

**PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KODYA YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :
Muhammad Rohmad Dewangga Putra
NIM. 15604221091

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SD NEGERI SE-
KODYA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Muhammad Rohmad Dewangga Putra

NIM 15604221091

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 25 November 2020

Mengetahui,
Koordinator Program Studi



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

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Drs. Sriawan, M.Kes.
NIP. 19580830 198703 1 003

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Rohmad Dewangga Putra

NIM : 15604221091

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta

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

Yogyakarta, November 2020

Peneliti,



Muhammad Rohmad
Dewangga Putra
NIM. 15604221091

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

IMPLEMENTASI PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*) DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KODYA YOGYAKARTA

Disusun oleh

Muhammad Rohmad Dewangga Putra
NIM 15604221091

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 25 November 2020

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda tangan	Tanggal
Drs. Snawan, M Kes		16/12 '20
Ketua Penguji Pembimbing		16/12 '20
Drs AM Bandi U., M.Pd		15/12 '20
Sekretaris		
Dr Eddy Purnomo, M Kes		
Penguji		

Yogyakarta, 25 November 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. J. Sumaryanto, M Kes.

NIP. 196505011990011001

MOTTO

“Bahagiakan Alloh insyaAlloh dapet dua sekaligus mamah papah ikut bahagia
hidupmu pun ikut bahagia”

(Retna Susanti)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala yang diberikan kepada saya yang tak pernah bisa saya hitung sedikitpun termasuk karya ini bisa terselesaikan dengan baik, karya ini penulis persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Edi Sutono dan Ibu Retna Susanti yang paling saya sayangi, manusia dibumi yang tak pernah lelah mendoakan saya, memotivasi saya, selalu mendengarkan keluh kesah saya, bekerja keras untuk masa depan saya, menyemangati saya ketika runtuh dan memberikan kata-kata indah ketika aku berhasil mendapatkan sesuatu, yang terpenting lagi hanya merekalah sekarang yang meyakini jika saya pasti sukses dunia dan akhirat disaat orang lain tak mempercayai itu dan masih banyak lagi yang tak pernah bisa saya sebutkan semuanya.
2. Kakak saya Muhammad Taufik yang menjadi panutan saya dalam mengarungi kehidupan dunia dan akhirat.
3. Ketiga adik saya Atsanqia Degramila Putri, Madina Dewi Sinta Putri, Latansa Delama Putri wanita tercantik dan tersholehah yang kumiliki, selalu membantu saya apapun itu ketika saya kesulitan, selalu mendoakan dan mendukung saya untuk menjadi laki-laki terbaik.
4. Bude saya yang biasa kusebut Ibuk Ning yang telah meminjamkan laptopnya dari awal pengerjaan skripsi sampai selesai.

5. Semua manusia yang mendoakan dan mendukung saya, yang mempertanyakan kapan skripsi saya selesai, dan akhirnya kubuktikan alhamdulillah bahwa saya bisa lulus.

**PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN
KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KODYA YOGYAKARTA**

Oleh:

Muhammad Rohmad Dewangga Putra
NIM. 15604221091

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah (1) mengidentifikasi penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD N se-Kodya Yogyakarta, (2) mengidentifikasi penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan kuesioner. Populasi pada penelitian ini adalah guru mata pelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta sejumlah 120 guru. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *random sampling*. Penentuan jumlah sampel dengan tingkat kesalahan 10% pada tabel *Isaac* dan *Michael* adalah sebesar 83 guru.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta yang berada pada kategori “tinggi” sebesar 13%, “cukup” sebesar 71%, dan “rendah” sebesar 16%.

Kata kunci: penerapan, *Rules and Routines*, PJOK

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya kepada saya sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “ Identifikasi Penerapan Peraturan Dan Rutinitas Dalam Pembelajaran PJOK Di SD N Se-Kodya Yogyakarta”.

Tugas akhir ini merupakan salah satu prasyarat yang harus dipenuhi oleh mahasiswa dalam memperoleh gelar Sarjana Olahraga (S.Or.) dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Strata 1 (S-1) pada Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Negeri Yogyakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini dari persiapan sampai terselesaikannya, tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang dengan segala keterbukaan dan kerelaan hati telah memberikan bimbingan, pengarahan, keterangan dan dorongan semangat yang begitu berarti. Oleh karena itu pada kesempatan ini disampaikan banyak terima kasih kepada:

1. Drs. Sriawan, M.Kes, Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun TAS ini.
2. Drs. Sriawan, M.Kes., Drs. AM.Bandi Utama, M.Pd., Dr. Eddy Purnomo, M.Kes., selaku Ketua Penguji, Sekretaris, dan Anggota yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.
3. Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO., Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO., dan Ketua Program Studi Dr. Hari Yulianto, M.Kes., beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan

fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.

4. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan TAS.
5. Seluruh Kepala Sekolah SD N se-Kodya Yogyakarta yang memberikan ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian TAS ini.
6. Para guru PJOK SD N se-Kodya Yogyakarta yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian TAS ini.
7. Segenap pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat, pengetahuan dan bantuannya dari awal sampai akhir penyusun TAS ini.

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

Yogyakarta, November 2020

Penyusun



Muhammad Rohmad Dewangga Putra

NIM: 15604221091

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL	
LEMBAR PERSETUJUAN	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....	9
2. Hakikat Penerapan.....	15
3. Hakikat Manajemen Kelas	16
4. Peraturan (<i>Rules</i>) dan Rutinitas (<i>Routines</i>) dalam Pendidikan Jasmani	26
5. Hakikat Guru Pendidikan Jasmani	30
B. Penelitian yang Relevan	43
C. Kerangka Berpikir	45
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	48
D. Definisi Operasional Variabel.....	49
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	49
F. Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	54
G. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	60
A. Deskripsi Hasil Penelitian	60
B. Pembahasan	67
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	69
A. Kesimpulan	69

B. Implikasi Hasil Penelitian	69
C. Keterbatasan Penelitian	70
D. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN-LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Variabel Peraturan	52
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Variabel Rutinitas.....	53
Tabel 3. Uji Validitas Variabel Peraturan	55
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Variabel Peraturan.....	56
Tabel 5. Uji Validitas Variabel Rutinitas	57
Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Variabel Rutinitas	57
Tabel 7. Uji Reliabilitas Instrumen	58
Tabel 8. Norma Pengkategorian.....	59
Tabel 9. Deskriptif Statistik Penerapan Peraturan dan Rutinitas	61
Tabel 10. Norma Penilaian Penerapan Peraturan dan Rutinitas	61
Tabel 11. Deskriptif Statistik Penerapan Peraturan	63
Tabel 12. Norma Penilaian Penerapan Peraturan.....	64
Tabel 13. Deskriptif Statistik Penerapan Rutinitas	65
Tabel 14. Norma Penilaian Penerapan Rutinitas.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Batang Data Penerapan Peraturan dan Rutinitas	62
Gambar 2. Diagram Batang Data Penerapan Peraturan	64
Gambar 3. Diagram Batang Data Penerapan Rutinitas	66

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Persetujuan Judul Tugas Akhir	76
Lampiran 2. Kartu Bimbingan	77
Lampiran 3. Surat Permohonan Ijin Penelitian	78
Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian	79
Lampiran 5. Instrumen Uji Coba	80
Lampiran 6. Lampiran Data Uji Coba	87
Lampiran 7. Lampiran Uji Validitas & Reliabilitas	89
Lampiran 8. Tabel r Product	91
Lampiran 9. Instrumen Penelitian	92
Lampiran 10. Data Penelitian	99
Lampiran 11. Deskripsi Statistik	101
Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian	104

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran pokok yang diajarkan di sekolah dasar. Pelajarannya banyak yang disukai siswa karena hampir selalu dilaksanakan diluar kelas. Apalagi aktivitas belajar melalui permainan yang semakin membuat para siswa antusias melaksanakan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Tetapi tetap saja tidak semua antusias dalam kegiatan belajar mengajar. Masih ada yang berbicara sendiri mengajak teman membuat forum didalam forum, membuat kegaduhan dengan perilaku dan perkataan yang kurang baik. Ini dikarenakan bisa karena materi inti yang diajarkan tidak disenangi siswa dan membosankan, belum lagi juga pengelolaan kelas yang kurang baik menjadi salah satu contoh belum sepenuhnya proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terlaksana dengan baik. Pembelajaran Pendidikan Jasmani menurut Sukintaka (2004: 55) mengandung pengertian tentang bagaimana para guru mengajarkan sesuatu baik yang bersifat teori maupun praktek kepada peserta didik (siswa), tetapi di samping itu terjadi pula peristiwa bagaimana siswa mempelajari tentang apa yang diajarkan guru itu sendiri. Intinya bahwa di dalam suatu peristiwa pembelajaran terjadi dua kejadian secara bersama, yaitu: ada satu pihak yang memberi dan pihak lain yang menerima.

Sebagai seorang guru yang terus berusaha agar proses belajar mengajarnya dengan para siswa berjalan dengan baik, perlu adanya peraturan dalam

pembelajaran Pendidikan Jasmani. Peraturan dalam kelas Pendidikan Jasmani, dimulai dari peserta didik datang ke kelas Pendidikan Jasmani, dilanjutkan peserta didik ganti pakaian, sampai dengan peserta didik meninggalkan kelas. Oleh karena itu, seorang guru Pendidikan Jasmani harus bisa mengatur kelas sedemikian rupa, sehingga tidak terjadi permasalahan yang bisa mengganggu jalannya proses pembelajaran. Biasanya permasalahan yang sering terjadi pada kelas Pendidikan Jasmani berkaitan dengan masalah perilaku peserta didik (*students behavior*), yang cenderung akan menghambat kegiatan pembelajaran. Untuk mendisiplinkan kelas, guru harus selalu mempunyai kesadaran akan apa yang terjadi di dalam kelas, selalu mempunyai perhatian kepada keseluruhan peserta didik, dan selalu mencermati dan mewaspadaikan terhadap perilaku yang secara potensial menyimpang.

Pengelolaan kelas menjadi masalah yang dihadapi guru, baik guru baru ataupun yang sudah berpengalaman. Tantangan sebagai seorang guru Pendidikan Jasmani adalah menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kelancaran pelaksanaan proses belajar mengajar, sehingga peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajarannya. Keberhasilan dalam proses belajar mengajar adalah berawal dari manajemen kelas yang baik. Penanganan awal dalam manajemen kelas mengacu pada tindakan proaktif, bukan reaktif. Jadi penerapan peraturan dan rutinitas harus mendapatkan perhatian oleh guru Pendidikan Jasmani.

Sistem pembelajaran yang sukses dimulai dengan pengembangan dan pembentukan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) di kelas. Dalam perencanaan peraturan dan rutinitas guru harus mempertimbangkan kebutuhan

siswa dan lingkungan fisik kelas. Kesuksesan menciptakan lingkungan pembelajaran yang tepat dilaksanakan di hari pertama pada awal tahun ajaran baru. Ini mengantisipasi apabila guru lupa atau bahkan tidak memiliki aturan yang jelas maka sebagai seorang guru akan kesulitan mengendalikannya. Sedangkan apabila aturan sudah dijelaskan dari awal maka semuanya akan berjalan dengan baik. Oleh karena itu dalam hal ini disarankan bahwa guru perlu secara eksplisit mengajarkan tentang aturan dan rutinitas dan terus-menerus memantau peraturan dan rutinitas setelah diterapkan.

Rutinitas adalah prosedur yang ada di kelas untuk diikuti dalam kegiatan sehari-hari. Secara khusus, rutinitas mengacu pada prosedur khusus untuk melakukan tugas-tugas dalam kelas. Guru harus menetapkan rutinitas dengan frekuensi yang terus sebagai tugas, sehingga lebih banyak waktu dapat didedikasikan untuk bagian yang substansial dari pelajaran. Apabila guru tidak memiliki aturan dan rutinitas maka waktu akan terbuang karena waktu hanya untuk mengingatkan siswa yang berkaitan dengan sikap (*Behavior*).

Peraturan dan rutinitas disetiap sekolah itu sudah pasti ada hanya saja peraturan tersebut tidak sepenuhnya sama, itu ditentukan dari masing-masing lembaga. Tugas seorang guru hendaknya menerapkan dan juga mengembangkan peraturan dari sekolah untuk mengatasi tingkat pelanggaran siswa dan juga pedoman pribadi dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan pada hasil observasi terhadap beberapa guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang terbagi menjadi 4 wilayah yaitu Barat, Timur, Selatan, dan Utara dengan jumlah 120 yang

antara lain Barat 27 guru, Timur 33 guru, Selatan 27 guru, dan Utara 33 guru (sumber : Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta 2018). Dalam hal ini mengenai penerapan peraturan dan rutinitas, diketahui bahwa di beberapa sekolah tersebut sudah memiliki peraturan. Akan tetapi, ketika diobservasi lebih lanjut apakah peraturan penjas itu tertulis, beberapa sekolah belum memilikinya. Peraturan dan rutinitas itu sendiri diinformasikan dan diintruksikan secara lisan. Sehingga guru sudah melaksanakan suatu peraturan dan rutinitas. Akan tetapi, kekuatan suatu peraturan adalah dalam bentuk tertulis dan dijelaskan serta diketahui oleh seluruh orang yang berkepentingan dalam hal ini adalah guru, siswa, kepala sekolah, guru lain dan orang tua. Jadi ketika siswa mendapatkan konsekuensinya orang tua juga mengetahui.

Dari skripsi Sdri. Anis Marsiyah, dan beberapa kajian tentang pentingnya penerapan peraturan dan rutinitas kemudian dilanjutkan dengan studi pendahuluan. Berdasarkan pada hasil observasi terhadap 10 guru pendidikan jasmani SD N di Kodya Yogyakarta bagian Timur mengenai penerapan peraturan dan rutinitas, diketahui bahwa 8 sekolah tersebut sudah memiliki peraturan sekolah. Namun peraturan itu disampaikan oleh guru secara lisan yang kemudian menjadi suatu rutinitas baik untuk guru maupun peserta didik. Sekolah Dasar Negeri di Kodya Yogyakarta sudah memiliki peraturan tertulis, beberapa diantaranya yaitu:

(1) Siswa hadir di sekolah tepat waktu (2) Piket kelas hadir lebih awal (3) Siswa wajib berpakaian seragam sesuai ketentuan di sekolah (4) Siswa bersikap

sopan santun dan saling menghargai (5) Siswa dilarang membawa senjata tajam kecuali peralatan dibutuhkan dalam pembelajaran.

Sedangkan peraturan tidak tertulis diantaranya yaitu:

(1) Siswa mengambil dan mengembalikan peralatan olahraga saat pembelajaran (2) Siswa berteduh sebelum di izinkan sebelum pembelajaran selesai (3) Siswa tidak diperbolehkan makan dan minum saat pembelajaran dilapangan (4) Siswa tidak diperbolehkan meninggalkan lapangan sebelum pembelajaran selesai (5) Saat guru penjas tidak hadir siswa tetap belajar dan beraktifitas di kelas atau dilapangan sesuai waktu pelajaran.

Selain peraturan juga terdapat rutinitas yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani. Contoh rutinitas yang dilakukan dalam pendidikan jasmani yaitu: (1) Berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran baik dikelas ataupun dilapangan (2) Melakukan pemanasan (3) Guru memberi arahan dan siswa memperhatikan apa yang disampaikan (4) Guru mengumpulkan siswa di tempat yang ditentukan (5) Membubarkan siswa dari pelaksanaan pembelajaran (6) Presensi kehadiran siswa dan lain sebagainya.

Pelaksanaan pembelajaran di beberapa SD N se-Kodya Yogyakarta, dalam skripsi mahasiswi UNY Sdri.Anis Marsiyah telah memberikan peraturan dan prosedur atau rutinitas instruksional (rutinitas pembelajaran) sebagai pegangan dan harus di implementasikan oleh guru penjas di sekolah dasar. Agar terciptanya kelancaran kegiatan pembelajaran. Akan tetapi berjalannya waktu apakah peraturan dan rutinitas sudah dijadikan dalam bentuk tertulis dan tetap dijelaskan di awal pertemuan atau belum. Maka perlu diketahui lebih lanjut dan sebagai

kesenambungan dari skripsi sebelumnya. Berdasarkan masalah tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pengelolaan kelas yang belum baik membuat para peserta didik melakukan hal yang kurang baik.
2. Masih rendahnya perhatian guru dalam penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.
3. Penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani hanya melalui lisan saja di SD N se-Kodya Yogyakarta.
4. Belum diketahui penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu: “Belum diketahui penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka dapat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa tinggi penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengidentifikasi:

1. Penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.
2. Penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara teoritis

- a. Menjadi kajian ilmiah untuk penelitian sejenis tentang penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.
- b. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.

2. Secara praktis

- a. Dapat dijadikan masukan bagi calon guru dan guru Pendidikan Jasmani untuk mengoptimalkan pembelajaran Pendidikan Jasmani dan lebih baik lagi.
- b. Setelah diimplementasikan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, dapat mengetahui setiap guru dalam penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD N se-Kodya Yogyakarta.
- c. Sebagai pengetahuan masyarakat mengenai peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar (Rosdiani, 2014 : 73). Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik

Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada peserta didik (*Instruction is a set of events that affect learners in such a way that learning is facilitated*). Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran, serta pembelajaran adalah upaya mengorganisasi lingkungan untuk menciptakan kondisi belajar bagi peserta didik (Muktiani, 2014: 26).

Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) konsep-konsep tersebut, yaitu:

- 1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif

Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didik dengan sebaik-baiknya.

2) Pembelajaran dalam pengertian institusional

Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual.

3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif

Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

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

1) Tujuan Pembelajaran

Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri peserta didik. Tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan

pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

2) Kurikulum

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

3) Guru

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

4) Peserta didik

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

5) Metode

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 peserta didik. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan peserta didik akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan peserta didik akan rendah atau bahkan tidak peserta didik akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

7) Alat Pembelajaran (media)

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

8) Evaluasi

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

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah usaha untuk terjadinya perubahan tingkah laku dengan mendapatkan kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama yang diupayakan dengan sadar oleh guru terhadap peserta didik dalam belajar.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani. Pendidikan Jasmani dan olahraga merupakan dua istilah yang berkaitan dan berdampak sangat kuat terhadap perkembangan dan keberfungsian nilai-nilai sosial olahraga, yaitu. Istilah Pendidikan Jasmani sudah tidak asing lagi bagi siswa dan guru di lingkungan persekolahan dan istilah olahraga telah dikenal lebih luas yaitu di samping di sekolah juga di masyarakat. Pentingnya memahami konsep Pendidikan Jasmani dan olahraga akan sangat membantu dalam memahami nilai-nilai olahraga. ini Rosdiani (2014 : 137) menyatakan Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan

meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional.

Esensi Pendidikan Jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak (*learning to move*) dan belajar melalui gerak (*learning through movement*). Program Pendidikan Jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32).

“Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional” (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66).

Pernyataan ini mungkin yang secara tegas dijadikan asumsi dasar oleh guru Pendidikan Jasmani dengan memilih cara menyampaikan tujuan pembelajaran yang berorientasi pada tujuan keseluruhan. 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 peserta didik (Hendrayana, dkk., 2018).

Dari beberapa definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang

mengedepankan aktivitas jasmani yang mencakup aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotorik serta pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

2. Hakikat Penerapan

Implementasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *to implement* yang berarti mengimplementasikan. Implementasi merupakan penyediaan sarana untuk melaksanakan sesuatu yang menimbulkan dampak atau akibat terhadap sesuatu. Sesuatu tersebut dilakukan untuk menimbulkan dampak atau akibat itu dapat berupa undang-undang, peraturan pemerintah, keputusan pengadilan dan kebijakan yang dibuat oleh lembaga-lembaga pemerintah dalam kehidupan kenegaraan. Secara etimologis pengertian implementasi menurut Kamus Webster yang dikutip oleh Wahab (2008: 32) adalah: “Konsep implementasi berasal dari bahasa Inggris yaitu *to implement*. Dalam kamus besar webster, *to implement* (mengimplementasikan) berarti *to provide the means for carrying out* (menyediakan sarana untuk melaksanakan sesuatu); dan *to give practical effect to* (untuk menimbulkan dampak/akibat terhadap sesuatu)”. Implementasi kebijakan merupakan suatu upaya untuk mencapai tujuantujuan tertentu dengan sarana-sarana tertentu dan dalam urutan waktu tertentu.

Implementasi adalah bermuara pada aktivitas, aksi, tindakan, atau adanya mekanisme suatu sistem. Implementasi bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan untuk mencapai tujuan kegiatan (Usman, 2002: 70). Pandangan Van Meter dan Van Horn (dalam Wahab, 2008: 32) bahwa

implementasi merupakan tindakan oleh individu, pejabat, kelompok badan pemerintah atau swasta yang diarahkan pada tercapainya tujuan-tujuan yang telah digariskan dalam suatu keputusan tertentu. Badan-badan tersebut melaksanakan pekerjaan-pekerjaan pemerintah yang membawa dampak pada warganegaranya. Namun dalam praktiknya badan-badan pemerintah sering menghadapi pekerjaan-pekerjaan di bawah mandat dari Undang-Undang, sehingga membuat mereka menjadi tidak jelas untuk memutuskan apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang seharusnya tidak dilakukan.

Implementasi adalah suatu tindakan atau pelaksanaan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara matang dan terperinci. Implementasi biasanya dilakukan setelah perencanaan sudah dianggap siap. Artinya yang dilaksanakan dan diterapkan adalah kurikulum yang telah dirancang/didesain untuk kemudian dijalankan sepenuhnya (Arikunto, 2013: 76). Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa implementasi ialah merupakan penerapan atau pelaksanaan dari suatu kegiatan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

3. Hakikat Manajemen Kelas

a. Pengertian Manajemen Kelas

Wibowo (2013: 33) mendefinisikan bahwa manajemen merupakan suatu proses yang sistematis dan kooperatif dalam usaha memanfaatkan sumber daya yang ada, guna mencapai tujuan yang telah ditetapkan secara efektif dan efisien. Definisi lain dari manajemen yang lebih lengkap sebagaimana dikemukakan oleh Muljani A. Nurhadi (dalam Arikunto & Yuliana, 2008: 3) adalah sebagai berikut: “Manajemen adalah satu kegiatan/rangkaian kegiatan yang berupa proses

pengelolaan usaha kerjasama sekelompok manusia yang tergabung dalam organisasi pendidikan, untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan sebelumnya, agar efektif dan efisien.”

Berbeda dengan pendapat di atas, Wiyani (2013: 52) mengungkapkan secara sederhana mengartikan kelas sebagai unit kerja terkecil di sekolah yang digunakan sebagai tempat untuk kegiatan belajar mengajar. Sebagai suatu unit terkecil di sekolah, di dalam kelas terdiri dari sekelompok peserta didik dan berbagai sarana belajar. Wiyani (2013: 59) mengungkapkan pengertian manajemen kelas adalah keterampilan guru sebagai seorang *leader* sekaligus manajer dalam menciptakan iklim kelas yang kondusif untuk meraih keberhasilan kegiatan belajar mengajar.

Dari beberapa pengertian para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa manajemen kelas yaitu upaya menciptakan suatu kondisi kelas oleh serangkaian kegiatan guru yang memungkinkan peserta didik dalam kelas tersebut dapat belajar dengan efektif dan mampu memelihara situasi kelas agar tetap kondusif untuk proses belajar mengajar.

b. Tujuan Manajemen Kelas

Secara umum, manajemen kelas bertujuan untuk menciptakan suasana kelas yang nyaman sebagai tempat berlangsungnya kegiatan belajar mengajar. Dengan demikian, kegiatan tersebut akan dapat berjalan efektif dan terarah sehingga tujuan belajar yang telah ditetapkan dapat tercapai (Wiyani, 2013: 64). Arikunto (2013: 68) menyatakan tujuan manajemen kelas adalah agar setiap anak

di kelas itu dapat bekerja dengan tertib sehingga segera tercapai tujuan pengajaran yang efektif dan efisien.

Salman Rusydie (dalam Wiyani, 2013: 61) mengemukakan tujuan dari manajemen kelas sebagai berikut.

- 1) Memudahkan kegiatan belajar peserta didik.
- 2) Mengatasi hambatan-hambatan yang menghalangi terwujudnya interaksi dalam kegiatan belajar mengajar.
- 3) Mengatur berbagai penggunaan fasilitas belajar.
- 4) Membina dan membimbing peserta didik sesuai dengan berbagai latar belakang sosial, ekonomi, budaya serta sifat-sifat individunya.
- 5) Membantu peserta didik belajar dan bekerja sesuai dengan potensi dan kemampuan yang dimilikinya.
- 6) Menciptakan suasana sosial yang baik di dalam kelas
- 7) Membantu peserta didik agar dapat belajar dengan tertib.

Pendapat lain, secara lebih khusus Syaiful Bahri Djamarah (dalam Wiyani, 2013: 64) mengungkapkan tujuan manajemen kelas sebagai berikut.

- 1) Untuk peserta didik
 - a) Mendorong peserta didik mengembangkan tanggung jawab individu terhadap tingkah lakunya dan kebutuhan untuk mengontrol diri.
 - b) Membantu peserta didik mengetahui perilaku yang sesuai dengan tata tertib kelas dan memahami jika teguran guru merupakan suatu peringatan dan bukan kemarahan.
 - c) Membangkitkan rasa tanggung jawab untuk melibatkan diri dalam tugas dan pada kegiatan yang diadakan.
- 2) Untuk guru
 - a) Mengembangkan pemahaman dalam penyajian pelajaran dengan pembukaan yang lancar dan kecepatan yang tepat.
 - b) Menyadari kebutuhan peserta didik dan memiliki kemampuan dalam memberi petunjuk secara jelas kepada peserta didik.
 - c) Mempelajari bagaimana merespons secara efektif terhadap tingkah laku peserta didik yang mengganggu.
 - d) Memiliki strategi remedial yang lebih komprehensif yang dapat digunakan dalam hubungannya dengan masalah perilaku peserta didik yang muncul di dalam kelas.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa manajemen kelas bertujuan untuk menciptakan dan memelihara suatu kondisi

kelas yang kondusif untuk kegiatan belajar mengajar sehingga guru bisa mengajar dengan efektif dan siswa bias belajar dengan efektif.

c. Kegiatan Manajemen Kelas

Wiyani (2013: 65), menyatakan setidaknya ada tiga kegiatan inti pada manajemen kelas, yaitu sebagai berikut.

1) Menciptakan iklim belajar mengajar yang tepat

Menciptakan iklim belajar yang tepat diarahkan untuk mewujudkan suasana kelas yang kondusif dan menyenangkan agar dapat memotivasi peserta didik untuk dapat belajar dengan baik sesuai dengan perkembangan dan kemampuannya. Iklim belajar yang aman dan tertib akan membuat proses belajar mengajar dapat berlangsung dengan nyaman (Wibowo, 2013: 120). Untuk menciptakan iklim belajar yang tepat, seorang guru sebagai manajer diantaranya harus menguasai prinsip-prinsip manajemen kelas dan komponen keterampilan manajemen kelas, serta mampu menggunakan pendekatan-pendekatan manajemen kelas secara efektif. Sutirman (2013: 75) mengemukakan upaya yang perlu dilakukan untuk menciptakan iklim kelas yang kondusif adalah dengan menciptakan hubungan interpersonal yang positif di kelas, meningkatkan motivasi belajar siswa, dan mengurangi perilaku *disruptive* atau perilaku siswa yang membuat suasana kelas menjadi kacau atau tidak kondusif.

2) Mengatur ruangan belajar

Ruangan belajar dalam hal ini ruang kelas harus didesain sedemikian rupa sehingga tercipta kondisi kelas yang menyenangkan dan dapat memunculkan semangat serta keinginan untuk belajar dengan baik seperti pengaturan meja,

kursi, lemari, gambar-gambar afirmasi, pajangan hasil karya peserta didik yang berprestasi, berbagai alat peraga, media pembelajaran dan iringan musik yang sesuai dengan materi pelajaran yang diajarkan atau nuansa musik yang dapat membangun gairah belajar peserta didik.

Pengaturan ruang kelas dapat didefinisikan sebagai kegiatan mengurus dan menata segala sarana belajar yang terdapat di dalam ruang kelas oleh guru. Berbagai sarana belajar yang ada di dalam kelas seperti meja dan kursi, papan tulis, penghapus, penggaris, papan absensi, rak buku, dan lain sebagainya. Kegiatan terkait pengaturan ruang kelas adalah sebagai berikut:

a) Pengaturan tempat duduk peserta didik

Ukuran sesuai dengan kelompok usia peserta didik dan mendukung pembentukan postur tubuh yang baik, minimum dibedakan dimensinya untuk kelas 1-3 dan kelas 4-6. Selain itu, desain dudukan dan sandaran membuat peserta didik nyaman belajar (Barnawi & Arifin, 2012: 106). Sejalan dengan pendapat tersebut, Wiyani (2013: 131) juga menyatakan bahwa tempat duduk peserta didik harus bagus, tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah, tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil, tidak terlalu berat, dan sesuai dengan postur tubuh peserta didik. Selain standar tempat duduk, pengaturan posisi tempat duduk peserta didik di kelas juga sangat penting. Pengaturan posisi tempat duduk sangat berpengaruh bagi peserta didik, interaksi antar mereka, dan interaksi dengan guru.

Hal ini sesuai dengan pendapat Wiyani (2013: 151) yang menyatakan bahwa guru hendaknya meletakkan gambar atau poster pada tempat yang mudah

dilihat oleh peserta didik dan mudah dijangkau oleh guru agar tidak merepotkan guru jika hendak memindahkannya.

b) Pengaturan tanaman atau tumbuh-tumbuhan

Terciptanya kelas yang kondusif juga didukung dengan adanya pengaturan tanaman dan tumbuh-tumbuhan. Tanaman dan tumbuh-tumbuhan mampu menyediakan oksigen yang dapat menjadikan otak berkembang (Wiyani, 2013: 151). Semakin banyak oksigen yang didapat, akan semakin meningkat pula kinerja otak. Jika kinerja otak semakin meningkat, para peserta didik akan mampu mengikuti dan mencerna pelajaran yang diberikan guru dengan baik. Itulah sebabnya di sekeliling kelas perlu ditanami tanaman atau tumbuh-tumbuhan agar peserta didik mendapatkan pasokan oksigen yang melimpah.

c) Pemberian aromaterapi

Penelitian menunjukkan, manusia dapat meningkatkan kemampuan berpikir secara kreatif sebanyak 30% saat diberikan aroma wangi bunga tertentu (Wiyani, 2013: 154). Penggunaan aromaterapi di kelas sangatlah sederhana yaitu bisa dengan cara menyemprotkan aromaterapi tersebut ke dalam kelas, dengan demikian peserta didik diharapkan dapat lebih rileks dan nyaman sehingga akhirnya peserta didik bisa lebih fokus dan konsentrasi dalam mengikuti pembelajaran.

3) Mengelola interaksi kegiatan belajar mengajar

Dalam interaksi belajar mengajar, guru dan peserta didik harus aktif. Aktif dalam arti sikap, mental, dan perbuatan. Untuk menciptakan interaksi belajar mengajar yang efektif, setidaknya guru harus menguasai dan mempraktikkan

berbagai keterampilan dasar mengajar. Selain itu untuk menciptakan interaksi yang positif di kelas yang tak kalah pentingnya adalah dengan membangun komunikasi yang baik. Dengan adanya komunikasi yang baik, tujuan pendidikan bisa tercapai secara efektif (Wibowo, 2013: 60).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan manajemen kelas meliputi kegiatan pencegahan dan kegiatan korektif. Yaitu kemampuan guru memahami dan mempraktekkan prinsip manajemen kelas, memiliki keterampilan manajemen kelas dan mempraktekkan keterampilan dasar mengajar, mempraktekkan pendekatan manajemen kelas yang tepat, mengatur lingkungan belajar, menciptakan hubungan interpersonal dan menerapkan komunikasi yang positif, meningkatkan motivasi belajar siswa, serta mengurangi perilaku disruptif di kelas yang dilaksanakan dengan baik sehingga mampu membuat manajemen kelas bisa dikatakan baik.

d. Prinsip-prinsip Manajemen Kelas

Mengelola kelas secara efektif, menurut Wiyani (2013: 73) setidaknya ada enam prinsip yang harus dipahami oleh guru dalam pelaksanaan kegiatan manajemen kelas yang efektif.

1) Hangat dan antusias

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa semua peserta didik akan senang mengikuti kegiatan belajar di kelas jika gurunya bersikap hangat dan antusias kepada mereka. Pelajaran yang dianggap sebagian orang sulit pun dapat menjadi lebih mudah bagi peserta didik apabila gurunya bersikap hangat dan antusias kepada mereka. Hangat dalam konteks manajemen kelas adalah sikap penuh

kegembiraan dan penuh kasih sayang kepada peserta didik. Sementara antusias dalam konteks manajemen kelas adalah sikap bersemangat dalam kegiatan mengajar. Sikap hangat dan antusias dapat dimunculkan apabila seorang guru mau dan mampu menjalin ikatan emosional dengan peserta didik.

2) Tantangan

Setiap peserta didik sangat menyukai beberapa tantangan yang mengusik rasa ingin tahunya. Berbagai tantangan dapat dilakukan oleh guru melalui penggunaan kata-kata, tindakan, cara kerja maupun bahan-bahan pelajaran yang memang dirancang untuk memberikan tantangan kepada peserta didik. Kemampuan guru untuk memberikan tantangan kepada peserta didiknya dapat meningkatkan semangat belajar mereka sehingga hal itu dapat mengurangi kemungkinan munculnya perilaku yang menyimpang.

3) Bervariasi

Dalam kegiatan belajar mengajar di kelas, variasi gaya mengajar guru sangatlah dibutuhkan karena dapat menghindari kejenuhan dan kebosanan. Variasi gaya mengajar seperti variasi intonasi suara, gerak anggota badan, mimik wajah, posisi dalam mengajar di kelas, serta dalam hal penggunaan metode dan media pengajaran juga diperlukan.

4) Keluwesan

Keluwesan dalam konteks manajemen kelas merupakan keluwesan perilaku guru untuk mengubah metode mengajar sesuai dengan kebutuhan peserta didik dan kondisi kelas untuk mencegah kemungkinan munculnya gangguan

belajar pada peserta didik serta untuk menciptakan iklim belajar mengajar yang kondusif dan efektif.

5) Penekanan pada hal-hal yang positif

Penekanan pada hal-hal yang positif yaitu penekanan yang dilakukan guru terhadap perilaku peserta didik yang positif. Penekanan tersebut dapat dilakukan dengan memberikan penguatan positif dan kesadaran guru untuk menghindari kesalahan yang dapat mengganggu jalannya kegiatan belajar mengajar. Selain komentar positif, pandangan guru yang positif juga sangat penting untuk diperhatikan. Banyak peserta didik merasa percaya diri akan performa dan kemampuan mereka dengan komentar positif yang diberikan guru. Pandangan guru yang positif dapat diartikan sebagai sikap memercayai kepada peserta didiknya.

6) Penanaman disiplin diri

Tujuan akhir dari kegiatan manajemen kelas adalah menjadikan peserta didik dapat mengembangkan disiplin pada diri sendiri sehingga tercipta iklim belajar yang kondusif di dalam kelas. Itulah sebabnya guru diharapkan dapat memotivasi peserta didiknya untuk melaksanakan disiplin dan menjadi teladan dalam pengendalian diri serta pelaksanaan tanggung jawab. Guru harus bisa menjadi model bagi peserta didiknya dengan memberikan contoh perilaku yang positif, baik di kelas, di sekolah, maupun di lingkungan masyarakat. Misalnya guru datang ke kelas tepat waktu, berpakaian sopan, tidak memakai perhiasan yang berlebihan, berbicara dengan bahasa yang santun, berkendara sesuai dengan aturan lalu lintas, dan sebagainya.

Sementara itu, Alma (2010: 84) mengungkapkan bahwa prinsip pengelolaan kelas meliputi:

- 1) Kehangatan dan keantusiasan dalam mengajar dapat menciptakan iklim kelas yang menyenangkan.
- 2) Dapat menggunakan kata-kata atau tindakan yang dapat menantang siswa untuk berpikir.
- 3) Guru dapat melakukan variasi.
- 4) Keluwesan guru dalam pelaksanaan tugas perlu ditingkatkan.
- 5) Penanaman disiplin diri sendiri merupakan dasar modal guru.
- 6) Penekanan pada hal-hal yang bersifat positif perlu diperhatikan.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip yang perlu dilakukan dalam manajemen kelas diantaranya kehangatan dan keantusiasan, kata-kata dan tindakan yang menantang untuk berfikir, variasi, keluwesan, penanaman disiplin diri, serta penekanan dalam hal-hal positif.

e. Komponen Keterampilan Manajemen Kelas

Menurut Moh. Uzer Usman yang dikutip oleh Wiyani (2013: 87) mengungkapkan setidaknya ada empat komponen keterampilan manajemen kelas, yaitu sebagai berikut.

1) Keterampilan mengadakan pendekatan secara pribadi

Hubungan yang akrab dan sehat antara guru dengan peserta didik dan peserta didik dengan peserta didik lainnya menjadi suatu keharusan di dalam sebuah kelas. Hal itu dapat terwujud jika guru memiliki keterampilan berkomunikasi secara pribadi.

2) Keterampilan mengorganisasi

Selama kegiatan belajar mengajar berlangsung di kelas, guru sebagai seorang manajer berperan sebagai organisator yang mengatur dan memonitor kegiatan belajar mengajar dari awal dimulainya hingga akhir kegiatan.

3) Keterampilan membimbing dan memudahkan belajar

Keterampilan ini memungkinkan guru membantu peserta didik untuk maju tanpa mengalami frustrasi.

4) Keterampilan merencanakan dan melaksanakan kegiatan belajar mengajar

Membantu peserta didik melakukan kegiatan belajar mengajar, baik secara perorangan maupun klasikal merupakan tugas utama guru. Itulah sebabnya guru harus mampu membuat perencanaan kegiatan belajar mengajar yang tepat bagi setiap peserta didik dan seluruh peserta didik dalam sebuah kelas serta mampu melaksanakan perencanaan tersebut.

4. Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pendidikan Jasmani

a. Aturan Pengajaran (*Rules*)

Aturan membantu anak-anak belajar perilaku yang diperlukan untuk bekerja sama dengan orang lain. Aturan akan membuat anak-anak belajar disiplin. Aturan dipelajari melalui contoh secara terus-menerus akan mendapatkan tanggapan yang tepat dan pantas untuk sebuah aturan. Supaya aturan untuk menjadi lebih efektif, aturan harus jelas dan diberlakukan secara adil dan konsisten. Rink (2006) menunjukkan bahwa guru dapat mengikuti panduan berikut ini dalam mempersiapkan aturan:

- 1) *Rules should be develop cooperatively with students when possible* (Aturan harus mengembangkan sikap kooperatif/kerjasama antar peserta didik bila memungkinkan).
- 2) *Rule should be communicated in language that is age appropriate* (Aturan harus dikomunikasikan dalam bahasa yang sesuai dengan usia).

- 3) *Rules should be few (four to seven) so student will remember them* (Aturan harus sedikit (4-7) sehingga peserta didik akan mengingatnya).
- 4) *State rules positively and provide both positive and negative examples* (Dimulai dengan aturan secara positif dan memberikan kedua contoh baik positif dan negatif).
- 5) *Rules must be consistent with school rules* (Aturan harus konsisten dengan peraturan sekolah).
- 6) *Develop the consequence and clearly identify their relationship to rules violations* (Mengembangkan konsekuensinya dan jelas mengidentifikasi hubungannya dengan pelanggaran aturan).
- 7) *Reinforce the rules consistently and fairly* (Memperkuat aturan secara konsisten dan adil).
- 8) *Make sure the students understand the rules* (Pastikan peserta didik memahami aturan).

Kelas Pendidikan Jasmani akan lebih banyak aturan yang ditetapkan dibanding dalam pengaturan kelas reguler lainnya. Selain itu, konteks Pendidikan Jasmani yang unik memerlukan aturan tambahan supaya lebih bermakna dan pembelajaran akan positif. Rink (2006: 143), menyatakan aturan berikut umumnya dianggap sebagai dasar untuk membuat lingkungan yang positif dan aman dalam Pendidikan Jasmani:

- 1) *When other are talking, we try not to talk* (Bila orang lain berbicara, kita mencoba untuk tidak berbicara).

- 2) *We are supportive of our classmate' effort* (Kami mendukung usaha di sekelas).
- 3) *We respect the rights of others* (Kita menghormati hak orang lain).
- 4) *We take care equipment* (Kami menjaga peralatan).
- 5) *We try our best* (Kami mencoba sebaik mungkin).

Penyusunan peraturan kelas mendorong individu peserta didik mengembangkan nilai-nilai olahraga yang baik. Guru Pendidikan Jasmani berperan sebagai motivator untuk menciptakan situasi dan menginspirasi peserta didik untuk menampilkan perilaku moral dan memberikan teladan dalam menerapkan nilai-nilai olahraga. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Willian Arthur (Rink, 2006: 143) “*A mediocre teacher tells, a good teacher explains, a superior teacher demonstrates, and the great teacher inspires.*” Seorang guru biasa-biasa saja mengatakan, seorang guru yang baik menjelaskan, guru yang unggul menunjukkan, dan guru besar menginspirasi. Penyusunan peraturan kelas juga melatih peserta didik untuk mengambil keputusan. Keterlibatan peserta didik secara aktif dan partisipatif akan menciptakan pembelajaran yang efektif. Selanjutnya dalam pelaksanaan peraturan kelas tersebut peserta didik akan mendapatkan pengalaman untuk mengevaluasi diri maupun teman sebaya.

b. Rutinitas Pengajaran

Rutinitas juga harus diajarkan pada awal tahun. Peserta didik akan membutuhkan lebih banyak praktek rutinitas dan penguatan yang konstan. Literatur menunjukkan bahwa faktor yang paling penting yang mempengaruhi pembentukan rutinitas di kelas adalah tingkat di mana guru secara konsisten

memperkuat rutinitas. Jika guru mengajar rutinitas dan kemudian tidak bertindak atas respon ketika rutinitas akan dibentuk (Rink, 2006). Rutinitas adalah prosedur yang telah ditentukan yang ditetapkan oleh guru untuk menghadapi situasi yang sering terjadi dalam pengaturan Pendidikan Jasmani.

Penelitian juga menunjukkan bahwa rutinitas perlu diajarkan secara khusus sebagai salah satu dari konten mengajar, seperti bagaimana untuk menggiring bola atau mengoper. Pengajaran rutinitas berarti bahwa guru harus menggunakan penjelasan, demonstrasi, praktek dengan umpan balik, dan semua elemen lain yang berhubungan dengan pembelajaran. Dengan kata lain, kunci untuk rutinitas mengajar secara efektif tidak berbeda dengan kunci untuk mengajarkan keterampilan olahraga (Rink, 2006; Siedentop & Tannehil, 2000).

Rutinitas harus diajarkan untuk semua aspek prosedural dari pelajaran. Misalnya, anak harus tahu apa yang harus dilakukan ketika guru memberikan sinyal untuk perhatian atau bagaimana kembali ke kelas setelah menyelesaikan pembelajaran Pendidikan Jasmani. Literatur menunjukkan bahwa guru yang sukses harus menetapkan rutinitas untuk acara yang umumnya terjadi pada pelajaran Pendidikan Jasmani (Graham et al, 2001; Hastie & Martin, 2006; Rink, 2006).

Rutinitas akan bervariasi sesuai dengan harapan dan kebijakan sekolah, filosofi guru, kedewasaan peserta didik, dan area konten yang berbeda. Sebagai contoh, spesialis sekolah dasar sering mengajar dan menggunakan konsep diri dan ruang umum untuk pelajar muda di seluruh senam pendidikan atau program pendidikan gerakan. Dengan demikian, cara yang tepat bagi peserta didik untuk

berada di ruang pribadi, atau mencari ruang umum akan diajarkan sebagai rutinitas. Guru-guru lain akan memilih untuk menambahkan elemen ke rutinitas agar lebih holistik.

5. Hakikat Guru Pendidikan Jasmani

a. Pengertian Guru Pendidikan Jasmani

Guru merupakan suatu profesi, yaitu suatu jabatan yang memerlukan keahlian khusus sebagai guru dan tidak dapat dilakukan sembarang orang di luar pendidikan. Guru adalah orang yang harus digugu dan ditiru, dalam arti orang yang memiliki wibawa hingga perlu untuk ditiru dan diteladani. Kajian tentang pendidik mencakup beberapa hal pokok antara lain pengertian dan sebutan istilah pendidik, kompetensi pendidik, kedudukan pendidik, hakikat tugas dan tanggung jawab guru, profesionalisme guru, organisasi profesi, dan kode etik guru.

Seseorang yang menginginkan menjadi pendidik maka dipersyaratkan mempunyai kriteria yang diinginkan oleh dunia pendidikan. Tidak semua orang bisa menjadi pendidik kalau yang bersangkutan tidak bisa menunjukkan bukti dengan kriteria yang ditetapkan. Dalam hal ini oleh Hadisusanto, Sidharto, & Siswoyo (2005: 42) syarat pendidik adalah: (1) mempunyai perasaan terpanggil sebagai tugas suci, (2) mencintai dan mengasih-sayangi peserta didik, (3) mempunyai rasa tanggung jawab yang didasari penuh akan tugasnya.

Pendidik merupakan sosok yang memiliki kedudukan yang sangat penting bagi pengembangan segenap potensi peserta didik. Pendidik menjadi orang yang paling menentukan dalam perancangan dan penyiapan proses pendidikan dan pembelajaran di kelas, paling menentukan dalam pengaturan kelas dan

pengendalian peserta didik, serta dalam penilaian hasil pendidikan dan pembelajaran yang dicapai peserta didik. Oleh karena itu pendidik merupakan sosok yang amat menentukan dalam proses keberlangsungan dan keberhasilan pendidikan dan pembelajaran.

Guru Pendidikan Jasmani adalah seseorang yang memiliki jabatan atau profesi yang memerlukan keahlian khusus, kemahiran atau kecakapan yang memenuhi standar mutu atau norma tertentu serta memerlukan keahlian khusus sebagai syarat dan ciri sebuah profesi.

Guru adalah orang yang pekerjaannya atau mata pencahariannya atau profesi mengajar, sehingga guru Pendidikan Jasmani dapat diartikan sebagai orang yang pekerjaannya atau profesinya mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Tugas guru yang paling utama adalah bagaimana mengkondisikan lingkungan belajar yang menyenangkan agar dapat membangkitkan rasa ingin tahu semua peserta didik, sehingga tumbuh minat dan nafsunya untuk belajar (Mulyasa, 2007: 188).

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa guru adalah orang yang merencanakan pembelajaran, melaksanakan pembelajaran, dan sekaligus mengevaluasi proses dan hasil pembelajaran. Guru pendidikan jasmani merupakan suatu aktivitas mengajar, berkaitan dengan fisik yang dilakukan secara terstruktur, terencana dan berfungsi mengembangkan berbagai komponen yang ada di dalam tubuh.

b. Kompetensi Guru

Kompetensi guru merupakan kemampuan yang harus dikuasai sebagai tenaga pendidik yang profesional. Siswoyo (2008: 118), menyatakan pendidik dalam hal ini adalah seorang guru merupakan orang yang dengan sengaja mempengaruhi orang lain untuk mencapai tingkat kemanusiaan yang lebih tinggi. Guru adalah pendidik yang berada di lingkungan sekolah. Seorang yang menginginkan menjadi pendidik maka dipersyaratkan mempunyai kriteria yang diinginkan oleh dunia pendidikan. Tidak semua orang bisa menjadi pendidik kalau yang bersangkutan tidak bisa menunjukkan bukti dengan kriteria yang ditetapkan. Siswoyo (2008: 119), menyatakan bahwa syarat seorang pendidik adalah:

(1) mempunyai perasaan terpancang sebagai tugas suci, (2) mencintai dan mengasih-sayangi peserta didik, (3) mempunyai rasa tanggungjawab yang didasari penuh akan tugasnya. Ketiga persyaratan tersebut merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lainnya. Persyaratan tersebut merupakan pentingnya sebuah kompetensi sebagai kualifikasi profesionalisme guru.

Hamalik (2009: 6), menyatakan bahwa profesi guru harus dilihat dalam hubungan yang luas. Sejumlah rekomendasi dapat dikemukakan sebagai berikut:

- 1) Peranan pendidikan harus dilihat dalam konteks pembangunan secara menyeluruh, yang bertujuan untuk membentuk manusia sesuai dengan cita-cita bangsa. Pembangunan tidak mungkin berhasil jika tidak melibatkan manusianya sebagai pelaku dan sekaligus sebagai tujuan pembangunan. Untuk menyuksekkan pembangunan perlu ditata suatu sistem pendidikan yang relevan. Sistem pendidikan dirancang dan dilaksanakan oleh orang-orang yang ahli dalam bidangnya. Keahlian yang dimiliki oleh tenaga pendidik, tidak dimiliki oleh warga masyarakat pada umumnya, melainkan hanya dimiliki oleh orang-orang tertentu yang telah menjalani pendidikan guru secara berencana dan sistematis.
- 2) Hasil pendidikan memang tak mungkin dilihat dan dirasakan dalam waktu singkat, tetapi baru dapat dilihat dalam waktu yang lama, bahkan

mungkin setelah satu generasi. Itu sebabnya proses pendidikan tidak boleh keliru atau salah kendatipun hanya sedikit saja.

- 3) Sekolah adalah suatu lembaga yang profesional. Sekolah bertujuan membentuk anak didik menjadi manusia dewasa yang berkepribadian matang dan tangguh, yang dapat dipertanggung jawabkan di masyarakat dan dirinya.
- 4) Sesuai dengan hakikat dan kriteria profesi yang telah dijelaskan di muka, sudah jelas bahwa pekerjaan guru harus dilakukan oleh orang yang bertugas sebagai guru. Pekerjaan guru ialah pekerjaan yang penuh dengan pengabdian pada masyarakat, dan perlu ditata berdasarkan kode etik tertentu.
- 5) Sebagai konsekuensi logis dari pertimbangan tersebut, setiap guru harus memiliki kompetensi kepribadian, kompetensi kemasyarakatan, dan kompetensi profesional. Dengan demikian memiliki kewenangan mengajar untuk diberikan imbalan secara wajar sesuai dengan fungsi dan tugasnya. Dengan demikian seorang calon guru seharusnya telah menempuh program pendidikan guru pada suatu lembaga pendidikan guru tertentu.

1) Kompetensi Pedagogik

Kompetensi Pedagogi yaitu kemampuan seorang guru dalam mengelola proses pembelajaran peserta didik. Siswoyo (2008: 121), menyatakan kompetensi pedagogik merupakan kemampuan mengelola pembelajaran peserta didik. Kompetensi ini mencakup selain pemahaman dan pengembangan potensi peserta didik, perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran, serta sistem evaluasi pembelajaran, juga harus menguasai ilmu pendidikan. Kompetensi ini diukur dengan *performance test* atau *episodes* terstruktur dalam praktik pengalaman lapangan (PPL), dan *case base test* yang dilakukan secara tertulis.

Tristanto (2010: 15), menyatakan bahwa tentang Standar Kualifikasi dan Kompetensi Guru dalam buku Standar Nasional Pendidikan telah menggarisbawahi 10 kompetensi inti yang harus dimiliki guru yang terkait dengan standar kompetensi pedagogik. Ke sepuluh kompetensi tersebut adalah:

- a) Menguasai karakteristik peserta didik dari aspek fisik, moral, kultural, emosional, dan intelektual.
- b) Menguasai teori-teori belajar dan prinsip-prinsip pembelajaran yang mendidik.
- c) Mengembangkan kurikulum yang terkait dengan mata pelajaran atau bidang pengembangan yang diampu.
- d) Menyelenggarakan pembelajaran yang mendidik.
- e) Memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk kepentingan pembelajaran.
- f) Memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya.
- g) Berkomunikasi secara efektif, empatik, dan santun dengan peserta didik.
- h) Menyelenggarakan penilaian dan evaluasi proses dan hasil belajar.
- i) Memanfaatkan hasil penilaian dan evaluasi untuk kepentingan pembelajaran.
- j) Melakukan tindakan reflektif untuk peningkatan kualitas pembelajaran.

Berdasarkan uraian di atas, ditarik kesimpulan bahwa seorang guru, harus memiliki kompetensi pedagogik yaitu memiliki kemampuan pemahaman tentang peserta didik secara mendalam dan penyelenggaraan pembelajaran yang mendidik dalam pembelajaran. Guru dalam melaksanakan pendidikan dan pengajaran, dituntut menguasai materi dengan segala aspek yang berkaitan dengannya, menguasai hakikat perkembangan anak yang menjadi subjek utama pada pendidikan. Guru juga harus menguasai dasar-dasar psikologi, khususnya psikologi anak dan psikologi perkembangan, merupakan bagian yang secara mutlak dituntut dari seorang guru.

2) Kompetensi kepribadian

Kompetensi kepribadian merupakan penguasaan kepribadian yang mantap, stabil, dewasa arif dan berwibawa, menjadi teladan bagi peserta didik dan berahlaq mulia. Siswoyo (2008: 121), menyatakan bahwa kompetensi kepribadian adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh pendidik di sekolah yang berupa kepribadian yang mantap, berakhlak mulia, arif, dan berwibawa serta menjadi

teladan peserta didik. Kompetensi kepribadian ini mencakup kemantapan pribadi dan akhlak mulia, kedewasaan dan kearifan, serta keteladanan dan kewibawaan. Kompetensi ini bisa diukur dengan alat ukur portofolio guru/calon guru, tes kepribadian/potensi.

Wahudi (2012: 27), menjelaskan bahwa kompetensi kepribadian seorang guru harus mampu:

- a) Bertindak sesuai dengan norma agama, hukum, sosial, dan kebudayaan nasional Indonesia.
- b) Menampilkan diri sebagai pribadi yang jujur, berakhlak mulia dan teladan bagi peserta didik dan masyarakat.
- c) Menampilkan diri sebagai pribadi yang mantap, stabil, dewasa, arif dan berwibawa.
- d) Menunjukkan etos kerja, tanggung jawab yang tinggi serta bangga menjadi guru, dan rasa percaya diri.
- e) Menjunjung tinggi kode etik profesi guru.

Kepribadian sangat menentukan tinggi rendahnya seorang guru dalam pandangan anak didik maupun masyarakat. Kepribadian merupakan salah satu unsur yang menentukan keakraban hubungan guru dan murid yang tercermin dalam sikap dan perbuatannya dalam membina dan membimbing anak didik. Mulyasa (2007: 49), menyatakan bahwa dalam kompetensi ini keguruan harus dikembangkan agar guru terampil dalam:

- a) Mengenal dan mengakui harkat dan potensi dari setiap individu atau murid yang diajarnya.
- b) Membina suatu suasana sosial yang meliputi interaksi belajar mengajar sehingga amat bersifat menunjang secara moral terhadap murid.
- c) Membina suatu perasaan saling menghormati saling bertanggung jawab dan saling percaya mempercayai antara guru dan murid.

Kompetensi kepribadian lebih mengarah pada sikap, perilaku, dan pembawaan seorang guru. Begitu besar peran kepribadian guru dalam mendukung

keberhasilan pendidikan maka seorang guru dituntut untuk memiliki kompetensi kepribadian yang memadai dan dapat dijadikan landasan bagi kompetensi-kompetensi lain. Guru dituntut tidak hanya mampu memaknai pembelajaran, namun juga menjadikan pembelajaran sebagai ajang pembentukan kompetensi dan kepribadian peserta didik. Kepribadian guru memiliki peran yang cukup besar terhadap keberhasilan pendidikan, terutama dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu kepribadian guru berperan dalam membentuk kepribadian peserta didik.

Kompetensi kepribadian ini mencakup kemantapan pribadi dan akhlak mulia, kedewasaan dan kearifan, serta keteladanan dan kewibawaan. Dengan sub kompetensi dijabarkan menjadi indikator *essensial*, Mulyasa (2013: 11) menjelaskan sebagai berikut:

- a) Sub kompetensi mantap dan stabil memiliki indikator bertindak sesuai norma hukum, norma sosial dan etika yang berlaku, bersikap sesuai dengan peraturan yang terdapat di sekolah.
- b) Sub kompetensi dewasa memiliki indikator mempunyai kemandirian untuk bertindak sebagai pendidik dan memiliki etos kerja sebagai guru, dapat memposisikan ketika sebagai pendidik dan sebagai teman yang dapat dijadikan pelindung bagi muridnya, pemimpin di kelas ketika guru melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani yang tugasnya mengelola dan mengkoordinasi peserta didik selama pelaksanaan pembelajaran dilaksanakan.
- c) Sub kompetensi arif memiliki indikator tampilannya bermanfaat bagi peserta didik, sekolah, dan masyarakat dengan menunjukkan keterbukaan dalam berpikir dan bertindak, memiliki komunikasi dengan orang lain dan memiliki empati.
- d) Sub kompetensi berwibawa memiliki indikator berperilaku guru yang disegani, sehingga berpengaruh positif terhadap peserta didik, berperilaku sopan dan berpenampilan rapi di depan peserta didik.
- e) Sub kompetensi akhlak mulia dan teladan memiliki indikator berperilaku yang dapat diteladani oleh peserta didik, bertindak sesuai dengan norma religius, jujur, ikhlas dan suka menolong.

Seorang guru melakukan suatu sikap dan perbuatan yang baik, sering dikatakan bahwa guru tersebut memiliki kepribadian yang baik atau berakhlak

mulia. Bila guru melakukan suatu sikap atau perbuatan yang tidak baik menurut pandangan masyarakat maupun peserta didiknya maka dikatakan bahwa guru tersebut memiliki kepribadian yang kurang baik. Baik tidak citra seorang guru ditentukan oleh kepribadian

3) Kompetensi Profesional

Siswoyo (2008: 121), menyatakan bahwa kompetensi profesional adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pendidik di sekolah berupa penguasaan materi pelajaran secara luas dan mendalam. Hal ini mencakup penguasaan materi keilmuan, penguasaan kurikulum dan silabus sekolah, metode khusus pembelajaran bidang studi, dan wawasan etika dan pengembangan profesi. Kompetensi ini diukur dengan tertulis baik *multiple choice* maupun *essay*.

Mulyasa (2013: 45), menyatakan bahwa kompetensi profesional kemampuan dalam penguasaan materi pembelajaran secara luas dan mendalam yang memungkinkan membimbing peserta didik memenuhi standar kompetensi. Soedijarto sebagaimana dikutip oleh Mulyasa (2013: 47), bahwa guru yang memiliki kompetensi profesional perlu menguasai:

- a) Disiplin ilmu pengetahuan sebagai sumber bahan pelajaran.
- b) Bahan ajar yang diajarkan.
- c) Pengetahuan tentang karakteristik peserta didik.
- d) Pengetahuan tentang filsafat dan tujuan pendidikan.
- e) Pengetahuan serta penguasaan metode dan model mengajar.
- f) Penguasaan terhadap prinsip teknologi pembelajaran.
- g) Pengetahuan terhadap penilaian, dan mampu merencanakan memimpin, guna kelancaran proses pendidikan.

Peraturan Pemerintah nomor 19 tahun 2005 pasal 28 menjelaskan bahwa, kompetensi profesional adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pendidik di sekolah berupa penguasaan materi pelajaran secara luas dan

mendalam yang memungkinkan membimbing peserta didik memenuhi standar kompetensi. Siswoyo (2008: 61), menyatakan bahwa standar kompetensi dijabarkan ke dalam lima kompetensi inti yaitu:

- a) Menguasai materi, struktur, dan konsep keilmuan mata pelajaran
- b) Mengembangkan Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar mata pelajaran yang diajarkan.
- c) Mengembangkan materi pembelajaran secara kreatif
- d) Mengembangkan profesional berkelanjutan melalui tindakan reflektif
- e) Memanfaatkan Teknologi informasi dan komunikasi untuk berkomunikasi dan mengembangkan diri.

Peraturan Pemerintah Nomor 18 Tahun 2007 tentang guru dinyatakan bahwa, salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh guru adalah kompetensi profesional. Kompetensi profesional yang dimaksud dalam hal ini merupakan kemampuan guru dalam penguasaan materi pelajaran secara luas dan mendalam, termasuk penguasaan akademik lainnya yang berperan sebagai pendukung profesionalisme guru. Kemampuan akademik tersebut antara lain memiliki kemampuan dalam menguasai ilmu, jenjang dan jenis pendidikan yang sesuai. Hal ini mencakup penguasaan materi keilmuan, penguasaan kurikulum mata pelajaran dan silabus sekolah, metode khusus pembelajaran bidang studi, dan wawasan etika dan pengembangan profesi. Secara sederhana dapat dikatakan, bahwa seorang guru yang menjalankan profesi dengan dilandasi norma-norma yang berlaku secara benar disebut profesional.

4) Kompetensi Sosial

Siswoyo (2008: 122), menyatakan bahwa kompetensi sosial adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pendidik di sekolah untuk berkomunikasi dan berinteraksi secara efektif dan efisien dengan peserta didik,

sesama guru, orang tua/wali peserta didik, dan masyarakat sekitar. Kompetensi ini diukur dengan portofolio kegiatan, prestasi dan keterlibatan dalam berbagai aktivitas.

c. Keterampilan Mengajar

Schmidt yang dikutip oleh Ma'mun & Saputra (2000: 61), menyatakan bahwa keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian maksimum dan pengeluaran energi dan waktu yang minimum. Lebih lanjut Ma' mun & Saputra (2000), menjelaskan yaitu:

Terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Sebagai indikator dari tingkat kemahiran, maka keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan sebuah tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan tertentu.

Proses pembelajaran Pendidikan Jasmani akan berhasil dengan baik jika guru yang melaksanakan pembelajaran menguasai keterampilan dasar-dasar mengajar dan sistematika dengan baik. Berikut ini adalah sistematika pembelajaran Penjasorkes menurut Suryobroto (2004: 11), yaitu:

- 1) Latihan Pendahuluan terdiri atas:
 - a) Membariskan, menghitung, memimpin doa dan memberi salam
 - b) Memberikan apersepsi (agar tidak ada perbedaan persepsi)
 - c) Menyampaikan tujuan pembelajaran
 - d) Memimpin pemanasan
- 2) Latihan Inti
Latihan inti harus mengandung unsur-unsur berikut:
 - a) Pembentukan
 - b) Kelentukan
 - c) Kekuatan
 - d) Kecepatan
 - e) Kelincahan
 - f) Latihan Penutup
- 3) Latihan Penutup terdiri atas:
 - a) Memberikan pendinginan

- b) Mengumpulkan, membariskan, dan menghitung jumlah peserta didik
- c) Memberikan kesan dan pesan serta evaluasi
- d) Memberi tugas
- e) Memimpin doa terus membubarkan

Sistematika di atas, belum dijelaskan kegiatan pada latihan inti, tetapi hanya menekankan bahwa kegiatan pembelajaran latihan inti harus mengandung unsur-unsur: pembentukan, kelentukan, kekuatan, kecepatan, dan kelincahan. Agar kegiatan pembelajaran pada latihan inti dapat memberikan hasil yang optimal, maka guru harus menguasai pengelolaan kelas.

Keterampilan dasar mengajar merupakan keterampilan yang cukup kompleks, yang pada dasarnya merupakan pengintegrasian utuh dari berbagai keterampilan yang jumlah cukup banyak. Ada 10 keterampilan dasar dalam mengajar yang dianggap sangat berperan dalam keberhasilan kegiatan pembelajaran. Ngatman (2015: 54-63) mengemukakan 10 (sepuluh) keterampilan dasar mengajar, yakni:

- 1) Pertama, Keterampilan membuka dan menutup pembelajaran kegiatan yang dilakukan pengajar untuk menciptakan suasana pembelajaran yang memungkinkan pembelajar siap secara mental untuk mengikuti kegiatan pembelajaran.
- 2) Kedua, Seorang guru perlu menguasai keterampilan memberikan penguatan karena penguatan merupakan dorongan bagi peserta didik untuk meningkatkan perhatian.
- 3) Ketiga, keterampilan mengadakan variasi, baik variasi dalam gaya mengajar, penggunaan media dan bahan pelajaran, dan pola interaksi dan kegiatan.
- 4) Keempat, keterampilan menjelaskan yang mensyaratkan guru untuk merefleksi segala informasi sesuai dengan kehidupan sehari-hari. Setidaknya, penjelasan harus relevan dengan tujuan, materi, sesuai dengan kemampuan dan latar belakang peserta didik, serta diberikan pada awal, tengah, ataupun akhir pelajaran sesuai dengan keperluan.
- 5) Kelima, keterampilan membuka dan menutup pelajaran. Dalam konteks ini, guru perlu mendesain situasi yang beragam sehingga kondisi kelas menjadi dinamis.

- 6) Keenam, keterampilan membimbing diskusi kelompok kecil. Hal terpenting dalam proses ini adalah mencermati aktivitas peserta didik dalam diskusi.
- 7) Ketujuh, keterampilan mengelola kelas, mencakup keterampilan yang berhubungan dengan penciptaan dan pemeliharaan kondisi belajar yang optimal, serta pengendalian kondisi belajar yang optimal.
- 8) Kedelapan, menggunakan media dan alat pembelajaran, pembelajaran yang menggunakan media dan alat agar pembelajar cepat dan mudah menangkap materi pembelajaran.
- 9) Kesembilan, keterampilan mengadakan variasi, meliputi gaya mengajar, penggunaan media pembelajaran, pola interaksi dengan pembelajar, dan stimulasi.
- 10) Kesepuluh, keterampilan mengevaluasi, proses sistematis untuk mengetahui efektifitas dan efisiensi suatu kegiatan pembelajaran.

Perkembangan teknologi yang akhir-akhir semakin pesat, seorang guru dituntut untuk lebih menambah kualitas ilmu dengan banyak belajar dari berbagai sumber ilmu yang dimiliki oleh guru harus diajarkan kepada peserta didik dengan keterampilan mengajar yang baik. Selain pengetahuan ilmu yang harus ditambah, guru juga penting menguasai beberapa keterampilan mengajar, karena betapapun tingginya ilmu yang dimiliki oleh seorang guru itu, jika tidak menguasai keterampilan mengajar, maka akan sulit bagi seorang peserta didik menyerap ilmu yang diberikan oleh guru tersebut. Adapun keterampilan mengajar yang harus dikuasai oleh seorang guru yaitu (Pentingnya Guru Menguasai Keterampilan Mengajar « Blog Guru SMP Negeri 1 Kikim Barat Kab. Lahat dalam <http://www.w3.org/TR/xhtml1/.htm>):

- 1) Keterampilan membuka pelajaran
- 2) Keterampilan menjelaskan pelajaran
- 3) Keterampilan bertanya
- 4) Keterampilan mengadakan penguatan
- 5) Keterampilan mengadakan variasi
- 6) Keterampilan melakukan pengelolaan kelas
- 7) Keterampilan membimbing diskusi kelompok
- 8) Keterampilan mengajarkan kelompok kecil dan perorangan
- 9) Keterampilan menutup pelajaran

Banyak orang beranggapan bahwa kesan pertama dari suatu bentuk hubungan merupakan kunci keberhasilan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain pertemuan atau kesan yang baik akan membuahkan hasil yang baik pula. Keterampilan membuka pelajaran merupakan kunci yang harus didahului dalam proses belajar mengajar. Proses belajar mengajar yang dinamis tidak akan tercapai jika guru pada awal pelajaran tidak bisa menarik perhatian peserta didik. Keterampilan mengajar guru Pendidikan Jasmani dalam pembelajaran penjasorkes adalah kemampuan guru penjasorkes untuk melakukan tugas-tugas yang berkaitan dengan fisik dan mental, yaitu mendidik, mengajar, membimbing mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada saat pembelajaran, yang diukur menggunakan lembar observasi

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 16 tahun 2007 yang dikutip oleh Istiqomah & Sulton (2013: 15), tentang Standar Kualifikasi dan Kompetensi Guru dalam buku Standar Nasional Pendidikan telah menggarisbawahi 10 kompetensi inti yang harus dimiliki guru yang terkait dengan standar kompetensi pedagogik. Ke sepuluh kompetensi tersebut adalah:

- 1) Menguasai karakteristik peserta didik dari aspek fisik, moral, kultural, emosional, dan intelektual.
- 2) Menguasai teori-teori belajar dan prinsip-prinsip pembelajaran yang mendidik.
- 3) Mengembangkan kurikulum yang terkait dengan mata pelajaran atau bidang pengembangan yang diampu.
- 4) Menyelenggarakan pembelajaran yang mendidik.
- 5) Memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi untuk kepentingan pembelajaran.
- 6) Memfasilitas pengembangan potensi peserta didik untuk mengaktualisasikan berbagai potensi yang dimilikinya.
- 7) Berkomunikasi secara efektif, empatik, dan santun dengan peserta didik.

- 8) Menyelenggarakan penilaian dan evaluasi proses dan hasil belajar.
- 9) Memanfaatkan hasil penilaian dan evaluasi untuk kepentingan pembelajaran.
- 10) Melakukan tindakan reflektif untuk peningkatan kualitas pembelajaran.

Mengajar adalah proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada disekitar peserta didik, sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar. Pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan mengajar adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan fisik dan mental serta seni untuk mentransfer pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai yang diarahkan oleh nilai-nilai pendidikan, kebutuhan individu peserta didik, kondisi lingkungan yang dimiliki oleh guru untuk melakukan proses mengatur mengorganisasi lingkungan sekitar peserta didik, sehingga menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar dan terjadi hubungan timbal balik antar guru dan peserta didik.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anis Marsiyah (2019) yang berjudul “Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi

peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Instrumen yang digunakan adalah angket dengan validitas 0,911 dan reliabilitas 0,958. Subjek dalam penelitian ini adalah guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta sebanyak 87 Guru. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan rumus persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat baik sebesar 80,46 %, kategori baik sebesar 13,79%, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori kurang sebesar 0,0 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0,0 %. Hasil tersebut dapat diartikan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani berkategori sangat baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Abdurrofi R (2019) yang berjudul “Identifikasi Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri Se-Kabupaten Bantul”. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD se-Kabupaten Bantul. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei. Subjek dalam penelitian ini adalah guru Pendidikan Jasmani di SD se-Kabupaten Bantul yang berjumlah 346 sekolah. Teknik pengambilan sampel berdasarkan

teori dari Sugiyono, sebesar 5% dari jumlah populasi, sehingga sampel berjumlah 171 guru. Instrumen penelitian ini berupa angket yang sudah diujicobakan, angket penerapan peraturan (*rules*) koefisien validitas sebesar 0,918 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,992, sedangkan angket rutinitas (*routines*) koefisien validitas sebesar 0,952 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,986. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang disajikan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 guru), “kurang” sebesar 0% (0 guru), “cukup” sebesar 29,24% (50 guru), “baik” sebesar 65,50% (112 guru), dan “sangat baik” sebesar 5,26% (9 guru). (2) Penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD se-Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 guru), “kurang” sebesar 0,58% (1 guru), “cukup” sebesar 15,20% (26 guru), “baik” sebesar 77,19% (132 guru), dan “sangat baik” sebesar 7,02% (12 guru). Dapat disimpulkan bahwa penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD se-Kabupaten Bantul dalam kategori “baik”.

C. Kerangka Berpikir

Keterampilan mengajar adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan fisik dan mental serta seni untuk mentransfer pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai yang diarahkan oleh nilai-nilai pendidikan, kebutuhan individu peserta didik, kondisi lingkungan yang dimiliki oleh guru untuk

melakukan proses mengatur mengorganisasi lingkungan sekitar peserta didik didik, sehingga menumbuhkan dan mendorong peserta didik didik melakukan proses belajar dan terjadi hubungan timbal balik antar guru dan peserta didik

Dalam membuat peraturan dan rutinitas harus sesuai dengan peraturan sekolah. Misalnya apabila sekolah menerapkan *afterschool detention* atau *Saturday detention* kita bisa menggunakan peraturan tersebut untuk memberikan sanksi. Dalam memberikan konsekuensi dikomunikasikan dengan orangtua melalui *student handbook* atau melalui surat sehingga orangtua juga mengetahuinya. Setelah peraturan dan rutinitas dijelaskan dengan jelas dan dilaksanakan dengan konsisten maka lingkungan yang disiplin akan mengikutinya. Pengalaman penulis mengajar di sekolah dimana peserta didik akan dijelaskan mengenai peraturan sekolah (*school policy*) di setiap awal tahun ajaran baru. Selain peraturan sekolah, di dalam kelas Pendidikan Jasmani juga mempunyai peraturan khusus. Pada waktu awal pertemuan tahun ajaran baru sebagai guru selalu memberikan pengarahan awal. Pada pertemuan pertama tersebut kesempatan kita untuk pengenalan dan pembagian kelas serta menjelaskan peraturan selama pelajaran Pendidikan Jasmani (*physical Education*). Peraturan tersebut juga dibagikan secara tertulis dan dapat diakses di portal sekolah. Setelah penjelasan mengenai peraturan di kelas, juga membuat persetujuan (*agreement*) mengenai peraturan dan rutinitas mengenai kedatangan, pemberian waktu untuk ganti baju dan kapan harus meninggalkan kelas Pendidikan Jasmani.

Penting bagi guru Pendidikan Jasmani untuk menerapkan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran, namun apakah semua guru sudah menerapkan

peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran tersebut. Oleh karena itu, perlu adanya untuk mengetahui seberapa besar persentase penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD se-Kodya Yogyakarta.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sugiyono (2007: 147), menyatakan bahwa “penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya”. Metode yang digunakan adalah survei dan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Penelitian ini bertujuan untuk penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang terbagi menjadi 4 wilayah Timur, Selatan, Barat dan Utara. Yang diambil subjek yaitu seluruh tingkatan Sekolah Dasar Negeri yang berjumlah 120 guru. Waktu penelitian dilakukan bulan September 2020.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2007: 55) bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan”. Pendapat lain menurut Arikunto (2010: 101) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru Pendidikan Jasmani SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dari 120 guru. Arikunto (2010: 109) menyatakan bahwa “sampel adalah sebagian atau

wakil yang diselidiki. Teknik pengambilan sampel yaitu berdasarkan teori dari Sugiyono, sebesar 10% dari jumlah populasi. Berdasarkan tabel dari Sugiyono, untuk jumlah populasi berjumlah 83 guru. Dengan alasan tingkat ketelitian/kepercayaan bergantung pada sumber dana, waktu dan tenaga yang tersedia. Jadi di penelitian ini makin besar tingkat kesalahan maka akan semakin kecil jumlah sampel yang diperlukan.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini yaitu penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta. Definisi operasionalnya adalah:

1. Penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah segala hal peraturan yang dibuat oleh guru Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam pembelajaran PJOK.
2. Penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani mengacu pada prosedur khusus yang diterapkan oleh guru Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta untuk melakukan tugas-tugas dalam kelas.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Arikunto (2010: 89), menyatakan bahwa “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga lebih mudah diolah”. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuesioner tertutup. Arikunto (2010: 102-103)

menyatakan bahwa “angket/kuesioner tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala”. Skala dalam yang digunakan yaitu skala Gutman yaitu Ya (diberi nilai 1) dan Tidak (diberi nilai 0).

Langkah-langkah dalam penyusunan instrumen penelitian menurut Hadi (1991: 7-11) sebagai berikut:

a. Mendefinisikan Konstrak

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstrak berarti membatasi perubahan atau variabel yang akan diteliti. Konstrak dalam penelitian ini adalah penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang diukur menggunakan kuesioner.

b. Menyidik Faktor

Berdasarkan kajian teori dan definisi konstrak, maka penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta terdiri atas beberapa faktor meliputi: peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*).

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan

Langkah selanjutnya adalah menyusun butir-butir pernyataan berdasarkan faktor-faktor atau indikator yang menyusun konstrak. Butir pernyataan harus merupakan penjabaran indikator-indikator yang kemudian disusun menjadi butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut.

Butir-butir pernyataan yang disusun bersifat positif dan negatif. Pernyataan negatif dimaksudkan bervariasi pernyataan agar tidak monoton dan membosankan. Setelah butir-butir pernyataan tersusun, langkah selanjutnya adalah mengkonsultasikan pada ahli atau *expert judgement*. Berikut ini disajikan tabel kisi-kisi instrumen dalam penelitian ini:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Variabel Peraturan (*Rules*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Variabel	Indikator	No Butir
Peraturan	a. Peraturan harus mengembangkan kooperatif/kerjasama antar siswa (<i>Rules should be develop cooperatively with students</i>)	1, 2
	b. Peraturan harus dikomunikasikan awal dalam bahasa yang sesuai dengan usianya (<i>Rule should be communicated in beginning of school year with language that is age appropriate</i>)	3, 4, 5
	c. Peraturan harus sedikit (4-7), sehingga siswa akan mengingatnya. (<i>Rules should be few (four to seven) so student will remember them</i>)	6, 7, 8
	d. Dimulai dengan peraturan secara positif dan memberikan contoh dari keduanya baik positif dan negatif (<i>State rules positively and provide both positive and negative examples</i>)	9, 10, 11, 12
	e. Peraturan harus konsisten dengan peraturan sekolah (<i>Rules must be consistent with school rules</i>)	13, 14
	f. Mengembangkan konsekuensi dan secara jelas mengidentifikasi hubungan mereka dengan pelanggaran peraturan (<i>Develop the consequence and clearly identify their relationship to rules violations</i>)	15, 16
	g. Memperkuat peraturan secara konsisten dan adil (<i>Reinforce the rules consistently and fairly</i>)	17, 18
	h. <i>Make sure the students understand the rules</i> (Pastikan siswa memahami peraturan).	19, 20, 21
	i. Keselamatan (<i>Safety</i>)	22, 23, 24, 25
	j. Menghormati dan sopan dengan orang lain (<i>Respect and be polite with others</i>)	26, 27, 28
	k. Menghormati lingkungan pembelajaran (<i>Respect for the learning environment</i>)	29, 30
	l. Mendukung pembelajaran lainnya (<i>Support for other learning</i>)	31, 32, 33
	m. Usaha Keras (<i>Trying hard</i>)	34, 35
	n. Publikasi peraturan	36, 37, 38, 39, 40
Jumlah		40

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba Variabel Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Variabel	Indikator	No Butir
Rutinitas	a. Praktik dan <i>review</i>	41, 42, 43
	b. Pendahuluan kelas (berkumpul, waktu mulai, dan lain-lain)	44, 45, 46, 47, 48
	c. Manajemen transisi (alat, pengelompokan)	49, 50, 51
	d. Manajemen instruksional (batas bermain, tidak mengganggu lainnya)	52, 53
	e. Rutinitas piket dan pengetahuan tentang prosedur sekolah (kecelakaan, pakaian, minum penilaian)	54, 55, 56, 57
	f. Rutinitas penutupan (rutinitas meninggalkan <i>gymnasium</i> atau lapangan, dan lain-lain)	58, 59, 60, 61, 62
Jumlah		22

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu dengan memberikan kuesioner kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- Peneliti mencari data guru Pendidikan Jasmani SD N se-Kodya Yogyakarta.
- Peneliti menentukan jumlah guru Pendidikan Jasmani SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang menjadi subjek penelitian.
- Peneliti menyebarkan tes kepada responden melalui *google form* kepada ketua KKG per-wilayah mapel PJOK SD Negeri se-Kodya Yogyakarta untuk disebarkan melalui grup *WhatsApp* KKG.
- Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.

e. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari tes yang telah disusun perlu diujicobakan guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Diadakannya uji coba antara lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen, mencari pengalaman dan mengetahui reliabilitas”. Langkah-langkah uji coba sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Arikunto (2010: 96) menyatakan bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment* (Arikunto, 2010: 46). Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada pada taraf signifikansi 0,05. Bila $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Perhitungannya menggunakan SPSS 20.

Rumus korelasi *Product Moment* sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi X dan Y
N = banyaknya subyek
 $\sum XY$ = skor hasil perkalian X dan Y
 $\sum X$ = jumlah X
 $\sum X^2$ = jumlah kuadrat X
 $\sum Y$ = jumlah Y
 $\sum Y^2$ = jumlah kuadrat Y
(Sumber: Arikunto, 2006: 46)

Tabel 3. Uji Validitas Variabel Peraturan (*Rules*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

No Butir	r_{hitung}	r_{tabel} (df 12 = 0,532)	Keterangan
Butir 01	0,897	0,532	Valid
Butir 02	0,918	0,532	Valid
Butir 03	0,918	0,532	Valid
Butir 04	0,918	0,532	Valid
Butir 05	0,918	0,532	Valid
Butir 06	0,874	0,532	Valid
Butir 07	0,874	0,532	Valid
Butir 08	0,874	0,532	Valid
Butir 09	0,874	0,532	Valid
Butir 10	0,874	0,532	Valid
Butir 11	0,874	0,532	Valid
Butir 12	0,874	0,532	Valid
Butir 13	0,897	0,532	Valid
Butir 14	0,918	0,532	Valid
Butir 15	0,843	0,532	Valid
Butir 16	0,918	0,532	Valid
Butir 17	0,843	0,532	Valid
Butir 18	0,709	0,532	Valid
Butir 19	0,843	0,532	Valid
Butir 20	0,874	0,532	Valid
Butir 21	0,897	0,532	Valid
Butir 22	0,750	0,532	Valid
Butir 23	0,897	0,532	Valid
Butir 24	0,843	0,532	Valid
Butir 25	0,897	0,532	Valid
Butir 26	0,843	0,532	Valid
Butir 27	0,713	0,532	Valid
Butir 28	0,750	0,532	Valid
Butir 29	0,897	0,532	Valid
Butir 30	0,918	0,532	Valid
Butir 31	0,843	0,532	Valid
Butir 32	0,709	0,532	Valid
Butir 33	0,918	0,532	Valid
Butir 34	0,918	0,532	Valid
Butir 35	0,918	0,532	Valid
Butir 36	0,897	0,532	Valid
Butir 37	0,918	0,532	Valid
Butir 38	0,918	0,532	Valid
Butir 39	0,918	0,532	Valid
Butir 40	0,918	0,532	Valid

Berdasarkan hasil analisis uji validitas pada tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 40 butir semua butir valid karena $r_{hitung} > r_{tabel}$ (df 12= 0,532).

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Variabel Peraturan (Rules) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Variabel	Indikator	No Butir
Peraturan	a. Peraturan harus mengembangkan kooperatif/kerjasama antar siswa (<i>Rules should be develop cooperatively with students</i>)	1, 2
	b. Peraturan harus dikomunikasikan awal dalam bahasa yang sesuai dengan usianya (<i>Rule should be communicated in beginning of school year with language that is age appropriate</i>)	3, 4, 5
	c. Peraturan harus sedikit (4-7), sehingga siswa akan mengingatnya. (<i>Rules should be few (four to seven) so student will remember them</i>)	6, 7, 8
	d. Dimulai dengan peraturan secara positif dan memberikan contoh dari keduanya baik positif dan negatif (<i>State rules positively and provide both positive and negative examples</i>)	9, 10, 11, 12
	e. Peraturan harus konsisten dengan peraturan sekolah (<i>Rules must be consistent with school rules</i>)	13, 14
	f. Mengembangkan konsekuensi dan secara jelas mengidentifikasi hubungan mereka dengan pelanggaran peraturan (<i>Develop the consequence and clearly identify their relationship to rules violations</i>)	15, 16
	g. Memperkuat peraturan secara konsisten dan adil (<i>Reinforce the rules consistently and fairly</i>)	17, 18
	h. <i>Make sure the students understand the rules</i> (Pastikan siswa memahami peraturan).	19, 20, 21
	i. Keselamatan (<i>Safety</i>)	22, 23, 24, 25
	j. Menghormati dan sopan dengan orang lain (<i>Respect and be polite with others</i>)	26, 27, 28
	k. Menghormati lingkungan pembelajaran (<i>Respect for the learning environment</i>)	29, 30
	l. Mendukung pembelajaran lainnya (<i>Support for other learning</i>)	31, 32, 33
	m. Usaha Keras (<i>Trying hard</i>)	34, 35
	n. Publikasi peraturan	36, 37, 38, 39, 40
Jumlah		40

Tabel 5. Uji Validitas Variabel Rutinitas (*Routines*) Pendidikan Jasmani

No Butir	r _{hitung}	r _{tabel} (df 12 = 0,532)	Keterangan
Butir 41	0,952	0,532	Valid
Butir 42	0,952	0,532	Valid
Butir 43	0,914	0,532	Valid
Butir 44	0,914	0,532	Valid
Butir 45	0,319	0,532	Tidak Valid
Butir 46	0,812	0,532	Valid
Butir 47	0,817	0,532	Valid
Butir 48	0,576	0,532	Valid
Butir 49	0,727	0,532	Valid
Butir 50	0,952	0,532	Valid
Butir 51	0,914	0,532	Valid
Butir 52	0,812	0,532	Valid
Butir 53	0,812	0,532	Valid
Butir 54	0,812	0,532	Valid
Butir 55	0,812	0,532	Valid
Butir 56	0,952	0,532	Valid
Butir 57	0,952	0,532	Valid
Butir 58	0,952	0,532	Valid
Butir 59	0,952	0,532	Valid
Butir 60	0,952	0,532	Valid
Butir 61	0,952	0,532	Valid
Butir 62	0,952	0,532	Valid

Berdasarkan hasil analisis uji validitas pada tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 22 butir terdapat 1 butir tidak valid, yaitu butir nomor 5 (45) karena $r_{hitung} 0,319 < r_{tabel} (df 12 = 0,532)$.

Tabel 6. Kisi-kisi Instrumen Variabel Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Variabel	Indikator	No Butir
Rutinitas	a. Praktik dan <i>review</i>	41, 42, 43
	b. Pendahuluan kelas (berkumpul, waktu mulai, dan lain-lain)	44, 45, 46, 47
	c. Manajemen transisi (alat, pengelompokkan)	48, 49, 50
	d. Manajemen instruksional (batas bermain, tidak mengganggu lainnya)	51, 52
	e. Rutinitas piket dan pengetahuan tentang prosedur sekolah (kecelakaan, pakaian, minum penilaian)	53, 54, 55, 56
	f. Rutinitas penutupan (rutinitas meninggalkan <i>gymnasium</i> atau lapangan, dan lain-lain)	57, 58, 59, 60, 61
Jumlah		21

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 174). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sah saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Reliabilitas diperoleh menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Perhitungannya menggunakan SPSS 20. Hasil analisis reliabilitas disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 7. Uji Reliabilitas Instrumen

No	Variabel	Reliabilitas	Keterangan
1	Peraturan (<i>Rules</i>) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani	0,992	Reliabel
2	Rutinitas (<i>Routines</i>) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani	0,986	Reliabel

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif dengan bantuan program *Microsoft excel 2013*. Rumus mencari persentase tingkat penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta menurut Anas Sudijono (2006: 43) yaitu:

$$P = F/N \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase yang dicari (frekuensi relatif)

F = frekuensi

N = jumlah responden

Kriteria dalam penskoran data tiap faktor dapat diketahui dengan melakukan pengkategorian sesuai dengan instrumen. Agar memudahkan untuk mengidentifikasi dan pendeskripsian setiap faktor dalam penelitian ini didasarkan pada nilai *mean* (M) dan *standar deviasi* (SD) dengan menggunakan skala tiga Syarifudin (2010: 112).

Tabel 8. Norma Pengkategorian

Rentang Skor	Kategori
$X \geq M + SD$	Tinggi
$M - SD \leq X < M + SD$	Cukup
$X < M - SD$	Rendah

Keterangan:

SD : Standart Deviasi

M : Nilai Rata-Rata

Hasil perhitungan di atas selanjutnya dibuat ke dalam histogram distribusi frekuensi.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta. Pengambilan data menggunakan angket kuisioner melalui online yang dilaksanakan pada bulan September 2020 kepada guru SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dengan jumlah responden 83. Bahwa rencana awal responden berjumlah 83 guru PJOK tetapi dikarenakan keterbatasan peneliti dan banyak mengalami kendala terutama kondisi, waktu dan biaya maka jumlah responden menjadi 38 guru PJOK.

2. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian ini dipaparkan untuk mengetahui sejauh mana peraturan dan rutinitas (*rules and routines*) pada pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang diungkapkan dengan 61 butir pernyataan dalam kuisioner.

Tabel 9. Deskriptif Statistik Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta

Statistik <i>Rules & Routines</i>	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	57,82
<i>Median</i>	59
<i>Mode</i>	60
<i>Std, Deviation</i>	3,09
<i>Minimum</i>	49
<i>Maximum</i>	61

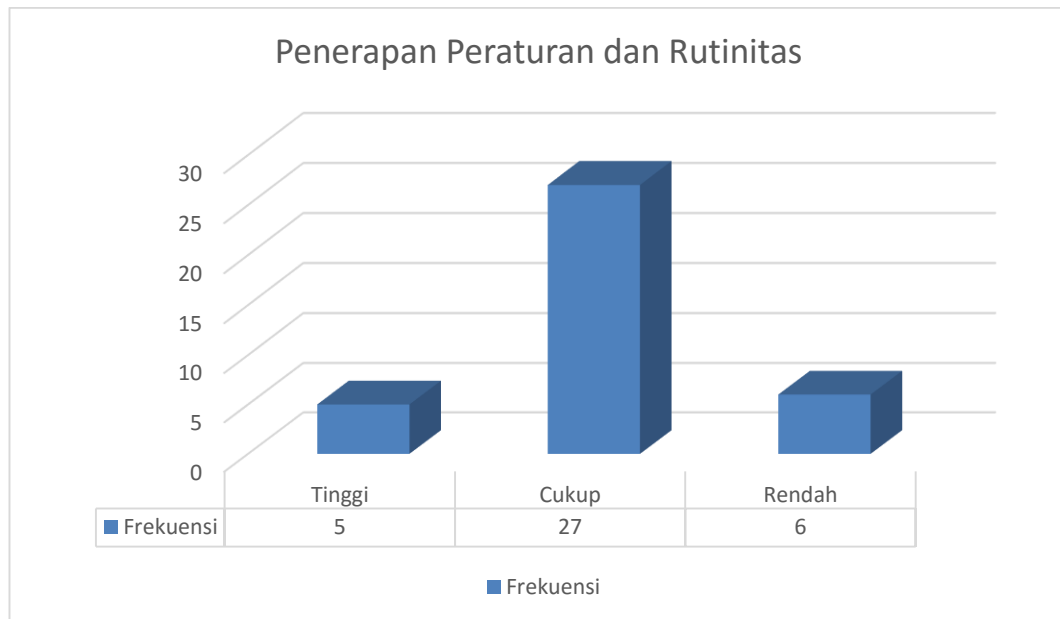
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta

No	Rentang Skor	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	> 60,91	5	Tinggi	5	13%
2	60,91 < x < 54,72	27	Cukup	32	71%
3	< 54,72	6	Rendah	38	16%
Jumlah		38			100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 10 tersebut di atas, penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:

Gambar 1. Diagram Batang Data Penerapan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta



Berdasarkan tabel 9, tabel 10 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang berada pada kategori “tinggi” sebesar 13% (5 guru), “cukup” sebesar 71% (27 guru), dan “rendah” sebesar 16% (6 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 57,82, nilai minimum 49, maksimum 61, standar deviasi 3,09 dengan jumlah total pernyataan 61 pada angket kuisioner maka identifikasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam kategori “cukup”.

a. Peraturan (*rules*)

Penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) pada pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dari variabel peraturan (*rules*) akan dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Penerapan Peraturan (*Rules*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta

Statistik <i>Rules</i>	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	35,43
<i>Median</i>	37
<i>Mode</i>	38
<i>Std. Deviation</i>	5,22
<i>Minimum</i>	11
<i>Maximum</i>	38

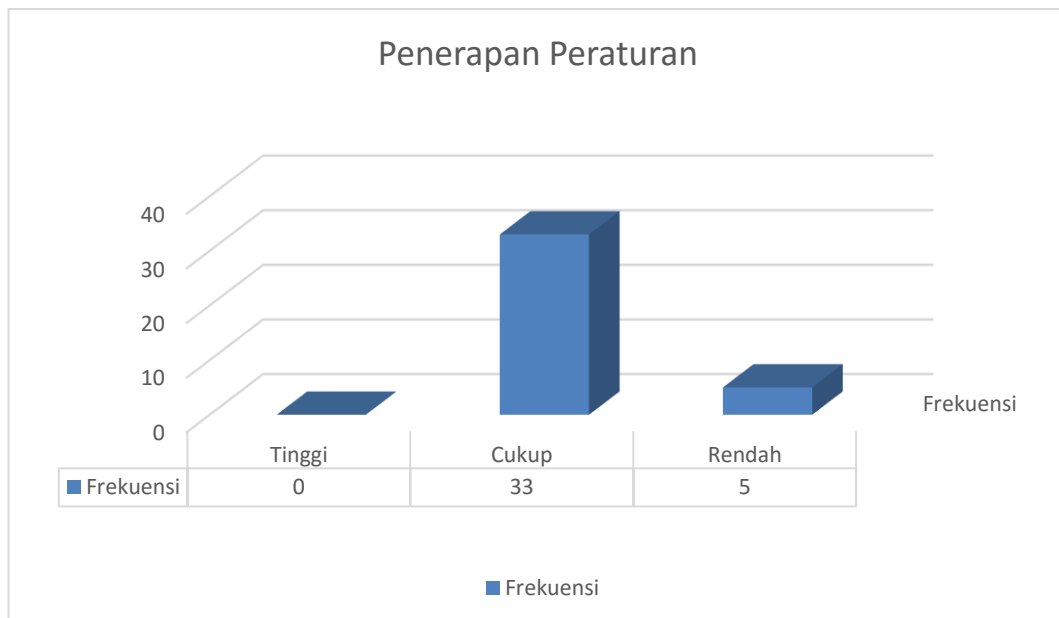
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Penerapan Peraturan (*Rules*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta

No	Interval	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	>40,64	0	Tinggi	0	0%
2	40,64 < x < 30,21	33	Cukup	33	87%
3	<30,21	5	Rendah	38	13%
Jumlah		38			100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 12 tersebut di atas, penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:

Gambar 2. Diagram Batang Data Penerapan Peraturan (*Rules*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Se-Kodya Yogyakarta



Berdasarkan tabel 11, tabel 12 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang berada pada kategori “tinggi” sebesar 0% (0 guru), “cukup” sebesar 87% (33 guru), dan “rendah” sebesar 13% (5 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 35,43, nilai minimum 11, maksimum 38, standar deviasi 5,22 dengan jumlah total pernyataan 40 pada kuisioner maka penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam kategori “cukup”.

b. Rutinitas (*Routines*)

Penerapan peraturan dan rutinitas (*rules and routines*) pada pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dari indikator rutinitas (*rules*) akan dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Penerapan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Se-Kodya Yogyakarta

Statistik <i>Routines</i>	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	37,14
<i>Median</i>	38
<i>Mode</i>	38
<i>Std, Deviation</i>	1,21
<i>Minimum</i>	34
<i>Maximum</i>	38

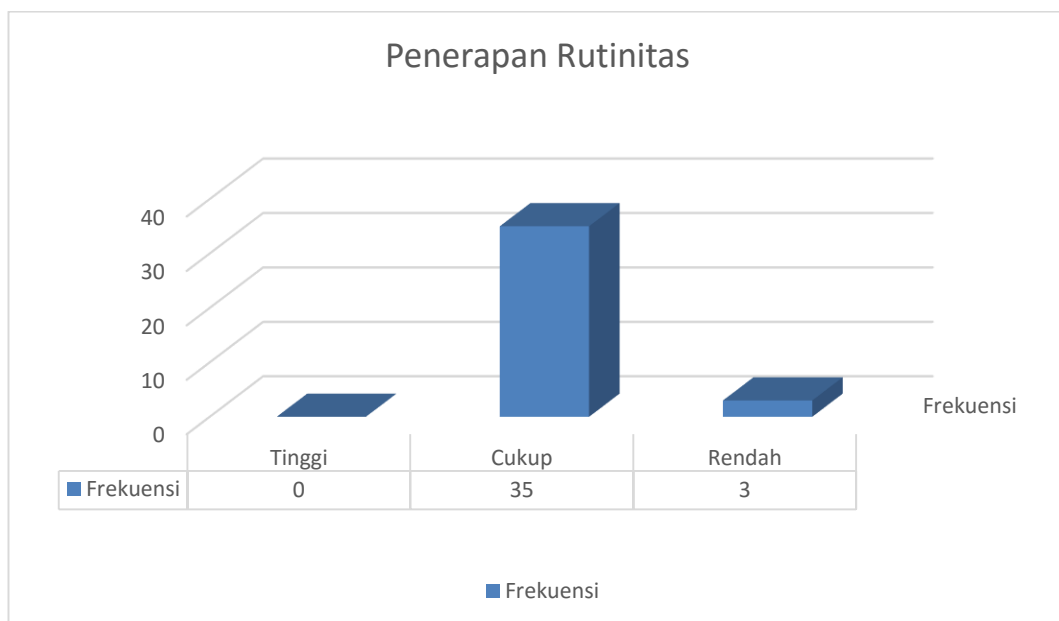
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Penerapan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Se-Kodya Yogyakarta

No	Interval	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	38,35	0	Tinggi	0	0%
2	$38,35 < x < 35,94$	35	Cukup	35	92%
3	35,94	3	Rendah	38	8%
Jumlah		38			100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 14 tersebut di atas, penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:

Gambar 3. Diagram Batang Data Penerapan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran PJOK di SD Se-Kodya Yogyakarta



Berdasarkan tabel 13, tabel 14 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta yang berada pada kategori pada kategori “tinggi” sebesar 0% (0 guru), “cukup” sebesar 92% (35 guru), dan “rendah” sebesar 8% (3 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 37,14, nilai minimum 34, maksimum 38, standar deviasi 1,21 dengan jumlah total pernyataan 21 pada kuisioner maka penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam kategori “rendah”.

B. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta. Penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menghasilkan data dan telah dianalisis menunjukkan bahwa penerapan yang dilakukan dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta masuk dalam kategori cukup. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas guru PJOK SD Negeri se-Kodya Yogyakarta telah menarapkan peraturan dan rutinitas dalam kelas PJOKnya. Hasil penelitian tersebut akan dijelaskan lebih rinci sebagaimana berikut:

1. Peraturan (*Rules*)

Penelitian tentang implementasi peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta menunjukkan bahwa masuk pada kategori “baik” sebesar 0% (0 guru), “cukup” sebesar 87% (33 guru), dan “rendah” sebesar 13% (5 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 35,43, nilai minimum

11, maksimum 38, standar deviasi 5,22 dengan jumlah total pernyataan 40 pada kuisioner maka penerapan peraturan (*rules*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam kategori “cukup”. Artinya mayoritas guru PJOK SD Negeri se-Kodya Yogyakarta telah menerapkan peraturan seperti yang ada di indikator dalam pembelajarannya.

2. Rutinitas (*Routines*)

Penelitian tentang implementasi rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta menunjukan pada kategori “rendah” sebesar 0% (0 guru), “cukup” sebesar 92% (35 guru), dan “rendah” sebesar 8% (3 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 37,14, nilai minimum 34, maksimum 38, standar deviasi 1,21 dengan jumlah total pernyataan 21 pada kuisioner maka penerapan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri se-Kodya Yogyakarta dalam kategori “rendah”. Hal tersebut menunjukan bahwa mayoritas guru PJOK SD Negeri se-Kodya Yogyakarta telah menerapkan rutinitas dalam pembelajarannya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta yang berada pada kategori “tinggi” sebesar 13% (5 guru), “cukup” sebesar 71% (27 guru), dan “rendah” sebesar 16% (6 guru). Berdasarkan nilai rata-rata 57,82, maka penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta dapat dikatakan cukup. Pada umumnya peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) telah diterapkan secara baik oleh Guru PJOK untuk mengajar, ditunjukkan oleh data sari setiap indikator dalam variabel. Untuk kategori rendah kenapa masih ada guru PJOK yang berada dikategori itu dikarenakan pada indikator ini mayoritas guru PJOK memang tidak melaksanakan sesuai teori.

B. Implikasi Hasil Penelitian

1. Hasil penelitian menunjukkan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta masuk kategori “cukup”. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai gambaran bagaimana penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kodya Yogyakarta.
2. Menjadi masukan bagi guru PJOK agar dapat lebih memahami bagaimana membuat peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran PJOK sesuai dengan indikator yang disarankan para ahli

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini sudah dilakukan secara optimal, akan tetapi masih terdapat beberapa kekurangan dan keterbatasan. Keterbatasan dalam penelitian ini di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Peneliti melaksanakan pengambilan data penelitian yang terbagi 4 wilayah yaitu timur, utara, selatan dan barat. Masing-masing wilayah peneliti meminta izin kepada ketua KKG per wilayah. Waktu penelitian ini dilaksanakan saat masa pandemi *covid 19*. Untuk wilayah selatan dan barat, peneliti diberikan izin untuk penelitian. Sedangkan di wilayah utara hanya sebagian yang diperbolehkan untuk penelitian dikarenakan wilayah yang lain ada pasien *covid 19* sehingga sedang keadaan *lockdown*. Untuk wilayah timur mengizinkan penelitian tetapi dengan syarat yang syarat tersebut memberatkan penelitian. Hal ini murni karena keterbatasan keadaan sehingga tidak memungkinkan memaksakan sebagian wilayah untuk penelitian.
2. Pengisian kuisioner oleh responden tidak semuanya mengisi sehingga jumlah responden yang tidak sesuai dengan yang diinginkan.
3. Kuisioner berbentuk angket *online* melalui *google form*, sehingga kejujuran dalam menjawab yang sebenarnya dengan realita keadaan kurang diketahui. Bisa jadi guru memberikan jawaban yang tidak sesuai realita karena ingin terlihat baik.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Guru PJOK

Guru PJOK dapat menjadikan penelitian ini sebagai salah satu acuan dan mengembangkannya pengelolaan kelas PJOK dengan peraturan dan rutinitas agar pembelajaran PJOK dapat berlangsung efektif dan efisien.

2. Bagi Mahasiswa Pendidikan Olahraga

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan peraturan dan rutinitas kelas PJOK mengingat masih minimnya strategi pengelolaan kelas melalui peraturan dan rutinitas di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhiruyanto, A. (2008). Model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Anis Marsiyah. (2019). *Implementasi peraturan (rules) dan rutinitas (routines) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- _____. (2013). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, S & Yuliana, L. (2008). *Manajemen pendidikan*. Yogyakarta: Aditya Media.
- Astuti. (2014). *Keterampilan mengajar guru pendidikan jasmani dalam pembelajaran penjasorkes di SMA Negeri Sub Rayon 01 Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Barnawi & Arifin. (2012). *Manajemen sarana & prasarana sekolah*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Fajri, S.A & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari pralon untuk pembelajaran ekstrakurikuler panahan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 2.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Hamalik, O. (2009). *Kurikulum dan pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Harsanto, R. (2007). *Pengelolaan kelas yang dinamis*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hendrayana, Y, Mulyana, A & Budiana, D. (2018). Perbedaan persepsi guru pendidikan jasmani terhadap orientasi tujuan instruksional pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Journal of Physical Education and Sport*, Volume 1 Nomor 1.

- Istiqomah & Sulton, M. (2013). *Pengelolaan pengajaran*. Jakarta: PT.Rineka Cipta.
- Ma'mur, J.A. (2011). *Tips sukses PLPG*. Yogyakarta: Diva Press.
- Muktiani, M.R. (2014). Identifikasi kesulitan belajar dasar gerak pencak silat pada mahasiswa PJKR bersubsidi di FIK UNY. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10, Nomor 1.
- Mulyaningsih, F. (2009). Inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani untuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Mulyasa, E. (2007). *Prinsip-prinsip dan teknik evaluasi pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ngatman, S. (2015). *Keterampilan dasar mengajar*. Yogyakarta: P2 PPL dan PKL, LPPMP UNY.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahyubi, H. (2014). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- _____. (2009) *Early step physical education curriculum*. Roehampton University : United Kingdom.
- Rosdiani, D. (2014). *Perencanaan pembelajaran dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alvabeta CV.
- Sakim. (2009). *Kemampuan guru pendidikan jasmani dan kesehatan dalam pengelolaan kelas di sekolah dasar (SD) Negeri se Kecamatan Kebasen dan Rawalo Kabupaten Banyumas Tahun 2015*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sarifudin. (2010). *Panduan Tugas Akhir Perawatan dan Kebidanan dengan SPSS*. Jakarta: Grafindo Litera Media
- Sartinah. (2008). Peran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam perkembangan gerak dan keterampilan sosial siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Saud, U.S. (2011). *Pengembangan Profesi Guru*. Bandung: Alfabeta.
- Siswoyo, D. (2008). *Ilmu pendidikan*. Yogyakarta: UNY Pres.

- Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriatna, E & Wahyupurnomo, M.A. (2015). Keterampilan guru dalam membuka dan menutup pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN se-Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 1.
- Sutirman. (2013). *Media dan model-model pembelajaran inovatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Trianto. (2007). *Mendesain model pembelajaran inovatif progresif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Trisanto, J. (2010). *Kompetensi guru pendidikan jasmani di SMA Negeri se - Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Undang-undang Peraturan Pemerintah Nomor 78 Tahun 2008 pasal
- Utama, AM.B. (2011). Pembentukan karakter anak melalui aktivitas jasmani bermain dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 2, hlm 3.
- Wahab, S. (2008). *Analisis kebijaksanaan dari formulasi implementasi kebijakan negara*. Edisi Kedua. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Wahudi, I. (2012). *Mengejar profesionalisme guru*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Wibowo, A. (2013). *Manajemen pendidikan karakter di sekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wiyani, N.A. (2013). *Manajemen kelas: teori dan aplikasi untuk menciptakan kelas yang kondusif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Yamin, M & Maisah. (2009). *Manajemen pembelajaran kelas*. Jakarta: GP Press.
- Yudanto. (2008). Implementasi pendekatan taktik dalam pembelajaran *invasion games* di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Persetujuan Judul Tugas Akhir



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

Nomor : 71/PGSD Penjas/VIII/2020
Lamp : 1 Bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

Kepada Yth : **Bapak Drs. Sriawan, M.Kes.**
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : Muhammad Rohmad D.P.
NIM : 15604221091
Judul Skripsi : Identifikasi Penerapan Peraturan (*Rules*) Dan Rutinitas (*Routines*)
Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SD Se-Kodya
Yogyakarta

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

Atas perhatian dan kesediaan Bapak disampaikan terima kasih.

Yogyakarta, 24 Agustus 2020
Koord. Prodi PGSD Penjas.

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

Tembuan :
1. Prodi
2. Ybs










2020 PGSD-PENJAS




Scanned with
CamScanner

Lampiran 2. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA			
Nama Mahasiswa		: Muhammad Pohanad Dewangga Putra	
NIM		: 15604221091	
Program Studi		:	
Jurusan		:	
Pembimbing		: Sriawan, M Kes	

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	28 / 08 / 20	Revisi BAB I	
2	31 / 08 / 20	Revisi BAB II	
3	10 / 09 / 20	Revisi BAB II	
4	12 / 09 / 20	Revisi Populasi / Sampel	
5	23 / 10 / 20	Revisi BAB IV	
6	03 / 11 / 20	Revisi BAB V	
7	06 / 11 / 20	Revisi tata tulis BAB IV dan BAB V	
8	10 / 11 / 20	ACC BAB I - BAB V	
9	10 / 11 / 20	ACC Ujian	

Mengetahui
Koord Prodi PGSD-Pemas

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

Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombe Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

31 Agustus 2020

Nomor : 346/UN34.16/PT.01.04/2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth. Sekolah Dasar Negeri *Bumigo*
di Kota Yogyakarta
Daerah Istimewa Yogyakarta

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

Nama : Muhammad Rohmad Dewangga Putra
NIM : i5604221091
Program Studi : Pgsd Penjas - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Identifikasi Penerapan Peraturan Dan Rutinitas Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SD Se-Kodya Yogyakarta
Waktu Penelitian : 2 - 16 September 2020

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Nakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni, NIP 19820815 200501 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



Scanned with
CamScanner

Lampiran 4. Surat Permohonan Balasan Penelitian



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UNIT PENGELOLA PAUD
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH UTARA
SEKOLAH DASAR NEGERI SERAYU

Alamat : Jl. Juadi No. 2 Kotabaru Yogyakarta 55224 Telp/ Fax : 0274-515501
HOT LINE SMS SEKOLAH : 082137448599 EMAIL : sdserayuyogyakarta@yahoo.co.id
HOT LINE SMS UPIK: 08122780001 HOT LINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id
WEB SITE : sdnserayuyogya.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421/237

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Serayu Yogyakarta menerangkan bahwa :

Nama	: MUHAMMAD ROHMAD DEWANGGA PUTRA
NIM	: 15604221091
Fakultas	: Fakultas Ilmu Keolahragaan
Mahasiswa	: Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan pencarian data di SD Negeri Serayu Yogyakarta dengan Judul "IDENTIFIKASI PENERAPAN PERATURAN DAN RUTINITAS DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SD SE-KODYA YOGYAKARTA" untuk melengkapi Tugas Akhir (Skripsi), yang dilaksanakan pada tanggal 08 - 29 September 2020.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Kepala Sekolah
Muhammad Satrio, S.Pd
NIP. 19690426 199103 2 005



SEGORO AMARTO
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYAKARTA
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN – KEDERSAMAAN



Scanned with
CamScanner

Lampiran 5. Instrumen Uji Coba

**IDENTIFIKASI PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*) DALAM PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI DI SD SE-KABUPATEN BANTUL**

A. Identitas

Nama Guru :.....
Tempat Tugas :.....
Gol/Pangkat :.....
Status Sertifikasi :.....

B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah setiap pernyataan yang tertera pada tabel di bawah dengan seksama.
2. Tuliskan tanda (✓) pada salah satu jawaban yang menurut anda sesuai dengan pemikiran anda, pada kolom yang telah disediakan (samping kolom pernyataan).

C. Pernyataan

Indikator	Deskriptor	Ya	Tidak
Peraturan (<i>Rules</i>)			
1. Peraturan harus mengembangkan kooperatif/kerjasama antar siswa (<i>Rules should be develop cooperatively with students</i>)	1. Sebagai seorang guru saya memastikan siswa mengembangkan kerjasama dalam kelas Pendidikan Jasmani.		
	2. Sebagai seorang guru saya menerapkan kerjasama kepada siswa di dalam kelas maupun diluar kelas Pendidikan Jasmani		
2. Peraturan harus dikomunikasikan awal dalam bahasa yang sesuai dengan usianya (<i>Rule should be communicated</i>	3. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan bahasa yang digunakan dalam menjelaskan peraturan kelas Pendidikan Jasmani mudah di cerna oleh siswa		

<i>in beginning of school year with language that is age appropriate)</i>	4. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan peraturan kelas Pendidikan Jasmani di hari pertama setiap awal semester tahun pembelajaran		
	5. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan peraturan kelas Pendidikan Jasmani secara lisan kepada siswa?		
3. Peraturan harus sedikit (4-7) sehingga siswa akan mengingatnya. (<i>Rules should be few (four to seven) so student will remember them</i>)	6. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani seperti pada nomor ke 4		
	7. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani seperti pada nomor ke 7		
	8. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani dari nomor ke 4 sampai nomor ke 7		
4. Dimulai dengan peraturan secara positif dan memberikan contoh dari keduanya baik positif dan negatif (<i>State rules positively and provide both positive and negative examples</i>)	9. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani berupa larangan		
	10. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani berupa anjuran dalam kalimat positif		
	11. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan contoh yang positif tentang peraturan kelas Pendidikan Jasmani berdasarkan pengalaman?		
	12. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan contoh yang negatif tentang peraturan kelas Pendidikan Jasmani berdasarkan pengalaman?		
5. Peraturan harus konsisten dengan peraturan sekolah (<i>Rules must be consistent with school rules</i>)	13. Sebagai seorang guru saya membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani dengan selalu melihat buku panduan peraturan sekolah		
	14. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani dengan dengan mempertimbangkan peraturan sekolah		
6. Mengembangkan konsekuensi dan secara jelas mengidentifikasi hubungan	15. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas Pendidikan Jasmani lengkap dengan konsekuensi yang diberikan		

mereka dengan pelanggaran peraturan (<i>Develop the consequence and clearly identify their relationship to rules violations</i>)	jika tidak mematuhi		
	16. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan konsekuensi yang diberikan kepada siswa		
7. Memperkuat peraturan secara konsisten dan adil (<i>Reinforce the rules consistently and fairly</i>)	17. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan konsekuensi yang sama untuk keduanya baik siswa putra maupun putri		
	18. Sebagai seorang guru saya selalu konsisten menerapkan konsekuensi dengan apa yang sudah disetujui?		
8. <i>Make sure the students understand the rules</i> (Pastikan siswa memahami peraturan).	19. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan kesempatan siswa untuk menjelaskan kembali dengan melakukan teknik umpanbalik tarik (<i>pull feedback</i>) dari siswa untuk memastikan pemahaman tentang peraturan pembelajaran Penjas		
	20. Sebagai seorang guru saya selalu menggunakan teknik umpanbalik dorong (<i>push feedback</i>) untuk memastikan pemahaman tentang peraturan pembelajaran Penjas		
	21. Sebagai seorang guru saya selalu mendiskusikan peraturan kelas Pendidikan Jasmani dengan siswa		
9. Keselamatan (<i>Safety</i>)	22. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas Pendidikan Jasmani agar siswa menggunakan pakaian olahraga yang sesuai saat pembelajaran Penjas		
	23. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas Pendidikan Jasmani untuk memeriksa lapangan sebelum digunakan		
	24. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas Pendidikan Jasmani untuk memeriksa alat yang akan digunakan		
	25. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan gerakan yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain sebelum memulai aktivitas		

10. Menghormati dan sopan dengan orang lain (<i>Respect and be polite with others</i>)	26. Sebagai seorang guru dalam peraturan kelas Penjas saya selalu menekankan siswa untuk memberi apresiasi keterampilan sesama teman		
	27. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas Pendidikan Jasmani untuk saling menghormati antar siswa		
	28. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan yang berisi anjuran untuk menghargai pendapat siswa lainnya selama kelas Pendidikan Jasmani		
11. Menghormati lingkungan pembelajaran (<i>Respect for the learning environment</i>)	29. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kepada siswa untuk memperhatikan guru atau orang lain yang sedang berbicara		
	30. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan supaya siswa menjaga kelas agar tetap kondusif		
12. Mendukung pembelajaran lainnya (<i>Support for other learning</i>)	31. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan di kelas Pendidikan Jasmani kepada siswa untuk memberi kritik yang membangun kepada teman		
	32. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan di kelas Pendidikan Jasmani kepada siswa untuk membantu teman yang kesulitan		
	33. Sebagai seorang guru saya selalu menekankan kepada siswa untuk datang tepat waktu ke kelas berikutnya		
13. Usaha Keras (<i>Trying hard</i>)	34. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan agar siswa selalu bersemangat dalam belajar Pendidikan Jasmani		
	35. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan agar siswa selalu menunjukkan yang terbaik dalam belajar di kelas Pendidikan Jasmani		
14. Publikasi peraturan	36. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas Pendidikan Jasmani dalam bentuk panduan tertulis		

	37. Sebagai seorang guru saya selalu menempelkan Peraturan kelas Pendidikan Jasmani di sekitar sekolah		
	38. Sebagai seorang guru saya selalu menyampaikan Peraturan kelas Pendidikan Jasmani ke orangtua/wali siswa		
	39. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan Peraturan kelas Pendidikan Jasmani diketahui oleh kepala sekolah		
	40. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan Peraturan kelas Pendidikan Jasmani diketahui oleh guru mata pelajaran lainnya		
Rutinitas (<i>Routines</i>)			
1. Praktek dan review	41. Sebagai seorang guru saya menjelaskan prosedur atau rutinitas kelas Pendidikan Jasmani di awal tahun		
	42. Sebagai seorang guru saya membimbing siswa untuk melakukan simulasi mengikuti pembelajaran penjas secara keseluruhan (mulai dari berganti pakaian olahraga sampai kembali ke ruang kelas untuk melanjutkan pelajaran berikutnya)		
	43. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan siswa kesempatan untuk menjelaskan kembali tentang rutinitas atau prosedur mengikuti pembelajaran penjas di pertengahan semester agar siswa mengingatnya		
2. Pendahuluan Kelas (berkumpul, waktu mulai, dll)	44. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan waktu untuk persiapan dan mengganti pakaian olahraga sebelum pelajaran dimulai		
	45. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan rutinitas atau prosedur pendahuluan seperti berbaris, berdoa, dan merapikan pakaian sebelum pembelajaran dimulai		
	46. Sebagai seorang guru saya selalu memberi tanda tertentu agar siswa berkumpul		

	47. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa kondisi siswa sebelum pembelajaran dimulai		
	48. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa jumlah siswa sebelum pembelajaran dimulai		
3. Manajemen transisi (alat, pengelompokan)	49. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan sarana prasarana apa saja yang akan digunakan dalam pembelajaran hari tertentu		
	50. Sebagai seorang guru saya selalu mengajarkan cara menata kembali sarana prasarana yang telah digunakan ke tempat yang seharusnya kepada siswa		
	51. Sebagai seorang guru saya selalu menerangkan cara menggunakan sarana dan prasarana yang akan digunakannya untuk pembelajaran penjas dengan baik dan benar kepada siswa		
4. Manajemen instruksional (batas bermain, tidak mengganggu yang lain)	52. Sebagai seorang guru saya selalu mempunyai respon tertentu yang dimengerti dengan baik oleh siswa, seperti bunyi peluit, gerakan tangan, atau respon lainnya		
	53. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan batasan atau area bermainnya sehingga tidak keluar dan mengganggu area bermain siswa lain		
5. Rutinitas piket dan pengetahuan tentang prosedur sekolah (kecelakaan, pakaian, minum, penilaian)	54. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan pembagian petugas piket di kelas Pendidikan Jasmani di setiap minggunya untuk mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dan mengembalikannya setelah selesai		
	55. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan rutinitas atau prosedur dalam kelas Pendidikan Jasmani tentang apa yang harus dilakukan ketika terjadi bencana atau kecelakaan		
	56. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan waktu tertentu untuk mendapatkan istirahat minum (water break) dalam rutinitas atau prosedur dalam kelas Pendidikan Jasmani		

	57. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan proses penilaian yang akan diambil dari siswa		
6. Rutinitas penutupan (rutinitas meninggalkan gymnasium atau lapangan dll)	58. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk memeriksa sarana yang telah digunakan sebelum meninggalkan kelas penjas		
	59. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk memeriksa prasarana yang telah digunakan sebelum meninggalkan kelas penjas		
	60. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk mengembalikan alat yang telah digunakan setelah pembelajaran Pendidikan Jasmani		
	61. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa kondisi siswa sebelum pembelajaran Pendidikan Jasmani berakhir		
	62. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa jumlah siswa sebelum pembelajaran penjas berakhir		

Lampiran 6. Data Uji Coba

PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SD SE-KABUPATEN SLEMAN

N o	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	1 3	1 4	1 5	1 6	1 7	1 8	1 9	2 0	2 1	2 2	2 3	2 4	2 5	2 6	2 7	2 8	2 9	3 0	3 1	3 2	3 3	3 4	3 5	3 6	3 7	3 8	3 9	4 0	Σ	
1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2 6
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3 6
3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4 0
1 0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2 2
1 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3 9
1 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

PENERAPAN RUTINITAS (*ROUTINES*) DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SD SE-KABUPATEN SLEMAN

No	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	Σ
1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	11
2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
3	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
10	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	7
11	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
12	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1

Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas

PENERAPAN PERATURAN (RULES) DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 02	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 03	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 04	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 05	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 06	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 07	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 08	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 09	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 10	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 11	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 12	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 13	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 14	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 15	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 16	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 17	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 18	59.7500	924.386	.709	.755
BUTIR 19	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 20	59.8333	917.788	.874	.753
BUTIR 21	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 22	59.8333	921.424	.750	.754
BUTIR 23	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 24	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 25	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 26	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 27	59.8333	922.515	.713	.755
BUTIR 28	59.8333	921.424	.750	.754
BUTIR 29	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 30	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 31	59.7500	920.750	.843	.754
BUTIR 32	59.7500	924.386	.709	.755
BUTIR 33	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 34	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 35	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 36	59.7500	919.295	.897	.754
BUTIR 37	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 38	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 39	59.6667	922.242	.918	.755
BUTIR 40	59.6667	922.242	.918	.755
Total	30.2500	236.023	1.000	.992

Keterangan: $r_{hitung} > r_{tabel}$ (df 12 = 0,532) = valid

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.992	40

PENERAPAN RUTINITAS (*ROUTINES*) DALAM PEMBELAJARAN PJOK

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 02	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 03	31.5833	284.629	.914	.757
BUTIR 04	31.5833	284.629	.914	.757
BUTIR 05	31.4167	295.538	.319	.767
BUTIR 06	31.5000	287.909	.812	.760
BUTIR 07	31.5833	286.083	.817	.758
BUTIR 08	31.5833	289.720	.576	.762
BUTIR 09	31.6667	286.424	.727	.759
BUTIR 10	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 11	31.5833	284.629	.914	.757
BUTIR 12	31.5000	287.909	.812	.760
BUTIR 13	31.5000	287.909	.812	.760
BUTIR 14	31.5000	287.909	.812	.760
BUTIR 15	31.5000	287.909	.812	.760
BUTIR 16	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 17	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 18	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 19	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 20	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 21	31.6667	282.788	.952	.755
BUTIR 22	31.6667	282.788	.952	.755
Total	16.1667	74.697	1.000	.984

Keterangan: $r_{hitung} > r_{tabel}$ (df 12 = 0,532) = valid

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.986	21

Lampiran 8. Tabel r

Tabel r <i>Product Moment</i>											
Pada Sig.0,05 (<i>Two Tail</i>)											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 9. Instrumen Penelitian

**IDENTIFIKASI PENERAPAN PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*) DALAM PEMBELAJARAN
PJOK
DI SD NEGERI SE-KABUPATEN BANTUL**

D. Identitas

Nama Guru :.....
Tempat Tugas :.....
Gol/Pangkat :.....
Status Sertifikasi :.....

E. Petunjuk Pengisian

3. Bacalah setiap pernyataan yang tertera pada tabel di bawah dengan seksama.
4. Tuliskan tanda ($\sqrt{}$) pada salah satu jawaban yang menurut anda sesuai dengan pemikiran anda, pada kolom yang telah disediakan (samping kolom pernyataan).

F. Pernyataan

Indikator	Deskriptor	Ya	Tidak
Peraturan (<i>Rules</i>)			
15. Peraturan harus mengembangkan kooperatif/kerjasama antar siswa (<i>Rules should be develop cooperatively with students</i>)	63. Sebagai seorang guru saya memastikan siswa mengembangkan kerjasama dalam kelas PJOK.		
	64. Sebagai seorang guru saya menerapkan kerjasama kepada siswa di dalam kelas maupun diluar kelas PJOK		
16. Peraturan harus dikomunikasikan awal dalam bahasa yang sesuai dengan	65. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan bahasa yang digunakan dalam menjelaskan peraturan kelas PJOK mudah di		

usianya (<i>Rule should be communicated in beginning of school year with language that is age appropriate</i>)	cerna oleh siswa		
	66. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan peraturan kelas PJOK di hari pertama setiap awal semester tahun pembelajaran		
	67. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan peraturan kelas PJOK secara lisan kepada siswa?		
17. Peraturan harus sedikit (4-7) sehingga siswa akan mengingatnya. (<i>Rules should be few (four to seven) so student will remember them</i>)	68. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK seperti pada nomor ke 4		
	69. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK seperti pada nomor ke 7		
	70. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK dari nomor ke 4 sampai nomor ke 7		
18. Dimulai dengan peraturan secara positif dan memberikan contoh dari keduanya baik positif dan negatif (<i>State rules positively and provide both positive and negative examples</i>)	71. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK berupa larangan		
	72. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK berupa anjuran dalam kalimat positif		
	73. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan contoh yang positif tentang peraturan kelas PJOK berdasarkan pengalaman?		
	74. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan contoh yang negatif tentang peraturan kelas PJOK berdasarkan pengalaman?		
19. Peraturan harus konsisten dengan peraturan sekolah (<i>Rules must be consistent with school rules</i>)	75. Sebagai seorang guru saya membuat peraturan kelas PJOK dengan selalu melihat buku panduan peraturan sekolah		
	76. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK dengan dengan mempertimbangkan peraturan sekolah		
20. Mengembangkan konsekuensi dan secara jelas mengidentifikasi hubungan mereka dengan pelanggaran peraturan (<i>Develop the consequence and clearly identify their relationship to rules</i>)	77. Sebagai seorang guru saya selalu membuat peraturan kelas PJOK lengkap dengan konsekuensi yang diberikan jika tidak mematuhi		
	78. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan konsekuensi yang diberikan kepada siswa		

<i>violations)</i>			
21. Memperkuat peraturan secara konsisten dan adil (<i>Reinforce the rules consistently and fairly</i>)	79. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan konsekuensi yang sama untuk keduanya baik siswa putra maupun putri		
	80. Sebagai seorang guru saya selalu konsisten menerapkan konsekuensi dengan apa yang sudah disetujui?		
22. <i>Make sure the students understand the rules</i> (Pastikan siswa memahami peraturan).	81. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan kesempatan siswa untuk menjelaskan kembali dengan melakukan teknik umpanbalik tarik (<i>pull feedback</i>) dari siswa untuk memastikan pemahaman tentang peraturan pembelajaran Penjas		
	82. Sebagai seorang guru saya selalu menggunakan teknik umpanbalik dorong (<i>push feedback</i>) untuk memastikan pemahaman tentang peraturan pembelajaran Penjas		
	83. Sebagai seorang guru saya selalu mendiskusikan peraturan kelas PJOK dengan siswa		
23. Keselamatan (<i>Safety</i>)	84. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas PJOK agar siswa menggunakan pakaian olahraga yang sesuai saat pembelajaran Penjas		
	85. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas PJOK untuk memeriksa lapangan sebelum digunakan		
	86. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas PJOK untuk memeriksa alat yang akan digunakan		
	87. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan gerakan yang membahayakan diri sendiri maupun orang lain sebelum memulai aktivitas		
24. Menghormati dan sopan dengan orang lain (<i>Respect and be polite with others</i>)	88. Sebagai seorang guru dalam peraturan kelas Penjas saya selalu menekankan siswa untuk memberi apresiasi keterampilan sesama teman		

	89. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas PJOK untuk saling menghormati antar siswa		
	90. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan yang berisi anjuran untuk menghargai pendapat siswa lainnya selama kelas PJOK		
25. Menghormati lingkungan pembelajaran (<i>Respect for the learning environment</i>)	91. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kepada siswa untuk memperhatikan guru atau orang lain yang sedang berbicara		
	92. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan supaya siswa menjaga kelas agar tetap kondusif		
26. Mendukung pembelajaran lainnya (<i>Support for other learning</i>)	93. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan di kelas PJOK kepada siswa untuk memberi kritik yang membangun kepada teman		
	94. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan di kelas PJOK kepada siswa untuk membantu teman yang kesulitan		
	95. Sebagai seorang guru saya selalu menekankan kepada siswa untuk datang tepat waktu ke kelas berikutnya		
27. Usaha Keras (<i>Trying hard</i>)	96. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan agar siswa selalu bersemangat dalam belajar PJOK		
	97. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan agar siswa selalu menunjukkan yang terbaik dalam belajar di kelas PJOK		
28. Publikasi peraturan	98. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan peraturan kelas PJOK dalam bentuk panduan tertulis		
	99. Sebagai seorang guru saya selalu menempelkan Peraturan kelas PJOK di sekitar sekolah		
	100. Sebagai seorang guru saya selalu menyampaikan Peraturan kelas PJOK ke orangtua/wali siswa		

	101. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan Peraturan kelas PJOK diketahui oleh kepala sekolah		
	102. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan Peraturan kelas PJOK diketahui oleh guru mata pelajaran lainnya		
Rutinitas (<i>Routines</i>)			
7. Praktek dan review	103. Sebagai seorang guru saya menjelaskan prosedur atau rutinitas kelas PJOK di awal tahun		
	104. Sebagai seorang guru saya membimbing siswa untuk melakukan simulasi mengikuti pembelajaran penjas secara keseluruhan (mulai dari berganti pakaian olahraga sampai kembali ke ruang kelas untuk melanjutkan pelajaran berikutnya)		
	105. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan siswa kesempatan untuk menjelaskan kembali tentang rutinitas atau prosedur mengikuti pembelajaran penjas di pertengahan semester agar siswa mengingatnya		
8. Pendahuluan Kelas (berkumpul, waktu mulai, dll)	106. Sebagai seorang guru saya selalu memberikan waktu untuk persiapan dan mengganti pakaian olahraga sebelum pelajaran dimulai		
	107. Sebagai seorang guru saya selalu memberi tanda tertentu agar siswa berkumpul		
	108. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa kondisi siswa sebelum pembelajaran dimulai		
	109. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa jumlah siswa sebelum pembelajaran dimulai		
9. Manajemen transisi (alat, pengelompokan)	110. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan sarana prasarana apa saja yang akan digunakan dalam pembelajaran hari tertentu		

	111. Sebagai seorang guru saya selalu mengajarkan cara menata kembali sarana prasarana yang telah digunakan ke tempat yang seharusnya kepada siswa		
	112. Sebagai seorang guru saya selalu menerangkan cara menggunakan sarana dan prasarana yang akan digunakannya untuk pembelajaran penjas dengan baik dan benar kepada siswa		
10. Manajemen instruksional (batas bermain, tidak mengganggu yang lain)	113. Sebagai seorang guru saya selalu mempunyai respon tertentu yang dimengerti dengan baik oleh siswa, seperti bunyi peluit, gerakan tangan, atau respon lainnya		
	114. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan batasan atau area bermainnya sehingga tidak keluar dan mengganggu area bermain siswa lain		
11. Rutinitas piket dan pengetahuan tentang prosedur sekolah (kecelakaan, pakaian, minum, penilaian)	115. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan pembagian petugas piket di kelas PJOK di setiap minggunya untuk mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dan mengembalikannya setelah selesai		
	116. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan rutinitas atau prosedur dalam kelas PJOK tentang apa yang harus dilakukan ketika terjadi bencana atau kecelakaan		
	117. Sebagai seorang guru saya selalu menerapkan waktu tertentu untuk mendapatkan istirahat minum (water break) dalam rutinitas atau prosedur dalam kelas PJOK		
	118. Sebagai seorang guru saya selalu menjelaskan proses penilaian yang akan diambil dari siswa		
12. Rutinitas penutupan (rutinitas meninggalkan gymnasium atau lapangan dll)	119. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk memeriksa sarana yang telah digunakan sebelum meninggalkan kelas penjas		
	120. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk		

	memeriksa prasarana yang telah digunakan sebelum meninggalkan kelas penjas		
	121. Sebagai seorang guru saya selalu memastikan prosedur untuk pengembalian alat yang telah digunakan setelah pembelajaran PJOK		
	122. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa kondisi siswa sebelum pembelajaran PJOK berakhir		
	123. Sebagai seorang guru saya selalu memeriksa jumlah siswa sebelum pembelajaran penjas berakhir		

Lampiran 10. Data Penelitian Keseluruhan

Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42		
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1		
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1		
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1		
4	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1		
6	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
7	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
9	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
12	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
14	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1		
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1		
18	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	
19	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
20	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	
21	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
22	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
25	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
30	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
33	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
34	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1
35	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	
37	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
JUMLAH PER BUTIR PERTAMA	38	38	38	37	38	37	38	38	30	37	36	11	36	37	36	37	36	37	38	38	37	38	36	37	37	37	38	38	38	38	38	38	37	38	28	21	29	32	33	36	36	5		

11

Lampiran 11. Deskripsi Statistik

Statistik Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*)

Statistik Rules & Routines	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	57,82
<i>Median</i>	59
<i>Mode</i>	60
<i>Std, Deviation</i>	3,09
<i>Minimum</i>	49
<i>Maximum</i>	61

No	Rentang Skor	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	> 60,91	5	Tinggi	5	13%
2	60,91 < x < 54,72	27	Cukup	32	71%
3	< 54,72	6	Rendah	38	16%
Jumlah		38			100%

Statistik Peraturan (*Rules*)

Statistik Rules	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	35,43
<i>Median</i>	37
<i>Mode</i>	38
<i>Std, Deviation</i>	5,22
<i>Minimum</i>	11
<i>Maximum</i>	38

No	Interval	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	>40,64	0	Tinggi	0	0%
2	40,64 < x < 30,21	33	Cukup	33	87%
3	<30,21	5	Rendah	38	13%
Jumlah		38			100%

Statistik Rutinitas (*Routines*)

Statistik <i>Routines</i>	
<i>N</i>	38
<i>Mean</i>	37,14
<i>Median</i>	38
<i>Mode</i>	38
<i>Std, Deviation</i>	1,21
<i>Minimum</i>	34
<i>Maximum</i>	38

No	Interval	Frekuensi	Kategori	Kumulatif	%
1	38,35	0	Tinggi	0	0%
2	$38,35 < x < 35,94$	35	Cukup	35	92%
3	35,94	3	Rendah	38	8%
Jumlah		38			100%

Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian





