadi kegiatan secara optimal. Sudjana yang dikutip Sugihartono (2007: 80) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri siswa yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

Diungkapkan oleh Rahyubi (2014: 234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, siswa, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

1) Tujuan Pembelajaran

Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri siswa. Tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

2) Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (*curriculum*) berasal dari bahasa Yunani “*curir*” yang artinya “pelari” dan “*curere*” yang berarti “tempat berpacu”. Yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis start sampai garis finis. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah pengetahuan atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan siswa guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum didalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

3) Guru

Guru atau pendidik yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, memfasilitasi, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

4) Siswa

Siswa atau peserta didik adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan dibawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur.

5) Metode

Metode pembelajaran adalah suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang sering diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab, metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

6) Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan siswa. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan siswa akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan siswa akan rendah atau bahkan tidak siswa akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

7) Alat Pembelajaran (media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh.

8) Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam-dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas siswa, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar siswa yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Evaluasi yang efektif harus mempunyai dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, manajemen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Suryobroto (2004: 16), menyatakan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lutan (2004: 1) menyatakan pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Selain itu pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya.

Paturusi (2012: 4-5), menyatakan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Berdasarkan pengertian di atas pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan manusia melalui aktivitas jasmani yang dipilih.

Proses dalam pembelajaran pendidikan jasmani memiliki beberapa faktor. Pada tingkat mikro ada empat unsur utama yaitu tujuan, substansi (tugas ajar), metode dan strategi, dan asesmen, serta evaluasi. Keempat unsur ini tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Tugas utama guru pendidikan jasmani ialah mengelola persiapan dan keterkaitan keempat unsur tersebut dalam sebuah mata rantai, berawal pada perencanaan tujuan dan berakhir pada gambaran tentang pencapaian tujuan (Suherman, 2000: 7).

Sukintaka (2004: 55), menyatakan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Melalui proses pembelajaran jasmani diharapkan akan terjadi perubahan pada peserta didik. Proses belajar tersebut terjadi karena ada rangsang yang dilakukan oleh guru. Guru memberikan rangsang dengan aneka pengalaman belajar gerak, di sisi lain siswa akan membalas respon melalui aktivitas fisik yang terbimbing. Melalui respon itulah akan terjadi perubahan perilaku. Pelaksanaan pembelajaran praktek pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara garis besar dilakukan dalam tiga tahapan yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup (Suherman, 2000: 34). Agar mempunyai profil guru pendidikan jasmani yang disebutkan di atas, menurut Sukintaka (dalam Subagyo, Komari, & Pambudi, 2015) guru pendidikan jasmani dapat memenuhi persyaratan sebagai berikut: (1) Sehat jasmani maupun rohani, dan berprofil olahragawan, (2) Berpenampilan menarik, (3) Tidak gagap, (4) Tidak buta warna, (5) Pandai (cerdas), (6) Energik dan berketerampilan motorik.

Pendidikan Jasmani bukan semata-mata berhubungan dengan pembinaan fisik saja, akan tetapi lebih mengarah kepada pembinaan siswa secara utuh. Hal ini dikemukakan Syarifudin dalam Made (2008: 33) “Pendidikan Jasmani merupakan pendidikan yang bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktivitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi lainnya yang afektif dan kognitif anak”. Utama (2011: 3) menyebutkan bahwa berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Salah satu tujuan pendidikan jasmani yaitu melalui aktivitas jasmani diupayakan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial. Pernyataan ini mungkin yang secara tegas dijadikan asumsi dasar oleh guru pendidikan jasmani dengan memilih cara menyampaikan tujuan pembelajaran yang berorientasi pada tujuan keseluruhan. Sedangkan untuk memudahkan penyampaian tujuan pembelajaran secara keseluruhan agar mudah dimengerti oleh siswa, upaya yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani adalah dengan merumuskan tujuan umum atau menyeluruh tersebut dirumuskan secara khusus. Secara eksplisit, tujuan-tujuan khusus pembelajaran pendidikan jasmani termuat dalam kompetensi dasar pada setiap semester dan tingkatan kelas yang menjadi target belajar siswa (Hendrayana, dkk., 2018).

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu wadah untuk mendidik anak atau siswa melalui aktivitas jasmani agar dapat tumbuh dan berkembang secara baik dan mempunyai kepribadian yang baik pula.

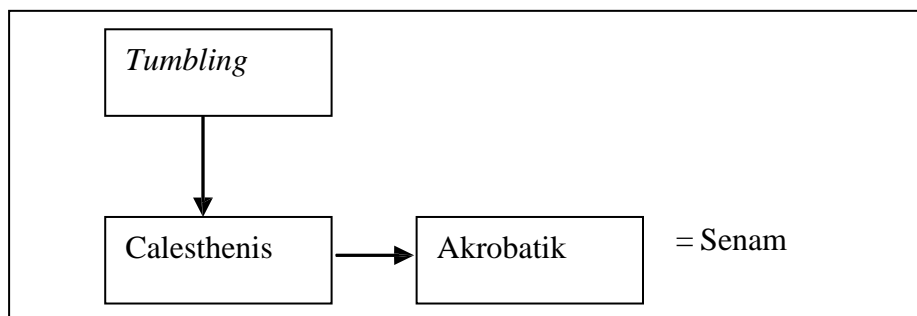
3. Hakikat Pembelajaran Senam

a. Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar

Senam merupakan salah satu olahraga yang diajarkan pada jenjang sekolah dasar. Soekarno, (2000: 31) menyatakan bahwa senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *gymnastics*, atau Belanda *gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani yaitu *gymnos* yang berarti telanjang. *Gymnastiek* dipakai untuk menunjukkan kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak, keluasaan gerak mudah dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal tersebut bisa terjadi karena teknologi pembuatan pakaian belum semaju sekarang, sehingga pembuatan pakaian belum bias mengikuti gerak pemakainya. *Gymnastics* dalam bahasa Yunani berasal dari kata *gymnazien* yang artinya berlatih atau melatih diri. Soekarno, (2000: 31) menjelaskan di Yunani pada tahun 1000 SM sampai tahun 476 para pemuda Yunani sering berlatih atau melatih diri supaya mampu menjadi warga yang baik sesuai cita-cita negara untuk menjadikan penduduknya sebagai manusia yang harmonis. Filsuf-filsuf di Yunani seperti Socrates, Plato, dan Aristoteles telah mendukung latihan fisik, dengan tujuan untuk meningkatkan keindahan, kecantikan, kekuatan, serta efisiensi gerak.

Gymnos atau *gymnastics* mengandung banyak arti yang luas dan tidak terbatas. Banyak tokoh yang mendefinisikan arti kata *gymnastics* (senam) antara lain: Soekarno, (2000: 32) mendefinisikan senam sebagai latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan harmonis. Hidayat (Mahendra, 2000: 9) mendefinisikan senam merupakan suatu latihan tubuh yang dipilih dan dilakukan secara sadar, disusun secara sistematis untuk tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, serta menanamkan nilai mental spiritual.

Senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas, dan ketepatan dengan koordinasi yang sesuai dan tata urutan gerak yang selaras akan terbentuk rangkaian gerak *artistic* yang menarik. Pedoman untuk memperjelas pengertian senam adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam
(Sumber: Mahendra, 2000: 10)

Mahendra (2000: 10) menjelaskan bahwa gambar di atas kegiatan fisik jika digabungkan dengan ketiga unsur di atas dapat menjadi senam, karena

senam terdiri dari unsur-unsur kalestenik, tublik, dan akrobatik. Soekarno, (2000: 30) memberikan penjelasan *calestenic*, *tumbling*, dan *akrobatik* sebagai berikut:

1) *Calestenic*

Calesthenic diartikan sebagai kegiatan memperindah tubuh melalui latihan kekuatan tubuh. *Calesthenic* juga bisa berarti latihan fisik untuk memelihara atau menjaga kesegaran jasmani, meningkatkan kelentukan dan keluwesan, serta memelihara teknik dasar dan keterampilan.

2) *Tumbling*

Tumbling diartikan sebagai gerakan melompat, melenting, dan mengguling, jadi *tumbling* berarti gerakan melompat, melenting, dan berjungkir balik secara berirama.

3) *Akrobatik*

Akrobatik adalah suatu ketangkasan yang merupakan gerak putar pada poros poros tubuh. Unsur-unsur gerakan *calestenic*, *tumbling*, dan *akrobatik* ada pada gerakan senam, gerakan senam menggabungkan keindahan tubuh, gerakannya cepat dan eksplosif, serta menonjolkan fleksibilitas dan keseimbangan yang mampu menjadi kesatuan gerak tubuh yang indah serta mempunyai karya seni dari tubuh jika dilihat. Manfaatnya jelas untuk meningkatkan kekuatan fisik serta melatih penguasaan kontrol gerak.

Nurjanah (2012: 23), menyatakan bahwa dalam dunia pendidikan, senam seharusnya diartikan sebagai istilah generik untuk berbagai macam kegiatan fisik yang di dalamnya anak mampu mendemonstrasikan, dengan melawan gaya atau kekuatan alam, kemampuan untuk menguasai tubuhnya secara meyakinkan dalam situasi yang berbeda-beda. Sekolah Dasar merupakan media awal dari perkembangan anak-anak untuk mendapatkan pertumbuhan yang optimal. Maka dari itu, di Sekolah Dasar diajarkan pula pendidikan jasmani dengan materi yang sudah ditentukan dan salah satunya yaitu materi senam. Bagi Sekolah Dasar, senam yang diajarkan sebagai salah satu materi pembelajaran yaitu berupa senam irama dan senam lantai.

Pembelajaran senam di sekolah memiliki sasaran paedagogis. Mahendra (2000: 10), menyatakan bahwa "pembelajaran senam di sekolah atau dikenal dengan senam kependidikan merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan". Artinya, pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam. Artinya, senam kependidikan lebih menitikberatkan pada tujuan pembelajaran, yaitu pengembangan kualitas fisik dan pola gerak dasar. Oleh karena itu, proses pembelajaran senam di Sekolah Dasar bersifat fleksibel dan tidak bergantung dari materi, kurikulum, sarana dan prasarana.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bagi Sekolah Dasar, senam yang diajarkan sebagai salah satu materi pembelajaran yaitu berupa senam irama dan senam lantai. Pembelajaran senam di sekolah atau dikenal dengan senam kependidikan merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan yang bertema senam.

b. Hakikat Pembelajaran Senam Lantai

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Dikatakan senam lantai karena keseluruhan keterampilan gerakan dilakukan pada lantai yang beralas matras tanpa melibatkan alat lainnya. Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik/ gerak seperti kekuatan,

kecepatan, keseimbangan, kelentukan, kelincahan, dan ketepatan (Muhajir, 2007: 69).

Menurut Soekarno (dalam Nurjanah, 2012: 21-22), “Senam dengan istilah lantai, merupakan gerakan atau bentuk latihannya dilakukan di atas lantai dengan beralaskan matras sebagai alat yang dipergunakan”. Berdasarkan materi yang ada dalam latihan senam lantai, keterampilan tersebut di atas terbagi ke dalam unsur gerakan yang bersifat statis (diam di tempat) dan dinamis (berpindah tempat). Keterampilan senam lantai yang bersifat statis meliputi: kayang, sikap lilin, *splits*, berdiri dengan kepala, berdiri dengan kedua tangan dan lain sebagainya. Sedangkan keterampilan senam lantai yang bersifat dinamis meliputi; guling depan, guling belakang, guling lenting, meroda, dan lain sebagainya.

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari enam macam kelompok senam. Senam itu sendiri terdiri dari senam artistik, senam ritmik sportif, senam akrobatik, senam trampolin, dan senam umum. Senam lantai sendiri termasuk ke dalam kelompok senam artistik di mana senam artistik ini menurut Mahendra (2001: 12), merupakan penggabungan antara aspek tumbling dan akrobatik untuk mendapatkan efek-efek artistik dan gerakan-gerakan yang dilakukan pada alat-alat tertentu. Efek artistiknya dihasilkan dari besaran (amplitudo) gerakan serta kesempurnaan gerak dalam menguasai tubuh ketika melakukan berbagai posisi.

Berdasarkan Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar (SK dan KD) Sekolah Dasar pembelajaran senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya. Berikut SKKD pembelajaran senam untuk kelas atas:

Tabel 2. SK dan KD Pembelajaran Senam Sekolah Dasar

Kelas	Standar Kompetensi	Kompetensi Dasar
IV	3. Mempraktikkan berbagai bentuk latihan senam lantai yang lebih kompleks dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai tanpa alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian 3.2 Mempraktikkan kombinasi gerak senam lantai dengan alat dengan memperhatikan faktor keselamatan, dan nilai disiplin serta keberanian
	8. Mempraktikkan senam lantai dengan kompleksitas gerakan yang lebih tinggi, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan senam lantai tanpa menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai kerja sama dan estetika 8.2 Mempraktikkan senam ketangkasan dengan menggunakan alat dengan koordinasi yang baik serta nilai disiplin dan kerja sama
V	3. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan kontrol yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan latihan peregangan dan pelepasan yang benar sebelum memulai aktivitas senam, serta nilai percaya diri, dan disiplin 3.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk senam ketangkasan dalam meningkatkan koordinasi dan nilai-nilai percaya diri dan disiplin
	8. Mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	8.1 Mempraktikkan sebuah rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasi yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian 8.2 Mempraktikkan bentuk-bentuk rangkaian gerak senam ketangkasan dengan koordinasi dan kontrol yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian
	3. Mempraktikkan kombinasi senam lantai dan senam ketangkasan dalam bentuk sederhana, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya	3.1 Mempraktikkan pemanasan dan pendinginan sebelum dan sesudah melaksanakan aktivitas senam 3.2 Mempraktikkan rangkaian senam lantai dan senam ketangkasan dengan gerakan yang lebih halus, jelas dan lancar, serta nilai percaya diri, disiplin

Dalam penyusunan KBM, harus ingat ada tiga langkah yang perlu diperhatikan, ialah:

a. Bagian Pemanasan atau Bagian Pendahuluan

Maksud bagian pemanasan ialah untuk menyesuaikan kerja otot dalam menghadapi kerja yang lebih berat. Dengan demikian dapat mengurangi tensi (ketegangan), otot-otot dan menghindari kecelakaan atau bahaya dan untuk memenuhi keinginan/hasrat bergerak anak-anak serta untuk membawa kesatu pelajaran senam. Dengan jalan memberi latihan-latihan yang tidak melelahkan, misalnya dengan jenis-jenis permainan anak-anak/permainan kecil.

b. Bagian Inti atau Pokok

Maksud bagian inti atau pokok ini dapat diberikan dengan macam-macam kegiatan untuk mencapai tujuan khusus senam dasar. Latihan-latihan yang diberikan meliputi:

- 1) Latihan pelepasan, bertujuan untuk memberikan kemungkinan kelicinan dan keleluasaan gerak pada persendian-persendian.
 - a) Latihan penguluran, untuk memperpanjang jaringan pengikat, tendo-tendo otot, tali-tali sendi, pembungkus sendi. Sehingga tidak mengalami kekakuan otot, tetapi otot-otot menjadi lentur (elastik) bersifat seperti karet.
 - b) Latihan penguatan, untuk menguatkan otot-otot setempat yang lemah, misalnya otot perut, otot punggung, otot pinggang, dan otot paha.
 - c) Latihan pelepasan, untuk mempertinggi koordinasi otot dan perasaan gerak.

Yang dimaksud perasaan gerak adalah agar otot-otot yang bekerja tanpa ada hambatan dari manapun, sedang otot antagonisnya (lawan geraknya) juga harus

istirahat benar. Dalam praktek sehari-hari keempat latihan tersebut diatas tidak dipisahpisahkan, tetapi mana yang lebih mendapat tekanan.

- 2) Latihan keseimbangan, bertujuan untuk mempertinggi perasaan kerja otot dan mempunyai arti dan kegunaan yang besar dalam pembentukan sikap dan gerak. Disamping itu latihan keseimbangan juga mempunyai nilai yang besar terhadap pertumbuhan, ketangkasan dan prestasi.
- 3) Latihan kekuatan dan ketangkasan memiliki nilai besar terhadap pembentukan sikap dan gerak serta pencapaian prestasi. Manusia harus mempunyai kekuatan dan ketangkasan dalam segala gerakannya.
- 4) Latihan jalan dan lari, latihan ini banyak menggunakan sekelompok besar otot-otot, sehingga sangat melelahkan. Dengan demikian banyak menggunakan tenaga, dan banyak memberikan rangsangan kerja jantung dan paru-paru yang sangat giat dan berat.
- 5) Latihan melompat dan meloncat, mempunyai nilai terhadap pembentukan sikap dan gerak dan prestasi dan sangat mempengaruhi kerja jantung. Biasanya latihan jalan dan lari digabung dengan latihan lompat.

c. Bagian Penenangan atau Penutup

Maksud bagian penenangan atau penutup adalah untuk menenangkan dan menyiapkan jasmani dan rohani anak-anak dalam mengikuti pelajaran berikutnya di dalam kelas. Suhu badan dan kerja organ-organ tubuh kembali pada keadaan biasa (normal). Khusus untuk pelajaran senam sebaiknya diberi latihan bentuk permainan anakanak/ permainan kecil. Walaupun sebenarnya tidak disalahkan

apabila memberi dalam bentuk lain, misalnya: anak-anak dikumpulkan, diberi penjelasan tentang pelajaran senam dasar yang baru saja dilaksanakan.

Sebagai seorang guru pendidikan jasmani dapat mengajar baik apabila mampu membimbing anak-anak dalam membentuk diri pribadi anak itu sendiri. Ini hanya akan berhasil apabila antara guru dan siswa ada pendekatan yang dapat menimbulkan getaran-getaran. Anak bukanlah manusia dewasa melainkan manusia yang masih kecil, guru yang lebih dewasa atau tua harus selalu membantu mereka mengembangkan kepribadiannya, keberanian, kekuatan dan kebijaksanaan untuk memenuhi tantangan hidup dengan berhasil, baik masa sekarang maupun masa mendatang.

Dapat disimpulkan pembelajaran senam harus direncanakan dengan matang dan disampaikan dengan metode yang yang sistematis dan dengan tujuan yang tertentu. Tidak boleh di lupakan bahwa pada pelajaran senam dasar tujuan yang hendak dicapai secara sistematis adalah memperbaiki kelainan-kelainan sikap anak, membentuk tubuh yang serasi, meningkatkan kemampuan dan keterampilan hingga anak-anak siap untuk mempelajari seni gerak. Sehingga senam tidak hanya sebatas guling depan maupun guling belakang.

4. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Masa sekolah dasar merupakan masa perkembangan di mana baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Sesuai dengan pendapat Yusuf (2012: 24-25) yang menyatakan bahwa masa usia Sekolah Dasar sering disebut masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif, anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya.

Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun siswa juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis. Manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti. Jahja (2011: 115-116), menggambarkan masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar antara usia 9-13 tahun. Biasanya anak seumur ini duduk di kelas IV, V, VI. Pada masa ini timbul minat pada pelajaran-pelajaran khusus, ingin tahu, ingin belajar, realistis. Lebih lanjut menurut Partini (2011: 116), ciri khas anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar adalah:

- a. Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari.
- b. Ingin tahu, ingin belajar, realistis.
- c. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- d. Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
- e. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau peer group untuk bermain bersama, dan anak membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Sekolah dasar merupakan awal dari suatu pendidikan selanjutnya pada tahap ini adalah tahap perpindahan dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah yang besar pengaruhnya terhadap perkembangan jasmani dan rohani. Siswa sekolah dasar kelas V tergolong pada siswa kelas atas dengan usia antara 10-11 tahun. Selain itu, karakteristik pada anak usia Sekolah Dasar menurut Yusuf (2012: 180-184) masih dibagi 7 fase yaitu: Perkembangan intelektual, perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi, perkembangan moral, perkembangan penghayatan keagamaan, dan perkembangan motorik. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak,

sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Rahyubi (2012: 220) menyatakan bahwa fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain muncul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan.

Karakteristik anak usia antara 10-12 tahun menurut Hurlock (2008: 22), yaitu:

- a. Menyenangi permainan aktif;
- b. Minat terhadap olahraga kompetitif dan permainan terorganisasi meningkat;
- c. Rasa kebanggaan akan keterampilan yang dikuasai tinggi;
- d. Mencari perhatian orang dewasa;
- e. Pemujaan kepahlawanan tinggi;
- f. Mudah gembira, kondisi emosionalnya tidak stabil;
- g. Mulai memahami arti akan waktu dan ingin mencapai sesuatu pada waktunya.

Jadi, dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak Sekolah Dasar kelas atas sudah mulai ada perubahan dari segi mental, sosial, agama, dan psikomotor anak, selain itu juga ditunjang dengan perkembangan perubahan fisik yang semakin lama tumbuh dan berkembang.

Sekolah Dasar Negeri 1 Gelaran berada di Kecamatan Karangmojo Kabupaten Gunungkidul. Karakteristik Sekolah Dasar Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul yang tinggal di daerah dataran tinggi/pegunungan dengan kondisi geografis yang jalannya naik turun, banyak jalan yang masih berbatu, kurangnya alat transportasi menjadikan anak-anak menggunakan

aktivitas fisiknya apabila akan melakukan kegiatan. Anak cenderung lari, jalan cepat bahkan melakukan lompatan apabila akan menuju sekolahnya atau bermain di lingkungan rumahnya.

Kondisi Sekolah Dasar Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul, di mana sebagian besar orang tua siswa siswa berprofesi sebagai petani, sehingga aktivitas siswa setelah pulang sekolah membantu orang tuanya. Seperti cari kayu bakar dan cari rumput. Sebagian siswa jarak rumah dari sekolah cukup jauh dengan kondisi jalan naik turun dan siswa tersebut harus berjalan kaki, aktivitas lain di luar sekolah adalah mengaji. Kondisi tersebut berdampak dan berpengaruh pada sistem mata pencaharian penduduknya, di mana mayoritas penduduknya sebagai petani ladang, sementara untuk lahan basah/pesawahan relatif sedikit.

Pengaruh tersebut bisa dilihat dari jarak rumah dengan letak sekolah yang relatif jauh dan kondisi jalan yang naik turun. Bagi sebagian besar siswa/siswi Sekolah Dasar Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul perjalanan tersebut ditempuh dengan berjalan kaki. Perjalanan siswa/ siswi Sekolah Dasar Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul dari rumah ke sekolah merupakan aktivitas rutin. Aktivitas tersebut memungkinkan berpengaruh terhadap tingkat kesehatan para siswa, mengingat secara fisik mereka setiap hari telah melakukan aktivitas olahraga yang akan berpengaruh pula pada tingkat kesegaran jasmani mereka

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian ini memiliki persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rustam (2013) yang berjudul “Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Proses Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar Negeri 1 Kokosan Prambanan”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas atas di Sekolah Dasar Negeri 1 Kokosan yang berjumlah 39 responden. Uji validitas instrumen menggunakan rumus *Pearson Product Moment* dengan hasil semua butir soal dinyatakan valid. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,964 sehingga instrumen yang berisi butir-butir pernyataan tersebut adalah reliabel. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di SD N 1 Kokosan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di SD N 1 Kokosan secara keseluruhan adalah 3 siswa (7,69%) dalam kategori sangat baik, 12 siswa (30,77%) dalam kategori baik, 10 siswa (25,64%) dalam kategori cukup baik, 11 siswa (28,21%) dalam kategori tidak baik, 3 siswa (7,69%) dalam kategori sangat tidak baik.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2013) yang berjudul “Tanggapan Siswa Kelas IV terhadap Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri 1 Karangrejo Petanahan Kebumen Tahun 2017”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Subjek dalam ujicoba penelitian

ini adalah seluruh siswa kelas IV di SDN Jogosimo yang berjumlah 50 siswa. Subjek dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas IV SDN 1 Karangrejo yang berjumlah 43. Uji Validitas instrumen menggunakan rumus *Pearson Product Moment* didapatkan hasil r tabel 0.279 dan hasil butir soal yang valid berjumlah 30 butir dari 40 pernyataan. Uji reliabilitas sebesar 0,825 sehingga instrumen yang berisi butir-butir pernyataan tersebut reliabel. Hasil penelitian mengenai tanggapan siswa kelas IV terhadap proses pembelajaran penjas di SDN 1 Karangrejo Petanahan Kebumen tahun 2017 berada pada kategori baik. Kategori baik ini ditandai dengan frekuensi terbanyak yaitu 21 anak pada kategori baik dari total siswa 43 siswa dengan presentase 48,84%. Secara rinci terdapat 3 siswa (6,98%) dalam kategori sangat baik, 21 siswa (48,84%) dalam kategori baik, 11 siswa (25,58%) dalam kategori tidak baik, 8 siswa (18,60%) dalam kategori sangat tidak baik.

C. Kerangka Berpikir

Tanggapan merupakan kesan yang tertinggal dalam ingatan setelah melakukan pengamatan terhadap suatu objek melalui proses penginderaan bersifat sementara atau permanen terlepas dari unsur tempat, keadaan dan waktu. Seseorang pastilah mempunyai tanggapan terhadap apa yang dijumpai atau terhadap hal yang pernah dilakukan. Tanggapan dalam penelitian ini adalah kesan yang diperoleh siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul. Pelaksanaan pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul, keterbatasan sarana dan prasarana merupakan masalah utama. Beberapa masalah lain yang ditemui yaitu, keterbatasan waktu

pembelajaran PJOK, pemilihan materi, penyampaian materi dan metode yang digunakan oleh guru sulit dipahami siswa.

Dengan diketahuinya tingkat tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam, guru akan dapat menemukan solusi yang dapat mengatasi tanggapan siswa yang kurang baik terhadap pembelajaran senam. Dengan demikian guru mampu meningkatkan kualitas pembelajaran PJOK. Salah satunya guru perlu mengupayakan model baru pembelajaran, serta seorang guru PJOK dituntut untuk lebih kreatif, inovatif, dalam menyampaikan materi yang akan diberikan kepada siswa sehingga dapat menimbulkan semangat dan persepsi positif siswa terhadap pembelajaran PJOK khususnya materi senam. Mengetahui seberapa positif tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul akan diukur menggunakan angket yang ditinjau dari faktor intern dengan sub faktor fisik (indikator keadaan fisik siswa) dan psikis (indikator minat terhadap pembelajaran senam, bakat yang dimiliki), dan faktor ekstern dengan sub faktor guru (indikator cara menyampaikan materi), materi (indikator semua materi yang diajarkan), sarana dan prasarana (indikator semua materi yang diajarkan), dan lingkungan (indikator keadaan lingkungan sekolah)

A. BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Arikunto (2006: 139) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli 2018.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Arikunto (2006: 108), menyatakan bahwa “Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.” Populasi yang digunakan adalah siswa kelas atas di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul yang berjumlah 39 siswa. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006: 109). Sugiyono (2007: 56) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Keseluruhan populasi diambil semua untuk menjadi subjek penelitian, sehingga disebut penelitian populasi atau *total sampling*. Secara rinci, sampel dalam penelitian ini disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Rincian Sampel Penelitian

No	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	IV	11	13	24
2	V	14	12	26
3	VI	13	13	26
Jumlah		38	38	76

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto, (2006: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Definisi operasionalnya yaitu kesan yang tertinggal dalam ingatan siswa SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul setelah mengalami proses pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul yang ditinjau dari faktor intern yaitu fisik dan psikis, dan faktor ekstern yaitu guru, materi, sarana dan prasarana, dan lingkungan yang dituangkan dalam bentuk angket.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Arikunto (2006: 101), menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.” Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup. Arikunto (2006: 102-103) menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	SS	S	TS	STS
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Instrumen dalam penelitian ini diadopsi dari penelitian Rustam (2013), dengan koefisien validitas bergerak antara 0,285-0,897 dan reliabilitas instrumen sebesar 0,964. Kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Sub Faktor	Indikator	No Butir	
				+	-
Tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul	Internal	Fisik	Keadaan fisik siswa	1, 2, 3	4
		Psikis	Minat terhadap pembelajaran senam	5, 6, 7, 8, 9, 10	11
			Bakat yang dimiliki	12, 13, 14, 15, 16, 17,	18
	Eksternal	Guru	Cara menyampaikan materi	19, 20, 21, 22	23
		Materi	Semua materi yang diajarkan	24, 25, 26, 27, 28, 29	30
		Sarpras	Ketersedian perlengkapan pembelajaran	31, 32, 33, 34	35
		Lingkungan	Keadaan lingkungan sekolah	36, 37, 38, 39	40
	Jumlah			40	

(Sumber: Rustam, 2013)

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada siswa yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data siswa kelas atas di SD Negeri 1 Gelaran Gunung Kidul.

- b. Peneliti menentukan jumlah siswa yang menjadi subjek penelitian.
- c. Peneliti menyebarkan angket kepada responden. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
- d. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase, dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

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

Keterangan:

P = persentase yang dicari (frekuensi relatif)

F = frekuensi

N = jumlah responden

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Azwar (2010: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Positif
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Positif
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup Positif
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang Positif
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang Positif

(Sumber: Azwar, 2010: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 40 butir dan terbagi dalam 2 faktor, yaitu internal dan eksternal. Hasil analisis data tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul dipaparkan sebagai berikut:

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul didapat skor terendah 71,00, skor tertinggi 103,00, rerata 90,24, nilai tengah 91,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 92,00, *standar deviasi* 7,13. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul

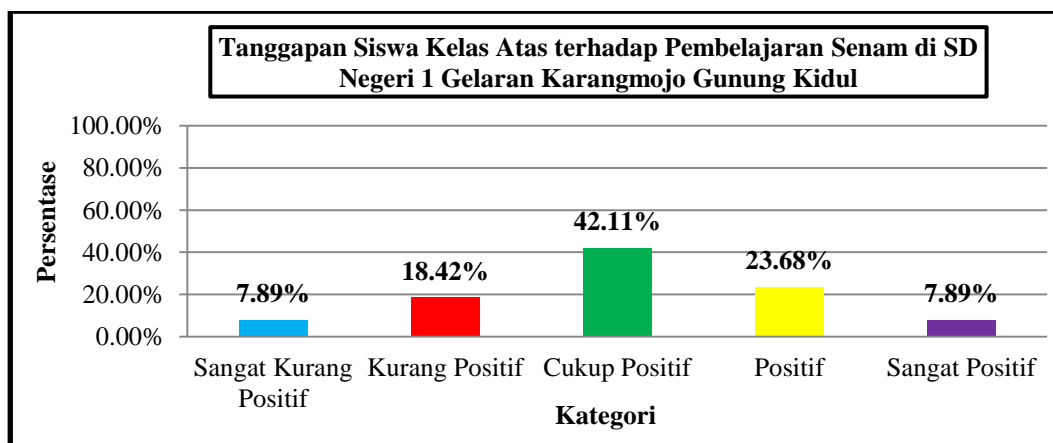
Statistik	
<i>N</i>	76
<i>Mean</i>	90,2368
<i>Median</i>	91,0000
<i>Mode</i>	92,00
<i>Std. Deviation</i>	7,13464
<i>Minimum</i>	71,00
<i>Maximum</i>	103,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$100,94 < X$	Sangat Positif	6	7,89%
2	$93,80 < X \leq 100,94$	Positif	18	23,68%
3	$86,67 < X \leq 93,80$	Cukup Positif	32	42,11%
4	$79,53 < X \leq 86,67$	Kurang Positif	14	18,42%
5	$X \leq 79,53$	Sangat Kurang Positif	6	7,89%
Jumlah			76	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 8 tersebut di atas, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul disajikan dalam bentuk diagram pada gambar 2:



Gambar 2. Diagram Batang Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berada pada kategori “sangat kurang positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik), “kurang positif” sebesar 18,42% (14 peserta didik), “cukup positif” sebesar 42,11% (32 peserta didik), “positif” sebesar 23,68% (18 peserta didik), dan “sangat positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, 90,24, tanggapan siswa kelas atas

terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul dalam kategori “cukup positif”.

1. Faktor Internal

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal didapat skor terendah 32,00, skor tertinggi 49,00, rerata 40,96, nilai tengah 41,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 45,00, *standar deviasi* 4,09. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Internal

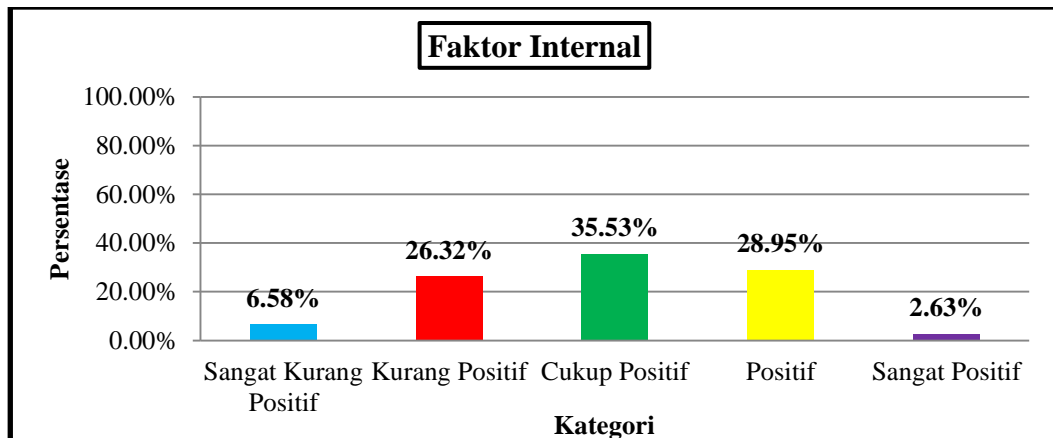
Statistik	
<i>N</i>	76
<i>Mean</i>	40,9605
<i>Median</i>	41,5000
<i>Mode</i>	45,00
<i>Std. Deviation</i>	4,09371
<i>Minimum</i>	32,00
<i>Maximum</i>	49,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Internal

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$47,10 < X$	Sangat Positif	2	2,63%
2	$43,01 < X \leq 47,10$	Positif	22	28,95%
3	$38,91 < X \leq 43,01$	Cukup Positif	27	35,53%
4	$34,82 < X \leq 38,91$	Kurang Positif	20	26,32%
5	$X \leq 34,82$	Sangat Kurang Positif	5	6,58%
Jumlah			76	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 10 tersebut di atas, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal dapat disajikan dalam bentuk diagram Batang pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Faktor Internal

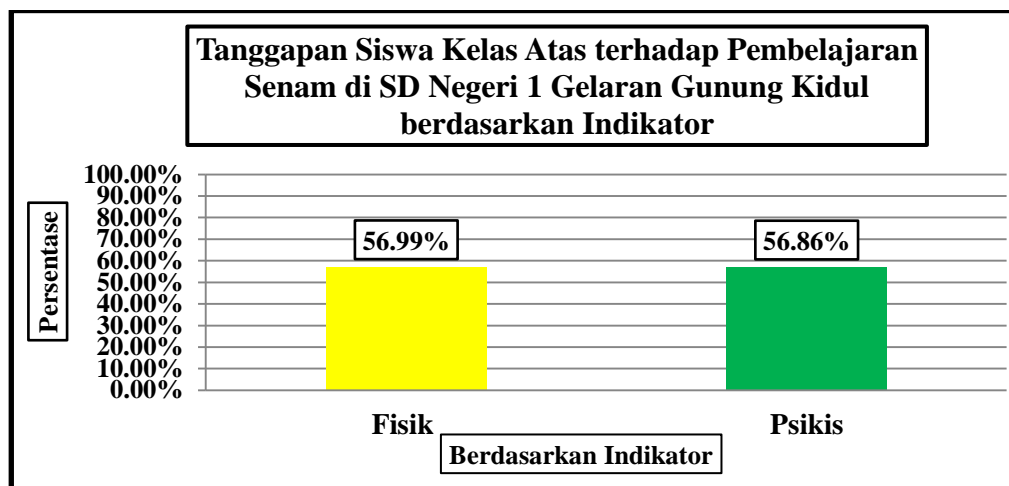
Berdasarkan tabel 10 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal berada pada kategori “sangat kurang positif” sebesar 6,58% (5 peserta didik), “kurang positif” sebesar 26,32% (20 peserta didik), “cukup positif” sebesar 35,53% (27 peserta didik), “positif” sebesar 28,95% (22 peserta didik), dan “sangat positif” sebesar 2,63% (2 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, 40,96, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal dalam kategori “cukup positif”.

Rincian mengenai tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Internal

Faktor	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Fisik	693	1216	56,99%	Cukup Positif
Psikis	2420	4256	56,86%	Cukup Positif

Berdasarkan tabel 11 tersebut di atas, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator, disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Internal

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa persentase tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator fisik dengan persentase sebesar

56,99% masuk kategori cukup positif dan psikis dengan persentase sebesar 56,86% masuk kategori cukup positif.

2. Faktor Eksternal

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal didapat skor terendah 31,00, skor tertinggi 64,00, rerata 49,28, nilai tengah 49,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 52,00, *standar deviasi* 5,59. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Deskriptif Statistik Faktor Eksternal

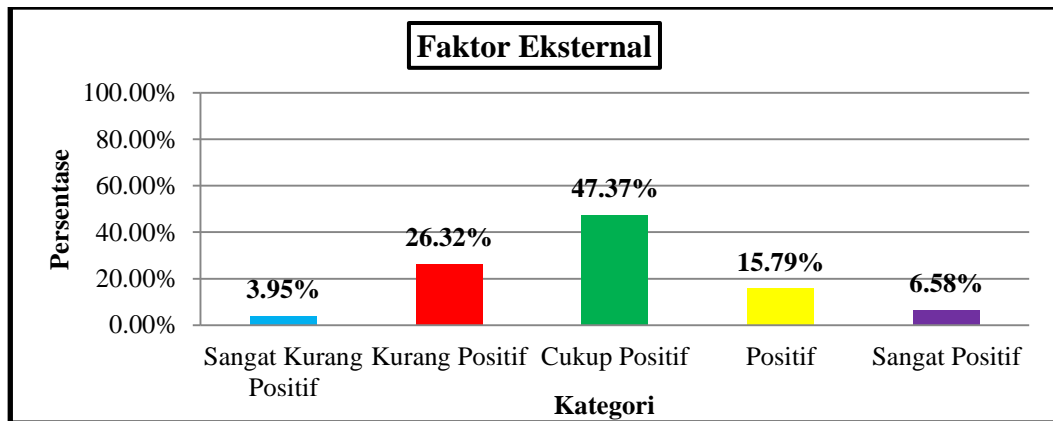
Statistik	
<i>N</i>	76
<i>Mean</i>	49,2763
<i>Median</i>	49,0000
<i>Mode</i>	52,00
<i>Std. Deviation</i>	5,58712
<i>Minimum</i>	31,00
<i>Maximum</i>	64,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$57,66 < X$	Sangat Positif	5	6,58%
2	$52,07 < X \leq 57,66$	Positif	12	15,79%
3	$46,48 < X \leq 52,07$	Cukup Positif	36	47,37%
4	$40,90 < X \leq 46,48$	Kurang Positif	20	26,32%
5	$X \leq 40,89$	Sangat Kurang Positif	3	3,95%
Jumlah			76	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 13 tersebut di atas, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal dapat disajikan dalam bentuk diagram Batang pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Faktor Eksternal

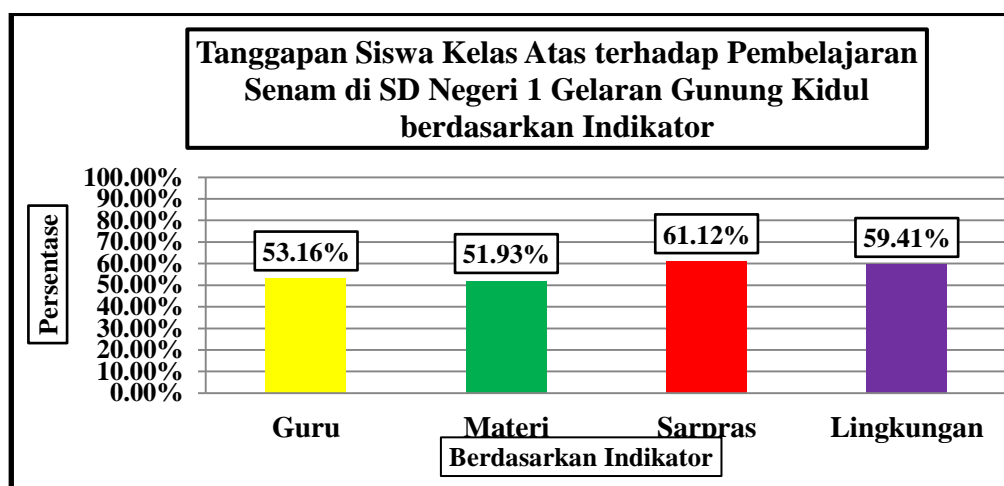
Berdasarkan tabel 13 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal berada pada kategori “sangat kurang positif” sebesar 3,95% (3 peserta didik), “kurang positif” sebesar 26,32% (20 peserta didik), “cukup positif” sebesar 47,37% (36 peserta didik), “positif” sebesar 15,79% (12 peserta didik), dan “sangat positif” sebesar 6,58% (5 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata, 49,28, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal dalam kategori “cukup positif”.

Rincian mengenai tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator dapat dilihat pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Eksternal

Faktor	Skor Riil	Skor Maks	%	Kategori
Guru	808	1520	53,16%	Cukup Positif
Materi	1105	2128	51,93%	Cukup Positif
Sarpras	929	1520	61,12%	Positif
Lingkungan	903	1520	59,41%	Cukup Positif

Berdasarkan tabel 14 tersebut di atas, tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator, disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Persentase Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan Indikator pada Faktor Eksternal

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa persentase tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan indikator guru dengan persentase sebesar 53,16% masuk kategori cukup positif, materi dengan persentase sebesar 51,93% masuk kategori cukup positif, sarpras dengan persentase sebesar 61,12% masuk

kategori positif, dan lingkungan dengan persentase sebesar 59,41% masuk kategori cukup positif.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul pada kategori cukup positif. Slameto (2010: 102) menjelaskan bahwa “Tanggapan merupakan proses yang menyangkut masuknya pesan atau informasi ke dalam otak manusia. Melalui tanggapan, manusia terus menerus mengadakan hubungan dengan lingkungannya, hubungan ini dilakukan dengan indera yaitu, pendengaran, peraba dan penciuman”.

Pada saat melakukan observasi yang bertepatan pada pembelajaran senam lantai guling depan, siswa terlihat kurang tertarik dalam pembelajaran guling depan dikarenakan ada beberapa faktor yang kurang mendukung dalam pembelajaran guling depan tersebut. Sarana dan prasarana sekolah yang digunakan untuk menunjang proses pembelajaran terutama pembelajaran PJOK masih kurang. Fasilitas yang kurang memadai, seperti matras yang merupakan salah satu hal yang sangat penting. Di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo hanya memiliki 2 matras yang layak digunakan untuk pembelajaran senam lantai sedangkan rata-rata tiap kelas yang diisi lebih dari 20 orang sehingga membuat pembelajaran yang tidak efektif dan efisien dan banyak siswa yang menunggu

untuk mempraktikkan senam lantai guling depan. Bahkan ada pula siswa yang duduk dan berteduh menunggu giliran tiba untuk mempraktikkan guling depan.

Fakta di lapangan masih ditemukan adanya siswa yang belum mengoptimalkan waktu pembelajaran dengan sebaik mungkin. Keadaan tersebut dapat dilihat dengan adanya siswa yang kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran senam. Siswa masih menganggap pembelajaran senam tidak terlalu penting, siswa lebih memilih untuk duduk dan mengobrol pada saat proses pembelajaran berlangsung bahkan ada juga yang asyik bergurau dan bermain sendiri. Masalah lain yaitu, masih ada siswa yang belum mampu melakukan gerakan guling depan. Siswa merasa takut pada saat akan mengguling, terutama pada siswa putri dan siswa yang bertubuh gemuk. Hal ini dapat terjadi karena metode yang digunakan oleh guru olahraga kurang tepat, sehingga siswa kurang dapat menguasai materi yang diberikan. Faktor lain yang dapat menyebabkan siswa kurang mampu melakukan gerakan senam adalah kurang tersedianya sarana dan prasarana sehingga intensitas siswa untuk berlatih senam sangat kurang. Padahal salah satu prinsip penting dalam PJOK adalah partisipasi siswa secara penuh dan merata.

Siswa belum bisa memotivasi diri sendiri untuk mengikuti pembelajaran senam, selain itu sekolah juga harus mendukung kegiatan pembelajaran senam secara maksimal. Sekolah menyediakan sarana dan prasarana yang digunakan untuk kegiatan pembelajaran terutama senam. Supaya siswa bisa mengikuti pembelajaran senam dengan baik, maka sekolah harus bisa memberikan sarana dan prasarana yang sesuai dengan kegiatan pembelajaran senam.

Setelah dilakukan penghitungan tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor internal, berkategori cukup positif. Faktor internal yaitu faktor yang timbul dari diri sendiri, seperti aspek fisiologis (bersifat jasmaniah) dan aspek psikologis (bersifat rohaniah) seperti keadaan fisik siswa, bakat siswa, dan minat siswa. Keadaan fisik siswa sangat mempengaruhi tanggapan siswa terhadap proses pembelajaran senam, siswa putra biasanya lebih menyukai pembelajaran senam dibanding dengan siswa putri. Siswa yang mempunyai kondisi fisik yang gemuk biasanya juga tidak menyukai pembelajaran senam. Bakat yang dimiliki siswa juga mempengaruhi tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul, siswa yang memiliki bakat dalam dirinya cenderung lebih menyukai pembelajaran senam dibanding dengan siswa yang tidak memiliki bakat. Minat siswa dalam mengikuti pembelajaran senam juga mempengaruhi tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Siswa yang sudah ada ketertarikan terhadap pembelajaran senam cenderung lebih menyukai dibanding siswa yang tidak tertarik dengan pembelajaran senam.

Tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berdasarkan faktor eksternal pada kategori cukup positif. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri siswa dapat berupa guru, materi, sarana prasarana, dan lingkungan. Cara menyampaikan materi oleh guru dapat mempengaruhi tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul, jika

guru dapat menyampaikan materi dengan cara yang menyenangkan siswa akan cenderung lebih menyukai pembelajaran senam dibanding dengan guru yang menyampaikan materi dengan cara yang monoton atau tidak disertai dengan kreatifitas. Materi yang ada dalam pembelajaran senam juga dapat mempengaruhi tanggapan siswa terhadap pembelajaran senam. Misal saja guru hanya menyampaikan materi yang sama setiap ada materi senam sehingga siswa akan mengalami kebosanan sehingga tidak tertarik dengan pembelajaran senam. Hal ini berbeda jika guru menyampaikan semua materi yang ada dalam pembelajaran senam tentu siswa akan merasa senang karena setiap ada pembelajaran senam materi selalu berganti-ganti sehingga siswa tidak mengalami kebosanan. Sarana dan prasarana yang digunakan sebagai penunjang pembelajaran senam yang dilakukan di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul juga sangat berpengaruh terhadap tanggapan siswa tentang pembelajaran senam. Jika sekolah mempunyai sarana dan prasarana yang banyak dan sering digunakan guru sebagai alat untuk pembelajaran tentu siswa akan lebih menyukai pembelajaran senam dibanding guru yang tidak menggunakan sarana dan prasarana sebagai alat pembelajaran. Faktor lingkungan juga dapat mempengaruhi tanggapan siswa terhadap pembelajaran senam yang dilakukan di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul. Faktor lingkungan yang kurang mendukung membuat siswa tidak bisa mengikuti pembelajaran dengan baik. Faktor lingkungan disini bisa berupa keadaan sekolah yang digunakan sebagai tempat berlangsungnya proses pembelajaran ataupun dukungan dari pihak sekolah misal bapak dan ibu guru wali kelas ataupun dukungan dari kepala sekolah. Sekolah seharusnya

memberikan fasilitas yang berfungsi memberikan layanan kepada siswa supaya dalam mengikuti kegiatan pembelajaran khususnya pembelajaran senam disekolah menjadi lancar dan menyenangkan

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket.
Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket.
Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul berada pada kategori “sangat kurang positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik), “kurang positif” sebesar 18,42% (14 peserta didik), “cukup positif” sebesar 42,11% (32 peserta didik), “positif” sebesar 23,68% (18 peserta didik), dan “sangat positif” sebesar 7,89% (6 peserta didik). Dapat disimpulkan tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul dalam kategori “cukup positif”.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait, yaitu bagi guru pendidikan jasmani untuk bersungguh-sungguh dalam melaksanakan pembelajaran senam, selain itu guru harus mempunyai pengetahuan metode mengajar supaya dalam mengajar siswa lebih kreatif, inovatif dan menyenangkan.
2. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu

dalam meningkatkan tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.

3. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar melakukan penelitian tentang tanggapan siswa kelas atas terhadap pembelajaran senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul dengan menggunakan metode lain.
2. Bagi guru pendidikan jasmani disarankan lebih berinovasi dalam menyampaikan materi pembelajaran senam supaya dalam mengajar lebih menarik kepada siswa.
3. Bagi guru pendidikan jasmani diharapkan juga menyampaikan materi secara menyeluruh khususnya dalam materi pembelajaran senam agar pengetahuan siswa tentang materi senam lebih luas.
4. Bagi siswa SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul diharapkan agar dalam mengikuti pembelajaran PJOK khususnya dalam materi senam dengan serius dan sungguh-sungguh meskipun kurang menyukai mata pelajaran tersebut.

5. Bagi sekolah, agar dapat memberikan atau melengkapi sarana dan prasarana yang sesuai dengan kebutuhan kegiatan pembelajaran khususnya senam.
6. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (1998). *Psikologi umum*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Dakir. (1993). *Dasar-dasar psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Jaya
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitriyani, Leila. (2011). Tanggapan mahasiswa ilmu komunikasi di Makassar terhadap tayangan Kick Andy di Metro TV. *Jurnal Universitas Hasanuddin*. Vol 1.
- Hamalik, O. (2010). *Media pendidikan*. Bandung: Penerbit Alumni.
- Hendrayana, Y, Mulyana, A & Budiana, D. (2018). Perbedaan persepsi guru pendidikan jasmani terhadap orientasi tujuan instruksional pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Journal of Physical Education and Sport*, Volume 1 Nomor 1.
- Hurlock, E.B. (2008). *Perkembangan anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Isharyanto, T. (2003). *Pemanfaatan media pembelajaran dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Bertaraf Internasional (SBI) se-DIY*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Johanes, S. (2006). *Pengukuran tingkat kepuasan pelanggan*. Cetakan Ketiga. Rineka Cipta: Jakarta.
- Mahendra, A. (2000). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas.
- Mollie, D. (2011). *Movement and dance in the early years*. London: Sage Publications Companion.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Yudistira.
- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda Karya.



- Nurjanah, S. (2012). *Peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas IV SD Negeri Nganggrung*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Partini, S. (2011). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Rumini, S. (1995). *Psikologi umum*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Rustam, M. (2013). *Tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di Sekolah Dasar Negeri 1 Kokosan Prambanan*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Setiawan, F.B. (2013). *Tanggapan siswa kelas IV terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Dasar Negeri 1 Karangrejo Petanahan Kebumen Tahun 2017*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soemanto, W. (2006). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Soekarno, W. (2000). *Teori dan praktek senam dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwara.
- Subagyo, Komari, A & Pambudi, A.F. (2015). Persepsi guru pendidikan jasmani sekolah dasar terhadap pendekatan tematik integratif pada kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 1, April 2015.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2002). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Uno, H.B. (2008). *Perencanaan pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.

Utama, AM.B. (2011). Pembentukan karakter anak melalui aktivitas jasmani bermain dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 2, hlm 3.

Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541
<hr/>	
Nomor : 08.22/UN.34.16/PP/2018.	21 Agustus 2018.
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Penelitian.	
Kepada Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Daerah Istimewa Yogyakarta. Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:</p>	
Nama	: Muchammad Lutfi Sad Putra
NIM	: 14604224027
Program Studi	: PGSD Penjas
Dosen Pembimbing	: Sri Mawarti, M.Pd.
NIP	: 195906071987032001
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: 27 s/d 28 Agustus 2018
Tempat	: SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul
Judul Skripsi	: Tanggapan Siswa Kelas Atas Terhadap Proses Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunung Kidul.
<p>Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.</p>	
<div style="text-align: right;"> Dekan Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001</div>	
Tembusan : 1. Kepala SD Negeri 1 Gelaran 2. Kaprodi PGSD Penjas 3. Pembimbing Tas 4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri Gelaran



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA
SD NEGERI GELARAN I, KARANGMOJO
Alamat : Gelaran I Bejiharjo Karangmojo Gunungkidul 55891

SURAT KETERANGAN

No. 087/SD.G.I/VIII/2018

Yang bertanda tangan di bawah ini;

N a m a : JOKO NUGROHO, S.Pd.
N I P : 19660411 198804 1 002
Pangkat/Gol. : Pembina/ IVa
J a b a t a n : Kepala Sekolah SD Negeri Gelaran I

Menerangkan bahwa;

N a m a : Muchammad Lutfi Sad Putra
N I M : 14604224027
Program Studi : PGSD Penjas
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian di SD Negeri Gelaran I, Kec. Karangmojo,
Kab. Gunungkidul dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Gelaran I, 27 Agustus 2018
Kepala Sekolah

JOKO NUGROHO, S.Pd
NIP. 19660411 198804 1 002

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

TANGGAPAN SISWA KELAS ATAS TERHADAP PROSES PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI 1 GELARAN KARANGMOJO GUNUNGKIDUL

Identitas diri

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Kerahasiaan identitas diri anda akan senantiasa terjaga dan dijamin oleh peneliti. Mohon diisi dengan lengkap. Angket ini berisi pernyataan dan pertanyaan yang dimaksudkan untuk mengetahui “Tanggapan Siswa Kelas Atas terhadap Proses Pembelajaran Senam di SD Negeri 1 Gelaran Karangmojo Gunungkidul”. Sehubungan dengan ini berilah respon terhadap setiap pernyataan berikut ini dengan tanda *check list* (√) pada kolom yang anda pilih.

Pilihlah salah satu jawaban dari setiap pernyataan yang sesuai dengan anda, dengan memberi *chek list* (V) pada kolom yang tersedia. Pilih salah satu yang sesuai dengan anda, yaitu:

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Warna bendera Negara Indonesia adalah merah putih.	√			

SS Sangat Setuju

S Setuju

TS Tidak Setuju

STS Sangat Tidak Setuju

Jawablah pernyataan sesuai dengan jawaban yang sebenarnya!

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
----	------------	----	---	----	-----

	Internal				
1	Badan saya menjadi lentur setelah mengikuti pembelajaran senam di sekolah				
2	Saya tetap menyukai pembelajaran senam meskipun badan saya gemuk				
3	Setelah mengikuti pembelajaran senam, tubuh saya menjadi nyaman untuk digerakan				
4	Badan saya menjadi sakit setelah mengikuti pembelajaran senam di sekolah				
5	Pembelajaran senam sangat menyenangkan untuk diikuti				
6	Pembelajaran senam di sekolah membuat saya tertarik untuk mempraktikkannya				
7	Saya selalu bersungguh-sungguh saat mengikuti pembelajaran senam di sekolah				
8	Saya senantiasa menunggu-nunggu pembelajaran senam yang dilakukan di sekolah				
9	Saya paling senang dengan materi pembelajaran senam dibanding dengan materi pembelajaran yang lain				
10	Saya senantiasa datang lebih awal pada saat akan mengikuti pembelajaran senam di sekolah				
11	Saya takut cedera saat mengikuti pembelajaran senam di sekolah				
12	Saya dapat melakukan gerakan guling depan saat pembelajaran senam di sekolah				
13	Saya dapat melakukan gerakan guling belakang saat pembelajaran senam di sekolah				
14	Saya dapat melakukan gerakan kayang saat pembelajaran senam di sekolah				
15	Saya dapat melakukan gerakan meroda saat pembelajaran senam di sekolah				
16	Saya dapat melakukan gerakan berdiri dengan tangan dengan bantuan teman				
17	Saya dapat melakukan gerakan berdiri dengan kepala dengan bantuan teman				
18	Saya dapat melakukan gerakan sikap lilin dalam senam				
	Eksternal				
19	Guru senantiasa memberikan motivasi saat proses pembelajaran senam berlangsung				
20	Guru senantiasa memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah				
21	Guru selalu memberikan materi dalam pembelajaran senam secara bervariasi				

22	Guru senantiasa membagi siswa dalam beberapa kelompok saat proses pembelajaran senam berlangsung				
23	Guru senantiasa memberikan materi senam dengan cara yang membosankan				
24	Saya diajarkan cara melakukan guling depan oleh guru				
25	Saya diajarkan cara melakukan gerakan guling depan oleh guru				
26	Saya diajarkan cara melakukan gerakan guling belakang oleh guru				
27	Saya diajarkan cara melakukan gerakan meroda oleh guru				
28	Saya diajarkan cara melakukan gerakan berdiri dengan tangan oleh guru				
29	Saya diajarkan cara melakukan gerakan berdiri dengan kepala oleh guru				
30	Saya tidak pernah diajarkan cara melakukan gerakan dalam senam				
31	Matras yang digunakan saat pembelajaran senam masih bagus dan empuk				
32	Simpai yang digunakan dalam proses pembelajaran senam ketangkasan sangat banyak				
33	Tali yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan terbuat dari bahan yang aman				
34	Balok titian yang digunakan dalam pembelajaran senam masih bagus dan aman				
35	Bola yang digunakan dalam materi pembelajaran senam ketangkasan sangat sedikit				
36	Tempat yang digunakan dalam proses pembelajaran senam selalu bersih dan rapi				
37	Halaman sekolah tempat proses pembelajaran senam sangat luas dan nyaman				
38	Saya merasa betah jika belajar senam di halaman sekolah				
39	Bpak/ibu kepala sekolah senantiasa mengamati jalannya pembelajaran senam yang dilakukan di sekolah				
40	Bapak/ibu walikelas tidak pernah mendukung dan mengizinkan jika ada perlombaan di luar sekolah				

Lampiran Data Penelitian

No	Internal																Eksternal																Σ									
	Fisik				Psikis												Guru					Materi							Sarpras					Lingkungan								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	1	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	98
2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	1	3	3	3	1	1	2	2	90
3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	2	3	3	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	84
4	2	3	3	1	3	3	2	2	3	3	1	3	2	1	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	98
5	3	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	89
6	3	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	3	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	84	
7	1	2	1	2	1	3	1	3	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	1	3	1	3	1	3	1	2	3	1	1	1	3	3	3	1	1	2	3	2	3	2	77	
8	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	1	1	2	3	1	2	1	3	1	2	2	1	3	3	3	2	2	2	1	2	89	
9	2	2	2	3	3	3	2	1	1	2	3	1	3	1	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	2	1	3	3	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	2	93
10	3	2	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	81
11	2	2	3	1	3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	94
12	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	1	3	1	3	4	2	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	88	
13	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	3	3	2	2	3	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	90	
14	2	1	1	3	2	1	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	89	
15	2	1	1	1	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	79
16	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	85	
17	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	1	1	3	3	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	92	
18	3	1	3	3	1	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	85	
19	3	2	3	2	3	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	94	
20	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	103	
21	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	93	
22	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	82	
23	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	89	
24	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	1	1	3	4	3	1	2	1	1	2	3	3	1	3	1	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	90
25	2	3	2	3	3	3	1	1	3	1	1	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	2	90	
26	3	1	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	4	3	3	2	3	2	3	96	
27	3	3	1	1	3	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	91	
28	2	2	3	2	3	3	1	1	2	3	3	3	2	1	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	97	
29	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	3	1	3	3	2	2	2	1	1	1	1	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	91	
30	3	3	1	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	101	
31	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	99	
32	3	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	2	1	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	89	
33	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	1	92
34	3	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	1	2	3	1	2	2	2	1	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	98	
35	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4	4	1	4	4	4	4	3	3	3	2	101

36	3	3	2	3	3	1	1	3	1	3	3	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	100	
37	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	4	3	3	1	2	3	2	3	3	3	91	
38	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	4	2	3	3	1	1	3	1	3	2	89		
39	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	2	3	2	92	
40	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	102	
41	3	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	1	3	3	2	2	3	3	1	2	4	1	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	3	3	1	1	2	2	2	1	78	
42	3	3	1	3	3	1	1	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	1	1	2	4	3	1	3	3	3	3	3	2	3	95	
43	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	95	
44	2	3	2	1	3	3	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	3	2	1	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	86	
45	2	1	2	1	3	1	1	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	3	2	1	3	3	2	3	1	91	
46	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	1	97
47	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	1	2	1	3	96	
48	3	1	1	2	2	2	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	2	92	
49	2	2	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	1	1	2	4	2	2	3	4	3	2	1	95	
50	1	2	1	3	1	3	3	3	2	2	1	2	1	2	3	2	2	3	3	2	1	3	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	1	2	3	2	3	80	
51	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	3	1	3	2	1	1	2	2	3	3	3	3	1	1	3	1	88	
52	1	3	3	2	3	3	2	1	1	1	1	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	92	
53	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	2	3	2	95	
54	3	2	2	3	1	1	1	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	1	3	2	3	2	3	3	1	1	2	2	87	
55	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	103	
56	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	1	93	
57	3	3	3	2	3	2	1	1	3	2	1	3	1	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	100	
58	1	2	3	2	1	2	1	3	1	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	1	1	1	2	2	2	2	3	1	4	2	1	1	3	2	1	3	3	2	82	
59	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	93	
60	1	1	3	2	1	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	93	
61	1	1	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	3	3	83	

62	2	3	2	1	1	2	3	3	1	1	3	3	3	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	3	87
63	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	1	2	3	1	3	1	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	80	
64	3	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	1	94
65	3	1	3	3	1	1	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	3	2	3	4	2	3	2	2	3	1	1	2	3	81
66	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	3	2	3	3	2	84
67	3	3	1	3	1	3	3	1	1	1	3	1	3	1	2	1	1	3	3	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	4	2	3	3	1	1	3	1	3	3	88
68	3	2	3	3	1	2	3	3	1	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	92
59	2	3	2	1	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	2	1	1	2	1	2	3	2	3	1	1	90
70	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	71
71	2	2	1	1	2	3	2	1	2	1	1	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	1	1	1	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	3	1	83
72	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	1	3	3	1	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	72	
73	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	1	2	2	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	78
74	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	3	3	102
75	3	2	3	2	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	1	1	1	2	1	92
76	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	1	3	2	1	1	95

Lampiran 5. Deskriptif Statistik

Statistics			
	Tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam	Faktor Internal	Faktor Eskternal
N Valid	76	76	76
Missing	0	0	0
Mean	90.2368	40.9605	49.2763
Median	91.0000	41.5000	49.0000
Mode	92.00	45.00	52.00
Std. Deviation	7.13464	4.09371	5.58712
Minimum	71.00	32.00	31.00
Maximum	103.00	49.00	64.00
Sum	6858.00	3113.00	3745.00

Tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	71	1	1.3	1.3	1.3
	72	1	1.3	1.3	2.6
	77	1	1.3	1.3	3.9
	78	2	2.6	2.6	6.6
	79	1	1.3	1.3	7.9
	80	2	2.6	2.6	10.5
	81	2	2.6	2.6	13.2
	82	2	2.6	2.6	15.8
	83	2	2.6	2.6	18.4
	84	3	3.9	3.9	22.4
	85	2	2.6	2.6	25.0
	86	1	1.3	1.3	26.3
	87	2	2.6	2.6	28.9
	88	3	3.9	3.9	32.9
	89	6	7.9	7.9	40.8
	90	5	6.6	6.6	47.4
	91	4	5.3	5.3	52.6
	92	7	9.2	9.2	61.8
	93	5	6.6	6.6	68.4
	94	3	3.9	3.9	72.4
	95	5	6.6	6.6	78.9
	96	2	2.6	2.6	81.6
	97	2	2.6	2.6	84.2
	98	3	3.9	3.9	88.2
	99	1	1.3	1.3	89.5

100	2	2.6	2.6	92.1
101	2	2.6	2.6	94.7
102	2	2.6	2.6	97.4
103	2	2.6	2.6	100.0
Total	76	100.0	100.0	

Faktor Insternal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	32	2	2.6	2.6	2.6
	33	2	2.6	2.6	5.3
	34	1	1.3	1.3	6.6
	35	5	6.6	6.6	13.2
	36	1	1.3	1.3	14.5
	37	5	6.6	6.6	21.1
	38	9	11.8	11.8	32.9
	39	1	1.3	1.3	34.2
	40	4	5.3	5.3	39.5
	41	8	10.5	10.5	50.0
	42	9	11.8	11.8	61.8
	43	5	6.6	6.6	68.4
	44	5	6.6	6.6	75.0
	45	10	13.2	13.2	88.2
	46	5	6.6	6.6	94.7
	47	2	2.6	2.6	97.4
	48	1	1.3	1.3	98.7
	49	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Faktor Eskternal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31	1	1.3	1.3	1.3
	33	1	1.3	1.3	2.6
	40	1	1.3	1.3	3.9
	42	2	2.6	2.6	6.6
	43	5	6.6	6.6	13.2
	44	4	5.3	5.3	18.4
	45	3	3.9	3.9	22.4
	46	6	7.9	7.9	30.3
	47	4	5.3	5.3	35.5
	48	5	6.6	6.6	42.1
	49	7	9.2	9.2	51.3
	50	3	3.9	3.9	55.3
	51	8	10.5	10.5	65.8
	52	9	11.8	11.8	77.6
	53	3	3.9	3.9	81.6
	54	2	2.6	2.6	84.2
	55	3	3.9	3.9	88.2
	56	2	2.6	2.6	90.8
	57	2	2.6	2.6	93.4
	58	3	3.9	3.9	97.4
	62	1	1.3	1.3	98.7
	64	1	1.3	1.3	100.0
Total		76	100.0	100.0	

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian



Gambar responden sedang mengisi angket



Gambar responden sedang mengisi angket



Gambar responden sedang mengisi angket



Profil SD Negeri Gelaran 1