

**FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG KEBERHASILAN PEMBELAJARAN
SENAM KETANGKASAN PESERTA DIDIK KELAS V DI SD NEGERI
GADINGAN WATES KULON PROGO**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi Persyaratan Menyusun Skripsi Guna Memproleh Gelar
Sarjana Pendidikan



Oleh:

W YUSUF OKTAFIAN
16604221028

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2021**

**FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG KEBERHASILAN PEMBELAJARAN
SENAM KETANGKASAN PESERTA DIDIK KELAS V DI SD NEGERI
GADINGAN KABUPATEN KULON PROGO
TAHUN AJARAN 2020/2021**

Oleh

W Yusuf Oktafian

16604221028

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang menjadi pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan Kulon Progo.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. *Setting* penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Gadingan Kabupaten Kulon Progo. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang menjadi pendukung keberhasilan pembelajaran peserta didik dalam senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Kabupaten Kulon Progo meliputi: (1) faktor internal: individu peserta didik, tubuh yang bugar setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, materi dari guru yang membuat peserta didik tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, rasa takut yang mampu diminimalisir oleh peserta didik dan guru. (2) faktor eksternal: (a) Guru, guru yang selalu memberi motivasi kepada peserta didik, (b) Materi, materi pembelajaran yang menarik dan menyenangkan, (c) Sarana, sarana prasarana yang cukup baik yang mampu mendukung pembelajaran, (d) Lingkungan, lingkungan yang nyaman untuk pembelajaran.

Kata kunci: *faktor-faktor pendukung senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : W Yusuf Oktafian
NIM : 16604221028
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Faktor- Faktor Pendukung Keberhasilan Pembelajaran
Senam Ketangkasan Peserta Didik Kelas V di SD
Negeri Gadingan Wates Kulon Progo

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, 26 November 2020
Yang Menyatakan,



W Yusuf Oktafian
NIM. 16604221028

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG KEBERHASILAN PEMBELAJARAN SENAM KETANGKASAN PESERTA DIDIK KELAS V DI SD NEGERI GADINGAN WATES KULON PROGO TAHUN AJARAN 2020/2021

Disusun Oleh :

W Yusuf Oktafian
NIM 16604221028

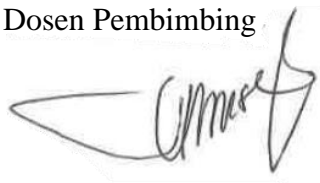
Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.

Mengetahui,
Koord. Prodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Yogyakarta, 26 November 2020
Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP. 196307141988122001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG KEBERHASILAN PEMBELAJARAN SENAM KETANGKASAN PESERTA DIDIK KELAS V DI SD NEGERI GADINGAN WATES KULON PROGO

Disusun Oleh:

W YUSUF OKTAFIAN
NIM. 16604221028

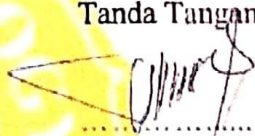


Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Universitas Negeri Yogyakarta

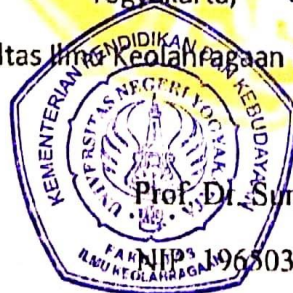
Pada tanggal 26 November 2020

TIM PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes	Ketua Penguji		28/12 2020
Dra. Sri Mawarti, M.Pd.	Sekretaris Penguji		28/12 2020
Dr. Sri Winarni, M.Pd.	Anggota		22/12 2020

Yogyakarta, 10-1-2021

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 19650301 199001 1 001

MOTTO

“Jangan tinggal di masa lalu, jangan bermimpi tentang masa depan,
pusatkan pikiran pada saat ini”.

-Siddharta Gautama-

“Taklukanlah dirimu sendiri sebelum menaklukan orang lain”

“Yakinlah pada dirimu sendiri, dan jangan terlalu bergantung kepada
orang lain”

-W Yusuf Oktafian-

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur, kupersembahkan karya ini untuk orang yang kusayangi:

1. Orang Tuaku yang tercinta, Bapak Turanto dan Ibu Sulichah yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan dan kelancaran saya, karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orangtua. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan kalian yang selalu mengajarkan pentingnya menuntut ilmu, karena itu terimalah persembahan bakti dan cintaku untuk kalian, bapak ibuku.
2. Sahabat-sahabat saya yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi dan arahan agar selalu fokus dalam menyelesaikan tugas dan kewajiban saya sebagai mahasiswa agar mampu menyelesaikan pendidikan saya dengan sebaik mungkin.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Faktor-faktor Pendukung Keberhasilan Senam Ketangkasan Peserta Didik Kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo” 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 Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi dan Ketua Penguji yang telah banyak memberikan semangat, motivasi, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan kemudahan, bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan kemudahan, bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.

5. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi
6. Kepala Sekolah SD Negeri Gadingan, yang telah memberikan ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Staf dan guru PJOK SD Negeri Gadingan yang telah membantu dan memberi kemudahan pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
9. Semua teman-teman PGSD PENJAS B 2016 yang selalu memberikan doa, semangat, serta motivasinya.

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

Yogyakarta, 26 November 2020
Penulis,



W Yusuf Oktafian.
NIM. 16604221033

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Fokus Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Deskriptif Teori.....	7
B. Penelitian Yang Relevan	35
C. Kerangka Berpikir.....	37
D. Pertanyaan Penelitian	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Pendekatan Penelitian	39
B. <i>Setting</i> Penelitian.....	40
C. Subjek Penelitian.....	40
D. Metode dan Intstrumen Pengumpulan Data	41
E. Teknis Analisis Data	47
F. Uji Keabsahan Data.....	49

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Deskripsi Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	64
C. Keterbatasan Penelitian	67
A. KESIMPULAN	69
B. IMPLIKASI	69
C. SARAN	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan Guling Depan yang Benar.....	10
Gambar 2. Gerakan Guling belakang yang Benar.....	11
Gambar 3. Gerakan Kayang yang Benar.....	12
Gambar 4. Gerakan Sikap Lilin yang Benar.....	13
Gambar 5. Komponen dalam Analisis Data (<i>Interactive Model</i>).....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1. KI dan KD Pembelajaran Senam Sekolah Dasar.....	14
Tabel 2. Kisi-kisi Pedoman Observasi.....	36
Tabel 3. Pedoman Wawancara Peserta Didik.....	38
Tabel 4. Pedoman Wawancara Guru	39
Tabel 5. Data Pegawai SD N egeri Gadingan	46
Tabel 6. Jumlah Siswa SD Negeri Gadingan	46
Tabel 7. Prasarana SD Negeri Gadingan.....	47
Tabel 8. Sarana SD Negeri Gadingan.....	48
Tabel 9. Kesimpulan Hasil Wawancara.....	57

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan (PJOK) adalah sebuah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, baik berupa permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Pendidikan jasmani merupakan salah satu dari aspek pendidikan yang sangat penting untuk diajarkan kepada peserta didik baik itu di tingkat dasar (SD), tingkat menengah (SMP), maupun tingkat menengah atas (SMA). PJOK mengajarkan berbagai pengalaman kepada peserta didik melalui serangkaian kegiatan beraktivitas olahraga yang dilakukan di luar kelas atau praktek secara langsung. Selain memberikan pengalaman kepada peserta didik, pendidikan jasmani juga berperan dalam upaya membina aspek mental, sosial, spiritual dan fisik sekaligus mengembangkan serta melatih potensi kemampuan anak dalam bergerak sesuai dengan perkembangan motorik dan bertambahnya usia (Rosdiana, 2014: 13).

Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terdapat berbagai bentuk aktivitas olahraga yang dapat dikategorikan dalam bentuk olahraga maupun non olahraga. Seperti olahraga meliputi atletik, senam, bela diri, permainan, dan akuatik, sedangkan non olahraga dapat dikategorikan dalam bentuk bermain atau permainan tradisional, dan modifikasi cabang olahraga serta aktivitas jasmani lainnya. Dari semua jenis aktivitas jasmani yang terdapat dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian penting dari

proses membangun dan mengembangkan kemampuan serta potensi yang dimiliki setiap peserta didik.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diterapkan secara baik tentunya akan membawa dampak yang sangat positif terhadap peserta didik, diharapkan pendidikan jasmani bukan sekedar mata pelajaran yang disampaikan sesuai prosedur pembelajaran saja namun dapat diarahkan menjadi potensi atau prestasi bagi setiap peserta didik. Untuk mendapatkan hasil tersebut guru PJOK dituntut untuk dapat memberikan pengalaman dan ilmu secara maksimal serta sarana dan prasarana yang ada di sekolah dapat dimanfaatkan dengan baik untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya pembelajaran senam. Senam sendiri dibagi menjadi 2 yaitu Senam Pembentukan dan Senam Ketangkasan.

Senam ketangkasan lebih banyak menggunakan gerakan seluruh bagian tubuh baik untuk aktivitas senam itu sendiri maupun untuk cabang aktivitas dasar. Senam ketangkasan mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan dan ketepatan (Muhajir, 2004:69).

Dari hasil pengamatan di lapangan untuk pembelajaran senam ketangkasan guru penjas di SD Negeri Gadingan Wates (Ibu Sumilah) memiliki kelebihan dan kekurangan, akan tetapi guru mampu mengatasi kekurangannya. Contoh kekurangannya adalah belum maksimalnya guru dalam memberikan contoh ketika pembelajaran senam ketangkasan diatas matras. Hal itu dikarenakan guru PJOK di

SD Negeri Gadingan Wates yang sudah tua sehingga merasa takut untuk mengajarkan materi senam ketangkasan kepada peserta didik. Dengan keterbatasan itu pembelajaran senam ketangkasan cenderung monoton dalam artian guru jarang sekali untuk memberi contoh di depan peserta didik, sehingga menimbulkan suasana pembelajaran yang kurang seru. Guru memanfaatkan media pembelajaran untuk membantu proses pembelajaran senam ketangkasan. Walau belum banyak, Media yang ada di SD Negeri Gadingan Wates sudah menggunakan peralatan dari Pengadaan pemerintah yaitu Peralatan Olahraga Anak (POA). Proses pembelajaran juga didukung dengan sarana dan prasarana yang lengkap yang ada di SD Negeri Gadingan. Untuk memantapkan peserta didik melakukan senam ketangkasan, guru menunjuk salah satu peserta didik untuk mempraktikkan senam ketangkasan dengan diberi arahan dan menuntun peserta didik tersebut sampai bisa melakukan senam ketangkasan. Setelah itu peserta didik yang di tunjuk diperintahkan untuk memberikan contoh kepada peserta didik yang lain. Hanya sebagian peserta didik yang mengalami ketakutan mengikuti pembelajaran senam ketangkasan. Kebanyakan peserta didik takut akan adanya cedera setelah melakukan senam ketangkasan. Untuk itu guru membimbing dan mengawasi secara penuh agar tidak terjadinya cedera yang dialami peserta didik. Hal ini juga menimbulkan suasana pembelajaran yang kurang kondusif, seperti peserta didik mengobrol atau bercanda dengan peserta didik lainnya, akan tetapi bu Sumilah tidak patah semangat dalam memberikan pembelajaran untuk anak didiknya. Dalam kenyataannya, dari 29 peserta didik, 25 orang yang mampu melakukan berbagai gerakan senam ketangkasan dan hanya 4

orang yang sulit mempraktikkan gerakan senam ketangkasan. Sehingga, berdasarkan dari data yang diberikan oleh guru, hampir 100% peserta didik mampu melebihi KKM SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.

Berdasarkan permasalahan yang telah teruraikan diatas maka penting diadakan penelitian yang berjudul “Faktor-faktor Pendukung Keberhasilan Pembelajaran Senam Ketangkasan Kelas V Di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.

B. Identifikasi Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah-masalah:

1. Faktor pendukung dalam kesuksesan pembelajaran senam ketangkasan pada siswa kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.
2. Perlu diketahui secara pasti apa yang menjadi penyebab keterlaksanaan pembelajaran senam ketangkasan pada siswa kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo

C. Fokus Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas peneliti memfokuskan masalah pada “Faktor Pendukung Keberhasilan Pembelajaran Senam Ketangkasan Kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan fokus masalah diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut: “Faktor apa saja yang

menjadi pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo?''.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor apa saja yang menjadi pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis

- a. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang faktor-faktor yang mendukung berhasilnya proses pembelajaran khususnya dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.
- b. Sebagai kajian teori terhadap penelitian yang sejenis tentang faktor yang mendukung terhadap keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi guru

Membantu memecahkan permasalahan dalam proses belajar mengajar dan dapat meningkatkan profesionalisme sebagai guru Penjasorkes.

b. Bagi sekolah

Dapat membantu meningkatkan efektivitas dalam proses belajar mengajar, sehingga SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo mampu mencapai tujuan prestasi yang diharapkan.

c. Bagi Peserta didik

- 1) Meningkatkan kemampuan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.
- 2) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri, dan demokratis dalam proses pembelajaran Penjasorkes.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskriptif Teori

1. Pendidikan Jasmani

a. Hakikat Pendidikan Jasmani

a) Pengertian Pendidikan Jasmani

Menurut Paturusi (2012: 4-5), 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.

Setiap proses pembelajaran memerlukan perencanaan yang isinya mengandung unsur esensial. Karena pembelajaran yang dilakukan di sekolah dasar sangat menekankan dalam hal penguasaan aneka keterampilan gerak dasar dalam situasi demikian yang sangat diperlukan ialah pembinaan rasa cinta dan suka terhadap aktivitas jasmani. Pembelajaran pendidikan jasmani juga tidak akan dapat berjalan baik bila tidak ada strategi pengelolaan kelasnya tidak diperhatikan.

Menurut Gagne dalam Made Wena (2009: 10), pembelajaran yang efektif harus dilakukan dengan berbagai cara dan menggunakan berbagai macam media pembelajaran. Berdasarkan pendapat di atas sebagai seorang guru wajib kiranya memiliki kiat maupun seni untuk memadukan antara media yang digunakan dan

pembelajaran, sehingga pembelajaran yang dihasilkan akan memiliki kualitas atau bobot yang tinggi.

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Yudanto, 2008: 17).

Menurut Sukintaka (2004: 55), 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 peserta didik 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, 2001: 34).

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani di SD adalah proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberi kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani. Pelaksanaan

pembelajaran pendidikan jasmani secara garis besar dilakukan dalam tiga tahapan yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup.

b) Tujuan Pendidikan Jasmani

Subagiyo dalam skripsi Pipit Diana (2011: 27) Secara umum tujuan pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap, dan membiasakan hidup sehat. Tujuan Pendidikan jasmani harus sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Salah satu tujuan pendidikan nasional seperti yang tertuang dalam UUD 1945 adalah untuk membentuk manusia Indonesia yang sehat jasmani dan rohani. Sehingga mata pelajaran Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran mempunyai peran utama untuk membentuk dan meningkatkan kebugaran jasmani peserta didiknya dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat kita pahami bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap, dan membiasakan hidup sehat.

c) Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Kelas V

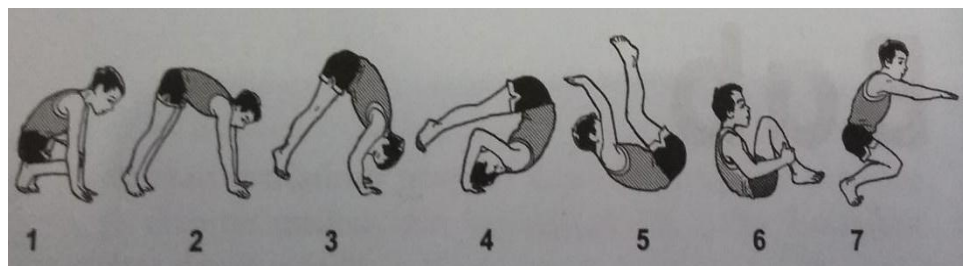
Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Kelas V ada beberapa, antara lain: Atletik, Senam Ketangkasan, Permainan Bola Besar/ Kecil, Kebugaran Jasmani. Untuk contoh- contoh Senam Ketangkasan sebagai berikut:

- 1) Guling Depan (Forward Roll) Menurut Muhajir (2007: 69), guling depan adalah “berguling ke depan atas bagian belakang badan (tengkuk,

punggung, pinggang dan panggul bagian belakang)”. Latihan guling depan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu: guling ke depan dengan sikap awalan jongkok dan guling ke depan dengan awalan berdiri. Cara melakukan guling depan sendiri mula-mula sikap jongkok, kedua kaki rapat, letakan lutut ke dada, kedua tangan menumpu di depan ujung kaki kira-kira 30 cm. Langkah kedua bungkukkan kedua tangan, letakan pundak pada matras dengan menundukan kepala, dagu sampai dada. Lanjutkan dengan melakukan gerakan berguling ke depan, ketika panggul menyentuh matras, pegang tulang kering dengan kedua tangan menuju posisi jongkok. Adapun kesalahan-kesalahan dalam melakukan gerakan guling depan menurut Muhajir (2007: 70),

Kedua tangan yang bertumpu tidak tepat (dibuka terlalu lebar atau terlalu sempit, terlalu jauh atau terlalu dekat dengan ujung kaki), tumpuan salah satu atau kedua tangan kurangukat sehingga keseimbangan badan kurang sempurna dan akibatnya badan jatuh kesamping, bahu tidak diletakan pada matras saat tangan dibengkokkan, dan saat berguling kedepan kedua tangan tidak ikut menolak.

Untuk memperjelas gerakan guling depan yang benar dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar1. Gerakan Guling Depan yang Benar
Sumber: Muhajir (2007: 70)

- 2) Guling Belakang (Back Roll) Menurut Muhajir (2007: 70), “guling ke belakang adalah menggulingkan badan ke belakang, dengan posisi

badan tetap harus membulat, yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukan sampai dagu melekat di dada”. Cara melakukan guling belakang mengambil sikap permulaan dalam posisi jongkok, kedua tangan di depan dan kaki sedikit rapat. Langkah kedua adalah kepala ditundukan kemudian kaki menolak kebelakang. Pada saat panggul mengenai matras, kedua tangan segera dilipat kesamping telinga dan telapak tangan menghadap kebagian atas untuk siap menolak. Langkah selanjutnya kaki segera diayunkan ke belakang melewati kepala, dengan dibantu kedua tangan menolak kuat dan kedua kaki dilipat sampai ujung kaki dapat mendarat diatas matras, kesikap jongkok. Adapun kesalahan-kesalahan yang sering terjadi ketika siswa melakukan gerakan guling belakang menurut Muhajir (2007: 71),

Penempatan tangan terlalu jauh dibelakang, sehingga sikapnya salah dan tidak membuat tolakan, keseimbangan tubuh kurang baik saat mengguling ke belakang (hal ini disebabkan sikap tubuh yang kurang membulat), salah satu telapak tangan yang menumpu kurang kuat atau bukan telapak yang digunakan untuk menumpu di atas matras, posisi mengguling kurang sempurna (hal ini disebabkan kepala menoleh kesamping), keseimbangan tidak terjaga dan oleng karena mendarat dengan lutut (seharusnya telapak kaki).

Untuk memperjelas gerakan guling belakang yang benar dapat dilihat pada Gambar 2.

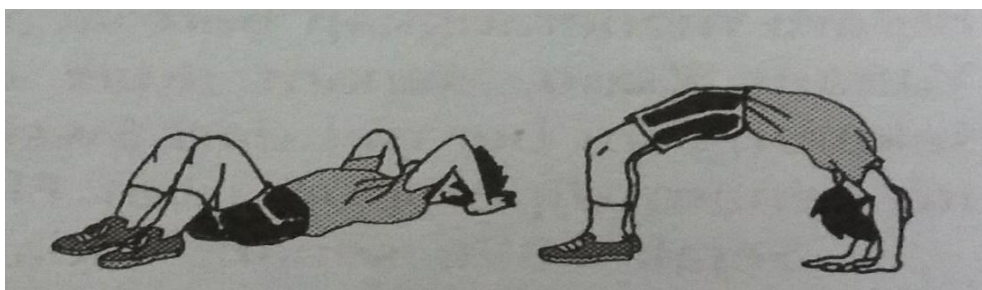


Gambar2. Gerakan guling depan yang benar.
Sumber: Muhajir (2007: 70)

3) Kayang Menurut Muhajir (2007: 71), “kayang adalah suatu sikap atau bentuk badan “terlentang” yang membusur, bertumpu pada kedua tangan dan kedua kaki dengan siku-siku dan lutut lurus”. Anak-anak akan mudah melakukan kayang apabila mempunyai kelentukan otot perut, dada, dan punggung serta kekuatan lengan dan bahu untuk menopang. Adapun kesalahan-kesalah yang sering terjadi ketika anak melakukan gerakan kayang menurut Muhajir (2007:71),

Jarak kedua tangan dan kaki terlalu jauh, siku-siku bengkok (disebabkan kekakuan persendian siku dan bahu), badan kurang melengkung atau membusur (disebabkan kurang lentuk bagian punggung dan kekakuan pada otot perut), sikap kepala yang selalu menengadahkan, dan kurangnya daya keseimbangan.

Untuk memperjelas gerakan kayang yang benar dapat dilihat pada Gambar 3.

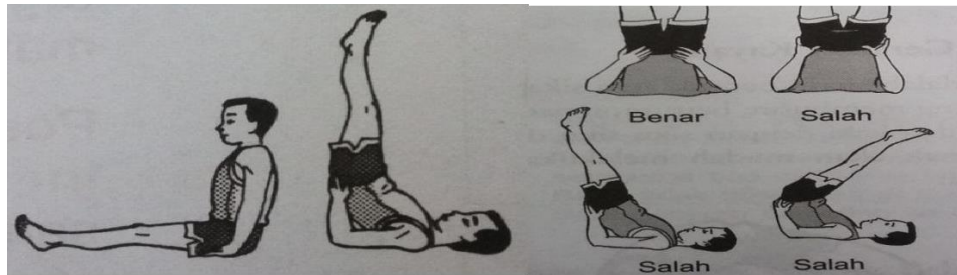


Gambar 3. Gambar Gerakan Kayang yang Benar
Sumber: Muhajir (2007: 71)

4) Sikap Lilin Menurut Muhajir (2007: 72), “sikap lilin adalah sikap yang dibuat dari sikap yang semula tidur terlentang, kemudian mengangkat kedua kaki (rapat) lurus keatas dengan kedua tangan menopang ke pinggang”. Adapun kesalahan-kesalahan yang sering terjadi diantaranya, Menurut Muhajir (2007:72),

Tidak semua jari menopang pinggang dan hanya menggunakan ibu jari, kedua kaki yang lurus keatas condong kebelakang sehingga berat untuk ditopang dan tidak dapat bertahan dalam waktu yang lama, kedua kaki yang lurus ke atas condong ke depan, membentuk sikap yang kurang sempurna sebagai sikap lilin, penempatan siku-siku tangan terlalu keluar garis lebar badan, dan kurang bertumpu pada pundak.

Untuk memperjelas gerakan sikap lilin yang benar dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Gambar Gerakan Sikap Lilin yang Benar

Sumber: Muhajir (2007: 72)

Untuk KI/KD Sekolah Dasar Kelas V sebagai berikut:

Tabel 1. KI dan KD Pembelajaran Senam Sekolah Dasar

Kelas	Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
V	<p>2.6 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam</p> <p>2.7 Memahami penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.</p>	<p>4.6 mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.</p> <p>4.7 mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.</p>

1. Hakikat Pembelajaran Senam

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan suatu aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada peserta didik. Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi untuk mencapai tujuan pembelajaran, serta pembelajaran adalah upaya mengorganisasi lingkungan untuk menciptakan kondisi belajar bagi peserta didik (Muktiani, 2014: 26). Menurut Mulyaningsih (2009: 54) menyatakan pembelajaran ialah membelajarkan peserta didik menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Dimiyati dan Mudjiono dalam

(Mulyaningsih, 2009: 54), mengatakan bahwa pembelajaran adalah kegiatan guru secara terprogram dalam desain instruksional, untuk membuat siswa belajar secara aktif yang menaekankan pada penyediaan sumber belajar. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2006: 159) pembelajaran juga berarti meningkatkan kemampuan kemampuan kognitif, afektif, dan keterampilan siswa. Senada dengan pendapat diatas, pembelajaran merupakan proses komunikasi dua arah, mengajar dilakukan oleh pihak guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik atau murid. William H. Burton 8 dalam (Sagala, 2007: 61), mengajar adalah upaya memberikan stimulus, bimbingan pengarahan, dan dorongan kepada siswa agar terjadi proses belajar. Didalam sebuah pembelajaran tentu memiliki konsep yang bertujuan untuk menghasilkan proses belajar mengajar yang baik. Konsep pembelajaran menurut Corey, (1986: 195), dalam Sagala (2007), adalah suatu proses dimana lingkungan seseorang secara sengaja dikelola untuk memungkinkan ia turut serta dalam tingkah laku tertentu dalam kondisi-kondisi khusus atau menghasilka respon terhadap situasi tertentu, pembelajaran merupakan subset khusus dari pendidikan. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) menjelaskan konsep-konsep tersebut, yaitu:

- 1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didikdengan sebaik-baiknya.
- 2) Pembelajaran dalam pengertian institusional Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap

mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual.

- 3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien. Rahyubi (2014: 234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, peserta didik, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Tujuan Pembelajaran Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri peserta didik. 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 finish. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah materi atau mata pelajaran

yang harus ditempuh atau diselesaikan peserta didik guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

- 3) 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 peserta didik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- 4) Peserta Didik 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 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 merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan peserta didik. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besarketerlibatan peserta didik akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan peserta didik akan rendah atau bahkan tidak peserta didik 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 adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalamdalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas peserta didik, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar peserta didik 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.

Berdasarkan pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada peserta didik yang belajar, dimana

perubahan itu berlaku dalam waktu yang relatif lama karena adanya sebuah usaha.¹²

b. Pembelajaran Senam

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 keluasan gerak, keluasan 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: 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. Imam Hidayat (1982: 2), dalam Suharjana (2011) menyatakan bahwa secara umum senam dapat diartikan suatu latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan sengaja dan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Lebih lanjut menurut, Mahendra (2001: 2), dalam Suharjana (2009) menyatakan bahwa senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan

kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental sepiritual.

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.

Mahendra (2004: 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.

c. Jenis-jenis Senam

Senam sangat banyak jenisnya sehingga kesulitan dalam membagi senam kedalam jenis-jenisnya. Untuk mempermudah penjenisan senam maka FIG (*Federation Internationale de Gymnastique*), dalam Mahendra (2000: 11-14) membagi senam menjadi 6 kelompok yaitu:

- 1) Senam Artistik (*Artistic Gymnastics*) Senam artistik adalah senam yang menggabungkan aspek tumbling dan akrobatik untuk mendapatkan efek-efek artistik dari gerakan-gerakan yang dilakukan pada alat-alat sebagai berikut: (1) lantai (*floor exercises*), (2) kuda pelana (*pommel horse*), (3) gelang-gelang (*rings*), (4) kuda lompat (*vaulting horse*), (5) palang sejajar (*parallel bars*), (6) palang tunggal (*horizontal bar*) untuk senam artistik putra, sedangkan alat untuk senam artistikputri adalah sebagai berikut: (1) kuda lompat (*vaulting horse*), (2) palang bertingkat (*uneven bars*), (3) balok keseimbangan (*balance beam*), (4) lantai (*floor exercises*).
- 2) Senam Ritmik Sportif (*Sportive Rhythmic Gymnastics*) Senam ritmik sportif adalah senam yang dikembangkan dari senam irama sehingga dapat dipertandingkan. Komposisi gerak yang diantarkan melalui tuntunan irama musik dalam menghasilkan gerak-gerak tubuh dan

alat yang artistik. Alat-alat yang digunakan adalah sebagai berikut: bola (*ball*), pita (*ribbon*), tali (*rope*), simpai (*hoop*), dan gada (*clubs*).

- 3) Senam Akrobatik (*Acrobatic Gymnastics*) Senam akrobatik adalah senam yang mengandalkan akrobatik dan tumbling, sehingga latihannya banyak mengandung salto dan putaran yang harus mendarat ditempat-tempat yang sulit. Senam ini biasanya dilakukan tunggal dan berpasangan.
- 4) Senam Aerobik Sport (*Sports Aerobics*) Sports aerobics merupakan pengembangan dari senam aerobik agar pantas dipertandingkan, latihan-latihan senam aerobik yang merupakan tarian atau kalistenik tertentu digabung dengan gerakan-gerakan akrobatik yang sulit.
- 5) Senam Trampolin (*Trampolining*) Senam trampolin merupakan pengembangan dari suatu bentuk latihan yang dilakukan di atas trampolin. Trampolin adalah sejenis alat pantul yang terbuat dari rajutan kain yang dipasang pada kerangka besi berbentuk segi empat, sehingga memiliki daya pantul yang sangat besar.
- 6) Senam Umum (*General Gymnastics*) Senam umum adalah segala jenis senam di luar kelima jenis senam di atas, seperti senam aerobik, senam pagi, senam SKJ, senam wanita dsb.

2. Hakikat Senam ketangkasan

Senam ketangkasan merupakan salah satu rumpun senam. Disebut senam ketangkasan, karena gerakan senam dilakukan di matras. Senam ketangkasan disebut juga dengan istilah bebas, karena saat melakukan tidak menggunakan benda atau perkakas lain. Salah satu aspek atau ruang lingkup pendidikan jasmani

adalah senam. Pengertian senam secara umum merupakan terjemahan dari kata *gymnastick* atau *gymnastiek* dalam bahasa Belanda. *Gymnastick* dalam bahasa Yunani berasal dari kata *Gymnis* yang berarti telanjang (Agus Mahendra, 2001: 1).

Menurut Imam Hidayat dalam Agus Mahendra (2001: 1), gimnastik adalah kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak. Selanjutnya mengatakan senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, secara sadar, dan terencana disusun secara keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual. Lebih lanjut Mahendra (2001: 1) juga menyatakan senam adalah gabungan dari *tumbling*, akrobatik, dan *chalestenic*. *Chalestenic* berasal dari bahasa Yunani yaitu *kolos* yang artinya indah dan *stenos* yang berarti kuat. Dengan begitu *chalestenic* bisa diartikan memperindah tubuh melalui latihan kekuatan sedang dalam bahasa Inggris disebut *free exercise*. *Chalestenic* juga bisa diartikan sebagai latihan fisik untuk memelihara kesegaran jasmani, misalnya senam pagi, senam kesegaran jasmani (SKJ).

Peter H Wenner dalam Agus Mahendra (2001: 3) menjelaskan bahwa senam dapat diartikan sebagai suatu latihan tubuh pada ketangkasan atau pada alat yang dirancang khusus untuk meningkatkan daya tahan, kelentutan, kekuatan, kelicahan, koordinasi, dan kontrol tubuh. Jadi fokusnya tubuh bukan alatnya atau gerakannya.

Senam dikenal di Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga. Dalam Bahasa Inggris dikenal dengan istilah *Gymnastic* dari asal kata *Gymnos* bahasa Yunani yang artinya telanjang. Istilah *gymnastic* tersebut dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak,

sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal ini bisa terjadi karena pada waktu itu teknologi pembuatan bahan pakaian belum memungkinkan membuat pakaian yang bersifat lentur dan mengikuti gerak pemakainya. Senam didefinisikan sebagai latihan fisik yang dipilih, disusun dan dirangkai secara sistimatis sehingga berguna untuk tubuh, sikap, kesehatan serta kebugaran jasmani (Berty Tilarso, 2000: 1).

Meskipun senam sudah lama dikenal di Indonesia, tetapi penggalakkan senam secara masal baru dimulai sekitar tahun tujuh puluhan, dengan diperkenalkannya Senam Pagi Indonesia. Senam ini dikemas secara indah dan pelaksanaannya dengan iringan musik.

Olahraga senam merupakan olahraga dasar yang mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik, seperti kekuatan, kecepatan keseimbangan, kelentukan dan ketepatan. Menurut Agus Mahendra (2001: 5), senam ketangkasan adalah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus. Adapun contoh dari senam ketangkasan tersebut adalah: sikap lilin, (2) guling depan, (3) guling belakang, (4) berdiri kepala, (5) berdiri dengan tangan, (6) lenting tangan ke depan, (7) meroda, (8) rentang kaki.

3. Faktor Pendukung Keberhasilan Pembelajaran Senam

“Faktor adalah hal (keadaan, peristiwa) yang ikut menyebabkan terjadinya sesuatu” (Dendy Sugono, dkk. 2008: 387). Sedangkan kata pendukung adalah “penyokong, pembantu, penyumbang, atau dapat diartikan” juga orang yang mendukung “menurut Meyti Takdir Qodratullah (2011: 104). Menurut Dendy

Sugono, dkk. (2008: 346) “dukung, mendukung mempunyai arti menyokong, membantu, atau menunjang”. Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung merupakan keadaan atau kondisi yang membantu terjadinya sesuatu.

Wina sanjaya (2013: 52) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kegiatan proses system pembelajaran, diantaranya faktor guru, faktor siswa, sarana, alat, media yang tersedia, serta lingkungan. Pembelajaran sendiri tidak lepas dari proses belajar dan mengajar. Karakteristik antara satu siswa dengan siswa lainya pun berbeda dalam belajar dan mengikuti proses pembelajaran. Menurut Slameto (2013: 54), belajar dapat dipengaruhi dua hal yaitu:

a. Faktor Intern

Faktor intern adalah faktor yang ada pada individu. Adapun faktor-faktor yang ada dalam individu, meliputi:

1) Faktor Jasmani

- a) Faktor Kesehatan Sehat identik dengan kondisi tubuh atau badan dalam keadaan baik dan bebas dari penyakit.
- b) Cacat Tubuh Suatu keadaan yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh atau badan. Misalnya: buta, tuli, patah kaki, dsb.

2) Faktor Psikologi Ada 7 faktor yang tergolong dalam faktor psikologi yang mempengaruhi belajar yaitu: intelegensi, perhatian, bakat, minat, motivasi, kematangan, dan kesiapan.

Faktor Kelelahan Kelelahan dapat dibagi menjadi 2, yaitu:

- a) Kelelahan Jasmaniah Kelelahan jasmaniah dapat terlihat dari lemahnya tubuh dan timbulnya kecenderungan untuk membaringkan diri.
- b) Kelelahan Rohani (Psikis) Kelelahan rohani dapat terlihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan sehingga minat dan dorongan untuk melakukan atau menghasilkan sesuatu akan hilang begitu saja.

b. Faktor Ekstern

Faktor ekstern merupakan faktor yang berasal dari luar individu, diantaranya:

1) Keluarga

Siswa yang belajar akan menerima pengaruh dari keluarga berupa cara orang tua mendidik, relasi antar keluarga, suasana rumah, maupun keadaan ekonomi keluarga.

2) Faktor Sekolah

Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar meliputi: metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan guru, disiplin.

a) Siswa

Menurut Hamka A.Aziz (2012:73), “siswa atau murid adalah orang yang sedang belajar ataupun menuntut ilmu dalam bimbingan seorang atau beberapa guru. Sebagai orang yang sedang belajar murid berhak mendapat pelajaran, pendidikan, juga bimbingan serta pembinaan dari gurunya”. Siswa kelas V pada umumnya berada pada rentang usia antara 10-12 tahun. Menurut Seiffert dan Haffburg yang dikutip oleh Cerika Rismayanthi

(2011:11), “anak usia 6-12 tahun memiliki tiga jenis perkembangan yaitu: perkembangan fisik, perkembangan psikososial, dan perkembangan kognitif”. Perkembangan fisik mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang, perkembangan psikososial berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu, sedangkan perkembangan kognitif yaitu mencakup perubahan-perubahan dalam pola pikir anak.

Dalam proses pembelajaran tanpa adanya siswa maka pembelajaran tidak akan terjadi. Siswa merupakan salah satu faktor yang menentukan apakah suatu pembelajaran tersebut dapat berjalan dengan sukses ataupun pembelajaran tersebut gagal. Siswa yang mempunyai motivasi tinggi terhadap pendidikan jasmani akan membantu kelancaran dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani. Sebaliknya, siswa yang memiliki motivasi rendah terhadap pendidikan jasmani maka akan menghambat dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

b) Guru

Menurut Agus Susanto (2012: 20) guru adalah “profesi dimana seseorang menanamkan nilai-nilai kebajikan ke dalam jiwa manusia. Membentuk karakter dan kepribadian manusia”. Menurut UU Sisdiknas (pasal 39 ayat 2 dan 3. No. 29/2003) bahwa pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan bimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian penelitian serta pengabdian kepada masyarakat, terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi. Pendidik yang

mengajar pada satuan dasar dan menengah disebut guru dan pendidik yang mengajar pada satuan pendidikan tinggi disebut dosen. Di jelaskan oleh Agus S.Suryobroto dalam Agus Susanto (2012:13) guru adalah “orang yang bertanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik dengan mengupayakan seluruh potensi baik ranah afektif, kognitif, maupun fisik, dan psikomotorik”. Salah satu tugas pokok guru adalah mengajar. Mengajar merupakan perbuatan yang memerlukan tanggung jawab moral, maka keberhasilan pendidikan siswa secara formal adalah tanggung jawab guru dalam melaksanakan tugas mengajar.

Menurut Agus S.Suryobroto (Agus Susanto 2012:13), “secara khusus tugas guru pendidikan jasmani secara nyata sangat kompleks antara lain: sebagai pengajar, sebagai pendidik, sebagai pelatih, dan sebagai pembimbing”. Guru pendidikan jasmani memiliki tugas yang kompleks selain tugas mengajar pada jam pelajaran intrakurikuler, guru pendidikan jasmani juga berwenang mengajar atau melatih pada jam ekstrakurikuler khususnya yang berhubungan dengan olahraga. Tanggung jawab terpenting bagi seorang guru adalah mengajar dan menuntut siswa-siswanya melakukan kegiatan-kegiatan belajar guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang diinginkan.

Menurut Hamalik (2001:127), guru akan melaksanakan banyak hal agar pengajarannya berhasil, antara lain:

- a) Mempelajari setiap muridnya di kelasnya.
- b) Merencanakan, menyediakan, dan menilai bahan-bahan belajar yang akan dan/ atau telah diberikan.

- c) Memilih dan menggunakan metode mengajar yang sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai, kebutuhan dan kemampuan murid dan dengan bahan-bahan yang akan diberikan.
- d) Memelihara hubungan pribadi seerat mungkin dengan murid.
- e) Menyediakan lingkungan belajar yang serasi.
- f) Membantu murid-murid memecahkan berbagai masalah.
- g) Mengatur dan menilai hasil belajar murid.
- h) Membuat catatan-catatan yang berguna dan menyusun laporan pendidikan.
- i) Mengadakan hubungan dengan orang tua murid secara kontinu dan penuh saling pengertian.
- j) Berusaha sedapat-dapatnya mencari data melalui serangkaian penelitian terhadap masalah-masalah pendidikan.
- k) Mengadakan hubungan dengan masyarakat secara aktif dan kreatif guna kepentingan pendidikan para siswanya.

Dari data diatas dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan-tujuan yang hendak dicapai guru penjasorkes sangat luas. Selain memberikan kemampuan siswa dalam hal kemampuan gerak, penguasaan teknik dasar olahraga, dan pengetahuan hidup sehat. Pendidikan jasmani juga dapat mengembangkan aspek psikologis pada siswa di antaranya aspek afektif, kognitif, psikomotorik dan fisik. Tercapainya sasaran pembelajaran jasmani merupakan tugas dan tanggung jawab yang besar bagi seorang guru pendidikan jasmani. Adapun hambatan-hambatan yang sering terjadi dalam proses pembelajaran diantaranya seperti kurang harmonisnya

hubungan antar guru, kinerja guru yang kurang maksimal, dan tidak adanya modifikasi dalam pembelajaran. Sehingga minat dan motivasi siswa berkurang untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya senam lantai.

c) Metode

Sanjaya (2011: 126) menyatakan bahwa metode adalah “cara yang digunakan untuk mengimplementasikan rencana yang disusun dalam kegiatan nyata agar tujuan yang ditetapkan dapat tercapai secara maksimal”. Strategi pembelajaran bisa memuat beberapa metode. Sudjana (2005: 76) menyatakan bahwa “metode mengajar merupakan perencanaan secara menyeluruh untuk menyajikan materi pembelajaran secara teratur, tidak ada bagian yang bertentangan, dan hal tersebut berdasarkan pada pendekatan tertentu”.

Sugihartono dkk. (2012: 81) mengatakan bahwa metode mengajar merupakan “suatu cara yang digunakan dalam proses pembelajaran sehingga dapat diperoleh hasil yang optimal”. Metode mengajar merupakan sebuah cara yang berbeda untuk mencapai hasil pembelajaran yang berbeda dibawah kondisi yang berbeda. Hal tersebut mengisyaratkan bahwa pemilihan metode mengajar harus disesuaikan dengan kondisi pembelajaran dan tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

Ada banyak metode metode mengajar dalam pendidikan jasmani salah satunya yaitu spektrum gaya mengajar yang ditemukan oleh muska moston. Muska moston dan Sara Asworth (2008: 1-18) menyebutkan bahwa gaya mengajar dikategorikan menjadi 2, yaitu:

- 1) Gaya Mengajar Langsung
 - a) Gaya Komando
 - b) Gaya Latihan
 - c) Gaya Resiprokal
 - d) Gaya Uji Diri
 - e) Gaya Inklusi
- 2) Gaya Mengajar Tidak Langsung
 - a) Gaya Penemuan Terbimbing
 - b) Gaya Penemuan Sejenis
 - c) Gaya Penemuan Divergen
 - d) Gaya Program yang Didesain Peserta Didik Secara Individu
 - e) Gaya Inisiasi Peserta Didik
 - f) Gaya Mengajar Diri

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa metode mengajar merupakan salah satu strategi atau cara yang digunakan oleh guru dalam kegiatan belajar mengajar untuk menunjang tercapainya tujuan pembelajaran. Semakin tepat metode yang digunakan guru maka pembelajaran dapat terlaksana dengan baik.

d) Kurikulum

Penggunaan kurikulum yang tidak sesuai dengan keadaan pendidikan di Indonesia dan keadaan peserta didik saat ini maka akan menimbulkan kesulitan bagi peserta didik dalam mengikutinya begitu dengan guru/ tenaga pendidik akan sulit untuk menerapkannya.

e) Sarana dan Prasarana

Sarana Prasarana yang kurang lengkap maupun dalam kondisi tidak baik dapat membuat penyajian pelajaran yang tidak baik. Terutama pelajaran yang bersifat praktik, kurangnya alat lapangan akan menimbulkan kesulitan dalam belajar.

f) Lingkungan

Suatu pembelajaran juga dapat di pengaruhi oleh lingkungan dimana siswa tersebut berada, baik dari lingkungan di sekolah maupun di luar sekolah. Lingkungan tersebut dapat berupa relasi dar siswa terhadap orang-orang disekitarnya maupun dari keadaan lingkungan itu sendiri. Menurut Slameto (2013: 66), “siswa yang mempunyai sifat-sifat atau tingkah laku yang kurang menyenangkan teman lain mempunyai rasa rendah diri atau sedang mengalami tekanan batin akan diasingkan dari kelompoknya”. Akibatnya semakin parah masalahnya akan mengganggu belajarnya.

4. Karakteristik Peserta Didik Kelas V 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.

Karakteristik siswa pada masa kanak-kanak akhir (usia 6-11 tahun) menurut Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 105-113) adalah sebagai berikut:

a. Perkembangan Fisik

Pertumbuhan fisik cenderung lebih stabil. Anak menjadi lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat, serta belajar berbagai keterampilan. Keterampilan gerak

mengalami kemajuan pesat, semakin lancar, dan lebih terkoordinasi. Kegiatan fisik sangat perlu untuk mengembangkan kestabilan tubuh dan kestabilan gerak, serta melatih koordinasi untuk menyempurnakan berbagai keterampilan.

b. Perkembangan Kognitif

Kemampuan berpikir ditandai dengan aktivitas-aktivitas mental seperti mengingat, memahami, dan memecahkan masalah. Pengalaman hidupnya memberikan andil dalam mempertajam konsep. Anak mampu mengelompokkan benda-benda yang berbeda.

c. Perkembangan Bahasa

Kemampuan anak terus tumbuh. Anak lebih baik kemampuannya dalam memahami dan menginterpretasikan komunikasi lisan dan tulisan. Anak bicara lebih terkendali dan terseleksi.

d. Perkembangan Moral

Perkembangan moral ditandai dengan kemampuan anak untuk memahami aturan, norma, dan etika yang berlaku di masyarakat. Perkembangan moral terlihat dari perilaku moralnya di masyarakat yang menunjukkan kesesuaian dengan nilai dan norma di masyarakat. Perilaku moral banyak dipengaruhi oleh pola asuh orang tua serta perilaku moral dari orang-orang disekitarnya.

e. Perkembangan Emosi

Emosi memainkan peran yang sangat penting dalam kehidupan anak. Akibat dari emosi ini juga dirasakan oleh fisik anak terutama jika emosi itu kuat dan berulang-ulang. Sering dan kuatnya emosi anak akan merugikan penyesuaian sosial anak.

f. Perkembangan Sosial

Ciri yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya adalah ciri sosialnya. Sejak lahir anak dipengaruhi oleh lingkungan sosial dimana ia berada secara terus menerus. Orang-orang disekitar nyalah yang banyak mempengaruhi perilaku sosialnya. Sejak permulaan hidupnya kehidupan sosial dan emosi selalu terlibat setiap kali anak berhubungan dengan orang lain.

Ciri khas pada anak masa kelas-kelas tinggi sekolah dasar menurut Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 116-117) adalah:

- 1) Perhatiannya tertuju pada kehidupan praktis sehari-hari.
- 2) Ingin tahu, ingin belajar dan realistik.
- 3) Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- 4) Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya disekolah.
- 5) Anak suka membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Sedangkan menurut Sadulloh U, dkk (2011: 141) menjelaskan bahwa: “masa anak-anak (usia 7-12 tahun) adalah masa pencarian pengetahuan sebanyak mungkin. Informasi yang cocok dan hal-hal yang menyangkut uraian tentang dunia nyata akan memukau pada tahap ini. Masa ini adalah masa realistik, dan karena itu komunikasi peserta didik dengan pendidik pada masa ini lebih bersifat stabil”.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang relevan adalah faktor-faktor pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah oleh Arif Priyantoro Tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang faktor-faktor pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah masuk dalam kategori “sangat tinggi”. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, bahwa faktor-faktor Pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah berada pada kategori sangat rendah sebesar 0%, rendah 0%, sedang 3, 125%, tinggi 37,5%, dan sangat tinggi 59,375%.

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

- a. Dengan diketahui faktor-faktor pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah dapat digunakan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah lain.
- b. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam mendukung pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Tahun 2016 pada SD Negeri Se-

Kabupaten Purworejo, Provinsi Jawa Tengah perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan pembelajaran pembelajaran jasmani di sekolah dasar.

c. Guru dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan pembelajaran pendidikan jasmani.

2. Penelitian yang lain adalah identifikasi faktor pendukung siswa kelas atas dalam mengikuti pembelajaran penjasorkes di SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman oleh Suwotono tahun 2015. Permasalahan penelitian adalah SD Negeri Srunen Kecamatan Cankringan Kabupaten Sleman masih kurang akan fasilitassarana dan prasarana untuk kegiatan pembelajaran Penjasorkes. Tujuan penelitian adalah melakukan proses identifikasi dalam hal untuk mengetahui faktor pendukung siswa kelas atas dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian diskriptif. Populasi penelitian adalah siswa kelas atas SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman sebanyak 78 siswa. Instrumen penelitian adalah angket model tertutup sebanyak 35 butir pernyataan. Uji instrumen dengan validitas konstruk. Ujicoba instrumen: keseluruhan 35 butir pernyataan Valid valid semua dan pembuktian reliabilitas telah memenuhi syarat, karena hasil pengujian koefisien reliabilitas di atas koefisien reliabilitas minimal, yaitu $(0,69 > 0,6)$. Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitaif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Identifikasi faktor pendukung siswa kelas atas dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman untuk kategori

“sangat tinggi” sebanyak 10 siswa atau sebesar 12,82%; kategori “tinggi” sebanyak 16 siswa atau sebesar 20,51%; kategori “sedang” sebanyak 28 siswa atau sebesar 35,90%; kategori “rendah” sebanyak 18 siswa atau sebesar 23,07%; kategori “sangat rendah” sebanyak 6 siswa atau sebesar 7,70%. 2) faktor intern(jasmani dan psikologi) paling mendukung siswa kelas atas dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman dengan persentase 53,70%. Selanjutnya faktor ekstern (sekolah, guru, dan kurikulum pembelajaran) juga turut mendukung siswa atas dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SD Negeri Srunen Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman dengan persentase sebesar 46,30%.

C. Kerangka Berpikir

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani terdapat banyak faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Khususnya, dalam proses pembelajaran senam lantai siswa sangat ditentukan oleh faktor internal yang berasal dari tiap-tiap individu (siswa) yang terdiri dari faktor jasmani, psikologis dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor sarana prasarana dan relasi. Proses belajar dapat berjalan dengan baik dan lancar apabila faktor-faktor tersebut diterapkan.

Salah satu cara pemecahan masalahnya guru harus mengetahui faktor yang mempengaruhi dan mendukung proses pembelajaran penjasorkes khususnya pembelajaran senam ketangkasan yang dapat membantu siswa dalam pembelajaran. Hal tersebut dapat digunakan sebagai pertimbangan untuk menentukan tindak lanjut dari guru pendidikan jasmani dalam rangka memilih

metode dan strategi yang tepat agar peserta mudah menerima, bersemangat dan termotivasi untuk mengikuti materi pembelajaran senam ketangkasan.

Untuk mengetahui faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam ketangkasan dalam penjasorkes siswa kelas V SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Dibutuhkan suatu pertanyaan, yaitu dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir di atas dapat ditarik pertanyaan penelitian ini, yaitu: “Faktor-Faktor Apa Saja Yang Mendukung Keberhasilan Pembelajaran Senam ketangkasan Peserta Didik di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo?”.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif tentang faktor-faktor pendukung pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates, Kulon Progo. Penelitian Deskriptif yaitu suatu penelitian yang berusaha mendiskripsikan suatu fenomena/peristiwa secara sistematis sesuai dengan adanya (Nyoman Dantes, 2012: 51).

Metode kualitatif sendiri menurut Moelong (2007: 6) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian (misalnya perilaku, persepsi, motivasi, dan lain-lain) secara holistik dengan mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata pada konteks khusus yang alamiah. Penelitian kualitatif bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang sifatnya umum terhadap kenyataan sosial dari perspektif partisipan. Pemahaman tersebut didapatkan setelah melakukan analisis terhadap fokus penelitian untuk selanjutnya di tarik kesimpulannya.

Penelitian ini akan berupa data yang nantinya akan dituangkan dalam bentuk deskriptif kualitatif yang berupa laporan serta uraian tentang faktor-faktor yang mendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Perolehan data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik wawancara dan observasi pada subjek penelitian. Menurut moelong (2007: 186) Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan narasumber yang memberikan jawaban atas pertanyaan.

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk mengetahui hal-hal yang akan diteliti dari responden secara mendalam.

Nasution (Sugiyono, 2009: 310) menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data diperoleh dengan menggunakan indra manusia. Observasi ini dilakukan pencatatan secara sistematis, logis, objektif, dan rasional. Teknik pengumpulan data dengan observasi ini digunakan penelitian yang berusaha mencari data sebanyak-banyaknya terhadap subjek yang diteliti yaitu faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.

B. Setting Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2020.

C. Subjek Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian populasi, maka peneliti akan meneliti seluruh anggota populasi yang ada. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono 2009:80). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Gadingan Wates dengan jumlah subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 29 siswa kelas V dengan jumlah siswa putra 16, putri 13.

D. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Menurut Arikunto dalam Kusumawati (2015: 103) metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya, sedangkan instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah lebih mudah diolah. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan adalah wawancara mendalam sehingga penelitilah yang akan menjadi instrumennya dibantu dengan pedoman wawancara dan pedoman observasi serta dokumentasi

a. Observasi

Nasution (Sugiyono, 2009: 310) menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data diperoleh dengan menggunakan indera manusia. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi non partisipan. Observasi non partisipan adalah observasi yang tidak melibatkan peneliti dengan kegiatan sehari-hari orang yang diamati atau yang digunakan sebagai sumber penelitian. Peneliti hanya sebagai pengamat *independen* yang mencatat, menganalisis, dan membuat kesimpulan tentang faktor-faktor yang menjadi pengaruh keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Pada teknik ini peneliti dengan panduan observasi mengamati beberapa aspek berkaitan dengan pertanyaan penelitian yang telah dikembangkan pada bab sebelumnya, yaitu mengamati pelaksanaan proses pembelajaran, sikap atau tingkah laku peserta didik pada saat pembelajaran.

Tabel 2. Kisi-kisi Pedoman Observasi

No	Aspek yang diamati	Indikator yang dicari	Sumber
1.	Observasi fisik/lingkungan sekolah	Letak dan alamat sekolah	Observasi
		Keadaan sekolah	
		Sarana dan prasarana sekolah	
		Kondisi lingkungan sekolah	
2.	Observasi kegiatan	Suasana pembelajaran senam ketangkasan	Observasi
		Pelaksanaan pembelajaran	
		Faktor pendukung pembelajaran	

b. Wawancara

Moleong (2007: 186) menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan narasumber yang memberikan jawaban atas pertanyaan. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk mengetahui hal-hal yang akan diteliti dari responden secara mendalam berkaitan dengan faktor-faktor yang menjadi pengaruh keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo.

Dalam penelitian ini batasan penelitian adalah faktor apa saja yang mempengaruhi pembelajran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Peneliti menyidik bahwa faktor yang mempengaruhi keberhasilan peserta didik diantaranya adalah faktor fisik, faktor psikis, faktor guru, faktor sarpras, dan faktor lingkungan

Wawancara Mendalam

Adapun bentuk dari proses pengumpulan data adalah sebagai berikut:

- 1) Tujuan: Untuk mengetahui secara mendalam mengenai keadaan lingkungan sekitar dan juga mencari data informasi yang bersumber dari guru PJOK dan peserta didik.
- 2) Alat dan fasilitas:
 - a) Alat perekam (HP)
 - b) Buku catatan dan alat tulis
- 3) Petugas: Peneliti sendiri.
- 4) Menyusun pedoman pelaksanaan.
 - a) Membuat pedoman wawancara yang sederhana.
 - b) Peneliti melakukan pendekatan terhadap sampel yang akan diteliti.
 - c) Memulai melakukan wawancara mendalam dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang mendekati objek dengan peneliti, hindari pertanyaan yang langsung menjurus kepada objek penelitian.
 - d) Jika memungkinkan dapat melakukan 2 kali wawancara, yang pertama adalah pendekatan, yang kedua adalah inti pelaksanaan.
- 5) Penilaian atau pengambilan kesimpulan:
 - a) Dari hasil wawancara dibuat transkrip untuk selanjutnya dilakukan reduksi data.
 - b) Selanjutnya mencari kesimpulan dari hasil data wawancara setelah didapatkan jawaban pertanyaan yang ada.

Tabel 3. Pedoman Wawancara Peserta Didik

No	Faktor	Indikator	Pertanyaan
1.	Faktor Internal	a. Fisik	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? 2) Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan? 3) Apakah anda pernah mengalami cedera? 4) Apakah anda merasakan gemetar? 5) Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?
		b. Psikis	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? 2) Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik? 3) Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?
2.	Faktor Eksternal	a. Guru	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung? 2) Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?
		b. Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan? 2) Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?
		c. Sarpras	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?
		d. Lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1) Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?

Tabel 4. Pedoman Wawancara Guru

No	Subjek	Pertanyaan
1.	Guru	a. Adakah kesulitan yang anda hadapi saat melaksanakan pembelajaran senam ketangkasan? b. Jika ada mengapa anda mengalami kesulitan saat proses pembelajaran senam ketangkasan?
		c. Bagaimana cara anda untuk mengatasi kesulitan yang anda hadapi tersebut? d. Bagaimana cara anda sebagai guru PJOK mengemas materi pembelajaran sehingga peserta didik merasa tertarik an senang? e. Menurut pandangan ibu, bagai mana kondisi lingkungan SD Negeri Gadingan ? f. Untuk sarana dan prasarana yang ada di Sekolah bagaimana ?
2.	Peserta Didik	a. Terkait dengan peserta didik, adakah motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? b. Bagaimana kemampuan peserta didik dalam megikuti pembelajaran senam ketangkasan? c. Apakah ada kendala yang ditemui peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? d. Jika ada kendala, mengapa kendala tersebut bias muncul pada pembelajaran senam ketangkasan? e. Adakah solusi yang anda berikan untuk mengatasi kendala tersebut? f. Adakah keluhan pembelajaran senam ketangkasan?dari peserta didik setelah mengikuti

c. Dokumentasi

Arikunto (2005: 206) mengemukakan bahwa dokumentasi adalah metode dalam mencari data berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, *legger*, agenda program sekolah, jadwal pelajaran, dan sebagainya. Dokumentasi dalam kegiatan penelitian ini dilakukan untuk mendukung kelengkapan data dari hasil pengamatan dan hasil wawancara yang telah dilakukan. Data dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa nilai pembelajaran senam peserta didik pada saat pembelajaran senam ketangkasan dan dokumentasi pada saat pengambilan data wawancara di SD Negeri Gadingan.

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan triangulasi data guna memperbanyak data yang diperoleh dengan kredibilitas yang baik. Triangulasi sendiri menurut (Sugiyono 2009: 330) diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan dan sumber data yang ada. Pada triangulasi ada dua macam yaitu triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Triangulasi teknik berarti menggabungkan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Sedangkan triangulasi sumber yaitu menggabungkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama.

Sumber data pada penelitian kali ini adalah dengan melakukan observasi partisipatif, wawancara mendalam dan dokumentasi. Dengan menggabungkan ketiganya dapat memperoleh data yang kredibel atau dapat dipercaya, jika dari ketiga proses tersebut diperoleh data yang sama maka hasil penelitiannya dianggap kredibilitasnya tinggi.

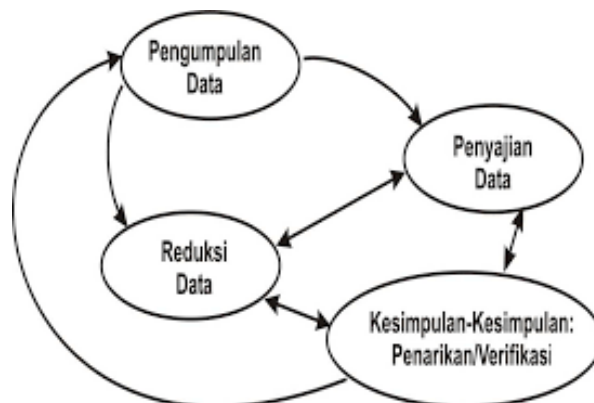
Observasi partisipatif yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah dengan terjun langsung mengajar dalam pembelajaran senam ketangkasan selama satu bulan pada setiap jadwal pelajaran penjas kelas V sehingga peneliti bisa dikatakan mengetahui dan merekamnya.

Wawancara mendalam dilakukan dengan melakukan wawancara beberapa kali dengan subjek penelitian, pada penelitian ini peneliti melakukan 2 kali wawancara pada peserta didik kelas V dan guru PJOK. Selain melakukan wawancara pada peserta didik, peneliti juga melakukan crosscheck mengenai hasil wawancara dengan guru PJOK guna memperoleh data yang dapat dipercaya.

Dokumentasi dilakukan dengan mencari dokumen-dokumen berkaitan dengan pembelajaran senam seperti daftar nilai dan sarana prasarana pendukung pembelajaran.

E. Teknis Analisis Data

Bogdan dan Biklen (Moleong, 2007: 248) menyatakan bahwa analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan dengan mengorganisasikan data, memilih-milih menjadi kesatuan, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menentukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, serta memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain. Sugiyono (2009: 245) menyatakan dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data. Miles & Huberman (Sugiyono, 2009: 246-253) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*. Langkah-langkah analisis ditunjukkan pada gambar berikut.



Gambar 5. Komponen dalam Analisis Data (*Interactive Model*)

Sumber: Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009: 338)

Analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data

Data yang diperoleh di lapangan dikumpulkan dan dicatat kemudian dari data yang diperoleh dideskripsikan. Selanjutnya dibuat catatan refleksi yaitu catatan yang berisi komentar, pendapat atau kesimpulan peneliti atas data yang diperoleh dari lapangan.

2. Reduksi Data

Data yang diperoleh dari lapangan masih bersifat kompleks, rumit dan banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Data yang diperoleh harus segera dianalisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Yang direduksi adalah data dari hasil wawancara dengan peserta didik dan guru PJOK. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan memudahkan peneliti.

3. Penyajian Data

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya. Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009: 249) menyatakan bahwa yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

4. Penarikan Kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan. Data yang sudah disajikan dipilih yang penting kemudian dibuat kategori.

F. Uji Keabsahan Data

Triangulasi merupakan teknik untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data dengan sumber yang sama dengan teknik yang berbeda yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi (Sugiyono, 2009: 274). Apabila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbedabeda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar. Peneliti menggunakan triangulasi sumber dengan mengecek data yang telah diperoleh melalui hasil observasi, wawancara dengan peserta didik dan guru PJOK di SD Negeri Gadingan Wates serta beberapa dokumentasi saat pembelajaran.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Profil SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo

Sekolah Dasar Negeri Gadingan merupakan sekolah dasar umum yang didirikan pada tahun 1976. SD Negeri Gadingan adalah sekolah yang berdomisili dan beralamatkan di Yogyakarta, tepatnya di Durungan, Wates, Wates, Kulon Progo. SD Negeri Gadingan sudah menerapkan kurikulum 2013 sehingga pembelajaran di SD Negeri Gadingan berlangsung 5 hari (*Fullday*) dan SD Negeri Gadingan terakreditasi A. Lebih detailnya dijelaskan pada uraian dibawah sebagai berikut:

a. Identitas Sekolah

Nama Sekolah	: SD Negeri Gadingan
NIS/NPSN	: 100250/20403097
NSS	: 101040401031
Alamat	: Durungan
Kode Pos	: 55611
Desa/Kelurahan	: Wates
Kecamatan	: Wates
Kabupaten/Kota	: Kulon Progo
Provinsi	: Prov. D.I. Yogyakarta
Status Sekolah	: Negeri
Waktu Penyelenggaraan	: Pagi/ 5hari (<i>fullday</i>)
Kurikulum	: Kurikulum 2013
Akreditasi Sekolah	: A
Tahun Pendirian Sekolah	: 1776

Di SD Negeri Gadingan terdapat 6 ruangan kelas, 1 ruang kepala sekolah, dan 1 ruang guru. Di SD Negeri Gadingan ini juga memiliki 1 ruang perpustakaan, 2 ruang UKS, 1 gudang olahraga, dan 1 kantin sekolah yang tempatnya saling berdekatan. Halaman SD Negeri Gadingan bisa dikatakan cukup luas yang dimanfaatkan untuk membuat lapangan gobak sodor, lapangan bulutangkis, lapangan basket, dan juga Aula yang cukup luas guna untuk menunjang fasilitas pembelajaran olahraga di sekolah. SD Negeri Gadingan juga mempunyai satu buah mushola yang terletak di pojok utara bagian sekolah, SD Negeri Gadingan juga memiliki kamar mandi sebanyak 4 ruang kamar mandi, dimana 2 kamar mandi digunakan untuk guru dan 2 kamar mandi digunakan untuk peserta didik. Untuk parkir guru dan peserta didik yang membawa sepeda berada di dalam lingkungan sekolah tepatnya di bagian timur, karena rata-rata rumah peserta didik berdekatan dengan letak SD Negeri Gadingan sehingga mayoritas peserta didik berjalan kaki dan bersepeda ketika hendak berangkat sekolah, dan ada beberapa siswa yang diantar oleh orang tuanya.

b. Data Pegawai

Tenaga pengajar di SD Negeri Gadingan sebagian besar merupakan PNS. Jumlah guru saat ini ada 12 (termasuk karyawan), dengan penjabaran 10 Guru berstatus Pegawai Negeri Sipil, 1 Tenaga Administrasi berstatus Pegawai Negeri Sipil, 1 Karyawan berstatus Honorer. Sebagai gambaran umum, data pegawai SD Negeri Gadingan, Wates, Kulon Progo disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 5. Data Pegawai SD Negeri Gadingan

No.	Nama	NIP	L/P	Jabatan
1.	Cicilia Sriningsih, S.Pd.	19641115 198703 1 007	P	Kepala Sekolah
2.	Hari Kuntoro, S.Pd.	19630903 198403 2 008	L	Wali Kelas VI
3.	Rini Astuti, S.Pd.	19820812 201406 2 004	P	Wali Kelas V
4.	Suhartini, S.Pd.SD	-	P	Wali Kelas IV
5.	Mulya Wati F., S.Pd.	19901213 201406 2003	P	Wali Kelas III
6.	Fajri Susanti, S.Pd.	19820719 201406 2 001	P	Wali Kelas II
7.	Istinganah, S.Pd.	19701124 200501 2 004	P	Wali Kelas I
8.	Sumilah, S.Pd.	19630903 198403 2 008	P	Guru PJOK
9.	Trias Anggasari, S.Pd.	-	P	Guru Tari dan TPA
10.	Indah Sulistyawati, S.Pd.	19750312 200604 2 012	P	GPK
11.	Arin Yuliani	-	P	Tenaga Administrasi
12.	Ageng Wibowo Budi P	-	L	Penjaga sekolah

c. Jumlah Siswa

SD Negeri Gadingan menyediakan banyak kelas dengan kapasitas masing-masing berkisar 27-30 siswa. Adapun jumlah keseluruhan siswa adalah 164 siswa (88 siswa perempuan dan 76 siswa laki-laki). Secara lebih detail deskripsi jumlah siswa per-kelas disajikan dalam bentuk table sebagai berikut:

Tabel 6. Jumlah Siswa SD Negeri Gadingan Tahun 2019/2020

NO	Nama Kelas	2019/2020			Jumlah Rombel
		L	P	Jumlah	
1.	Kelas I	13	15	28	1
2.	Kelas II	8	14	22	1
3.	Kelas III	10	16	26	1
4.	Kelas IV	14	12	26	1
5.	Kelas V	15	15	30	1
6.	Kelas VI	16	16	32	1
JUMAH		76	88	164	6

d. Kondisi Fisik Sekolah

Sekolah SD Negeri Gadingan berada di Durungan, Wates, Wates, Kulon

Progo. Sekolah ini memiliki luas tanah 1852 m² dan luas bangunan 909.35 m² merupakan sekolah dengan fasilitas yang cukup baik serta mendukung pengembangan serta peningkatan kompetensi siswa dibidang akademik maupun non-akademik. Batas-batas SD Negeri Gadingan adalah sebagai berikut:

- 1) Sebelah timur sekolah kompleks pemakaman desa
- 2) Sebelah utara berbatasan dengan bangunan TK dan perkampungan warga
- 3) Sebelah barat komplek perkampungan warga
- 4) Sebelah selatan komplek perkampungan warga

e. Sarana dan Prasarana di Sekolah

SD Negeri Gadingan memiliki sarana dan prasarana sebagai pendukung kegiatan belajar mengajar sebagai berikut:

Tabel 7. Prasarana SD Negeri Gadingan

No	Nama Prasarana		
	Jenis	Jumlah	Kondisi
1.	Ruang Kepala Sekolah	1	Baik
2.	Ruang Wakil Kepala	1	Baik
3.	Ruang Kantor Guru	1	Baik
4.	Ruang Karyawan Tata	1	Baik
5.	Ruang Perpustakaan	1	Baik
6.	Ruang UKS	1	Baik
7.	Halaman Parkir	1	Baik
8.	Halaman Parkir Sepeda	1	Baik
9.	Mushola	1	Baik
10.	Ruang Kelas Belajar	6	Baik
11.	Ruang Kelas Belajar Sumber	1	Baik
12.	Ruang Kantin	1	Baik
13.	Kamar Kecil Guru	2	Baik
14.	Kamar Kecil Siswa	2	Baik
15.	Kamar Kecil ABK	1	Baik
16.	Lapangan Basket	1	Baik
17.	Ruang Dapur Umum	1	Baik
18.	Ruang Peralatan	1	Baik
19.	Gudang Sekolah	2	Baik

Tabel 8. Sarana SD Negeri Gadingan

No	Nama Sarana		Kondisi			
	Jenis	Jumlah	Baik	Rusak		
				Ringan	Sedang	Berat
1.	Meja Guru	20	20	-	-	-
2.	Kursi Guru	15	15	-	-	-
3.	Meja Siswa	225	225	-	-	-
4.	Kursi Siswa	225	225	-	-	-
5.	Papan Tulis	10	10	-	-	-
6.	Alat Peraga IPA	5	5	-	-	-
7.	LCD + Screen + sound	3	3	-	-	-
8.	Komputer	5	5	-	-	-
9.	Komputer (Administrasi)	1	1	-	-	-
10.	Printer	3	3	-	-	-

2. Deskripsi Subjek

Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas V SD Negeri Gadingan , subjek ini didapatkan melalui observasi kegiatan pembelajaran dan juga melihat nilai KKM yang didapatkan peserta didik, dimana sebagian besar peserta didik ini mampu mendapatkan nilai di atas KKM yang telah ditentukan. Alasan memilih kelas atas sebagai subjek penelitian adalah pembelajaran senam ketangkasan yang tercantum di KI dan KD adalah peserta didik kelas atas, disamping itu juga peserta didik kelas atas juga lebih mudah untuk dikondisikan, diberi arahan, dan jarang yang merasa malu ketika diwawancarai. Guru PJOK berperan sebagai *key informan* atau triangulasi data pada penelitian ini.

3. Deskripsi Waktu Penelitian

Penelitian ini dimulai pada bulan Agustus tanggal 1 sampai dengan bulan Agustus tanggal 20 tahun 2020 atau kurang lebih selama dua minggu yang dilaksanakan di SD Negeri Gadingan Kabupaten Kulon Progo. Penelitian dilakukan dalam rentang waktu dua minggu karena sesuai dengan surat ijin penelitian dari fakultas dan juga surat ijin Penelitian dari Pemda DIY. Selain berdasarkan surat ijin penelitian, waktu penelitian juga menyesuaikan dengan kondisi dan situasi lokasi atau tempat yang dijadikan sebagai objek penelitian baik itu dari segi kesibukan guru penjas, Mencari waktu yang tepat pada program semester materi senam ketangkasan untuk peserta didik yang disusun disekolan, dan juga peneliti sendiri. Dengan mengambil rentang waktu selama dua bulan diharapkan penelitian ini dapat selesai secara tepat waktu. Selain itu juga menyesuaikan waktu yang tepat akibat terjadinya Pandemi COVID-19 yang terjadi di seluruh dunia. Pandemi COVID-19 ini mengakibatkan seluruh Sekolah yang ada di Indonesia di ubah menjadi system belajar ONLINE. Hal ini menyebabkan tidak bisa nya dilakukan wawancara langsung terhadap peserta didik.

Waktu penelitian ini terdiri dari beberapa tahap diantaranya, pengambilan data melalui wawancara dengan guru PJOK, wawancara untuk peserta didik, dan observasi partisipatif senam ketangkasan yang dilaksanakan ketika melakukan Praktik Lapangan Persekolahan. Adapun waktu observasi partisipatif dilaksanakan pada saat melakukan Praktik Lapangan Persekolahan (PLP) pada bulan Juli-Agustus 2019. Wawancara tersebut dilakukan dengan cara peneliti memberikan selebaran wawancara, yang selanjutnya di isi oleh peserta didik

dirumah masing-masing. Semua waktu pengambilan data dan penelitian menyesuaikan dengan situasi dan kondisi baik dari objek penelitian, subjek penelitian, maupun peneliti sendiri, sehingga dalam waktu pengambilan data penelitian terdapat waktu yang berbeda-beda.

4. Penyajian Data

Pada bahasan ini, peneliti akan menyajikan data terkait hasil dari wawancara yang diberikan kepada peserta didik kelas atas terhadap pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo. Hasil wawancara dilakukan dengan 29 peserta didik yang mengikuti pembelajaran senam ketangkasan sehingga mempengaruhi hasil belajar peserta didik yang mampu mencapai nilai KKM yang telah ditentukan, Hasil wawancara terbuka, secara rinci hasilnya dipaparkan sebagai berikut:

a. Faktor Internal

- 1) Indikator Fisik. Dari 29 peserta didik, semuanya menyatakan bahwa mereka merasa nyaman dan tubuhnya bugar sehingga mampu untuk melakukan gerakan-gerakan dalam pembelajaran senam ketangkasan.
- 2) Indikator Psikis. Dari 29 peserta didik, ada 4 peserta didik menyatakan kurang tertarik dengan pembelajaran senam ketangkasan. Sedangkan 25 peserta didik menyatakan tertarik dengan pembelajaran senam ketangkasan. Hal tersebut dikarenakan peserta didik merasa percaya diri mereka dikarenakan banyak temannya dan juga motivasi dari guru.

b. Faktor Eksternal

- 1) Indikator Guru. Dari 29 peserta didik semuanya menyatakan bahwa

guru selalu memberi motivasi ketika pembelajaran berlangsung.

- 2) Indikator Materi. Dari 29 peserta didik, ada 4 peserta didik yang menyatakan materi yang diajarkan kurang menyenangkan, sedangkan 25 peserta didik menyatakan materi yang diajarkan menyenangkan..
- 3) Indikator Sarpras. Dari 29 peserta didik semuanya menyatakan sarana atau prasarana yang ada di SD Gadingan sangat baik karena masih baru sehingga nyaman untuk digunakan.
- 4) Indikator Lingkungan. Dari 29 peserta didik semuanya menyatakan lingkungan pembelajaran nyaman karena jauh dari jalan raya dan juga jarang terganggu oleh kelas lain ketika istirahat KBM.

Hasil wawancara dengan peserta didik dan guru sebagai key informan, secara rinci disajikan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa peserta didik merasakan tubuhnya menjadi bugar dan menjadi enak untuk digerakan sesudah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan. Seperti yang diungkapkan oleh peserta didik yang bernama ZN ketika ditanya apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan tubuh anda menjadi nyaman untuk digerakan?. Menyatakan bahwa :

“Iya, tubuh menjadi lentur dan menjadi bugar”

Ditambah hasil wawancara dengan peserta didik VD, menyatakan:

“iya, karena badan kita itu bisa sehat dan enak digerakan”

Begitu juga dengan peserta didik AL, menyatakan :

“iya, semakin kita rutin melakukan senam ketangkasan maka otot kita semakin kuat dan lentur”

Sedangkan peserta didik AR, menyatakan:

“iya, karena tubuh menjadi ringan”

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan guru PJOK, bahwa:

“Setelah melakukan senam ketangkasan peserta didik selalu menyatakan bahwa tubuhnya menjadi enak, bugar, dan nyaman untuk melakukan kegiatan/ pelajaran selanjutnya”

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa peserta didik merasa tertarik dan senang dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan karena beberapa hal. Seperti yang diungkapkan oleh peserta didik, yaitu MRAH ketika ditanya tertarik tidak dengan pembelajaran senam ketangkasan?, menyatakan bahwa:

“tertarik, saya sangat tertarik mengikuti senam ketangkasan”

Ditambah hasil wawancara dengan peserta didik CAP, menyatakan:

“Tertarik, karena membuat badan sehat”

Sama halnya dengan peserta didik LA, menyatakan:

“iya, karena asik”

Begitu juga dengan peserta didik ZSA, menyatakan:

“tertarik, karena banyak teman”

Sedangkan peserta didik MR, menyatakan:

“iya, karena kita bias sehat”

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan guru PJOK, bahwa :

“untuk materi sendiri kami selaku guru PJOK mengemas materi senam ketangkasan semenarik mungkin, dengan materi yang menarik siswa menjadi tertarik sehingga pembelajaran senam ketangkasan bisa dilaksanakan dengan lancar dan peserta didik merasa senang”

Berdasarkan hasil wawancara diatas, menunjukan bahwa penyebab berhasilnya pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan salah satunya disebabkan oleh faktor internal indikator psikis dimana peserta didik tertarik dan merasa senang dengan pembelajaran senam ketangkasan, peserta

didik merasa tertarik dengan materi yang diberikan oleh guru PJOK dan senam ketangkasan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa penyebab berhasilnya pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan salah satunya disebabkan oleh faktor eksternal yaitu faktor dari Guru. Peran guru sangat berpengaruh terhadap keberhasilan suatu pembelajaran, seperti memberikan motivasi kepada peserta didik. Seperti yang diungkapkan oleh peserta didik FR ketika ditanya “apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?” menyatakan bahwa :

“ya, buguru selalu memberi motivasi”

Ditambah hasil wawancara dengan peserta didik AMR, menyatakan :

“selalu, buguru selalu memberikan motivasi ”

Sedangkan peserta didik AP, menyatakan :

“iya, agar kita bersemangat dan bisa”

Begitu juga dengan peserta didik ALH, menyatakan:

“iya, agar murid lebih paham dan bersemangat dalam mengikuti senam ketangkasan”

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan Guru PJOK, bahwa:

“saya sebagai guru selalu memberikan motivasi kepada murid saya agar murid saya selalu bersemangat mengikuti materi pembelajaran dan mampu melakukan materi yang saya ajarkan”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa penyebab berhasilnya pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan salah satunya disebabkan oleh faktor eksternal yaitu materi pembelajaran. Materi yang menyenangkan dan tidak mempersulit peserta didik mampu mempermudah suatu pembelajaran, seperti yang diungkapkan oleh peserta didik SAR saat ditanyakan “apakah materi pembelajaran senam ketagkasan yang

diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?”, menyatakan bahwa:

“tidak, karena mudah dipahami”

Ditambah hasil wawancara dengan MRW, menyatakan:

“tidak, karena senam ketangkasan tubuh kita sehat”

Lain hal dengan peserta didik DNA, menyatakan:

“tidak, mudah dipahami”

Begitu juga dengan peserta didik VD, menyatakan:

“tidak, karena sangat mudah”

Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan guru PJOK, bahwa:

“untuk materi sendiri kami selaku guru PJOK mengemas materi senam ketangkasan semenarik mungkin, dengan materi yang menarik siswa menjadi tertarik sehingga pembelajaran senam ketangkasan bisa dilaksanakan dengan lancar dan peserta didik merasa senang”

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik menunjukkan bahwa penyebab berhasilnya pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan salah satunya faktor eksternal yaitu sarana pembelajaran. karena sarana berpengaruh untuk keberlangsungan proses pembelajaran senam ketangkasan, dengan sarana yang lengkap dan bagus mampu mendukung keberlangsungan proses pembelajaran, seperti halnya yang dikatakan oleh peserta didik FR ketika ditanya “apakah sarana prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?”, menyatakan bahwa:

“Ya, sarana yang digunakan senam ketangkasan sangat nyaman”

Ditambah hasil wawancara dengan peserta didik MM, menyatakan :

“Sarananya masih enak digunakan”

Begitu juga dengan peserta didik RRS, menyatakan:

“Sangat nyaman karena masih bagus”

Sementara peserta didik ZJD, menyatakan:

“Iya, karena sangat lengkap sarananya”

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara dari guru PJOK, bahwa :

“Sarana di SD gadingan memang masih bagus dan lengkap untuk senam ketangkasan, dengan sarana yang lengkap dan masih

bagus tidak mengganggu pergerakan peserta didik saat melakukan gerakan senam ketangkasan dan senam lainnya”

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik menunjukkan bahwa faktor eksternal yaitu lingkungan berpengaruh untuk keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan peserta didik kelas V di SD Negeri Gadingan, lingkungan yang nyaman dan menyenangkan sangat mendukung untuk proses pembelajaran. Seperti halnya yang dikatakan oleh peserta didik IIPJ saat ditanya “apakah lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?”, menyatakan:

“Iya, karena nggak begitu ramai”

Peserta didik AP juga menyatakan:

“Iya sangat menyenangkan”

Begitu juga dengan peserta didik ALH, menyatakan:

“Ya, lingkungannya sangat mendukung untuk senam”

Sama halnya peserta didik AR, menyatakan:

“Lingkungannya sangat enak”

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara dari guru PJOK, bahwa:

“Untuk lingkungan di SD Negeri Gadingan sendiri mendukung untuk melakukan senam ketangkasan dengan pembelajaran diluar ruangan yang tidak panas karena tertutup lebatnya pohon-pohon menambah kenyamanan untuk melakukan pembelajaran senam ketangkasan dan juga pembelajaran lainnya”

Guru PJOK di SD Negeri Gadingan kadang masih merasa kesulitan dalam mengajarkan pembelajaran senam ketangkasan, hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor. Selain itu guru juga memberikan solusi untuk mengatasi kekurangannya tersebut seperti hasil wawancara berikut:

“Saya kadang merasa kesulitan memberi contoh pada saat materi senam seperti meroda/ roll depan belakang, saya tidak bisa memberikan contoh langsung”

“Selama dalam pembelajaran selalu memberikan motivasi agar anak semangat untuk mengikuti pembelajaran, saya juga meminta bantuan

peserta didik yang sudah bisa untuk menampilkan di depan peserta didik lainnya sembari saya memberikan arahan kepada peserta didik tersebut”

Guru PJOK SD Negeri Gadingan juga mengatakan ada kendala yang dihadapi oleh peserta didik namun guru PJOK tersebut mempunyai solusi untuk mengantisipasi kenadala tersebut, hal itu dikatakan dalam wawancara berikut:

“Kadang kala, suatu missal roll belakang karena sulit untuk membalikan tubuhnya”.

“Kendalanya muncul pada materi tertentu, missal roll belakang pada awalnya yang 1 takut yang 2 belum tahu cara membalik tubuhnya”.

“Solusi yang saya berikan adalah , agar anak mau berlatih terus selalu diberikan motivasi dan juga contoh dari teman-temannya yang sudah bisa melakukannya”.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, dengan usia yang sudah tua sebenarnya guru PJOK sudah memaksimalkan kemampuannya dalam mengajar materi senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan, dengan memberi bantuan dan motivasi agar peserta didik mau untuk mencoba walaupun guru tidak selalu memberikan contoh kepada peserta didiknya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik di SD Negeri Gadingan Kabupaten Kulon Progo dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesuksesan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 9. Kesimpulan Hasil Wawancara

No	Faktor	Kesimpulan Hasil Wawancara
1	Faktor Internal	
	Fisik	<p>a. Dengan fisik yang bugar memudahkan peserta didik untuk melakukan gerakan senam ketangkasan, karena tubuh yang bugar mempengaruhi kelenturan peserta didik untuk mengikuti gerakan senam ketangkasan</p> <p>b. Peserta didik merasa nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, seperti badan menjadi lentur dan tidak mudah pegal-pegal.</p> <p>c. Sebagian besar peserta didik, menyatakan bahwa senam ketangkasan membuat tubuhnya menjadi bugar.</p>
	Psikis	<p>a. Sebagian besar peserta didik menyatakan mereka tertarik untuk mengikuti proses pembelajaran senam ketangkasan.</p> <p>b. Peserta didik juga merasakan senang dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.</p> <p>c. Dari 29 peserta didik, hanya sebagian peserta didik yang menyatakan tidak tertarik dengan pembelajaran senam ketangkasan dan juga merasa panik, dan tidak percaya diri. Hal tersebut dikarenakan peserta didik takut mengalami cedera.</p>
	Faktor Eksternal	
	Guru	Sebagian besar siswa menyatakan bahwa guru jarang memberi contoh, tetapi guru memberi motivasi dan semangat kepada peserta didik ketika pembelajaran berlangsung.
	Materi	Sebagian besar peserta didik menyatakan bahwa materi yang diajarkan sangat menyenangkan dan juga menarik sehingga peserta didik merasa tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.
	Sarana	Sarana yang ada di SD Negeri Gadingan masih sangat bagus seperti baru sehingga peserta didik merasa nyaman untuk melakukan gerakan senam ketangkasan.
	Lingkungan	Seluruh peserta didik menyatakan bahwa lingkungan pembelajaran di SD Negeri Gadingan sangat nyaman dan juga enak untuk proses pembelajaran.

B. Pembahasan

Menurut Dendy Sugono,dkk (2008:387) “Faktor adalah hal (kedaan, peristiwa) yang ikut menyebabkan terjadinya sesuatu”. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan adalah faktor internal dan eksternal peserta didik. menurut Slameto (2013: 54) belajar dapat dipengaruhi dua hal yaitu faktor Intern dan faktor Ektern, dimana faktor internal indikator fisik ialah tubuh yang bugar dan juga bentuk tubuh ideal dengan kelenturan yang berbeda-beda, dengan tubuh yang bugar menjadikan peserta didik nyaman untuk melakukan senam ketangkasan hal ini dikatakan oleh peserta didik ketika melakukan wawancara dengan peserta didik. Faktor lainnya yang menjadi pengaruh keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan yaitu faktor internal indikator psikis, dengan mengemas materi sebgus mungkin mampu menambah antusias peserta didik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, karena materi juga berpengaruh untuk keberlangsungan pembelajaran, dengan materi yang asik dan tidak memper sulit peserta didik, maka pembelajaran akan berlangsung lancar dan mudah dipahami oleh peserta didik. Dengan kemasan materi yang menarik dan juga asik mampu meminimalisir rasa ketakutan dan cemas dari peserta didik pada saat melakukan senam ketangkasan.

Faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan yang lain adalah faktor eksternal yaitu faktor guru, materi, sarana dan lingkungan. Peran guru sangat berpengaruh bagi kesuksesan suatu pembelajaran, menurut Hamka A.Aziz (2013: 20) guru adalah “profesi dimana

seseorang menanamkan nilai-nilai kebajikan kedalam jiwa manusia”. Dengan guru yang pintar dan mampu memahami peserta didiknya, kemungkinan besar tujuan dari pembelajaran itu dapat tercapai dengan mudah. Guru harus selalu mensupport peserta didiknya dengan contoh memberikan motivasi kepada peserta didiknya agar selalu semangat mengikuti pembelajaran. Guru tidak boleh sedikit pun merendahkan atau membuat down peserta didiknya. Faktor materi juga berpengaruh bagi keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan. Sugihartono dkk. (2012: 81) mengatakan bahwa metode mengajar merupakan “suatu cara yang digunakan dalam proses pembelajaran sehingga dapat diperoleh hasil yang optimal”. Guru harus mampu memilih metode pengajaran dan juga mengemas materi yang diajarkan menjadi materi yang asik, menyenangkan dapat membuat peserta didik tertarik dengan pembelajaran senam ketangkasan, peserta didik pun tidak merasa ketakutan untuk mengikuti materi senam ketangkasan. Dengan materi yang asik dan menyenangkan proses pembelajaran dapat terlaksana dengan lancar dan sedikit kendala yang terjadi. Faktor pendukung keberhasilan lainnya adalah sarana dan prasarana, untuk sarana dan prasarana di SD Negeri Gadingan cukup lengkap dan kebanyakan masih bagus. Sarana dan prasarana sangat berpengaruh bagi keterlaksanaan pembelajaran senam ketangkasan, dengan sarana dan prasarana yang enak digunakan menambah minat peserta didik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan. Dengan sarana dan prasarana yang enak digunakan dapat membuat nyaman peserta didik pada saat melakukan gerakan senam ketangkasan. Sarana dan prasarana yang enak mampu mengurangi resiko terjadinya cedera pada peserta didik. Faktor pendukung lainnya

adalah faktor lingkungan, tentu saja lingkungan sangat berpengaruh bagi keberhasilan pembelajaran. Lingkungan yang ada di SD Negeri Gadingan sangat mendukung untuk pembelajaran senam ketangkasan, dengan lingkungan yang tidak begitu ramai dan sejuk dengan rimbunnya pepohonan di halaman sekolah sangat nyaman untuk melakukan pembelajaran senam ketangkasan. Pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan dapat dilakukan di luar ruangan maupun di dalam ruangan. Proses pembelajaran juga jarang mendapat gangguan dari KBM kelas lainnya. Dengan lingkungan yang nyaman pasti peserta didik akan merasa nyaman dan berkonsentrasi penuh dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan.

Dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan tersebut berasal dari faktor internal dan faktor eksternal peserta didik. Faktor internal yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri peserta didik untuk kegiatan yang akan dilakukan yaitu antusiasnya peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh yang bugar setelah melakukan senam ketangkasan dan juga rasa takut cedera yang mampu di minimalisir oleh peserta didik dan guru. Materi yang dikemas sedemikian rupa sehingga peserta didik tertarik dan antusias untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung keberhasilan pembelajaran di SD Negeri Gadingan salah satunya dari dalam diri peserta didik untuk mengikuti kegiatan pembelajaran senam ketangkasan di sekolah.

Selanjutnya faktor eksternal merupakan faktor yang timbul dari luar atau

lingkungan didekat individu peserta didik. Faktor eksternal itu sendiri terdiri dari guru, materi, sarana prasarana, dan lingkungan sekolah. Guru merupakan tenaga pendidik yang berperan langsung menangani pembelajaran disekolah dan terlibat langsung dengan peserta didik. Materi pembelajaran merupakan suatu susunan kurikulum yang wajib diberikan kepada peserta didik sesuai dengan jenjangnya dan diharapkan guru mampu mengarahkan peserta didiknya memiliki bakat dalam hal olahraga khususnya senam lantai. Sarana prasarana juga mendukung terciptanya kualitas latihan, sarana prasarana yang memadai latihan akan berjalan secara efektif dan efisien sehingga tujuan dari pembelajaran tersebut dapat tercapai. Lingkungan sangat berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik. Lingkungan yang baik tentu saja akan menghasilkan hasil belajar yang maksimal dan juga maksimal. Bertolak belakang jika memiliki lingkungan yang bisa dibilang mengganggu saat pembelajaran berlangsung.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diupayakan dengan cermat dan teliti, namun bagaimanapun juga memiliki kelemahan dan keterbatasan yaitu: penelitian ini mendeskripsikan faktor yang menjadi pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan bagi peserta didik kelas atas di SD Negeri Gadingan hanya berdasarkan subjektivitas guru dan peserta didik. Penelitian ini belum menggali informasi dari orang tua peserta didik dan eksternal, namun penelitimelengkapi jawaban sisi subjektivitas pihak sekolah, yaitu guru PJOK dengan metode observasi dan dokumentasi. Penelitian ini juga memiliki hambatan yaitu adanya pandemi COVID 19 yang melanda seluruh bagian dunia termasuk Indonesia. Dengan adanya pandemi ini, peneliti tidak mampu

melakukan wawancara tatap muka langsung dengan seluruh peserta didik sehingga peneliti melakukan wawancara dengan membagikan selebaran yang diisi oleh peserta didik agar penelitian tetap bisa dilakukan.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan kelas V yaitu meliputi: (1) faktor internal: faktor fisik yang bugar, antusias peserta didik, kenyamanan tubuh peserta didik setelah melakukan senam ketangkasan, percaya diri peserta didik. (2) faktor eksternal : peserta didik tertarik dengan materi yang akan diajarkan oleh guru PJOK, peserta didik merasa nyaman dan tidak kesulitan untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, sarana prasarana yang memadai untuk pembelajaran senam ketangkasan, lingkungan yang nyaman dan mendukung untuk melakukan senam ketangkasan.

B. IMPLIKASI

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

1. Memberikan informasi dan evaluasi tentang keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan.
2. Memberikan informasi sejauh mana keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan terlaksana.

C. SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru PJOK

Diharapkan guru PJOK dapat lebih mengetahui tentang faktor-faktor yang menjadi pendukung pembelajaran pendidikan jasmani yang lainnya, tidak hanya senam ketangkasan yang berhasil akan tetapi seluruh materi dalam pendidikan jasmani.

2. Peserta Didik

Peserta didik diharapkan dapat lebih serius untuk mengikuti semua pembelajaran jasmani di sekolah agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai dengan hasil yang memuaskan bagi guru dan peserta didik.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan memperhatikan lagi segala sesuatu yang menjadi hal-hal dalam keterbatasan penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat disempurnakan lagi melalui penelitian sejenis berikutnya. Dan juga tidak hanya melakukan penelitian untuk 1 kelas saja namun bisa seluruh kelas yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (2000). *Senam*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (2001). Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar. Jakarta: FPOK
- Agus S. Suryobroto. (2004). *Diktat Mata Kuliah Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Agus Susanto. (2012). *Faktor yang Mendukung Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Se-Kabupaten Bantul*. Skripsi: FIK-UNY
- Arikunto, S. (2005). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cerika Rismayanthi. (2011). *Optimalisasi Pembentukan Karakter dan Kedisiplinan Siswa Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Nomor 1 tahun 2011). Hlm. 10-17
- Dendy Sugono, (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia
- Hamka A. Aziz. (2012). *Karakter Guru Profesional*. Jakarta: AL-Mawardi Prima.
- Izzaty, R.E., dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Mahendra, A. (2000-2004). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas
- Meity Takdir Qodratullah (2011). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kemendikbud
- Moleong, L.J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Muska mosston and Sara Ashworth. 2008. *Teaching Physical Education*. Columbus: Merril Publhising Company
- Nasution S. (2008). *Asas-Asas Kurikulum*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Agus S. Suryobroto.(2004). *Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

- 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.
- Oemar Hamalik. (2001). *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sadulloh, U. (2011). *Pedagogik (Ilmu Mendidik)*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Soekarno, W. (2000). *Teori dan praktek senam dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwara
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Wina Sanjaya(13 juni 2013). *Strategi Pembelajaran*,52. Diambil pada tanggal 10 Oktober 2020, dari <http://banjirembun.blogspot.co.id/201/06/faktor-pendukung-dan-penghambat.html>
- Yudanto. (2008). Implementasi pendekatan taktik dalam pembelajaran *invasion games* di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Pengajuan Judul Proposal



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168

Nomor : 28e/PGSD Penjas/III/2020
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Ibu Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.**

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :

Nama : W Yusuf Oktafian
NIM : 16604221028
Judul Skripsi : Faktor-faktor Pendukung Keberhasilan Proses Pembelajaran Senam Ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Ibu disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 9 Maret 2020
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs

2020 PGSD-PENJAS

Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa :
NIM :
Program Studi :
Jurusan :
Pembimbing :

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	10-3-2020	Konfirmasi	Jul
2.	12-3-2020	Bab I	Jul
3.	16-3-2020	Bab I & II	Jul
4.	1-4-2020	Bab I	Jul
5.	30-4-2020	Bab II	Jul
6.	18-5-2020	Bab III	Jul
7.	22-6-2020	Bab III	Jul
8.	3-7-2020	Instrumen	Jul
9.	15-9-2020	Hasil	Jul
10.	6-10-2020	Hasil & pembahasan	Jul

Mengetahui
Koord. Prodi PGSD Penjas.

Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 1560, 1557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 350/UN34.16/PT.01.04/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

17 Juli 2020

Yth .
Kepala SD N Gadingan ,Durungan, Wates, Kulon Progo

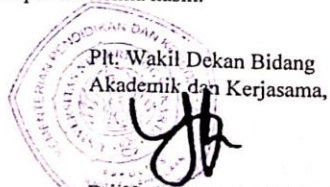
Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : W Yusuf Oktafian
NIM : 16604221028
Program Studi : Pgsd Penjas - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Faktor-faktor pendukung keberhasilan pembelajaran senam ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo

Waktu Penelitian : 20 Juli - 10 Agustus 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Pt. Wakil Dekan Bidang
Akademik dan Kerjasama,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
Kepatihan Dariurejan Yogyakarta Telepon (0274) 582811 Faxmilil (0274) 588613
Website : jogjaprovo.go.id Email : santel@jogjaprovo.go.id Kode Pos 55213

Yogyakarta, 19 Februari 2019

Kepada Yth. :

1. Kepala Instansi Vertikal se-DIY
2. Kepala Dinas/Badan/Kantor di lingkup DIY
3. Bupati/Walikota se-DIY
4. Rektor PTN/PTS se-DIY

Di Tempat

SURAT EDARAN

NOMOR: 090/012.18

TENTANG

PENERBITAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Dalam Negeri No.3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian maka disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Bahwa untuk tertib administrasi dan pengendalian pelaksanaan penelitian dalam rangka kewaspadaan dini perlu dikeluarkan Surat Keterangan Penelitian (SKP) sehingga produk yang dikeluarkan bukan Surat Rekomendasi Penelitian melainkan Surat Keterangan Penelitian;
2. Penelitian yang dilakukan dalam rangka tugas akhir pendidikan/sekolah dari tempat pendidikan/sekolah di dalam negeri dan penelitian yang dilakukan instansi pemerintah yang sumber pendanaan penelitiannya bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara/Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah tidak perlu menggunakan Surat Keterangan Penelitian.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memperbanyak dan mensosialisasikan kepada pejabat dan pegawai di lingkungan kerja Bapak/Ibu/Saudara serta membantu menyebarluaskan kepada masyarakat umum. Atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

Ditetapkan di Yogyakarta
Pada tanggal

a.n. GUBERNUR
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIS DAERAH



Patot Septadi

55909021988031003

Lampiran 5. Surat Keterangan Penelitian dari SD N Gadingan



**PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SD NEGERI GADINGAN
KAPANEWON WATES**

Alamat : Durungan, Wates, Kulon Progo Kode Pos 55611 Telp 081578077626
NPSN: 20403097 Email: gadingansd@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421/003 /S.Ket.Gad//X /2020

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : CICILIA SRININGSIH, S.Pd., M.Pd.

NIP : 19730220 199803 2 003

Jabatan : Kepala Sekolah SD Negeri Gadingan

Menerangkan bahwa:

Nama : W. YUSUF OKTAFIAN

NIM : 16604221028

Jurusan : PGSD Penjas

Instansi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian di SD Negeri Gadingan Kapanewon Wates pada tanggal 20 Juli – 10 Agustus 2020 untuk memenuhi tugas akhir dengan judul “Faktor-faktor Pendukung Keberhasilan Pembelajaran Senam Ketangkasan di SD Negeri Gadingan Wates Kulon Progo”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

10 Agustus 2020
Kepala
SD NEGERI GADINGAN
WATES
KABUPATEN KULON PROGO
CICILIA SRININGSIH, S.Pd., M.Pd
Pembina, IV/a
NIP 19730220 199803 2 003

Tabel 10. Pedoman Wawancara Peserta Didik

No	Faktor	Indikator	Pertanyaan
1.	Faktor Internal	a. Fisik	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? 2. Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan? 3. Apakah anda pernah mengalami cedera? 4. Apakah anda merasakan gemetar? 5. Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?
		b. Psikis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? 2. Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik? 3. Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?
2.	Faktor Eksternal	a. Guru	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung? 2. Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?
		b. Materi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan? 2. Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?
		c. Sarpras	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?
		d. Lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Apakah lingkungan pembelajran sangat menyenangkan?

Tabel 11. Pedoman Wawancara Guru

No	Subjek	Pertanyaan
1.	Guru	a. Adakah kesulitan yang anda hadapi saat melaksanakan pembelajaran senam ketangkasan? b. Jika ada mengapa anda mengalami kesulitan saat proses pembelajaran senam ketangkasan?
		a. Bagaimana cara anda untuk mengatasi kesulitan yang anda hadapi tersebut? b. Bagaimana cara anda sebagai guru PJOK mengemas materi pembelajaran sehingga peserta didik merasa tertarik an senang? c. Menurut pandangan ibu, bagai mana kondisi lingkungan SD Negeri Gadingan ? d. Untuk sarana dan prasarana yang ada di Sekolah bagaimana ?
2.	Peserta Didik	a. Terkait dengan peserta didik, adakah motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? b. Bagaimana kemampuan peserta didik dalam megikuti pembelajaran senam ketangkasan? c. Apakah ada kendala yang ditemui peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam ketangkasan? d. Jika ada kendala, mengapa kendala tersebut bias muncul padapembelajaran senam ketangkasan? e. Adakah solusi yang anda berikan untuk mengatasi kendala tersebut? f. Adakah keluhan pembelajaran senam ketangkasan?dari peserta didik setelah mengikuti

Nama: Aby Muhammad Rizal

Kelas: 5

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena mudah di pahami
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya. Tubuhku jadi sehat
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Kadang, karena saya suka iseng
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, karena banyak teman
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, karena mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sangat, karena banyak teman.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sangat semangat !!!
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Selalu, bu guru selalu memberi motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak biasanya teman yang melakukan.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, mudah sekali
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarana disini masih bagus.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Sangat menyenangkan.

Nama: Aditya Nur Rohim

Kelas: VI

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Kadang takut kadang tidak.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Tubuh saya jadi lentur dan enak digerakkan.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah, karena ceroboh.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Kadang - kadang
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Tergantung materi yang diajarkan.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sedikit tertarik
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Kadang saya merasa takut bila materinya susah.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Semangat karena banyak ferrannya.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Guru selalu memberikan motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Guru tidak selalu memberikan contoh kepada murid.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Menyenangkan tergantung Materinya.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Kadang sulit kadang tidak.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarana di SD kami masih bagus
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Lingkungannya sangat nyaman.

Nama: Adiva Rega P.

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena tubuh menjadi sehat.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena badan terasa ringan.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, sudah pemanasan.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Dapat, karena gerakan tersebut sangat mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena tubuh merasa ringan digerakkan.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena mudah.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, selalu.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya, kadang-kadang.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Sangat menyenangkan
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak. karena asik materi yang diajarkan.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya. karena legus dan tidak bau
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Sangat menyenangkan.

Nama: Aghesta Rega.

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena cowok.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya. Karena bujar.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Pernah.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa. mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tertarik.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak takut, saya percaya diri.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Semangat.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	selalu memberikan motivasi.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya. kadang.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak, sangat mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sangat nyaman digunakan.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	lingkungannya sangat enak.

Nama: Alya ^{Wusiana} Wiyata Hafizah.

Kelas: Lima (5)

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena dapat melatih otot tubuh kita menjadi kuat dan sehat
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena semakin kita rutin melakukan senam ketangkasan maka otot kita semakin kuat dan lentur
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Iya, karena kurang hati-hati dan kurang pemanasan.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, karena saya sudah sarapan di rumah dan pemanasan.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Iya, adayang bisa, ada yang belum bisa melakukan.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena senam ketangkasan membuat badan kita menjadi sehat dan bugar.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Iya, karena saya percaya diri dalam melakukan senam ketangkasan.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena menyenangkan dan membuat badan sehat dan tulang menjadi kuat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, agar murid lebih paham dan semangat dalam mengikuti senam ketangkasan.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya, tetapi juga biasanya menyuruh siswa yang lain.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya. Karena senam otot kita jadi lentur
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak. Karena materi senam sudah dicontohkan jadi lebih mudah di pahami
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya. Karena sarannya yang di gunakan sangat nyaman. sehingga saya tidak merasa kesulitan melakukan senam ketangkasan.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya. lingkungannya sangat mendukung untuk senam

Nama: Amelia Ramadhan:

Kelas: 5

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak karena banyak teman.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya karena badan menjadi bugar
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Dapat, Mudah
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Pasti, Asik
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak pernah
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya selalu semangat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, selalu
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya, kadang-kadang

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Karena mudah
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, mudah di fahami.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya. Sangat nyaman.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya. karena sunya.

Nama: Amalia Hidayatull Mujannah

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, tetapi kadang takut
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, badan ku jadi enak
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah, karena saya Ceroboh.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Kadang saja gemetar
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Tergantung materinya.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tertarik, tergantung materinya.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Iya. Saya kadang Merasa takut.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Semangat karena banyak temannya.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Buru selalu memberikan motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Buru iya, kadang iya kadang tidak.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Materinya sangat asik
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tergantung materinya.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarananya sangat bagus dan komplit
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Lingkungannya Sangat Nyaman.

Nama: Andika Pratama.

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, supaya badan tidak kaku.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, badan menjadi sehat dan enak untuk digerakkan.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah karena kurang pemanasan.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak karena badan sehat
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa melakukan karena mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena badan menjadi sehat.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Takut. tetapi percaya diri.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, agar badan menjadi sehat.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, agar kita bersemangat dan bisa.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang-kadang.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	ya. Sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak mudah juga..
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	ya. karena lengkap
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	ya lingkungan sangat menyenangkan.

Nama: Angger Arif

Kelas :

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak. karena senam membuat tubuh menjadi sehat
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya tentu
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	tidak pernah
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	tidak pernah.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	dapat, karena mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya tertarik.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Sedikit takut
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, selalu semangat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Ya, selalu
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Ya kadang-kadang

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Sedikit.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sangat Nyaman.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Sangat menyenangkan.

Nama: Aurel Deya Safitri

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak. karena senang
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya. badan menjadi sehat
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak pernah.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak pernah.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Mampu melakukan. tapi sedikit
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	tidak, karena kurang bisa.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Kadang - kadang
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	sedikit
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Selalu, karena agar kita selalu semangat
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya. kadang tidak.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Lumayan. kadang-kadang
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak, karena mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarana nya masih baru dan lengkap
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	sangat menyenangkan.

Nama: Chido Azura Putri M. J

Kelas: 5 D

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena sudah pemanasan dulu
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya → karena otot leluhur
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak → karena sudah pemanasan.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak. → karena tidak takut.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Ya, karena sudah diberikan contoh.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena membuat badan sehat
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak, karena sudah tahu gerakannya.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena tahu materi tersebut
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Ya, karena agar bisa bersemangat untuk mengikutinya.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Ya, agar gerakan menjadi benar.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Agar menarik perhatian para siswa agar mau ikut senam.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, karena gerakannya mudah untuk di ikuti dan di pahami
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya. Karena bersih dan rapi
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya. Karena banyak teman dan guru yang ramah.

Nama: Davina Nurul A

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena banyak teman
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena senam menjadi sehat
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	tidak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	tidak pernah.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	bisa, walau sedikit
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	sangat tertarik.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Kadang takut, kadang tidak.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Saya selalu bersemangat saat olahraga senam.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Guru selalu memberikan motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	tidak selalu, kadang murid yang bisa guru membrikan contoh.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak. Mudah dipelajari.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya. Karena masih bagus.
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya. Jauh dari jalan raya.

Nama: Hazim Auqa Sabri

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena cecik
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, tentu sangat nyaman karena mengikuti prosedur dari Guru
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak, karena mengikuti arahan Guru
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, karena pemanasan
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Iya, karena Mudah.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena mudah.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak Tidak Tidak
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena bosan.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, selalu memberikan Motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak Kadang iya, kadang tidak

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya. Materinya mudah.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak karena saya bisa.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sangat nyaman karena bagus.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya. karena sangat nyaman.

Nama: Ihsan Lat+ Patriot Jaya

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	tidak pernah takut
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Tentunya iya.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah tapi tidak mau cedera lagi.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	tidak pernah.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	bisa walau sedikit
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	biasa saja
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	tidak pernah.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Saya selalu semangat untuk semua materi
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Selalu
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya kadang tidak

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya, karena gurunya asik
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, karena mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya, karena masih bagus
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya, karena masih banyak rumput ramai

Nama: Luena Ardis Arna

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena membuat tubuh sehat.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya, karena otot tidak kaku
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Ya, karena geraknya simpel
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena asik
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak Tidak.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena banyak teman.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Ya. Selalu pada setiap pelajaran
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Ya.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Materi sangat mudah.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarannya Masih baru jadi enak.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	lingkungannya enak

Nama: Muhammad Muchtar F

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, saya merasa senang
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Sangat nyaman dan enak untuk digerakkan.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah, karena saya waktu itu Ceroboh.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, karena mudah
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tertarik karena asik dan menarik
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Semangat, karena asik.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Guru selalu memberikan motivasi kepada kami
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya kadang tidak.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Materinya selalu menyenangkan
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak materinya selalu mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarananya masih enak digunakan
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Sangat menyenangkan, karena nyaman.

Nama: Muhammad Raditya Aqso H

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, saya tidak merasa takut
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya, tubuh saya sangat enak di gerakan dan buger
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Hampir tidak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak.
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	bisa, karena saya senang
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tertarik, saya sangat tertarik mengikuti senam ketangkasan.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak Tidak Tidak.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya. Saya sangat semangat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Guru selalu memberikan motivasi kepada kami
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak. Guru kadang menunjuk siswa yang bisa untuk memberi contoh.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Materi yang diajarkan sangat menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, saya merasa tertantang dengan materinya.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sarana di SD Badingan sangat nyaman.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Lingkungannya sangat mendukung.

Nama: *Mohammad Raditya Wildan*

Kelas: *II*

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Tidak, karena pembelajaran senam untuk kita hidup sehat</i>
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	<i>Iya, karena kalau kita senam ketangkasan tubuh kita bisa sehat.</i>
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	<i>Iya, karena pemanasan ragu - ragu</i>
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	<i>Tidak, karena senam ketangkasan sangat seru</i>
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	<i>dapat</i>
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Iya, karena kita bisa sehat</i>
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	<i>Tidak pernah.</i>
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Iya, karena banyak yang ikut</i>
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	<i>Selalu</i>
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	<i>Ya guru memberi contoh.</i>

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya, banyak temannya.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak, karena senam ketangkasan tubuh kita sehat
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya, karena saya sehat
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya.

Nama: Novira Dea

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena tidak membahayakan
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena sangat baik bagi tubuh.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak, karena senam dengan hati-hati
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, karena gerakannya baik
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Iya, karena mengikuti gerakan pelatih
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena baik bagi tubuh
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak semua, karena tidak menyebabkan cedera
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena memperhatikan tubuh.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya. Agar anak didiknya maju
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya. Agar anak didiknya mengerti

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya, karena sangat seru
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, karena mudah di ikuti
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya, karena membuat badan nyaman.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya, karena banyak teman.

Nama: *Raffa Satria Ramadhani*

Kelas: *V*

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Tidak, karena sangat asik</i>
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	<i>Iya, karena serius mengikutinya</i>
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	<i>Tidak, karena pemanasan</i>
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	<i>Tidak</i>
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	<i>Dapat, karena mudah</i>
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Iya, karena Asik</i>
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	<i>Tidak, karena banyak teman</i>
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	<i>Sangat semangat</i>
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	<i>Ya, bu guru selalu memberi semangat</i>
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	<i>Tidak, guru menyuruh siswanya yang sudah bisa.</i>

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Karena sangat asik untuk diikuti.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Umumnya sulit
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sangat nyaman karena masih bagus
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya karena sangat ramai

Nama: Ridwan Kevin Abimanyu

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak. biar sehat
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena mudah di ikuti
3.	Apakah anda pernah mengalami cidera?	Pernah, karena salah gerak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, karena tidak takut
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Iya, karena mudah
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, biar sehat selalu
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak, karena mudah diikuti
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, karena biar sehat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, biar cepat selesai
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya, kadang tidak.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya, Alasan Mudah diikuti
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak, Alasan mudah diikuti.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya, Alasan, tidak berkayanya
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya Alasan dilapangan.

Nama: Roland Rasya S

Kelas: V

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, saya tidak takut
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya, Tubuh saya menjadi Bugar
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah, karena di jahili teman.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Kecelang
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Tergantung materinya.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tergantung materi yang diajarkan.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak. Tidak Tidak
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tergantung materinya dan tamannya.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Buru saya selalu memberikan motivasi agar murid bersemangat
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak mesti memberi contoh.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Menyenangkan, tetapi tergantung materinya.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Kadang sulit kadang tidak.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya Sangat nyaman karena masih bagus
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	lingkungannya sangat enak.

Nama: Syaid Abdur Rasyid

Kelas: 5 V Lima.

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Saya tidak takut karena banyak Teman yang ikut senam untuk kesehatan juga.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya karena otot-otot saya sudah tidak kaku lagi.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Iya, karena di jahilin teman.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak tahu
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	tidak karena belum hafal
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	tidak begitu
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Iya jika tidak bersama-sama.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya jika bersama-sama.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, supaya murid-murid paham.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya supaya murid-murid siswa paham.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya, karena mudah di pahami
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak karena mudah di pahami
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya, karena bersih.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya, karena nyaman.

Nama: Valentina Syira P

Kelas: 5 (Lim)

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	tidak, karena Asih
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya, karena senam sangat baik bagi kesehatan
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak, karena sangat hati-hati
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	sedikit, karena agak panik
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	dapat, karena dapat arahan dari guru
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena asih
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	tidak, karena yakin
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya, karena banyak teman
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Ya, guru selalu memberi motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak, guru memberikan arahan kepada siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. banyak temannya.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak. karena mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya. karena masih baru
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	ya, karena jauh dengan jalan raya.

Nama: Viviana Damayanti

Kelas: V (Lima)

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena menyenangkan
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena badan kita itu bisa sehat dan enak digerakkan.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Pernah, karena salah gerakan
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Bisa, karena selalu berlatih Tidak, karena menyenangkan
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, karena selalu berlatih
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tertarik karena banyak teman
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak, karena kita bisa sehat
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya, Agar badan kita sehat
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, karena guru itu baik
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Iya, karena biar semua gerakan benar.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	ya, karena saya senang
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, karena sangat mudah
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya, karena masih bagus
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	ya, karena sangat bersih.

Nama: Zahra Shifa .A.

Kelas : UC (lima)

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena ada guru nya
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena senam menyehatkan
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Belom
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	tidak sama sekali
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, karena mudah
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	tertarik, karena banyak teman
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak, karena bisa
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sangat semangat dong
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, Guru selalu memberi motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Siswa yang bisa yang memberi contoh.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Sangat asik senamnya.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak sulit dan tidak mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Sangat nyaman.
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Lingkungannya sangat enak

Nama: Zaqif Naufarifqi

Kelas: 5

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena menyenangkan
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, tubuh menjadi lentur dan tubuh menjadi bugar
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak, karena saya mengikuti dengan baik
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, biasa saja
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Iya, mengikuti instruksi guru
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya biar tubuh sehat
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak, karena saya berani
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Iya karena saya senang
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, karena menyemangati agar kita bisa.
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Kadang iya kadang tidak.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya, karena kita disebut pintar
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	tidak, karena saya bisa menjalaninya
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya, karena alatnya lengkap
4.	Apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Iya karena tempatnya luas.

Nama: Zaskia Jasmine Destiani

Kelas: 5 (Lima)

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, karena temannya banyak.
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Iya, karena dapat mengehat kan tubuh kita.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	tidak
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, karena diajari
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sangat, karena Asik.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Tidak pernah.
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Sangat, karena Asik
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Iya, Guru selalu memberi motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Tidak. tetapi mengarahkan.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Iya, karena kita bisa tau manfaat dari senam.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak, karena Materinya mudah dipelajari setiap gerakannya.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Iya karena sangat lengkap sarannya.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Karena lingkungannya menciptakan suasana tenang untuk mendukung pelaksanaan senam ketangkasan.

Nama: Fitriyana Rahmawati

Kelas: Uma

Lembar Wawancara Siswa

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah anda tidak takut untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Tidak, kita harus percaya diri
2.	Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam ketangkasan, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?	Ya, karena senam ketangkasan meningkatkan tubuh.
3.	Apakah anda pernah mengalami cedera?	Tidak, saya selalu berhati-hati melakukan senam ketangkasan.
4.	Apakah anda merasakan gemetar?	Tidak, saya selalu percaya diri
5.	Apakah anda dapat melakukan gerakan tersebut?	Bisa, saya selalu yakin saya bisa.
6.	Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Ya saya kadang tertarik kadang tidak.
7.	Apakah anda merasa takut? Merasa tidak percaya diri? Atau merasa panik?	Kadang - kadang
8.	Apakah anda bersemangat mengikuti pembelajaran senam ketangkasan?	Kadang semangat, kadang tidak.
9.	Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam ketangkasan berlangsung?	Ya, bu guru selalu memberi motivasi
10.	Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?	Ya. Guru kadang memberikan contoh.

No	Pertanyaan	Jawaban
1.	Apakah materi senam ketangkasan yang diajarkan menyenangkan?	Ya. Materi senam ketangkasan selalu Menyenangkan.
2.	Apakah materi pembelajaran senam ketangkasan yang diajarkan membuat anda sulit mengikutinya?	Tidak. Saya selalu merasa Mudah.
3.	Apakah Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan sangat nyaman?	Ya. Sarana yang digunakan senam ketangkasan sangat nyaman.
4.	apakah Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan?	Ya. Lingkungan pembelajaran sangat menyenangkan.

Lampiran 8. RPP

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Satuan Pendidikan : SD NEGERI GADINGAN

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Kelas / Semester : VI /1

Pertemuan : 4

Alokasi waktu : 2 x 2 x 35 menit

Hari/Tanggal : Kamis, 15 Agustus 2019

A. STANDAR KOMPETENSI

Mempraktikkan kombinasi senam lantai dan senam ketangkasan dalam bentuk sederhana, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

B. KOMPETENSI DASAR DAN INDIKATOR

Kompetensi Dasar	Indikator
2.6 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.	4.6 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.

C. TUJUAN PEMBELAJARAN

- Siswa mampu melakukan gerakan guling ke depan dan ke belakang dengan benar

D. MATERI PEMBELAJARAN

1. Senam Guling Depan
2. Senam Guling belakang
3. Materi pembelajaran regular
 - Latihan guling depan
 - Latihan guling belakang
4. Materi pembelajaran pengayaan

Materi pengayaan dikembangkan dari materi pembelajaran regular dengan menjadikan siswa sebagai tutor sebaya untuk memberi contoh gerakan yang benar dan mengajari siswa yang lain.

5. Materi pembelajaran remedial

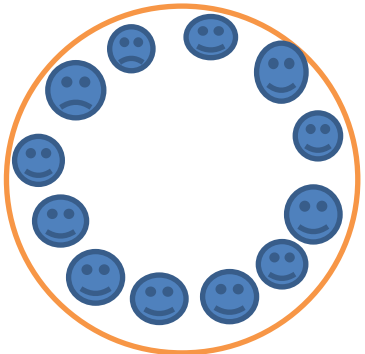

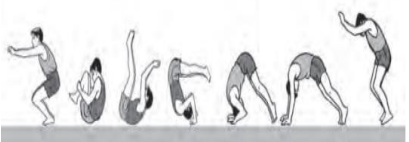
Materi remedial yang diberikan yaitu mengulang materi regular atau dengan menurunkan tingkat kesulitan dari materi pembelajaran regular yang diberikan baik secara kelompok maupun dengan tutor sebaya.

E. METODE PEMBELAJARAN

Metode: Permainan, Demonstrasi dan Praktek

F. LANGKAH – LANGKAH PEMBELAJARAN

Uraian Pembelajaran	Gambar	Nilai Karakter
A. Pendahuluan (15 menit) <ol style="list-style-type: none">1. Kelas dimulai dibuka dengan salam, menanyakan kabar dan mengecek kehadiran siswa.2. Kelas dilanjutkan dengan do'a dipimpin oleh salah seorang siswa. Siswa yang diminta membaca do'a adalah siswa siswa yang hari ini datang paling awal.3. Siswa diingatkan untuk selalu mengutamakan sikap disiplin setiap saat dan menfaatnya bagi tercapainya cita-cita.4. Mengulas sedikit materi yang telah disampaikan hari sebelumnya5. Guru menyiapkan fisik dan psikhis anak dalam mengawali kegiatan pembelajaran serta menyapa anak.		

<p>6. Menyampaikan tujuan pembelajaran hari ini.</p> <p>7. Sebelum melakukan kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan pemanasan statis dinamis dan pemanasan dengan permainan <i>estafet bola</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Seluruh anak membentuk lingkaran menghadap kekanan - Estafet bola dengan cara bila mendapat bola biru maka siswa harus menyerahkan bola ke teman belakangnya dengan cara dari bawah - Apabila mendapat bola merah maka menyerahkannya dengan cara dari atas sampai meliukkan tubuhnya. <p>B. Kegiatan Inti (40 menit) Eksplorasi</p> <p>a. Latihan senam guling depan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibagi menjadi dua kelompok. 2. Setelah itu orang pertama melakukan latihan senam guling depan sesuai instruksi guru. <p>b. Latihan senam guling belakang</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibagi menjadi 2 kelompok 2. Setelah itu orang pertama melakukan latihan senam guling belakang sesuai intruksi dari guru <p>Elaborasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memfasilitasi peserta didik melalui pemberian tugas, diskusi dan lain-lain untuk memunculkan gagasan baru baik secara lisan maupun tertulis. <p>Konfirmasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa. 2. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan penyimpulan <p>C. Penutup (15 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Setelah kegiatan guru mengajak siswa untuk melakukan kegiatan pendinginan dengan membuat 	<div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">Senam guling depan</p> <div style="text-align: center;">  <p style="text-align: center;">Gerakan guling ke depan</p> </div> <p style="text-align: center;">Senam guling belakang</p> <div style="text-align: center;">  </div>	<p style="text-align: center;">Toleransi, Kejujuran, Kerjasama, Tanggung Jawab</p>
---	--	--

lingkaran.		
2. Guru mengingatkan siswa untuk mengganti pakaian olahraga.		
3. Pembelajaran selesai, siswa berdoa dan dibubarkan.		

F. PENILAIAN

1. Teknik Penilaian

No	Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian			Keterangan
		Pengetahuan	Keterampilan	Sikap	
3.2	Mempraktikkan rangkaian senam lantai dan senam ketangkasan dengan gerakan yang lebih halus, jelas, lancar serta nilai percaya diri, disiplin dan estetika	---	UNJUK KERJA/ PRAKTIK		Waktu pelaksanaan: pertemuan berikutnya pada KD yang sama

a. Afektif

NO	NAMA	ASPEK PENILAIAN			
		Toleransi	Kerjasama	Kejujuran	Tanggung Jawab
1				
2				
3				
4				
5	Dst.				

Keterangan:

BS : Baik Sekali

PB : Perlu Bimbingan

b. Psikomotor

NO	NAMA	ASPEK PENILAIAN		JML
		Guling Depan	Guling Belakang	
1			
2			
3			
4	...			
5	...			

Kriteria:

1. Mampu mempraktikkan gerakan latihan dengan teknik yang benar
2. Mampu mempraktikkan gerakan latihan senam guling depan dengan benar
3. Mampu mempraktikkan gerakan latihan senam guling belakang dengan benar

Keterangan:

- Skor (90) Baik Sekali, jika memenuhi 3 kriteria
- Skor (80) Baik, jika memenuhi 2 kriteria
- Skor (75) Cukup, jika memenuhi 1 kriteria
- Skor (70) Kurang, tidak jika memenuhi kriteria

Wates, 14 Agustus 2019
Guru Penjasorkes,

SUMILAH, S.Pd.
NIP. 19630903 198403 2 008

Lampiran 9. Nilai Pembelajaran Senam Ketangkasan

Daftar Nilai Siswa Kelas V SD Negeri Gadingan wates

NO	NAMA	NILAI
1.	ABY MUHAMMAD RIZAL	79
2.	ADITYA NUR ROHIM	77
3.	ADIVA REGA PRATAMA	79
4.	AGHESTA REYGA ADITYA	80
5.	ALYA LUSIANA HAFIZAH	78
6.	AMELIA RAMADHANI	75
7.	AMMALIA RIDLATULL MUJANNAH	76
8.	ANDIKA PRATAMA	77
9.	ANGGER NUR ARIF KURNIAWAN	77
10.	AUREL DEYA SAFITRI	78
11.	CHIELA AZZURA PUTRI NURJATI	79
12.	DAVINA NURUL ANDINI	79
13.	HAZIM AUFA SABRI	80
14.	ILHAM INTI PATRIOT DAYA	78
15.	LUVENA ARDIS ARNA	79
16.	MUHAMMAD MUCHTAR FATAHILLAH	78
17.	MUHAMMAD RADITYA AQSO HIKMAWAN	80
18.	MUHAMMAD RADITYA WILDAN	79
19.	NOVIA DEA KUSUMA DEWI	78
20.	RAFFA SATRIA RAMADHANI	77
21.	RIDWAN KEVIN ABIMANYU	77
22.	ROLAND RASYA S	77
23.	SYAID ABDURRASYID	77
24.	VALENTINA SYIFA PUSPASARI	79
25.	VIVIANA DAMAYANTI	78
26.	ZAHRA SHIFA AFIFAH	78
27.	ZAQIF NAUFARIFI	78
28.	ZASKIA JASMINE RESTIANI	78
29.	FITRIYANA RAHMAWATI	79

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi sarana Pendukung Pembelajaran Senam Ketangkasan di SD Negeri Gadingan.



Dokumentasi Pembelajaran Senam di SD Negeri Gadingan.