

**FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGARANYA MATERI
AKTIVITAS RITMIK DI SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN
NGADIREJO KABUPATEN TEMANGGUNG JAWA TENGAH**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Faisal
NIM 15604221043

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGGARANYA MATERI AKTIVITAS RITMIK DI SEKOLAH DASAR SE-KECAMATAN NGADIREJO KABUPATEN TEMANGGUNG JAWA TENGAH

Disusun oleh:

Faisal

15604221043

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta , 1 Agustus 2019

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd

NIP. 198110222005012001

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Drs. Agus S Suryobroto, M.Pd

NIP. 195812171988031001

SURAT PERNYATAAN

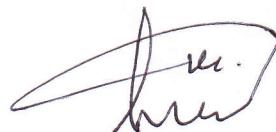
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Faisal
NIM : 15604221043
Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul TAS : Faktor Penyebab tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta. 24 Juli 2019

Yang menyatakan,



Faisal

NIM. 15604221043

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGGARANYA MATERI AKTIVITAS RITMIK DI SEKOLAH DASAR SE-KECAMATAN NGADIREJO KABUPATEN TEMANGGUNG JAWA TENGAH

Disusun oleh:

Faisal

NIM.15604221043

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
PGSD Penjas Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 14 Agustus 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Drs. Agus Suryobroto M.Pd

Tanda Tangan

Tanggal

23-8-2019

Ketua Penguji/Pembimbing

Herka Maya Jatmika, M.Pd



23-8-2019

Sekretaris

Tri Ani Hastuti, M.Pd



23-8-19

Penguji

Yogyakarta, 30 Agustus 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



**FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGGARANYA MATERI
AKTIVITAS RITMIK DI SEKOLAH DASAR SE-KECAMATAN
NGADIREJO KABUPATEN TEMANGGUNG JAWA TENGAH**

Disusun oleh:

Faisal
NIM.15604221043

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo, Kabupaten Temanggung Jawa Tengah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah guru PJOK se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah yang berjumlah 26 guru. Semua populasi digunakan penelitian. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo, Kabupaten Temanggung Jawa Tengah, yakni ada dua faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi jasmani siswa, psikologi siswa dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal meliputi guru, sarana dan prasarana, lingkungan sosial, dan alam. Persentase dari faktor internal adalah 47.35%, persentase dari faktor eksternal adalah 52.65%.

Kata Kunci: *penyebab, pembelajaran, aktivitas ritmik*

MOTTO

Selalu belajar menjadi pribadi yang lebih baik dan mesyukuri nikmat.

PERSEMPAHAN

Ibu dan Bapak serta keluargaku tercinta untuk doa yang tiada henti dan semangat tiada batas. Semoga ini dapat menjadi bagian dari kebahagiaan kalian. Terimakasih untuk dukungan selama ini yang membuat saya bersemangat untuk mewujudkan mimpi-mimpi saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Faktor Penyebab tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah” 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. Drs. Agus S Suryobroto, M.Pd selaku Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Tri Ani Hastuti, M.Pd selaku Validator Instrumen Penelitian TAS yang memberikan saran/masukan perbaikan sehingga penelitian TAS dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
3. Drs. Agus S Suryobroto, M.Pd, Herka Maya Jatmika, M.Pd dan Tri Ani Hastuti, M.Pd selaku Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
4. Dr. Guntur, M.Pd dan Dr. Subagyo, M.Pd selaku Ketua jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani beserta staf yang memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.

5. Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Pd selaku Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi
6. Adi Santoso, S.Pd selaku Ketua KKG Penjasorkes Kecamatan Ngadirejo yang telah memberi ijin dan bantuan dalam melaksanakan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatianya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, 24 Agustus 2019

Penulis,

Faisal

NIM. 15604221043

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMPAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat Pembelajaran	7
2. Faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran.....	14
3. Pembelajaran PJOK.....	21
4. Hakikat Pembelajaran Senam Sekolah Dasar	24
5. Hakikat Aktivitas Ritmik	28
6. Karakteristik Peserta Didik sekolah Dasa.....	32
7. Peran Guru dalam Aktivitas Pembelajaran	34
B. Hasil Penelitian yang Relevan	35
C. Kerangka Berfikir	37
 BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	39
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	39
C. Populasi Penelitian	39
D. Instrumen Penelitian dan Pengumpulan Data.....	40

E. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	47
B. Hasil Uji Hipotesis/Jawaban Pertanyaan Penelitian.....	47
C. Pembahasan	54
D. Keterbatasan Penelitian	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	57
B. Implikasi	57
C. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Populasi Sekolah	40
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	43
Tabel 3. Norma Penilaian	45
Tabel 4. Tingkatan Kategori	46
Tabel 5. Diskripsi Statistik Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung	48
Tabel 6. Diskripsi Frekuensi Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung.....	49
Tabel 7. Diskripsi Statistik Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Internal.....	50
Tabel 8. Diskripsi Frekuensi Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Internal.....	51
Tabel 9. Diskripsi Statistik Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Eksternal.....	52
Tabel 10. Diskripsi Frekuensi Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik Di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Eksternal.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam.....	20
Gambar 2. Faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas Ritmik.....	38
Gambar 3. Histogram Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung.....	49
Gambar 4. Histogram Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Internal.....	51
Gambar 5. Histogram Penyebab Tidak Terselenggaranya Materi Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Faktor Eksternal.....	53
Gambar 6, Pengisian Angket Penelitian.....	80
Gambar 7. Pengisian Angket Penelitian.....	80
Gambar 8. Pengisian Angket Penelitian.....	81
Gambar 9. Pengisian Angket Penelitian	81
Gambar 10. Pengisian Angket Penelitian.....	82
Gambar 11. Pengisian Angket Penelitian.....	82

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir.....	61
Lampiran 2. Surat Permohonan Bimbingan Tugas Akhir.....	62
Lampiran 3. Surat Validasi Ahli.....	63
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian Fakultas.....	65
Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Penelitian Fakultas.....	66
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian dari KKG se-Kecamatan Ngadirejo.....	67
Lampiran 7. Angket Uji Coba.....	68
Lampiran 8. Validitas dan Reliabilitas.....	71
Lampiran 9. Angket Penelitian.....	73
Lampiran 10. Data Nama Sekolah Penelitian.....	76
Lampiran 11. Data Hasil Penelitian.....	77
Lampiran 12. Deskripsi Statistik.....	79
Lampiran 13. Dokumentasi.....	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Senam pertama kali masuk ke Indonesia pada zaman penjajahan Belanda. Masuknya senam ini bersamaan dengan ditetapkannya pendidikan jasmani sebagai pelajaran wajib di sekolah-sekolah. Pendidikan jasmani dapat diartikan juga sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Senam irama atau disebut juga aktivitas ritmik adalah gerakan senam yang dilakukan dalam irama musik, atau pembelajaran bebas yang dilakukan secara berirama. Aktivitas gerak berirama dapat dilakukan dengan menggunakan alat ataupun tidak menggunakan alat. Alat yang sering digunakan adalah gada, simpai, tongkat, bola, pita, topi dan sebagainya. Secara prinsip antara senam biasa dengan senam irama tidak ada perbedaan, hanya saja pada senam irama ditambahkan irama (ritme). Tekanan yang harus diberikan pada senam irama ialah: irama, kelentukan tubuh dan kontinuitas gerakan. Senam mulai dikenal di Indonesia pada tahun 1912.

Senam tersebut sangatlah penting pembelajaran aktivitas ritmik/gerak berirama dilakukan di sekolah dasar. Kreativitas gerak seperti halnya gerak

berirama menempati posisi yang penting bagi anak dalam pengembangan fisik secara keseluruhan. Melalui aktivitas gerak anak mendapatkan kesempatan merespons atau menanggapi lingkungan seperti warna, bunyi, ruang, gerak, irama dan orang-orang di sekelilingnya yang diharapkan dapat mengembangkan potensi anak secara optimal. Dengan membiarkan anak-anak bergerak dinamis dan aktif, merasakan dan merespons, menciptakan serta mengekspresikan diri melalui aktivitas gerak berirama, akan menumbuhkan daya kreatif pada anak. Pendidikan jasmani hakikatnya merupakan “proses pendidikan melalui gerak insani (*Human Movement*) yang dapat berupa aktivitas jasmani, permainan atau olahraga untuk mencapai tujuan pendidikan”

Dalam merencanakan kegiatan fisik seorang guru membutuhkan tujuan yang sesuai untuk memilih kegiatan fisik yang bermakna dan sesuai bagi anak didiknya. Guru juga perlu menentukan tingkat keberhasilan yang sesuai dengan kemampuan anak. Jika ia menentukan tingkat keberhasilan yang terlalu tinggi sehingga anak sulit untuk mencapainya maka anak-anak merasa tertekan karena ia tidak dapat melakukan kegiatan tersebut. Di dalam pembelajaran ada beberapa faktor yang membuat pembelajaran tidak berjalan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri individu sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang diluar individu.

Guru pendidikan jasmani di sekolah dasar dituntut memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup untuk membelajarkan materi-materi pendidikan jasmani minimal materi-materi seperti yang tercantum dalam kurikulum penjas sekolah dasar, agar tujuan pembelajaran penjas

dapat tercapai serta kebutuhan anak akan bermacam-macam gerak dapat terpenuhi. Melalui aktivitas ritmik, kebutuhan akan gerak dasar anak dapat dikembangkan. Gerak untuk keterampilan tubuh dibedakan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif.

Tugas seorang guru adalah menciptakan strategi yang tepat guna menghasilkan siswa yang aktif, sehingga siswa mempunyai semangat dan motivasi yang tinggi untuk melakukan proses belajar. Guru juga harus peka ketika kegiatan belajar sudah terasa membosankan, maka guru harus segera memodifikasi metode pembelajaran yang digunakannya. Guru bertanggung jawab untuk membuat siswa tetap berada dalam suasana yang aktif dan kondusif selama proses pembelajaran berlangsung. Guru sering menyajikan materi dengan cara yang terlalu verbal. Penyajian materi secara verbal membuat guru sulit dalam menjelaskan pengertian, cara kerja dan penggunaan peralatan pembelajaran. Guru harus sadar bahwa kehadiran media pembelajaran dapat mendukung proses pembelajaran secara efisien dan efektif, terutama dalam membantu guru mencapai tujuan pembelajaran. Penyajian materi menggunakan alat peraga, diskusi, dan menghubungkan materi dengan kondisi nyata. Salah satu yang sering dihadapi saat ini yaitu pada permasalahan bagaimana cara membuat siswa aktif, kemudian dihadapkan juga dengan bagaimana membuat materi tetap tersampaikan secara berkelanjutan.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Guru/pendidik kurang memahami tentang aktivitas ritmik.
2. Kurangnya media pembelajaran dalam pembelajaran aktivitas ritmik.
3. Faktor yang menyebabkan pembelajaran tidak diselenggarakan.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang “faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar di kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Apa sajakah faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar di kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah ?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar di kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Manfaat Teoretis

- a. Bagi pembaca untuk mengetahui tentang faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik/gerak berirama di sekolah dasar di kecamatan ngadirejo.
- b. Dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian lain sejenis untuk mengupas lebih jauh tentang faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar di kecamatan Ngadirejo.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Bagi siswa manfaat penelitian ini tentunya sebagai peningkatan kompetensi pada mata pelajaran aktivitas ritmik, dan siswa juga dapat memahami konsep yang diberikan dengan baik dan memiliki semangat kuat dalam proses pembelajaran.

b. Bagi Guru

Bagi guru manfaat dari penelitian ini untuk meningkatkan cara melaksanakan proses kegiatan belajar mengajar lebih baik dan juga memberi kesempatan kepada siswanya untuk berperan aktif dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan.

c. Bagi Sekolah

Manfaat bagi sekolah dari penelitian ini agar sekolah memiliki referensi faktor penyebab tidak terselenggaranya pembelajaran aktivitas ritmik. Hasil penelitian ini memberikan manfaat dalam rangka perbaikan pembelajaran kelas, peningkatan kompetensi siswa, peningkatan hasil belajar siswa, dan menciptakan lulusan sekolah dasar yang berkualitas serta berkompeten dengan cara meningkatkan kompetensi siswa.

d. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi peneliti untuk kemampuan dan keterampilan dalam melakukan kegiatan mengajar. Hasil penelitian ini memberikan inspirasi dan referensi faktor tida terselenggaranya aktivitas ritmik. Hasil penelitian ini tentunya dapat menjadi pembelajaran peneliti tentang penyelesaian permasalahan yang ada di dalam kelas.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara guru dan peserta didik dengan terencana dalam sistem pendidikan untuk menyampaikan materi dengan pola pendekatan sehingga siswa lebih mudah menerima materi yang disampaikan sesuai keragaman dan kemampuan peserta didik yang berbeda-beda. Artinya siswa akan berhasil melakukannya dengan waktu dan macam gerak berbeda sesuai keterampilannya. Pembelajaran adalah pemberdayaan potensi peserta didik menjadi kompetensi. Kegiatan pemberdayaan ini tidak dapat berhasil tanpa ada orang yang membantu (Priastuti, 2015: 138).

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

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

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

didik. *Instruction* atau pembelajaran adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat internal (Hamalik, 2010: 58).

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (UU No. 20/2003, Bab I Pasal Ayat 20). Istilah “pembelajaran” sama dengan “*instruction* atau “pengajaran”. Pengajaran mempunyai arti cara mengajar atau mengajarkan. Dengan demikian pengajaran diartikan sama dengan perbuatan belajar (oleh siswa) dan Mengajar (oleh guru). Kegiatan pembelajaran adalah satu kesatuan dari dua kegiatan yang searah. Kegiatan belajar adalah kegiatan primer, sedangkan mengajar adalah kegiatan sekunder yang dimaksudkan agar terjadi kegiatan secara optimal. Sudjana yang dikutip Sugihartono (2007: 80) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat siswa belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang belajar, perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha. Diungkapkan oleh Rahyubi (2014: 234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-

komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, siswa, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

1) Tujuan Pembelajaran

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

2) Kurikulum

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

3) Guru

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

4) Siswa

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

5) Metode

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

6) Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan siswa. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan

siswa akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan siswa akan rendah atau bahkan tidak siswa akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

7) Alat Pembelajaran (media)

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

8) Evaluasi

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

Belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi dan berperan penting dalam pembentukan pribadi dan perilaku individu. Menurut Herbart (dalam Joe, 2009: 1), belajar adalah suatu proses pengisian jiwa dengan pengetahuan dan pengalaman yang sebanyak-banyaknya dengan melalui hafalan. Menurut N. L Gagne dan D.C Berliner (Anni, 2004: 2) dikemukakan bahwa: “belajar merupakan suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman”.

Dalam kegiatan pembelajaran, belajar dan mengajar keduanya saling terkait.

Kegiatan mengajar merupakan suatu kegiatan yang mengatur terciptanya suatu lingkungan belajar, sehingga dapat dikatakan bahwa proses belajar merupakan proses komunikasi antara guru dan peserta didik.

Jadi dari beberapa pengertian di atas yang dimaksud belajar dalam pembelajaran ini yaitu usaha sadar guru untuk membantu peserta didik agar mereka dapat belajar sesuai dengan kebutuhan.

b. Pengelolaan Proses Pembelajaran

Mengajar merupakan suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak sehingga terjadi proses belajar mengajar. Tugas dan tanggung jawab seorang guru adalah mengelola proses belajar mengajar yang selalu berusaha untuk meningkatkan kualitas belajar. Menurut Sumiati dan Asra (2009: 4) peran guru dalam pembelajaran yang dapat membangkitkan aktivitas siswa setidak-tidaknya menjalankan tugas utama, berikut ini: 1). Merencanaan pembelajaran, yang terinci dalam empat sub kemampuan yaitu perumusan tujuan pembelajaran, penetapan materi pembelajaran, penetapan kegiatan belajar mengajar, penetapan metode dan media pembelajaran, penetapan alat evaluasi: 2). Pelaksanaan pengajaran yang termasuk di dalamnya adalah penilaian pencapaian tujuan pembelajaran: 3). Mengevaluasi pembelajaran dimana evaluasi ini merupakan salah satu komponen pengukur derajat keberhasilan pencapaian tujuan, dan keefektifan proses pembelajaran yang dilaksanakan: 4). Memberikan umpan balik menurut Stone dan Nielson

(Sumiati dan Asra,2009: 7) umpan balik mempunyai fungsi untuk membantu peserta didik memelihara minat dan antusias siswa dalam melaksanakan tugas belajar. Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, serta pemberian sikap dan kepercayaan kepada peserta didik. Jadi dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik dapat berjalan dengan baik.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Pembelajaran

Hakikat kata faktor adalah sesuatu hal (keadaan, pristiwa) yang ikut menyebabkan (pengaruh) terjadinya sesuatu Depdiknas (2005:312). Sedangkan hakikat kata penghambat adalah hambat yang merupakan kata dasar dari penghambat berarti membuat sesuatu (perjalanan, pekerjaan,dsb) menjadi lambat atau tidak lancar. Sedangkan penghambat berarti orang yang menghambat alat yang dipakai untuk menghambat Depdiknas (2005:382).

Proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ditandai dengan adanya berbagai aktivitas jasmani yang ada didalamnya. Aktivitas-aktivitas jasmani tersebut disajikan oleh guru kedalam materi pembelajaran. Materi-materi pembelajaran tersebut akan disusun kedalam rencana pelaksanaan pembelajaran agar pembelajaran lebih terkonsep dan terkendali.

Menurut Slameto (2013: 54) mengungkapkan bahwa ,”faktor yang dapat mempengaruhi belajar adalah faktor intern dan ekstern. Faktor intern adalah faktor

yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. Faktor ekstern faktor yang berasal dari luar diri individu”.

a) Faktor Intern

Faktor yang ada dalam diri individu, yang sangat besar pengaruhnya terhadap aktivitas belajar seseorang.

1) Faktor jasmaniah

Jasmaniah adalah pengaruh utama dalam proses pembelajaran anak. Berikut penjelasan pengaruh jasmaniah terhadap pembelajaran menurut Slameto (2013: 54-55), yaitu:

a. Faktor kesehatan

Sehat berarti dalam keadaan segenap badan beserta bagian- bagianya bebas dari penyakit. Kesehatan adalah keadaan atau hal sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Proses belajar akan terganggu jika kesehatan seseorang terganggu. Selain itu ia akan cepat lelah, kurang bersemangat, mudah pusing, ngantuk dan lain-lain. Agar seseorang belajar dengan baik maka haruslah mengusahakan kesehatan badannya tetap terjamin.

b. Cacat tubuh

Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik/kurang sempurna mengenai tubuh/badan. Cacat itu dapat berupa buta, setengah buta, tuli, patah kaki, dan patah tangan, lumpuh dan lain-lain.

2) Faktor psikiologis

Menurut Slameto (2013: 55-59) sekurang-kurangnya ada tujuh faktor yang tergolong ke dalam faktor Psikologis. Berikut ini pembahasan lebih lanjut dari faktor-faktor tersebut, yaitu:

a. Intelegensi

Intelegensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui/menggunakan konsep-konsep yang abstrak secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat.

b. Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju kepada suatu objek (benda/hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbulah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar.

c. Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang diepelajari tidak sesuai dengan minat siswa, siswa tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya demikian sebaliknya

d. Bakat

Bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan nyata sesudah belajar atau berlatih. Adalah penting untuk mengetahui bakat siswa dan menempatkan siswa belajar di sekolah yang sesuai dengan bakatnya.

e. Motif

Dalam proses belajar haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik/padanya mempunyai motif untuk berpikir dan memusatkan perhatian, merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan/menunjang belajar.

f. Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. Belajarnya akan lebih berhasil jika anak sudah siap (matang). Jadi kemajuan baru untuk memiliki kecakapan itu tergantung dari kematangan belajar.

g. Kesiapan

Kesiapan adalah kesediaan untuk memberikan response atau bersaksi. Kesediaan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan.

3) Faktor kelelahan

Menurut Slameto (2013: 59-60) kelelahan merupakan faktor intern yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh kelelahan tersebut akan dijelaskan sebagai berikut:

Kelelahan disini dibagi dua yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani. Kelelahan jasmani terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang.

b) Faktor Ekstern

1) Guru sebagai pembina siswa belajar

Guru menjadi orang tua kedua bagi siswa karena menjadi sosok penting terhadap keberhasilan belajar siswa disekolah. Sebagai tenaga pendidik guru tidak hanya mengajar bidang studi tertentu namun juga harus mampu mendidik kepribadian dan tingkah laku siswa di sekolah. Selain itu guru berperan sebagai infomator, motivator, fasiliator, dan mediator, serta melaporkan hasil belajar siswa kepada orang tua siswa yang berguna sebagai evaluasi. Hal ini juga diperkuat oleh Winkel(2012:31) kemampuan guru dalam penyelesaian suatu tugas belajar bersama, penyelesaian diri dengan keadaan kelas, komentar yang membangun. Merupakan salah satu faktor dari guru yang mempengaruhi hasil belajar siswa.

2) Sarana dan prasarana pembelajaran

Sarana dan prasarana pembelajaran merupakan segala bentuk alat, perkakas, dan fasilitas yang dapat mendukung jalanya pembelajaran. Semakin lengkap sarana dan prasarana yang dimiliki, semakin baik pula pelaksanaan pembelajaran di sekolah, sehingga mampu meningkatkan hasil pembelajaran siswa. Oleh karena itu, keberadaan sarana dan prasarana sangat dibutuhkan dalam proses pelaksanaan pembelajaran, (Slameto dalam (Sutriyanto, 2009:12).

3) Lingkungan sosial siswa di sekolah

Dalam lingkungan sekolah, terbentuk suatu lingkungan sosial dimana siswa-siswi akan membentuk suatu lingkungan pergaulan, lingkungan inilah yang disebut dengan lingkungan sosial siswa. Keberadaan peran yang dimiliki oleh siswa di kelas maupun di sekolah, akan berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Apabila keberadaan siswa diterima dan diakui oleh lingkungan disekitarnya, maka siswa akan semakin cepat pula beradaptasi dengan proses belajar, sehingga mampu mendukung siswa untuk berprestasi dalam belajar (Slameto, 1995:72).

4) Kurikulum sekolah

Penyelenggaraan proses pembelajaran disesuaikan dengan kurikulum yang diterapkan di sekolah. Kurikulum yang diterapkan di sekolah adalah kurikulum yang sudah disahkan oleh pemerintah atau yayasan pendidikan sesuai dengan jenis pendidikannya. Kurikulum merupakan tujuan untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, oleh karena itu, dalam penerapan

kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat akan mampu mendukung jalanya proses pembelajaran di sekolah.

Secara umum dapat dikatakan suatu proses pembelajaran harus sesuai dengan tujuan pembelajaran. Dalam proses pembelajaran ada faktor pendukung dan faktor penghambat, kadang tidak sesuai dengan harapan, faktor-faktor yang mempengaruhi terhadap keberhasilan proses harus diperhatikan, faktor-faktor tersebut berkaitan satu sama lainnya.

Menurut Suryosubroto (1988:106-107) faktor-faktor yang mendukung proses pembelajaran disekolah meliputi:

- 1) Fator pada diri orang yang belajar
 - a) Keadaan fisik yang sehat, segar, kuat akan menguntungkan hasil belajar.
 - b) Keadaan mental/psikologis yang bersifat sesaat (monental) mampu terus menerus yang sehat, segar, baik, besar pengaruhnya terhadap hasil belajar. Adapun fungsi-fungsi jiwa yang besar peranya dalam hubungan dengan belajar adalah ingatan, perhatian, minat, kecerdasan (intelegensi), motivasi, kemauan, dan pikiran.
- 2) Faktor dari luar diri orang yang belajar
 - a) Alam fisik iklim, sirkulasi udara, keadaan cuaca dan sebagainya
 - b) Faktor sosial/psikologis, faktor yang utama adalah faktor guru yang mengarahkan serta membimbing kegiatan orang belajar serta yang menjadi salah satu sumber materi belajar.

Sarana (termasuk prasarana) baik fisik maupun non fisik memainkan peranan penting dalam mencapai hasil belajar (gedung, kelas,

- c) perlengkapan, laboratorium, perpustakaan buku pelajaran, alat-alat peraga termasuk prasarana/sarana fisik) sedang suasana yang paedagogis, tenang, gembira, aman adalah prasarana/sarana yang non fisik.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan gambaran tentang faktor-faktor yang berpengaruh terhadap proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Faktor-faktor tersebut terdiri dari faktor dari dalam diri siswa (internal) dan faktor dari luar diri siswa (eksternal). Faktor internal tersebut meliputi jasmaniah, psikologis dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal meliputi guru, sarana dan prasarana, lingkungan sosial dan alam. Hal ini harus diperhatikan oleh pihak sekolah supaya tidak menghambat jalanya proses pembelajaran disekolah.

3. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Pendidikan jasmani atau yang lebih dikenal Penjas merupakan salah satu mata pelajaran formal, yang telah diberikan mulai dari sekolah dasar hingga sekolah menengah. Peranan pendidikan jasmani sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Suryobroto (2004: 16) menyatakan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Lutan (2004: 1) menyatakan

pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Selain itu pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya.

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

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

Sukintaka (2004: 55) menyatakan pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Melalui proses pembelajaran jasmani diharapkan akan terjadi perubahan pada peserta didik. Proses belajar tersebut terjadi karena ada rangsang yang dilakukan oleh guru. Guru memberikan rangsang dengan aneka pengalaman belajar gerak, di sisi

lain siswa akan membalas respon melalui aktivitas fisik yang terbimbing. Melalui respon itulah akan terjadi perubahan perilaku. Pelaksanaan pembelajaran praktek pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara garis besar dilakukan dalam tiga tahapan yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti, dan kegiatan penutup (Suherman, 2000: 34). Agar mempunyai profil guru pendidikan jasmani yang disebutkan di atas, menurut Sukintaka (dalam Subagyo, Komari, & Pambudi, 2015) guru pendidikan jasmani dapat memenuhi persyaratan sebagai berikut:

- a. Sehat jasmani maupun rohani, dan berprofil olahragawan
- b. Berpenampilan menarik
- c. Tidak gagap
- d. Tidak buta warna
- e. Pandai (cerdas)
- f. Energik dan berketerampilan motorik.

Pendidikan Jasmani bukan semata-mata berhubungan dengan pembinaan fisik saja, akan tetapi lebih mengarah kepada pembinaan siswa secara utuh. Hal ini dikemukakan Syarifudin dalam Made (2008: 33) “Pendidikan Jasmani merupakan pendidikan yang bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani anak, melainkan melalui aktivitas jasmani secara multilateral dikembangkan pula potensi lainnya yang afektif dan kognitif anak”. Utama (2011: 3) menyebutkan bahwa berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Salah satu tujuan

pendidikan jasmani yaitu melalui aktivitas jasmani diupayakan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial. Pernyataan ini mungkin yang secara tegas dijadikan asumsi dasar oleh guru pendidikan jasmani dengan memilih cara menyampaikan tujuan pembelajaran yang berorientasi pada tujuan keseluruhan. Sedangkan untuk memudahkan penyampaian tujuan pembelajaran secara keseluruhan agar mudah dimengerti oleh peserta didik, upaya yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani adalah dengan merumuskan tujuan umum atau menyeluruh tersebut dirumuskan secara khusus. Secara eksplisit, tujuan-tujuan khusus pembelajaran pendidikan jasmani termuat dalam kompetensi dasar pada setiap semester dan tingkatan kelas yang menjadi target belajar siswa (Hendrayana, dkk., 2018).

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

4. Hakikat Pembelajaran Senam Sekolah Dasar

Senam merupakan 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 biasa mengikuti gerak pemakainya. *Gymnastics* dalam bahasa Yunani berasal dari kata *gymnazien* yang artinya berlatih atau melatih diri.

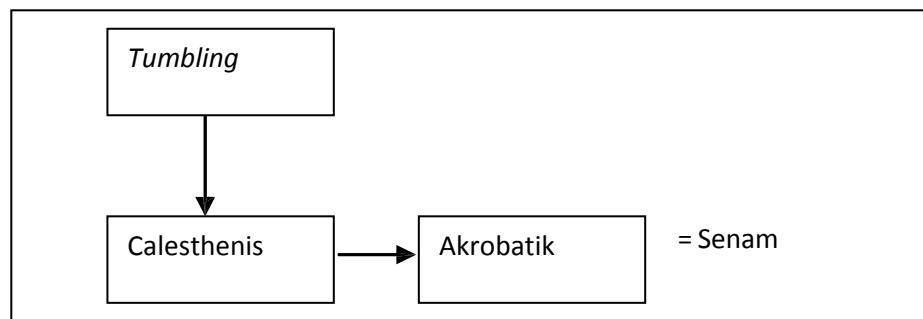
Soekarno, (2000: 31) menjelaskan di Yunani pada tahun 1000 SM sampai tahun 476 para pemuda Yunani sering berlatih atau melatih diri supaya mampu menjadi warga yang baik sesuai cita-cita negara untuk menjadikan penduduknya sebagai manusia yang harmonis. Filsuf-filsuf di Yunani seperti Socrates, Plato, dan Aristoteles telah mendukung latihan fisik, dengan tujuan untuk meningkatkan keindahan, kecantikan, kekuatan, serta efisiensi gerak.

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

Senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan,

kelentukan, agilitas, dan ketepatan dengan koordinasi yang sesuai dan tata urutan gerak yang selaras akan terbentuk rangkaian gerak *artistic* yang menarik.

Pedoman untuk memperjelas pengertian senam adalah sebagai berikut:



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

Mahendra (2000: 10) menjelaskan bahwa gambar di atas kegiatan fisik jika digabungkan dengan ketiga unsur di atas dapat menjadi senam, karena senam terdiri dari tiga unsur-unsur yaitu kalestenik, tublik, dan akrobatik. Soekarno, (2000: 30) memberikan penjelasan *calesthenic*, *tumbling*, dan *akrobatik* sebagai berikut:

a. Calesthenic

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

b. Tumbling

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

c. *Akrobatik*

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

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

Pembelajaran senam di sekolah memiliki sasaran paedagogik. Mahendra (2000: 10) menyatakan bahwa "pembelajaran senam di sekolah atau dikenal dengan senam kependidikan merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan". Artinya, pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan

dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam. Artinya, senam kependidikan lebih menitikberatkan pada tujuan pembelajaran, yaitu pengembangan kualitas fisik dan pola gerak dasar. Oleh klarena 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.

5. Hakikat Aktivitas Ritmik

Hakikat Aktifitas Ritmik Gerak ritmik sama halnya dengan gerak tari, memiliki tiga unsur pokok yaitu gerakan irama dan kreativitas. Ketiganya saling mendukung dan berkaitan. Dari tiga unsur pokok tersebut, yang disebut dengan gerakan adalah perubahan posisi atau sikap, sedangkan irama yaitu keadaan gerak dan bunyi yang teratur dan tetap. Aktivitas ritmik selain dapat menyehatkan tubuh, juga membuat orang gembira.

Dalam aktivitas ritmik selain harus ada keharmonisan gerak dan irama, juga harus ada kombinasi gerakan antara gerak lengan dan kaki, kepala dan tangan serta variasi langkah. Dibandingkan dengan senam alat maupun senam artistik, senam ritmik memiliki kemungkinan pengembangan yang lebih luas. Alat latihan

yang dibutuhkan tidak seperti pada senam alat atau artistik sehingga memungkinkan dijarkan secara klasikal. Alat latihan yang diperlukan dalam senam ritmik, pengadaanya relatif lebih mudah dicari terutama kalau kita melihatnya dari sisi pendidikan seperti bola yang bisa menggunakan bola karet ataupun bola plastik yang banyak terdapat di toko atau pasar. Tali, bisa memfaatkan tali yang biasa dipakai untuk kegiatan Pramuka atau bisa juga pita yang dapat dibuat sendiri, karena bahannya mudah diperoleh di toko bahan pakaian dan tangkainya bisa dibuat dari bahan bambu. Yang mungkin agak sulit adalah alat gada, tapi tidak menutup kemungkinan untuk menggunakan bahan lain seperti pipa pralon atau dari tongkat Pramuka.

Dalam pembelajaran Senam Ritmik irama musik harus selalu mengiringi latihan mulai pertama kali si anak mengikuti latihan atau belajar senam. Musik yang dipakai harus berirama lembut dan dinamis sehingga pesenam dapat menikmatinya selama melakukan gerakan senam. Sedangkan guru atau pelatih hendaknya memiliki “sence of music” sehingga dia dengan mudah menyelaraskan gerakan dengan irama. Sebelum melakukan aktivitas ritmik harus didahului dengan latihan persiapan untuk penyeimbangan perkembangan kelompok otot dan perbaikan kelentukan disemua persendian tubuh. Dalam latihan persiapan, perhatian hendaknya dapat diberikan terhadap sikap tubuh yang baik serta keterlibatan yang aktif seluruh bagian tubuh dalam setiap gerakan.

Aktivitas ritmik adalah rangkaian gerakan manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semata-mata gerakan tubuh mengikuti irungan musik atau ketukan di luar musik (Agus

Mahendra, 2008). Menurut (Suharjana, 2010:3) aktivitas ritmik memiliki karakteristik sebagai gerak kreatif yang lebih dekat ke wilayah seni, sehingga pembahasan aktivitas ritmik disandarkan pada teori tari atau dansa.

Tarian pada dasarnya adalah merupakan sebuah gerakan ekspresif dengan maksud untuk menyatakan perasaan bagi anak yang melakukannya. Tarian meliputi seluruh gerakan yang berhubungan dengan perasaan, ekspresi, komunikasi, kepribadian, serta unsur-unsur subjektif dari keberadaan masing-masing anak. Kehidupan sehari-hari, anak sering melakukan gerakan ekspresif walaupun secara tidak kita sadari. Sebagai contoh, anak sering menggunakan gerakan isyarat atau gerak tubuh untuk menunjukkan atau memperkuat terhadap apa yang ia maksudkan kepada anak lain (Suharjana, 2010:3).

Pengertian dansa adalah aktivitas gerak ritmis yang biasanya dilakukan dengan irungan musik, dapat pula dikatakan sebagai sebuah alat ungkapan atau ekspresi dari suatu lingkup budaya tertentu. Kemudian berkembang, dansa dipergunakan untuk hiburan agar memperoleh kesenangan, disamping sebagai alat untuk menjalin komunikasi dalam pergaulan, serta sebagai kegiatan yang menyehatkan (Suharjan, 2010:4).

Menurut Suharjana, (2010:5) aktivitas ritmik sangat mengandalkan keserasian antara gerak tubuh dengan irama. Ada empat aspek dalam struktur irama yang meliputi:

1) Ketukan (*Pulse Beat*)

Ketukan adalah nada atau bunyi yang mendasari struktur irama. Pengenalan ketukan terhadap anak dapat melalui bunyi dari langkah, detiknya

jarum jam, metronome, tepukan tangan dan sebagainya. Ketukan dapat terjadi dalam tempo yang cepat sedang, atau lambat, serta dalam tingkatan kecepatan yang tetap maupun berubah-ubah.

2) Aksen

Agerakan keras ekstra. Dapat pula dalam bentuk kemampuan suku kata yang diberi tekanan atau satuan ketukan yang diberi tekanan atau diaksentuasi.

3) Pola Irama

Pola irama adalah rangkaian suara atau gerakan pendek yang diletakkan di atas ketukan yang mendasari, pola irama ini dapat bersifat rata dan dapat pula tidak rata. Contoh dari pola irama yang rata seperti gerak jalan, lari, lompat, hop, leap dan walz. Sedangkan contoh dari pola rata seperti berderap, skip, langkah-tutup-langkah.

4) Birama Musik

Birama adalah pengelompokan alami dari satuan ukuran untuk memberikan rasa tergenapi sementara. Birama sedikitnya terdiri dari dua ukuran panjang dan merupakan ekspresi dari gagasan atau konsep yang utuh dari musik. Satu ragkaian gerak dibuat setiap irama musik.

Gerakan hendaknya seperti gulungan ombak yang mengalir dari satu bagian tubuh kebagian tubuh lainnya. Bentuk latihan dibagi dalam gerakan lengan dan tangan, tungkai dan kaki, tubuh bagian atas maupun relaksasi. Sedangkan untuk gerak dasar aktivitas ritmik terdiri dari :

- b. Gerakan langkah kaki
 - 1) Langkah kaki kedepan/ke belakang
 - 2) Langkah kaki kesamping kanan/kiri
 - 3) Langkah serong
- c. Gerakan ayunan lengan
 - 1) Ayunan dua lengan kemuka dan kebelakang
 - 2) Ayunan dua lengan samping kanan/kiri
 - 3) Ayunan lengan silang dan rentang dimuka dada

6. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar

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

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

khusus, ingin tahu, ingin belajar, realistik. Lebih lanjut menurut Partini (2011: 116), ciri khas anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar adalah:

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

Sekolah dasar merupakan awal dari suatu pendidikan selanjutnya pada tahap ini adalah tahap perpindahan dari lingkungan keluarga ke lingkungan sekolah yang besar pengaruhnya terhadap perkembangan jasmani dan rohani. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak, sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Rahyubi (2012: 220) menyatakan bahwa fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain mucul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan.

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

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

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

7. Peran Guru dalam Aktivitas Pembelajaran

Menurut Sugihartono,(2013:85) Peran guru dalam aktivitas pembelajaran sangat kompleks. Guru tidak sekedar menyampaikan ilmu pengetahuan kepada anak didiknya, akan tetapi guru juga dituntut untuk memainkan berbagai peran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi anak didiknya secara optimal. Djamarah (2000:85) merumuskan peran guru dalam pembelajaran sebagai berikut:

- a. Informator

Sebagai infomator guru harus dapat memberikan informasi yang baik dan efektif mengenai materi pembelajaran yang telah diprogramkan dalam kurikulum serta informasi mengenai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

b. Motivator

Sebagai motivator guru berperan untuk mendorong anak didiknya agar senantiasa memiliki motivasi tinggi dan aktif belajar. Sehingga siswa mempunyai niat untuk belajar lebih giat lagi.

c. Fasilitator

Sebagai fasilitator guru hendaknya dapat menyediakan fasilitas yang memungkinkan anak didik dapat belajar secara optimal. Fasilitas yang disediakan tidaknya fasilitas fisik seperti ruang kelas yang memadai atau media belajar yang lengkap, akan tetapi fasilitas pesikis seperti kenyamanan batin dalam belajar, intraksi guru dengan anak didik yang harmonis, maupun adanya dukungan penuh guru sehingga anak didik memiliki motivasi tinggi dalam belajar.

d. Mediator

Sebagai mediator guru dapat berperan sebagai penyedia media dan penengah dalam peroses pembelajaran anak didik. Melalui guru, siswa dapat memperoleh materi pembelajaran dan umpan balik hasil belajar.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Penelitian oleh Ari Wahyudi (2015) dalam penelitian yang berjudul “Peningkatan pembelajaran Aktivitas Ritmik melalui Audio Visual bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede

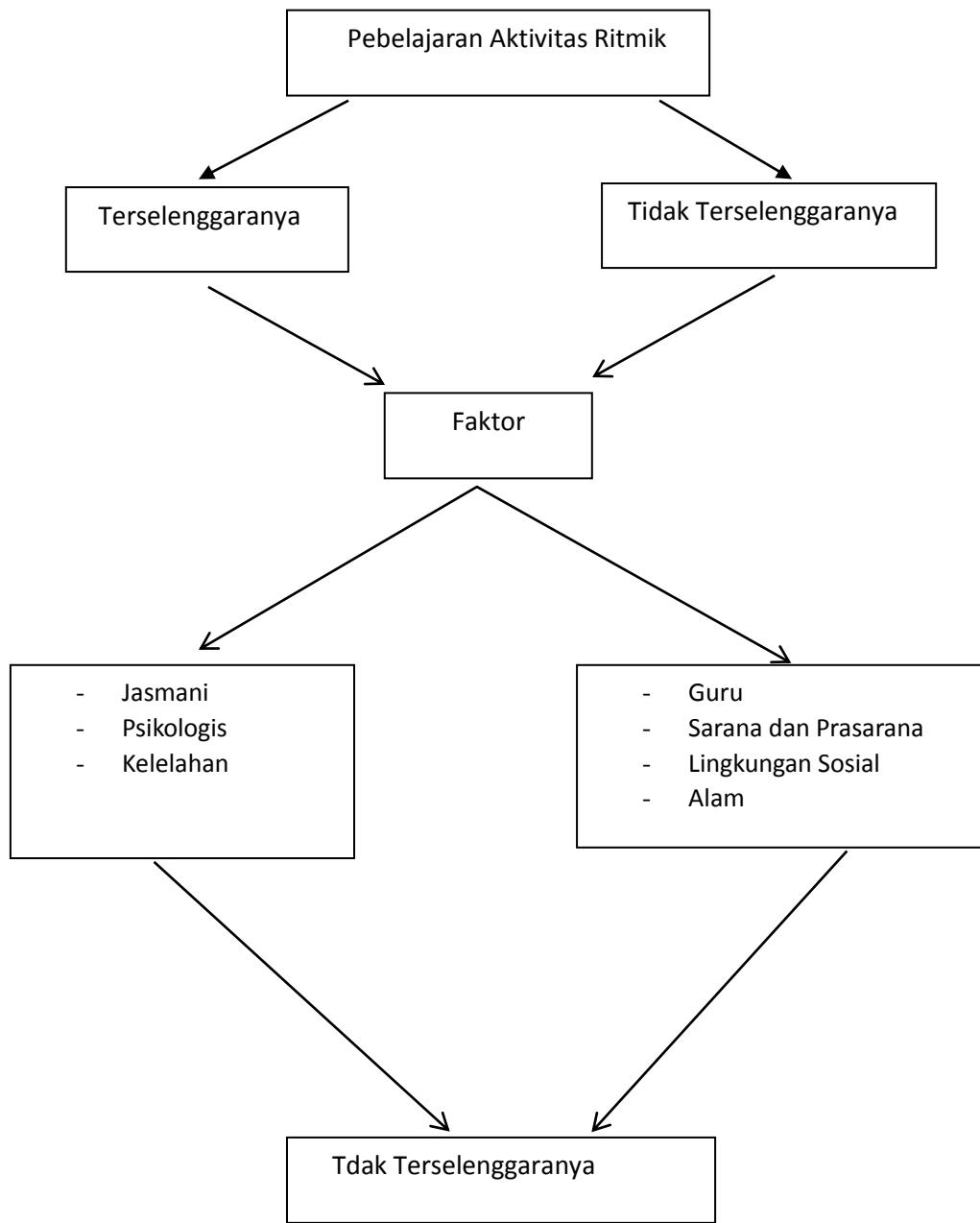
Kabupaten Banyumas". Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas II di MI Islamiah Somakaton sebanyak 20 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah seluruh populasi. Adapun teknik pengambilan data dengan observasi, catatan lapangan, wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis data kualitatif. Hasil penelitian penerapan media pembelajaran aktivitas ritmik melalui audio visual (video) bagi peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton menunjukkan peningkatan hasil pembelajaran dari siklus I memperoleh rata-rata hasil 73 dan kurang dari KKM 76 meningkat menjadi 85,2 pada siklus II. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan media melalui audio visual (video) mampu meningkatkan pembelajaran aktivitas ritmik peserta didik kelas II MI Islamiah Somakaton.

2. Penelitian oleh Lenis Ary Sonta (2015) dalam penelitian yang berjudul "Peningkatan Hasil Belajar Gerak Dasar Ritmik Dengan *Cooperative Learning* Metode Jigsaw Kelas V SD Negeri 3 Pekalongan". Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas V di SD Negeri 3 Pekalongan sebanyak 22 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah seluruh populasi. Adapun teknik pengambilan data dengan tes, observasi dan angket siswa. Analisis data menggunakan analisis diskriptif kuantitatif. Hasil penelitian yang telah dilakukan pada siklus 1 diperoleh hasil baru sebanyak 31% siswa yang dapat memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) sedangkan 68% siswalainya belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Dari hasil tersebut maka di putuskan perlu dilaksanakanya siklus 2. Dari hasil

pelaksanaan siklus 2 diperoleh hasil bahwa hanya 9% siswa dari 22 siswa yang tidak dapat memenuhi kriteria ketuntasan minimal dan 90% siswa lainnya telah dapat memenuhi kriteria ketuntasan minimal (KKM) siswa makakesimpulan yang dapat diambil adalah “Terdapat peningkatan hasil belajar siswa yang akhirnya memenuhi KKM sebanyak 90% (20 siswa) dari 22 siswa.

C. Kerangka Berpikir

Aktivitas ritmik merupakan salah satu aspek yang diajarkan dalam pembelajaran penjasorkes di tingkat sekolah dasar yang meliputi ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai, serta aktivitas lainnya. Pembelajaran aktivitas ritmik bertujuan untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (*motorability*). Dalam pembelajaran aktivitas ritmik guru jarang melakukan pembelajaran. Sebagian besar guru tersebut mengalami hambatan dalam pembelajaran aktifitas ritmik. Hal ini dikarenakan adanya faktor-faktor yang menjadi penghambat pembelajaran aktifitas ritmik yang dialami oleh guru PJOK sekolah dasar di kecamatan ngadirejo. Faktor-faktor yang disangka menjadi penghambat pembelajaran aktivitas ritmik dalam penjasorkes yang dialami oleh guru PJOK sekolah dasar di kecamatan Ngadirejo terbagi menjadi dua faktor utama yaitu: Faktor intern dan faktor ekstern. Faktor internal meliputi jasmani dan psikologis, adapun dari faktor eksternal meliputi guru, siswa, sarana dan prasarana dan lingkungan sosial.



Gambar 2. Faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di sekolah dasar di Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah faktor-faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di sekolah dasar di Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah. Hambatan berarti segala sesuatu yang dapat menimbulkan tidak terselenggaranya belajar siswa, khususnya dalam aktivitas ritmik, yang terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal. Operasional variabel untuk mengetahui faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik dari faktor internal, yaitu jasmani dan psikis, serta faktor eksternal yang meliputi guru, kelengkapan fasilitas, lokasi, hubungan sosial, dan materi aktivitas ritmik, yang diukur menggunakan angket.

C. Populasi Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru pendidikan olahraga dan kesehatan di sekolah dasar di Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah. Semua populasi digunakan sebagai penelitian jadi

penelitian tidak menggunakan sampel. Populasi penelitian ini guru PJOK sekolah dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung yang berjumlah 28 orang.

Tabel 1. Populasi Sekolah

No	Nama Sekolah	No	Nama Sekolah
1	SD N 2 Giripurno	15	SD N 3 Katekan
2	SD N 1 Campursari	16	SD N Banjarsari
3	SD N 1 Dlimoyo	17	SD N Gejagan
4	SD N 1 Giripurno	18	SD N Gondangwinagun
5	SD N 1 Mangunsari	19	SD N 1 Katekan
6	SD N 1 Ngadirejo	20	SD N 1 Purbosari
7	SD N 1 Tegalrejo	21	SD N Karanggedong
8	SD N 2 Campursari	22	SD N Kataan
9	SD N 2 Dlimoyo	23	SD N Manggong
10	SD N 2 Katekan	24	SD N Medari
11	SD N 2 Mangunsari	25	SD N Munggangsari
12	SD N 2 Ngadirejo	26	SD N Ngarem
13	SD N 2 Purbosari	27	SD N Petirrejo
14	SD N 2 Tegalrejo	28	SD N Pringapus

D. Instrumen Penelitian dan Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian ini menggunakan angket yang dibatasi menjadi dua jenis, yaitu angket terbuka adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden dapat memberikan isian sesuai dengan kehendak dan keadaannya. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai.

a. Uji Validitas

Validitas adalah keadaan yang menggambarkan tingkat instrumen yang bersangkutan mampu mengukur apa yang akan diukur (Arikunto, 2016). Uji validitas yang digunakan dalam instrument ini adalah validitas internal berupa validitas butir soal. Uji validitas ini digunakan untuk mengetahui apakah butir soal yang digunakan sahih atau valid. Analisis butir soal dalam angket ini menggunakan rumus *Person Product Moment*.

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n\sum x^2 - (\sum x)^2\}\{n\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total

x = skor butir

y = skor total

n = banyaknya subjek

Selanjutnya harga koefisien korelasi yang diperoleh (r_{xy} atau r hitung) dibandingkan dengan nilai r tabel. Apabila r hitung yang diperoleh lebih tinggi dari r tabel pada taraf signifikansi 5% maka butir soal dinyatakan valid. Sebaliknya, jika r hitung lebih kecil dari r tabel maka butir soal dinyatakan tidak valid atau gugur. Uji coba angket dilakukan kepada 10 sampel. R-tabel 10 sampel dengan tingkat kesalahan (signifikansi) 0,05 sebesar 0,5760. Nilai hasil uji validitas diatas 0,5760 dinyatakan valid sedangkan nilai di bawah 0,5760 dinyatakan tidak valid. Total soal yang valid terdapat 28 soal dan yang tidak valid terdapat 3 soal.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2016). Dalam uji reliabilitas ini butir soal yang diujikan hanyalah butir soal yang valid saja, bukan semua butir soal yang diuji cobakan. Apabila diperoleh angka negatif, maka diperoleh korelasi yang negatif. Ini menunjukkan adanya kebalikan urutan. Indeks korelasi tidak pernah lebih dari 1,00 (Arikunto, 2016). Hasil skornya diukur korelasinya antar skor jawaban pada butir pertanyaan yang sama dengan bantuan komputer *Statistical program for society science* (SPSS), dengan fasilitas *Cronbach Alpha* (α). Suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* $> 0,60$. Hasil uji coba instrument menunjukkan hasil $0,758$. Hasil tersebut lebih besar dari $0,60$. Maka instrumen penelitian dinyatakan Reliabel.

Rumus *Cronbach Alpha*, sebagai berikut:

$$r_{11} = \frac{(k)}{(k-1)} \frac{(1 - \sum \sigma b^2)}{\sigma^2 t}$$

Keterangan:

r_{11} = reliabilitas instrumen

k = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$ = jumlah varians butir

$\sigma^2 t$ = varians total

Pengambilan sampel sebagai uji coba angket dan sebagai perhitungan pada uji validitas serta uji reliabilitas dilakukan pada guru pendidikan jasmani, olahraga

dan kesehatan di sekolah dasar se-Kecamatan Jumo Kabupaten Temanggung.

Jumlah sampel uji coba sebesar 10 responden.

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan	Jumlah
Faktor tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar se-kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung	1. Internal	a. Jasmani Siswa	1, 2, 3, 4, 5, 6	13
		b. Psikologi siswa	7, 8, 9, 10, 11	
		c. Kelelahan	12, 13	
	2. Eksternal	a. Guru	14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	15
		b. Sarana dan Prasarana	21, 22, 23, 24, 25	
		c. Lingkungan sosial	26, 27	
		d. Alam	28	
	Jumlah			28

2. Pengumpulan Data

Arikunto (2006: 101), menyatakan bahwa instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya bentuk instrumen pendukung yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen angket.

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2014: 142). Cara pemerolehan data dari penelitian ini adalah dengan cara responden mengisi angket yang telah disediakan oleh penulis, jenis angket pada penelitian ini adalah angket terbuka.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase, karena yang termasuk dalam statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, piktogram, perhitungan *mean*, *modus*, *median*, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data perhitungan rata-rata, standar deviasi, dan persentase.

Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = frekuensi

N = jumlah Responden

Untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan pengkategorian.

Kategori tersebut terdiri atas lima kriteria, yaitu: sangat baik, baik, sedang, jelek, sangat jelek. Dasar penentuan kemampuan tersebut adalah menjaga tingkat konsistensi dalam penelitian. Pengkategorian tersebut menggunakan *mean* dan standar deviasi. Menurut Azwar. (2010) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala yang dimodifikasi pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Penilaian Faktor Penghambat Aktivitas Ritmik

	Interval	Kategori
1	$X > M + 1,5 SD$	Sangat Menghambat
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Menghambat
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup Menghambat
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Tidak Menghambat
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Tidak Menghambat

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*Mean*)

X : skor

S : standar deviasi

Untuk menentukan kategori dalam penilaian pengelolaan hasil penelitian dengan kriteria konversi, menurut Suharsimi Arikunto (2002: 207), kemudian data tersebut diinterpretasikan ke dalam lima tingkatan, yaitu:

Tabel 4. Tingkatan Kategori

No	Interval	Kategori
1	81% - 100%	Sangat Menghambat
2	61% - 80%	Menghambat
3	41% - 60%	Cukup Menghambat
4	21% - 40%	Tidak Menghambat
5	0% - 20%	Sangat Tidak Menghambat

(Arikunto, 2002: 207)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di sekolah dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 9 Mei 2019 – 25 Mei 2019. Subjek dari penelitian ini adalah guru pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan yang ada di sekolah dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah yang berjumlah 26 guru.

B. Hasil Uji Hipotesis/Jawaban Pertanyaan Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan hasil-hasil pengumpulan data yaitu tentang jawaban responden atas angket yang diberikan kepada responden untuk mengukur seberapa besar faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah. Data untuk mengidentifikasi menggunakan angket yang terdiri dari 28 pertanyaan yang terbagi dalam dua faktor, yaitu; faktor internal dan faktor eksternal. Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase menggunakan bantuan komputer progam SPSS versi 25 *for windows*. Dari analisis data faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah diperoleh skor terendah (*minimum*) 66, skor tertinggi (*maximum*) 100, rata-rata (*mean*) 87.50, simpangan baku (*standar Deviation*) 7.37.

Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 5. Deskripsi statistik penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar

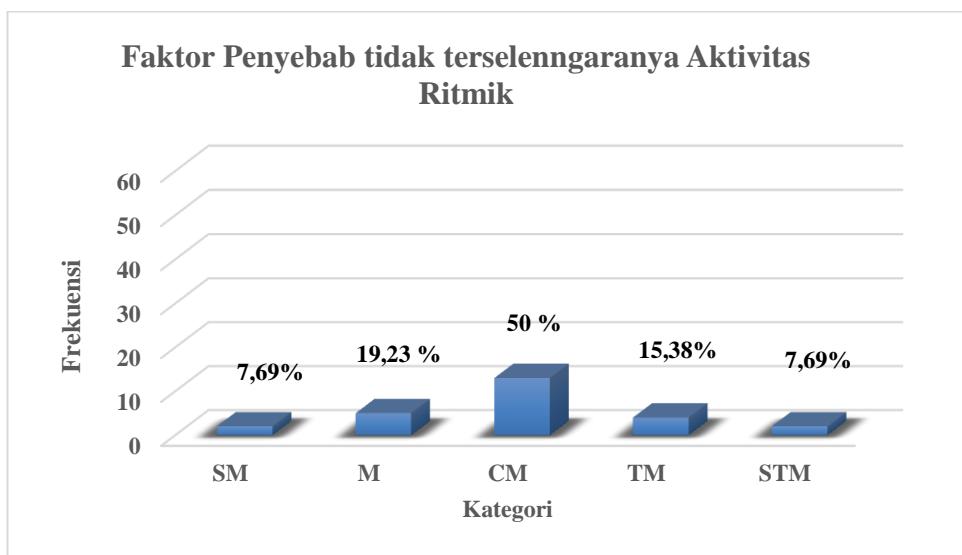
Statistic	
<i>N</i>	26
<i>Mean</i>	87,50
<i>Std. Deviation</i>	7,37
<i>Minimum</i>	66
<i>Maximum</i>	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk dsitribusi frekuensi, maka data faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tenagh adalah sebagai berikut.

Tabel 6. Deskripsi frekuensi penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Percentase (%)
1	$X > 98,55$	Sangat Menghambat	2	7,69%
2	$91,19 < X \leq 98,55$	Menghambat	5	15,38%
3	$83,82 < X \leq 91,92$	Cukup Menghambat	13	50%
4	$76,45 < X \leq 83,82$	Tidak Menghambat	4	19,23%
5	$X \leq 76,45$	Sangat Tidak Menghambat	2	7,69%
Jumlah			26	100%

Apabila ditabelkan dalam bentuk histogram, maka data penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di sekolah dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah adalah sebagai berikut.



Gambar 3. Histogram penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah

Keterangan:

- SM : Sangat Menghambat
- M : Menghambat
- CM : Cukup Menghambat
- TM : Tidak Menghambat
- STM : Sangat Tidak Menghambat

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah yang berada pada kategori sangat menghambat sebesar 7.69%, kategori menghambat sebesar 19.23%, kategori cukup menghambat sebesar 50%, kategori tidak menghambat sebesar 15.38%, dan kategori sangat tidak menghambat sebesar 7,69%. Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 87,5, bahwa bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah masuk dalam kategori cukup menghambat.

Rincian mengenai bahwa bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor: faktor internal dan faktor eksternal adalah sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Bahwa bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor Internal diperoleh skor terendah (*minimum*) 35, skor tertinggi (*maximum*) 49, rata-rata (*mean*) 41,42, simpangan baku (*standar Deviation*) 3,47. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 7. Deskripsi statistik faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik berdasarkan faktor internal

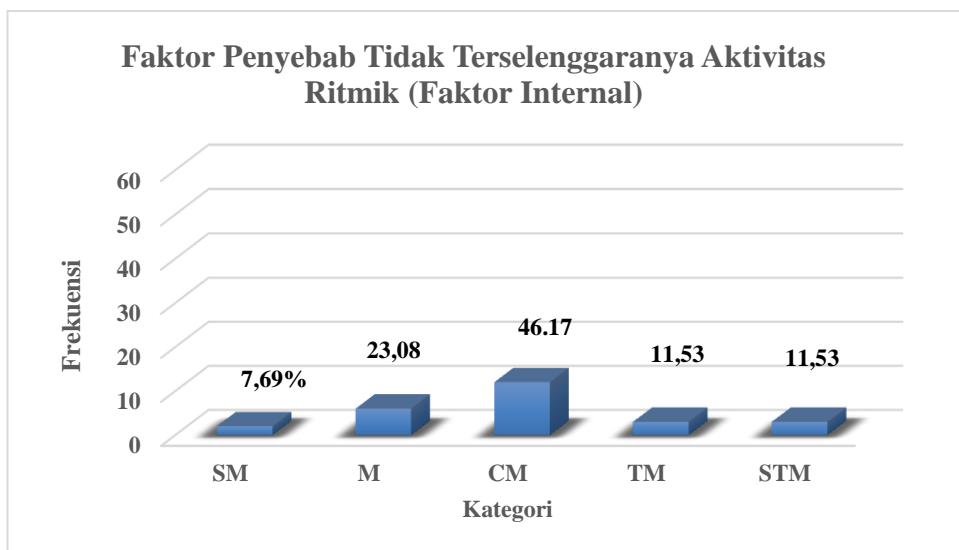
<i>Statistic</i>	
<i>N</i>	26
<i>Mean</i>	41.42
<i>Std. Deviation</i>	3.47
<i>Minimum</i>	35
<i>Maximum</i>	49

Apabila ditampilkan dalam bentuk dsitribusi frekuensi, maka bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal adalah sebagai berikut.

Table 8. Deskripsi frekuensi faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik berdasarkan faktor internal

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	$X > 46.64$	Sangat Menghambat	2	7.69%
2	$43.16 < X \leq 46.64$	Menghambat	6	23.08%
3	$39.68 < X \leq 43.16$	Cukup Menghambat	12	46.17%
4	$36.20 < X \leq 43.52$	Tidak Menghambat	3	11.53%
5	$X \leq 36.20$	Sangat Tidak Menghambat	3	11.53%
Jumlah			26	100%

Apabila ditabelkan dalam bentuk histogram, maka data bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal adalah sebagai berikut.



Gambar 4. Histogram faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal

Keterangan:

SM : Sangat Menghambat
 M : Menghambat
 CM : Cukup Menghambat

TM : Tidak Menghambat
 STM : Sangat Tidak Menghambat

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal yang berada pada kategori sangat menghambat sebesar 11,53%, kategori menghambat sebesar 11,53%, kategori cukup menghambat sebesar 46,15%, kategori tidak menghambat sebesar 23,07%, dan kategori sangat tidak menghambat sebesar 7,69%. Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 41,42, bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal masuk kedalam kategori cukup menghambat. Di dalam faktor internal indikator yang menghambat yang paling tinggi yaitu jasmani siswa dengan nilai 48,10 %

2. Faktor Eksternal

Bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor eksternal diperoleh skor terendah (*minimum*) 31, skor tertinggi (*maximum*) 53, rata-rata (*mean*) 46,08, simpangan baku (*standar Deviation*) 5.10. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada table sebagai berikut.

Tabel 9. Deskripsi statistik faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik berdasarkan faktor eksternal

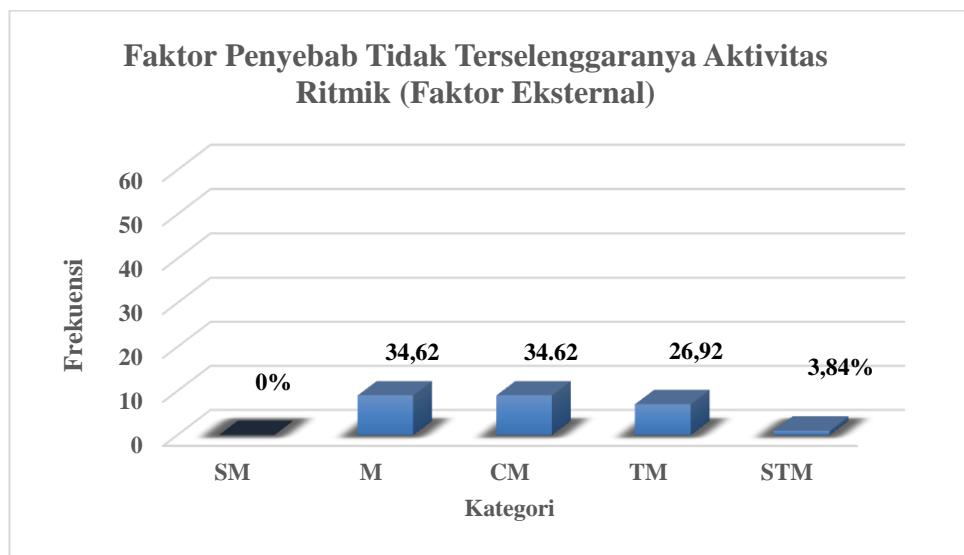
Statistic	
<i>N</i>	26
<i>Mean</i>	46.08
<i>Std. Deviation</i>	5.10
<i>Minimum</i>	31
<i>Maximum</i>	53

Apabila ditampilkan dalam bentuk dsitribusi frekuensi, maka data bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor eksternal adalah sebagai berikut.

Tabel 10. Deskripsi frekuensi faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik berdasarkan faktor eksternal

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Percentase (%)
1	$X > 53.75$	Sangat Menghambat	0	0%
2	$48.64 < X \leq 53.75$	Menghambat	9	34.62%
3	$43.52 < X \leq 48.64$	Cukup Menghambat	9	34.62%
4	$38.42 < X \leq 43.52$	Tidak Menghambat	7	26.92%
5	$X \leq 38.42$	Sangat Tidak Menghambat	1	3.84%
Jumlah			26	100%

Apabila ditabelkan dalam bentuk histogram, maka data bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor eksternal adalah sebagai berikut.



Gambar 5. Histogram faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah bedasarkana faktor eksternal

Keterangan:

- SM : Sangat Menghambat
- M : Menghambat
- CM : Cukup Menghambat
- TM : Tidak Menghambat
- STM : Sangat Tidak Menghambat

Berdasarkan tabel dan grafik diatas menunjukkan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor eksternal yang berada pada kategori sangat menghambat sebesar 3,84%, kategori menghambat sebesar 26,92%, kategori cukup menghambat sebesar 34,61%, kategori tidak menghambat sebesar 34,61%, dan kategori sangat tidak menghambat sebesar 0%. Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 46.08, bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor eksternal masuk kedalam kategori cukup menghambat. Di dalam faktor eksternal indikator menghambat yang paling tinggi yaitu guru dengan nilai 48,76 %

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah berdasarkan faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan

Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah masuk dalam kategori “Cukup Menghambat”.

Menurut Slamerto (2013:54) mengatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi belajar adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu.:

Berdasarkan hasil penelitian ini, bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung berdasarkan faktor internal yaitu 47,35%. Nilai rata-rata yaitu 41,42, berdasarkan faktor internal masuk kedalam kategori cukup menghambat. Sedangkan berdasarkan faktor eksternal yaitu 52,65%. Nilai rata-rata yaitu 46,08, berdasarkan faktor Eksternal masuk kedalam kategori cukup menghambat.

Berdasarkan hasil dari faktor internal dan eksternal bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung nilai rata-rata yaitu 87,5, Faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung masuk kedalam kategori cukup menghambat. Dari kedua faktor internal dan eksternal menunjukkan pengaruh yang sama yaitu berada pada kategori cukup menghambat. Berdasarkan hasil penelitian ini menyatakan bahwa kategori guru terhadap pembelajaran aktivitas ritmik adalah cukup menghambat, sehingga jika pembelajaran aktivitas ritmik akan diselenggarakan kemungkinan besar tidak berjalan efektif. Guru tidak sekedar

menyampaikan ilmu pengetahuan kepada anak didiknya, akan tetapi guru juga dituntut untuk memainkan berbagai peran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi anak didiknya secara optimal.

D. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, namun masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, antara lain:

1. Keterbatasan tenaga dan waktu mengakibatkan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi angket yang telah disediakan oleh peneliti.
2. Penelitian ini hanya membahas faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar, akan lebih mendalam apabila dilakukan dengan analisis untuk mengetahui pengaruh dari faktor-faktor tersebut.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat diambil kesimpulan bahwa faktor penyebab tidak terselenggaranya materi aktivitas ritmik di Sekolah Dasar se-Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung Jawa Tengah terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. diperoleh hasil persentase dari faktor internal yaitu 47,35%, sedangkan nilai rata-ratanya yaitu 41,42 nilai tersebut masuk kategori cukup menghambat, sedangkan hasil persentase dari faktor eksternal yaitu 52,65%, sedangkan nilai rata-ratanya yaitu 46,08 nilai tersebut masuk kategori cukup menghambat.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu:

1. Hasil penelitian ini sebagai evaluasi guru terhadap faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di Sekolah Dasar.
2. Munculnya semangat dan kreativitas guru untuk lebih meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya materi pembelajaran aktivitas ritmik
3. Bagi sekolah, agar memperbaiki sarana dan perasarana dalam menunjang pembelajaran materi aktivitas ritmik.

C. Saran

Hasil dari penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis dapat mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi guru diharapkan melakukan tindakan atas dasar hasil penelitian untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.
2. Bagi pihak sekolah diharapkan mampu memberikan fasilitas yang memadai untuk terlaksananya pembelajaran di dalam ruangan maupun di luar ruangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (1998). *Psikologi umum*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Dakir. (1993). *Dasar-dasar psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Jaya
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fitriyani, Leila. (2011). Tanggapan mahasiswa ilmu komunikasi di Makassar terhadap tayangan Kick Andy di Metro TV. *Jurnal Universitas Hasanuddin*. Vol 1.
- Hamalik, O. (2010). *Media pendidikan*. Bandung: Penerbit Alumni.
- Hurlock, E.B. (2008). *Perkembangan anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Isharyanto, T. (2003). *Pemanfaatan media pembelajaran dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SMA Bertaraf Internasional (SBI) se-DIY*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Mahendra, A. (2000). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas..
- Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Yudistira.
- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda Karya.
- Nurjanah, S. (2012). *Peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas IV SD Negeri Nganggrung*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Partini, S. (2011). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Priastuti, D. (2015). Peningkatan keberanian guling belakang melalui permainan bola dan simpai pada siswa kelas IV A SDN 4 Wates Kulonprogo. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 2.

- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Rumini, S. (1995). *Psikologi umum*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Rustam, M. (2013). *Tanggapan siswa kelas atas terhadap proses pembelajaran senam di Sekolah Dasar Negeri 1 Kokosan Prambanan*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Slameto. (2010). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soemanto, W. (2006). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Soekarno, W. (2000). *Teori dan praktek senam dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwara.
- Subagyo, Komari, A & Pambudi, A.F. (2015). Persepsi guru pendidikan jasmani sekolah dasar terhadap pendekatan tematik integratif pada kurikulum 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 1, April 2015.
- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2002). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Uno, H.B. (2008). *Perencanaan pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utama, AM.B. (2011). Pembentukan karakter anak melalui aktivitas jasmani bermain dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 2, hlm 3.

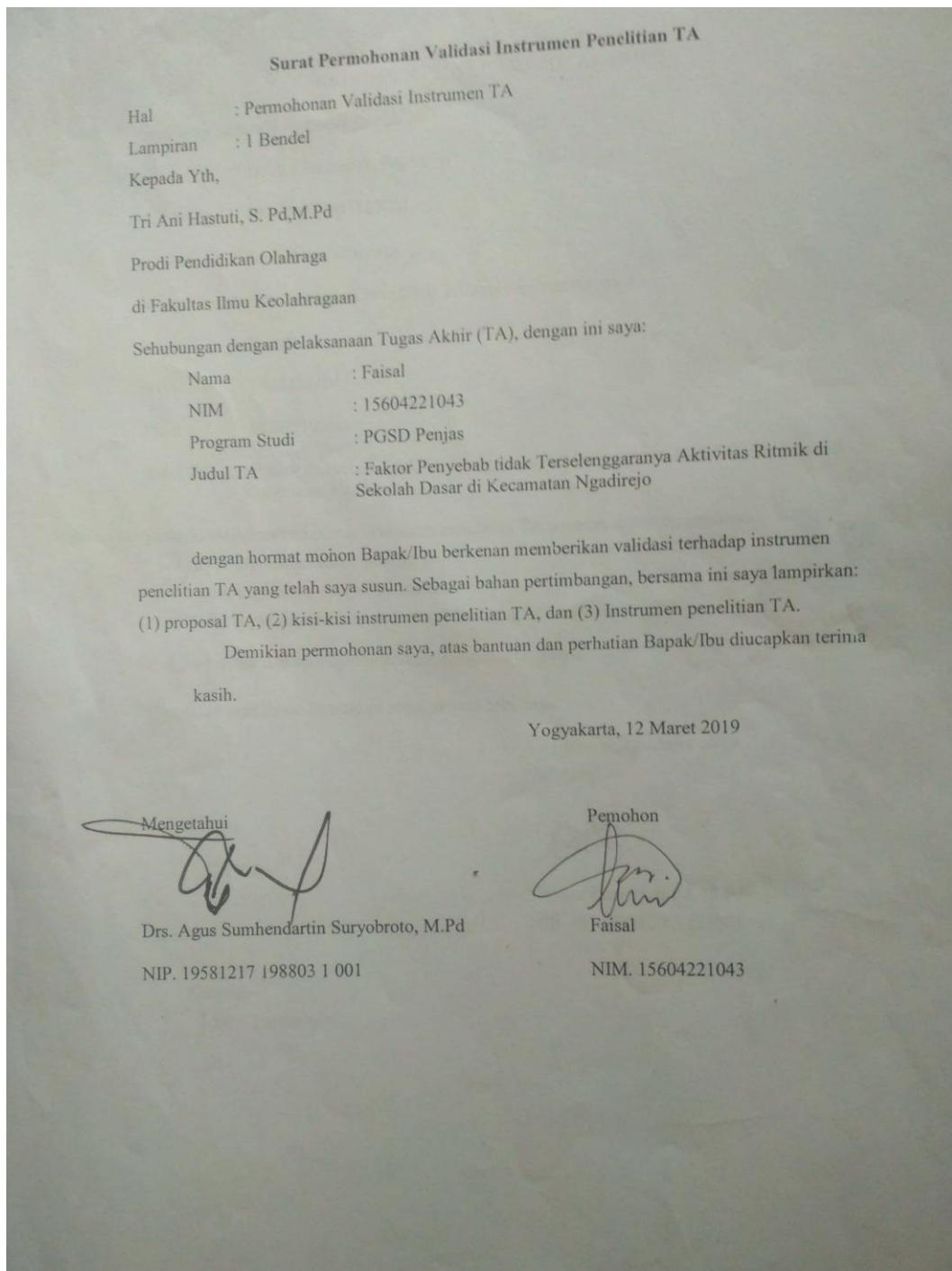
Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
Nama Mahasiswa NIM Program Studi Jurusan Pembimbing		Faisal 15604221043 PGSD Penjas PDR Drs. Agus Suryobroto M.Pd	
No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	22-2-2019	Pertama, pengantar Buat, tata-tiba istruks penulis	
2.	27-2-2019	Buat, tata-tiba istruks penulis	
3.	5-3-2019	Hasil survei di validasi ke ahli	
4.	6-3-2019	Pertama, asturans penulis	
5.	13-3-2019	(ahli) uji, selaku instruktur	
6.	14-3-2019	Hasil, yg uji ini penulis	
7.	24-4-2019	Pertama, tesis penulis	
8.	25-7-2019	Selaku anggar uji	
9.	31-7-2019		
10.	1-8-2019		

Mengetahui
Kaprodi PGSD Penjas.

Dr. Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107198203 1 003

Lampiran 2. Surat Permohonan Tugas Akhir



Lampiran 3. Surat Validasi Ahli

**SURAT PERYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tri Ani Hastuti, S. Pd, M.Pd
NIP : 197209042001122001
Jurusan : Pendidikan Olahraga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa :

Nama : Faisal
NIM : 15604221043
Prodi : PGSD Penjas

Judul TA : Faktor Penyebab tidak Terselenggaranya Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar di Kecamatan Ngadirejo

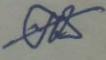
Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian
 Layak digunakan dengan perbaikan
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 27 Maret 2019
Validator,



Tri Ani Hastuti, S.Pd. M.Pd
NIP. 197209042001122001

Catatan:

Beri tanda ✓

Hasil Validasi Instrumen Penelitian TA

Nama : Faisal

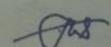
NIM : 15604221043

Prodi : PGSD Penjas

Judul TA : Faktor Penyebab tidak Terselenggaranya Aktivitas Ritmik di Sekolah Dasar di Kecamatan Ngadirejo

No	Aspek	Saran/Tanggapan
1	Aspek 1	Kooperasi jasman yg menyig / teknik yg pem. ritmik - spesif
2	Aspek 2	Kajian for dicari yg - agar tidak tumpang tindas yg
3	Aspek 3	Disiplin sebaik teknik
4.	Aspek 4	Didukung dengan dana & person.
Komentar Umum/Lain-lain :		

Yogyakarta, 20 Maret 2019



Tri Ani Hastuti, S.Pd. M.Pd
NIP. 197209042001122001

Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 03.74/UN.34.16/PP/2019.

27 Maret 2019.

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Kepada Yth.

Kepala SD Negeri
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka uji coba penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Faisal
NIM : 15604221043
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Agus Sumhendartin S., M.Pd.
NIP : 195812121988031001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s/d Mei 2019
Tempat : SD Negeri se-Kecamatan Jumo Kabupaten Temanggung.
Judul Skripsi : Faktor Penyebab Tidak Terselenggaranya Aktivitas Ritmik di
Sekolah Dasar di Kecamatan Ngadirejo

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

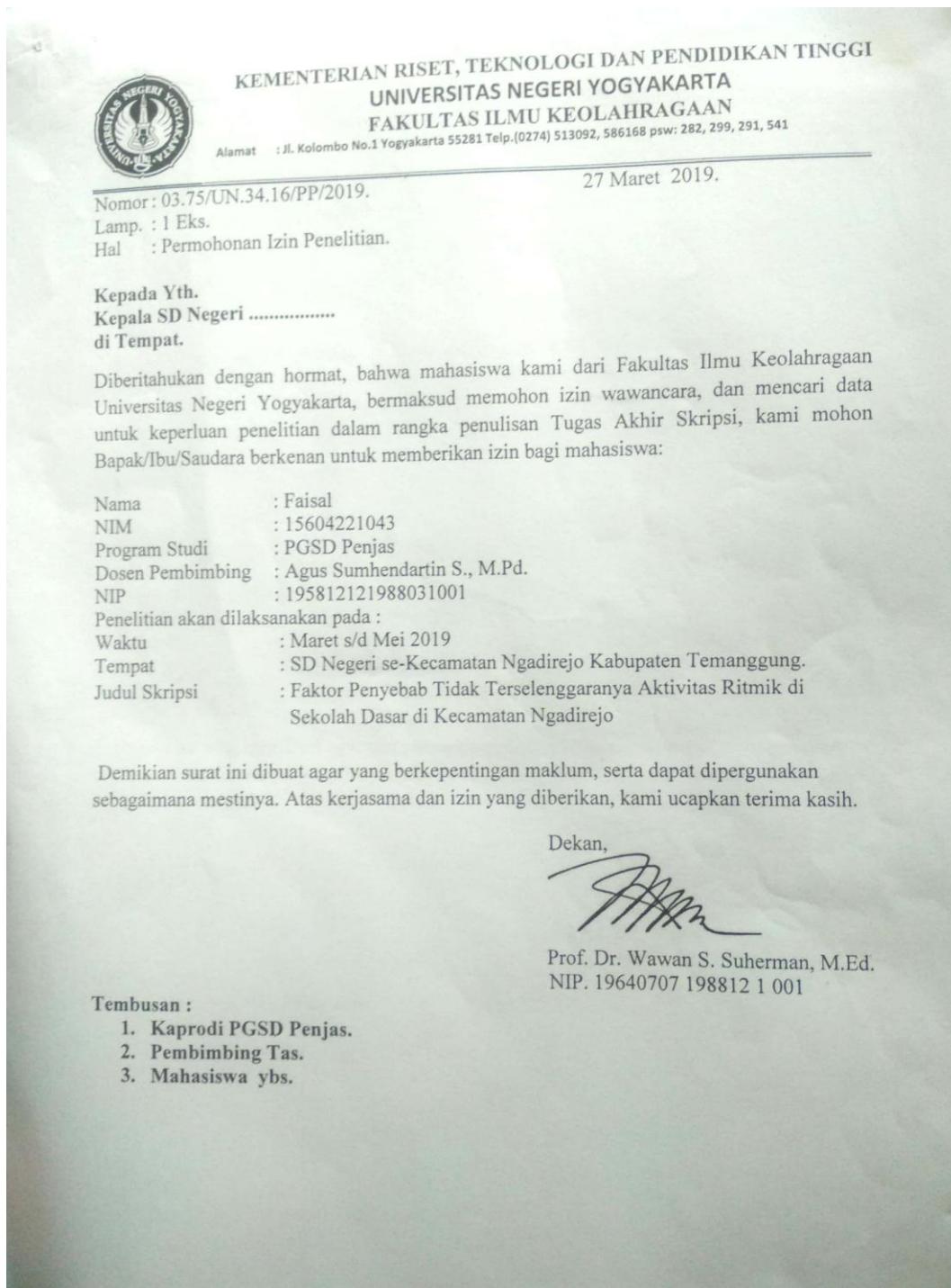
Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PGSD Penjas.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 5. Surat Permohonan Penelitian



Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian Dari KKG Se-Kecamatan Ngadirejo



Lampiran 7. Angket Uji Coba

ANGKET UJI COBA PENELITIAN

FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGGARANYA AKTIVITAS RITMIK DI SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI DI KEC. NGADIREJO KAB. TEMANGGUNG

Saya Faisal, mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir sekripsi yang sedang saya lakukan pada program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul "faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di Sekolah Dasar di Kecamatan Ngadirejo", saya mengharap agar Bapak/Ibu berkenan untuk mengisi angket yang telah disediakan dengan memilih jawaban yang sudah tersedia.

A. Identitas Responden

Nama : *Narsono*
Instansi : *SD Negeri Jamusari*
Jenis Kelamin : *Laki-laki*

B. Petunjuk Pengisian

Pilihlah jawaban dari pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan pilihan jawaban.

➤ SM = Sangat Mendukung
➤ M = Mendukung
➤ TM = Tidak Mendukung
➤ STM = Sangat Tidak Mendukung

Contoh pengisian

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SM	M	TM	STM
1	Penguasaan materi aktivitas ritmik	✓			

C. Butir-butir Pertanyaan

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SM	M	TM	STM
Faktor Internal Jasmani Siswa	Daya tahan tubuh siswa dalam melakukan aktivitas ritmik	✓			
	Kemampuan koordinasi siswa terhadap gerak dasar gerakan langkah kaki dalam aktivitas ritmik	✓			
	Kelentukan tubuh siswa saat melakukan aktivitas ritmik.	✓			
	Kemampuan gerak siswa dalam melakukan gerakan aktivitas ritmik	✓			

6	Kemampuan penglihatan siswa ketika guru memberikan contoh gerakan dalam pembelajaran aktivitas ritmik	✓		
7	Kemampuan pendengaran siswa dalam mendengarkan irungan musik aktivitas ritmik	✓		
Psikologi Siswa				
8	Minat siswa untuk belajar aktivitas ritmik	✓		
9	Bakat siswa untuk belajar aktivitas ritmik.		✓	
10	Rasa ingin tahu siswa tentang aktivitas ritmik	✓		
11	Antusias siswa saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
12	Kemampuan mengingat siswa dalam gerakan aktivitas ritmik	✓		
13	Kemampuan memperhatikan siswa saat belajar aktivitas ritmik	✓		
Kelelahan				
14	Kebugaran tubuh siswa saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
15	Siswa merasa senang saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
Faktor Eksternal				
Guru				
16	Penguasaan materi aktivitas ritmik	✓		
17	Mampu dalam menyampaikan materi pembelajaran	✓		
18	Memberi contoh gerakan aktivitas ritmik.	✓		
19	Menggunakan media video dalam pembelajaran aktivitas ritmik.		✓	
20	Menggunakan media audio dalam pembelajaran aktivitas ritmik		✓	
21	Tahapan mengajar dalam aktivitas ritmik Penguasaan materi dalam aktivitas ritmik	✓		
22	Melakukan koreksi saat pembelajaran berlangsung	✓		
23	Melakukan penilaian di akhir pembelajaran.	✓		
Sarana dan Prasarana				
24	Sarana (alat) untuk pembelajaran aktivitas ritmik		✓	
25	Prasarana yang dimiliki sekolah dalam pembelajaran aktivitas ritmik.		✓	
26	Adanya layanan internet di sekolah untuk mencari materi yang berkaitan dengan pembelajaran aktivitas ritmik			✓
27	Kondisi Tape recorder yang dimiliki sekolah dalam pembelajaran aktivitas		✓	

	ritmik			
28	Sekolah memiliki lapangan atau gedung untuk melaksanakan pembelajaran aktivitas ritmik		✓	
Lingkungan Sosial				
29	Keluarga siswa sebelum melakukan aktivitas ritmik	✓		
30	Teman siswa sebelum atau sedang melakukan aktivitas ritmik	✓		
Alam				
31	Sirkulasi udara yang cukup	✓		
32	Bebas polusi udara yang masuk	✓		

Lampiran 8. Validitas dan Reliabilitas

A. Reliabilitas

Suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,60. Hasil uji coba instrument menunjukkan 0,758. Hasil tersebut lebih besar dari 0,60. Maka intrumen penelitian dinyatakan Reliabel.

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,758	,963	26

B. Uji Validitas

Uji coba angket kepada 10 sampel. R-tabel 10 sampel dengan tingkat kesalahan (signifikansi) 0,05 sebesar 0,5760. Nilai hasil uji validitas diatas 0,5760 dinyatakan valid sedangkan nilai dibawah 0,5760 dinyatakan tidak valid. Total soal yang valid terdapat 28 soal dan yang invalid terdapat 3 soal.

Item-Total Statistics						
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted	
number1	152,80	1836,844	,748	.	,754	
number2	152,80	1822,178	,954	.	,752	
number3	152,80	1836,844	,748	.	,754	
number4	153,20	1811,956	,894	.	,750	
number5	152,80	1822,178	,954	.	,752	
number6	152,80	1822,178	,954	.	,752	
number7	153,20	1859,511	,878	.	,757	
number8	152,80	1822,178	,954	.	,752	
number9	153,00	1844,000	,785	.	,755	
number10	152,90	1850,100	,674	.	,756	
number11	152,40	1843,822	,672	.	,755	

number12	152,70	1897,789	-,113	.	,763
number13	152,90	1806,322	,916	.	,750
number14	153,00	1802,889	,959	.	,749
number15	153,00	1847,111	,732	.	,755
number16	152,60	1831,600	,879	.	,753
number17	153,30	1843,567	,749	.	,755
number18	152,80	1815,289	,749	.	,751
number19	152,60	1868,489	,330	.	,759
number20	153,20	1811,956	,894	.	,750
number21	152,90	1806,322	,916	.	,750
number22	153,10	1796,989	,949	.	,748
number23	153,10	1796,989	,949	.	,748
number24	153,10	1811,433	,877	.	,750
number25	152,80	1822,178	,954	.	,752
number26	152,80	1822,178	,954	.	,752
number27	153,20	1859,511	,878	.	,757
number28	152,80	1822,178	,954	.	,752
number29	153,00	1844,000	,785	.	,755
number30	152,40	1865,378	,311	.	,758
number31	152,90	1828,322	,750	.	,753
skor_total	77,70	472,900	1,000	.	,980

Lampiran 9. Angket Penelitian

ANGKET PENELITIAN

FAKTOR PENYEBAB TIDAK TERSELENGGARANYA AKTIVITAS RITMIK DI
SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI DI KEC. NGADIREJO KAB. TEMANGGUNG

Saya Faisal, mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta. Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir sekripsi yang sedang saya lakukan pada program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Yogyakarta yang berjudul "faktor penyebab tidak terselenggaranya aktivitas ritmik di Sekolah Dasar di Kecamatan Ngadirejo", saya mengharap agar Bapak/Ibu berkenan untuk mengisi angket yang telah disediakan dengan memilih jawaban yang sudah tersedia.

A. Identitas Responden

Nama : RUSMIXANTO
Instansi : SDN 1 NGADIREJO
Jenis Kelamin : LAKI-LAKI

B. Petunjuk Pengisian

Pilihlah jawaban dari pertanyaan di bawah ini dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom yang sudah disediakan sesuai dengan pilihan jawaban.

➤ SM = Sangat Mendukung
➤ M = Mendukung
➤ TM = Tidak Mendukung
➤ STM = Sangat Tidak Mendukung

Contoh pengisian

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SM	M	TM	STM
1	Penguasaan materi aktivitas ritmik	✓			

C. Butir-butir Pertanyaan

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SM	M	TM	STM
Faktor Internal Jasmani Siswa	1 Daya tahan tubuh siswa dalam melakukan aktivitas ritmik	✓			
	2 Kemampuan koordinasi siswa terhadap gerak dasar gerakan langkah kaki dalam aktivitas ritmik	✓			
	3 Kelentukan tubuh siswa saat melakukan aktivitas ritmik.	✓			
	4 Kemampuan gerak siswa dalam melakukan gerakan aktivitas ritmik	✓			

5	Kemampuan penglihatan siswa ketika guru memberikan contoh gerakan dalam pembelajaran aktivitas ritmik	✓		
6	Kemampuan pendengaran siswa dalam mendengarkan irungan musik aktivitas ritmik	✓		
Psikologi Siswa				
7	Minat siswa untuk belajar aktivitas ritmik	✓		
8	Bakat siswa untuk belajar aktivitas ritmik.	✓		
9	Rasa ingin tahu siswa tentang aktivitas ritmik	✓		
10	Antusias siswa saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
11	Kemampuan mengingat siswa dalam gerakan aktivitas ritmik	✓		
Kelelahan				
12	Kebugaran tubuh siswa saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
13	Siswa merasa senang saat melakukan aktivitas ritmik	✓		
Faktor Eksternal				
Guru				
14	Penguasaan materi aktivitas ritmik	✓		
15	Mampu dalam menyampaikan materi pembelajaran	✓		
16	Memberi contoh gerakan aktivitas ritmik.	✓		
17	Menggunakan media video dalam pembelajaran aktivitas ritmik.	✓		
18	Tahapan mengajar dalam aktivitas ritmik Penguasaan materi dalam aktivitas ritmik	✓		
19	Melakukan koreksi saat pembelajaran belangsung	✓		
20	Melakukan penilaian di akhir pembelajaran.	✓		
Sarana dan Prasarana				
21	Sarana (alat) untuk pembelajaran aktivitas ritmik	✓		
22	Prasarana yang dimiliki sekolah dalam pembelajaran aktivitas ritmik.	✓		
23	Adanya layanan internet di sekolah untuk mencari materi yang berkaitan dengan pembelajaran aktivitas ritmik	✓		
24	Kondisi Tape recorder yang dimiliki sekolah dalam pembelajaran aktivitas ritmik	✓		
25	Sekolah memiliki lapangan atau gedung untuk melaksanakan pembelajaran aktivitas ritmik		✓	

Lingkungan Sosial					
26	Keluarga siswa sebelum melakukan aktivitas ritmik	✓			
27	Teman siswa sebelum atau sedang melakukan aktivitas ritmik		✓		
Alam					
28	Bebas polusi udara yang masuk		✓		

Lampiran 10. Data Nama Sekolah Penelitian

No	Nama Sekolah	No	Nama Sekolah
1	SD N 02 GIRIPURNO	15	SD N 3 KATEKAN
2	SD N 1 CAMPURSARI	16	SD N BANJARSARI
3	SD N 1 DLIMOYO	17	SD N GEJAGAN
4	SD N 1 GIRIPURNO	18	SD N GONDANGWINANGUN
5	SD N 1 MANGUNSARI	19	SD N 1 KATEKAN
6	SD N 1 NGADIREJO	20	SD N 1 PURBOSARI
7	SD N 1 TEGALREJO	21	SD N KARANGGEDONG
8	SD N 2 CAMPURSARI	22	SD N KATAAN
9	SD N 2 DLIMOYO	23	SD N MANGGONG
10	SD N 2 KATEKAN	24	SD N MEDARI
11	SD N 2 MAGUNSARI	25	SD N MANGUNSARI
12	SD NB2 NGADIREJO	26	SD N NGAREN
13	SD N 2 PURBOSARI	27	SD N PETIRREJO
14	SD N 2 TEGALREJO	28	SD N PRINGAPUS

Lampiran 11. Data Hasil Penelitian

Skor Penelitian

respon den	FAKTOR EKSTERNAL								FAKTOR INTERNAL												KATEGORI		
	jasmani siswa				psikologi siswa				kelelahan		guru				sarana dan prasarana				lingkungan		alam		
1	4	3	3	3	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	81 rendah
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	90 sedang
3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	87 sedang
4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	90 sedang
5	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	100 sangat baik
6	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	1	1	66 sangat rendah
7	3	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	95 baik
8	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	88 sedang
9	4	4	3	4	4	4	4	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	88 sedang
10	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	91 sedang
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	79 rendah
12	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	88 sedang
13	3	3	3	4	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	91 sedang
14	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	82 rendah
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	80 rendah
16	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	88 sedang
17	3	2	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	90 sedang

respon den	FAKTOR EKSTERNAL								FAKTOR INTERNAL								total	KATEGORI		
	jasmani siswa				psikologi siswa				kelelahan	guru				sarana dan prasarana		lingkungan	alam			
	3	3	3	3	3	3	3	2		3	3	3	3	2	2	2				
18	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	80 rendah	
19	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	91 sedang	
20	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	93 baik	
21	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	88 sedang	
22	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	1	2	3	88 sedang	
23	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	3	92 baik	
24	4	4	3	3	4	2	2	1	1	1	2	4	4	3	3	2	2	2	76 sangat rendah	
25	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	100 sangat baik	
26	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	93 baik	

Lampiran 12. Diskripsi Statistik

Descriptive Statistics							
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
N1	26	1	3	4	3.46	.508	.258
N2	26	2	2	4	3.19	.491	.242
N3	26	1	3	4	3.19	.402	.162
N4	26	2	2	4	3.15	.543	.295
N5	26	2	2	4	3.50	.583	.340
N6	26	2	2	4	3.42	.578	.334
N7	26	2	2	4	3.00	.632	.400
N8	26	3	1	4	2.88	.516	.266
N9	26	3	1	4	3.00	.748	.560
N10	26	3	1	4	3.00	.632	.400
N11	26	2	2	4	3.12	.588	.346
N12	26	2	2	4	3.27	.533	.285
N13	26	2	2	4	3.23	.652	.425
N14	26	2	2	4	3.23	.514	.265
N15	26	1	3	4	3.23	.430	.185
N16	26	1	3	4	3.38	.496	.246
N17	26	3	1	4	3.31	.736	.542
N18	26	2	2	4	3.04	.445	.198
N19	26	2	2	4	3.15	.543	.295
N20	26	2	2	4	3.12	.516	.266
N21	26	3	1	4	2.96	.871	.758
N22	26	3	1	4	2.88	.766	.586
N23	26	3	1	4	2.92	.845	.714
N24	26	2	2	4	3.19	.694	.482
N25	26	3	1	4	2.96	.824	.678
N26	26	2	2	4	2.81	.491	.242
N27	26	1	2	3	2.77	.430	.185
N28	26	2	2	4	3.12	.588	.346
JUMLAH	26	34	66	100	87.50	7.372	54.340
Valid N (listwise)	26						

Lampiran 13. Dokumentasi



Gambar. 6. Pengisian Angket Penelitian



Gambar. 7. Pengisian Angket Penelitian



Gambar. 8. Pengisian Angket Penelitian



Gambar. 9. Pengisian Angket Penelitian



Gambar. 10. Pengisian Angket Penelitian



Gambar. 11. Pengisian Angket Penelitian