

**MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI  
JARAK PENDEK DI SD NEGERI COKRO GRABAG MAGELANG**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh:  
Nailun Ni'am  
NIM 15604221083

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

# **MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI JARAK PENDEK DI SD NEGERI COKRO GRABAG MAGELANG**

**Oleh:**

Nailun Ni'am  
NIM. 15604221083

## **ABSTRAK**

Tujuan yang diharapkan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat minat siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang pada pembelajaran lari jarak pendek.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survai. Instrumen penelitian berupa angket tentang minat siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang pada pembelajaran lari jarak pendek dengan validitas 0,737 dan reliabilitas sebesar 0,894. Subjek penelitian adalah siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang sebanyak 58 anak. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui minat siswa kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 28,57 %, kategori tinggi dengan persentase 22,85 %, kategori rendah sebesar 20 %, kategori sangat tinggi sebesar 7,14 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

**Kata kunci:** minat, siswa kelas IV dan V, pembelajaran lari jarak pendek.

***THE INTERST OF STUDENTS IN IV AND V GRADES OF SD N COKRO  
GRABAG MAGELANG IN SPRINT RUNNING LEARNING***

***By:***

Nailun Ni'am  
NIM. 15604221083

***ABSTRACT***

*The expected purpose of this research was to know the level of interest of students in IV and V grades of SD N Cokro Grabag Magelang in sprint running learning.*

*This research was a descriptive research that using survey method. The research instrument was using questionnaire about interest of fourth and fifth graders of SD N Cokro Grabag Magelang in sprint running learning which has validity 0,737 and realibility 0,984. The subjects of this research were fourth and fifth graders of SD N Cokro Grabag Magelang, which consist of 58 students. The technique of data analyze used descriptive quantitative with percentage.*

*Based on the results, it was known that the interest of IV and V graders of SD N Cokro Grabag Magelang towards sprint running learning are 4,28% students in the very low level, 20% students were in the low level, 28,57% students were in the medium level, 22,85% students were in the high level, and 7,14% students were in the very high level.*

***Keywords:*** *interest, students in IV and V grade, sprint running learning*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nailun Ni'am

NIM : 15604221083

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari  
*sprint* di SD Negeri Cokro

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

Yogyakarta, Desember 2019

Yang menyatakan



Nailun Ni'am

NIM 15604221083

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI  
SPRINT DI SD NEGERI COKRO**

Disusun Oleh:

Nailun Ni'am  
NIM 15604221083

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

Yogyakarta, Desember 2019

Mengetahui,  
Ketua Prodi PGSD



**Dr. Subagyo, M.Pd.**  
NIP. 19561107 198203 1003

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



**Dr. Eddy Purnomo, M.Kes. AIFO**  
NIP. 19620310 19900 1001

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi

**MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI  
JARAK PENDEK DI SD NEGERI COKRO GRABAG MAGELANG**

Disusun Oleh:

Nailun Ni'am  
NIM 15604221083

telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 19 Desember 2019

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Eddy Purnomo, M. kes. AIFO Ketua Penguji/Pembimbing		30/1/2020
Abdul Mahfudin Alim, M.pd. Sekretaris		29/1/2020
Drs. Sriawan, M.Kes Penguji		16/1/2020

Yogyakarta, .....  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes  
NIP. 19503011990011001

## **HALAMAN *MOTTO***

1. Barang siapa keluar untuk mencari ilmu maka dia berada di jalan Allah (HR.Turmudzi).
2. Masalah ada bukan untuk dihindari namun untuk dihadapi dengan senyuman meskipun menyakitkan (Peneliti).
3. Barang siapa berjalan untuk mencari ilmu, maka Allah SWT akan memudahkan baginya jalan ke surga (HR. Muslim).

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya ini penulis persembahkan untuk Ibu dan Bapak serta nenek saya, Ibu BARIYAH dan Bapak RASMINTO serta nenek tersayang ibu Hj.SUSANTI yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan ibu dan bapak, karena itu terimalah persembahan bakti dan cinta ku untuk kalian bapak ibuku. Semua masih belum terbayarkan untuk kasih sayang orang tua yang tulus kepadaku selama ini, kasih ibu dan bapak sepanjang masa.

## **KATA PENGANTAR**

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari Jarak Pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang” dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.AIFO, Dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan skripsi selama penelitian berlangsung.
2. Bapak Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or, Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan studi serta motivasi selama pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini.
4. Bapak Dr. Subagyo, M.pd, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan dalam melaksanakan penelitian.

5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu selama

penulis kuliah dan telah membantu peneliti dalam membuat surat perijinan, dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

6. Seluruh teman-teman kelas Pgsd penjas B 2015 yang selalu memberikan semangat dan menemani selama perkuliahan serta dukungan sehingga dapat terselesaikannya penelitian ini.
7. Adikku Fina Ni'mah, Laelatul Magfiroh, Inneke Alya Kamila serta saudaraku Eca Gesang Mentari M, pd yang sudah memberi motivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, Desember 2019

Penulis



Nailun Ni'am

NIM 15604221083

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
<i>ABSTRACT</i> .....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori .....	9
B. Penelitian yang Relevan .....	29
C. Kerangka Berpikir .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	33
B. Tempat dan waktu penelitian .....	33
C. Populasi dan sampel penelitian .....	33
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	35
1. Instrumen Penelitian.....	35
2. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	58

B. Implikasi.....	58
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
D. Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro .....	34
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba Minat .....	37
Tabel 3. Penskoran Nilai Pernyataan Angket.....	37
Tabel 4. Hasil Uji Validitas.....	39
Tabel 5. Kisi-kisi Angket Penelitian.....	40
Tabel 6. Norma Penilaian.....	42
Tabel 7. Hasil Penelitian Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari <i>sprint</i> di SD Negeri Cokro.....	43
Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Intrinsik .....	45
Tabel 9. Hasil Penelitian Indikator Perhatian.....	46
Tabel 10. Hasil Penelitian Indikator Tertarik.....	47
Tabel 11. Hasil Penelitian Indikator Aktivitas .....	48
Tabel 12. Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik.....	49
Tabel 13. Hasil Penelitian Indikator Keluarga .....	50
Tabel 14. Hasil Penelitian Indikator Sekolah.....	51
Tabel 15. Hasil Penelitian Indikator Lingkungan.....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Posisi Dan Sikap Pada Saat Aba-Aba Bersedia .....	23
Gambar 2. Menunjukkan Posisi Badan Dalam Keadaan Siap.....	24
Gambar 3. Menunjukkan Gerakan Yaak.....	24
Gambar 4. Diagram Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari <i>sprint</i> di SD Negeri Cokro .....	44
Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Faktor Intrinsik .....	45
Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Indikator Perhatian.....	46
Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Indikator Tertarik.....	47
Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Indikator Aktivitas .....	48
Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik.....	50
Gambar 10. Diagram Hasil Penelitian Indikator Keluarga .....	51
Gambar 11. Diagram Hasil Penelitian Indikator Sekolah.....	52
Gambar 12. Diagram Hasil Penelitian Indikator Lingkungan.....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Angket Uji Coba .....	63
Lampiran 2. Hasil Uji Coba .....	68
Lampiran 3. Tabel r .....	69
Lampiran 4. Hasil Hitung Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	70
Lampiran 5. Angket Penelitian.....	73
Lampiran 6. Hasil Hitung Penelitian .....	77
Lampiran 7. Contoh Angket Penelitian yang Telah Dijawab Oleh Siswa.....	85
Lampiran 8. Surat Permohonan Ijin Uji Coba di SD Negeri Baciro Yogyakarta.....	90
Lampiran 9. Surat Permohonan Ijin Penelitian di SD Negeri Cokro .....	91
Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di SD Negeri Cokro.....	91
Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melakukan Uji Coba di SD Negeri Baciro Yogyakarta.....	92
Lampiran 12. Dokumentasi .....	93

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sekolah merupakan lembaga yang tersusun rapi dengan segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum dalam menghadapi kemajuan zaman, kurikulum akan selalu dilakukan dan disempurnakan agar siswa mampu menghadapi tantangan hidup dimasa sekarang maupun dimasa yang akan datang. Sekolah Dasar merupakan pendidikan formal pertama bagi anak-anak pada umumnya. Sekolah Dasar diharapkan mampu memberikan suatu pendidikan yang memadai, berkualitas dan bermanfaat bagi anak-anak. Pendidikan yang diselenggarakan melalui Sekolah Dasar diharapkan dapat mengantarkan anak-anak agar dapat menguasai pengetahuan dan keterampilan yang kelak dapat berguna bagi kehidupan dan juga sebagai bekal dalam bermasyarakat.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) mempunyai peranan penting dalam setiap individu. Guru Penjasorkes harus bisa memahami tujuan akhir dari pembelajaran Penjasorkes agar siswa bisa mampu berolahraga dan beraktivitas secara teratur. Mempelajari ilmu Penjasorkes nantinya siswa dapat memahami pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Penjasorkes juga mengajarkan siswa tentang berbagai macam permainan agar merasa senang dan tergerak untuk melakukan aktifitas olahraga. Penjasorkes merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik anak baik motorik halus maupun motorik kasar. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diajarkan mulai dari pendidikan dasar hingga pendidikan menengah. Pendidikan Jasmani Olahraga dan

Kesehatan di Sekolah Dasar berjalan berdasarkan kurikulum yang berlaku saat ini, yakni kurikulum KTSP dan Kurikulum 2013 yang didalamnya juga telah tercantum materi-materi apa saja yang akan diajarkan.

Kurikulum merupakan salah satu unsur penting dari tercapainya dari Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berpedoman pada SK (Standar Kompetensi), KI (Kompetensi Inti) dan KD (Kompetensi Dasar) tersebut dibuat agar tujuan pembelajaran atletik di Sekolah Dasar dapat tercapai. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan mencakup gerak dasar lokomotor, non lokomotor, manipulatif, aktivitas permainan bola besar dan permainan bola kecil, gerak dasar atletik, permainan tradisional, kebugaran, aktivitas seni beladiri, senam (lantai maupun ritmik), aktivitas luar kelas dan aktivitas air. Proses pembelajaran Penjasorkes, guru diharapkan untuk mengajarkan berbagai ketrampilan dasar, teknik gerak, strategi permainan, internalisasi nilai-nilai (sportifitas, kejujuran dan kerjasama), dan kebiasaan pola hidup sehat. Proses pelaksanaan pembelajaran penjasorkes tidak hanya melalui pembelajaran didalam kelas yang bersifat teoritis, tetapi juga melibatkan unsur fisik, mental, emosi, dan kerjasama.

SD Negeri Cokro merupakan salah satu sekolah di Kabupaten Magelang, lebih tepatnya di Kecamatan Grabag. Pembelajaran di SD Negeri Cokro Grabag Magelang kelas IV dan V penjasorkes berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi atletik, Permainan bola besar, permainan bola kecil, renang dan aktifitas ritmik. Secara umum lingkup pembelajaran atletik di sekolah-sekolah meliputi nomor-nomor jalan, lari, lompat dan lempar. Hampir sebagian

besar dari nomor-nomor atletik tersebut diprogramkan didalam kurikulum pendidikan jasmani mulai jenjang SD, SMP, hingga tingkat SLTA/SMA.

Pembelajaran yang didasarkan dengan rasa minat dan ketertarikan pada pembelajaran atletik dinomor lari jarak pendek yang tinggi akan mendukung proses pembelajaran sehingga tujuan pembelajaran tersebut dapat tercapai secara optimal dan maksimal. Semakin besar minat siswa dalam aktivitas, semakin besar pula siswa tersebut mencapai keberhasilan dan kesuksesan. Orang dikatakan berminat jika mempunyai perhatian terhadap sesuatu dan disertai keinginan untuk mengetahui dan mempelajari maupun membuktikannya lebih lanjut. Misalnya, seorang anak menaruh minat terhadap bidang olahraga atletik khususnya dinomor lari jarak pendek maka siswa akan berusaha mengetahui dan mempelajari lebih banyak tentang lari jarak pendek itu sendiri.

Bila hal ini diterapkan dalam proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan maka minat mempunyai peranan yang penting, karena objek pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang merupakan gerak manusia yaitu pelajar atau siswa itu sendiri. Menurut Siti Rahayu Haditono (1998: 188) Faktor-faktor yang mempengaruhi minat itu sendiri ada dua faktor yaitu dari dalam (*intrinsik*) dan faktor dari luar (*ektrinsik*). Faktor dari dalam (*intrinsik*) meliputi rasa tertarik, faktor perhatian dan faktor aktivitas. Faktor dari luar (*ektrinsik*) meliputi sekolah, keluarga, dan lingkungan.

Saat pembelajaran atletik kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang kenyataannya masih ada yang kurang berminat dengan adanya materi lari jarak pendek karena sesuai pengamatan peneliti, siswa lebih suka dengan olahraga yang

bersifat permainan seperti permainan sepakbola terutama siswa putra dan permainan bola kasti untuk siswa putri. Setiap pembelajaran atletik salah satunya lari jarak pendek siswa putra kurang bersemangat dan terkadang mereka bermain sendiri, begitupun siswa putri tetap ingin melakukan permainan yang mereka senangi dan kadang mereka malah asik mengobrol dengan temannya sehingga menjadikan pembelajaran kurang efektif dan tidak bisa mencapai tujuan pembelajaran.

Pembelajaran lari jarak pendek merupakan cara atau dasar-dasar yang harus dikuasai setiap siswa ketika akan melakukan lari cepat, karena dalam lari cepat dibutuhkan unsur-unsur kesegaran jasmani diantaranya reaksi, percepatan, kecepatan, kelincahan, power, keseimbangan, dan sebagainya. Selain itu, penekanan gerakan lari cepat adalah pada kecepatan dan daya tahan yang ditentukan dengan jarak. Tujuan dari pembelajaran lari cepat adalah agar siswa dapat melakukan lari cepat dengan tepat dan sempurna. Gerak dasar lari jarak pendek merupakan mata pelajaran yang diajarkan di sekolah dasar khususnya kelas IV dan V.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di SD Negeri Cokro Grabag Magelang pada tanggal 23 juni- 24 juni 2019 khususnya untuk kelas IV dan kelas V pada pembelajaran atletik nomor lari jarak pendek menunjukkan belum mencapai hasil yang maksimal di buktikan dengan adanya beberapa anak yang tidak memperhatikan penjelasan dari guru saat mengikuti pembelajaran lari jarak pendek tersebut sehingga saat guru menjelaskan tentang materi membuat siswa menjadi tidaktahu atau belum paham atas penjelasan

yang diberikan. Hal ini diperkuat dengan wawancara yang dilakukan terhadap beberapa siswa yang mengungkapkan bahwa pelajaran Penjasorkes adalah mata pelajaran yang dianggap biasa saja dan tidak terlalu penting dibandingkan dengan pelajaran lain, seperti matematika, IPA, IPS, dan lain-lain.

Selain itu paradigma pembelajaran Penjasorkes yang berkembang sekarang bahwa yang terpenting anak sudah mau bergerak dan gembira merupakan tujuan utama dari Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang baik juga faktor sarana prasarananya untuk mendukung lancarnya pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek keterbatasan alat untuk lari jarak pendek (pistol start, start block, tiang finish, kursi finish dan stopwatch) juga menjadi hambatan, begitu juga faktor lingkungan yang kurang mendukung untuk melaksanakan pembelajaran atletik juga menjadi hambatan pelaksanaan pembelajaran atletik di SD.

Permasalahan ini penulis ingin meneliti siswa SD khususnya kelas IV dan V pada SD Negeri Cokro Grabag Magelang, penting diketahui seberapa besar minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek. Karena dengan pertimbangan siswa kelas IV dan V sudah mendapatkan mata pelajaran penjas sejak kelas I-V, sehingga dengan pertimbangan tersebut diharapkan siswa sudah mempunyai pengetahuan tentang pembelajaran atletik khususnya pada nomor lari jarak pendek.

Hasil pengamatan penulis proses pembelajaran lari jarak pendek. masih sebatas guru menyampaikan materi dan siswa menerima apa yang disampaikan guru. Keadaan ini tidak boleh terjadi mengingat banyaknya manfaat dan tujuan pembelajaran lari jarak pendek yang dapat menjadi daya tarik, maka dibutuhkan

kegiatan kreativitas guru sehingga dapat dijadikan motivasi siswa untuk mengikuti pembelajaran lari jarak pendek dengan lebih antusias dan pembelajaran lari jarak pendek dapat dilakukan dengan maksimal.

Harapannya proses pembelajaran atletik tetap dilaksanakan walaupun siswa kadang kurang berminat terhadap pembelajaran lari jarak pendek karena itu bagian dari kurikulum yang sudah ada walaupun banyak faktor lain yang menghambat pembelajaran. Keterbatasan lapangan dan sarana prasarannya sehingga guru dituntut untuk aktif dan kreatif seperti memodifikasi pembelajaran lari jarak pendek menjadi sebuah permainan dalam proses pembelajaran juga pemberian materi dan teknik dasar sebelum melaksanakan pembelajaran lari jarak pendek dengan memanfaatkan lingkungan atau lapangan yang tersedia dan pihak sekolah seharusnya juga mendukung pelaksanaan pembelajaran lari jarak pendek.

Kekurangan sarana prasarana bukan suatu masalah yang besar dalam meningkatkan minat siswa dan dapat disikapi dengan memodifikasi permainan, sehingga kreativitas guru sangat diandalkan dalam situasi ini. Dengan adanya kreativitas guru, akan dapat mendorong siswa-siswa mengikuti pembelajaran dengan baik dan antusias. Diharap materi yang disampaikan guru tersebut dapat melihat bagaimana kondisi siswa saat mengikuti pembelajaran dan dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek.

Berdasarkan permasalahan diatas, menimbulkan ide untuk mengangkat tema ini menjadi penelitian yang berjudul “Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang diatas dapat ditarik beberapa identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya perilaku atau kesungguhan siswa kelas IV dan V di SD Negeri Cokro Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang, saat pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek.
2. Ketidaktahuan siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang tentang manfaat dan tujuan pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek.
3. Proses belajar mengajar masih sebatas guru memberikan materi dan siswa menerima apa yang diberikan guru.
4. Belum diketahuinya minat siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang dalam pembelajaran atletik khususnya dilari jarak pendek.

## **C. Batasan Masalah**

Dari identifikasi masalah diatas tidak menutup kemungkinan timbulnya masalah baru yang semakin meluas, untuk menghindari hal tersebut perlu diadakan pembatasan masalah. Sehingga peneliti membatasi permasalahan ini pada “Minat Siswa Kelas IV dan V Pada Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang”. Responden pada penelitian ini yaitu siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang.

## **D. Rumusan Masalah**

Adapun masalah dari penelitian dalam latar belakang yang telah diuraikan diatas, permasalahan-permasalahan yang ditimbulkan dan pembatasan masalah maka masalah tersebut dapat dirumuskan yaitu: “Seberapa besar minat siswa dalam

pembelajaran lari jarak pendek Kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang? “.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan masalah diatas maka tujuan yang diharapkan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat minat siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang pada pembelajaran lari jarak pendek.

#### **F. Manfaat Hasil Penelitian**

Hasil penelitian diperoleh diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

##### 1. Manfaat Teoritis:

Sebagai bahan pertimbangan dalam membuat perencanaan peningkatan kualitas guru dalam rangka meningkatkan minat terhadap pembelajaran lari jarak pendek.

##### 2. Manfaat praktis:

a. Bagi guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, dapat dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui kendala siswa sekolah dasar dalam pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek.

b. Bagi sekolah, dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan pada sekolah dalam rangka meningkatkan atau perbaikan proses pembelajaran atletik lari jarak pendek.

c. Bagi siswa, sebagai upaya untuk mengembangkan minat siswa terhadap pembelajaran atletik khususnya lari jarak pendek.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Landasan Teori**

##### **1. Hakikat Minat**

###### **a. Pengertian Minat**

Pengertian minat menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 774) adalah kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu keinginan. Setiap individu mempunyai keinginan untuk berhubungan dengan sesuatu yang ada di sekitar lingkungan. Apabila ada sesuatu yang memberikan kesenangan terhadap dirinya, kemudian ia akan berminat terhadap sesuatu yang ada. Minat yaitu apabila seseorang individu tertarik kepada sesuatu, karena sesuai dengan kebutuhannya atau merasakan bahwa sesuatu yang akan dipelajari dirasakan berarti bagi dirinya dan berminat untuk mempelajarinya. Sehingga minat biasa diartikan juga perasaan yang timbul dari dalam diri sendiri setiap individu tanpa disadari seseorang yang ingin menjalankan suatu aktivitas. Sedangkan menurut istilah di bawah ini peneliti mengemukakan pendapat para ahli psikologi mengenai minat di atas.

Kegiatan yang tidak didasari oleh minat maka akan membuat suatu kegiatan tersebut menjadi terasa berat dan membosankan namun apabila kegiatan tersebut didasari oleh minat maka kegiatan tersebut akan terasa ringan dan menyenangkan. Anak yang berminat terhadap suatu kegiatan tertentu baik itu permainan maupun pekerjaan berat sekalipun akan berusaha lebih keras untuk belajar dibandingkan dengan anak yang kurang berminat atau merasa bosan terhadap kegiatan tersebut.

Pernyataan tersebut dikemukakan juga oleh Djaali yang menyatakan (2006: 122) Minat adalah perasaan yang ingin tahu, mempelajari, mengagumi atau memiliki sesuatu. Disamping itu, minat merupakan bagian dari ranah afeksi, mulai dari kesadaran sampai pada pilihan nilai.

Minat adalah suatu rasa ingin melakukan kegiatan yang positif. Menurut Slameto (2010:180), “minat adalah sesuatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh”. Menurut Sumadi Suryabrata (2004:70), minat yaitu keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong individu untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu guna mencapai tujuan tertentu. Sedangkan menurut Hurlock (2004:114), minat adalah merupakan sumber motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan apa saja yang mereka inginkan jika mereka bebas memilih.

Menurut Sardiman (2011: 76), minat diartikan sebagai “suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang dihubungkan dengan keinginan-keinginan atau kebutuhan-kebutuhannya sendiri”. Oleh karena itu, apa yang dilihat seseorang sudah tentu akan membangkitkan minatnya sejauh apa yang dilihat itu mempunyai hubungan dengan kepentingannya sendiri. Menurut Muhibbinsyah (2009: 136) minat merupakan kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu.

Dari pendapat para ahli diatas yang telah dijabarkan maka dapat disimpulkan minat adalah suatu kecenderungan individu untuk tertarik serta mempunyai perhatian lebih terhadap suatu objek dan merasa senang untuk terlibat atau

melakukan suatu aktivitas yang merupakan pengalaman yang sama yang membuatnya merasa senang dan tidak bosan dalam melakukan aktivitas yang sama.

**b. Faktor yang mempengaruhi minat**

Minat berpengaruh pada pencapaian tujuan terhadap suatu hal yang diinginkan. Minat dalam diri seseorang tidak dapat timbul secara tiba-tiba tanpa adanya suatu proses. Siswa memiliki minat dari memperoleh perhatian, berinteraksi dengan lingkungan sehingga minat dapat tumbuh dan berkembang dalam dirinya. Menurut Siti Rahayu Haditono dalam skripsi Penny Puspayanti (2017: 10) minat dipengaruhi oleh dua faktor:

- 1) Faktor dari dalam (intrinsik) yaitu berarti bahwa sesuatu perbuatan memang diinginkan karena seseorang senang melakukannya. Disini minat datang dari dalam diri orang itu sendiri. Orang senang melakukan perbuatan itu demi perbuatan itu sendiri. Seperti: rasa senang, mempunyai perhatian lebih, semangat, motivasi, emosi.
- 2) Faktor dari luar (ekstrinsik) bahwa suatu perbuatan dilakukan atas dorongan/pelaksanaan dari luar. Orang melakukan perbuatan itu karena ia didorong/dipaksa dari luar. Seperti: lingkungan, orangtua, guru.

Menurut Minarti Sulastri dalam skripsi Penny Puspayanti (2017: 10-11), bahwa minat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- 1) Faktor intrinsik terdiri dari faktor fisiologis dan psikologis anak.
  - a) Faktor fisiologis dapat digolongkan seperti panca indra, pusat dan keadaan anggota tubuh siswa. Panca indra berupa mata, anak dapat melihat sehingga anak tahu apakah anak suka terhadap objek tersebut atau tidak, apakah individu tersebut mampu atau tidak dengan fisik yang ada pada dirinya. Dengan faktor fisiologis yang menandai maka minat anak dapat terwujud.

b) Faktor psikologis yang meliputi pengamatan, perhatian emosi, motivasi dan intelegensi. Anak melakukan suatu pengamatan terhadap objek yang menimbulkan rasa senang setelah dia senang maka dia akan memberikan suatu perhatian terhadap objek tersebut. Sehingga dengan emosi yang ada anak dapat memberikan motivasi yang diciptakan sehingga terbentuk intelegensi terhadap anak.

2) Faktor ekstrinsik terdiri dari dua faktor sosial faktor non sosial yang berasal dari lingkungan anak.

a) Faktor sosial yaitu pengaruh yang menimbulkan minat/tidak berminat. Faktor sosial dapat berupa Faktor dari dalam diri (intrinsik) menurut sebagian besar peneliti sangat penting untuk mengetahui seberapa besar minat seseorang terhadap sesuatu sehingga faktor ini yang pakai menjadi bahan penelitian tertentu. Faktor-faktor dari dalam diri sendiri (intrinsik) diuraikan sebagai berikut:

(1) Rasa tertarik

Tertarik atau senang adalah sikap yang positif terhadap belajar atau kegiatan lain yang pasti berperan besar proses tercapainya suatu tujuan. Tertarik yang dimaksud dalam penelitian ini adalah murni rasa ketertarikan siswa dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek di sekolah.

(2) Perhatian

Perhatian adalah keaktifan jika yang diarahkan kepada suatu objek baik di dalam maupun diluar individu. Penelitian ini tertarik pada yang berkaitan dengan pembelajaran lari jarak pendek di sekolah.

(3) Aktivitas

Aktivitas disini adalah peran aktif siswa atau keterlibatan langsung peserta didik dalam pembelajaran lari jarak pendek di sekolah.

Elizabeth B.Hurlock (1998: 116) menyatakan bahwa semua minat mempunyai aspek,yaitu aspek kognitif dan aspek afektif atau bobot emosional konsep yang membangun aspek kognitif, minat dinyatakan dalam sikap terhadap kegiatan yang di timbulkan minat.

Faktor-faktor dari luar (ektrinsik) diuraikan sebagai berikut:

1) Keluarga

Cara orangtua mendidik anak, relasi antara keluarga. hubungan antara keluarga, orang tua, anak yang harmonis dapat mempengaruhi dan membantu siswa melakukan aktivitas belajar dengan baik. Hal ini peran orang tua berada di luar proses Kegiatan Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani.

2) Sekolah

Guru, administrasi, kurikulum materi, relasi guru dengan siswa, alat pelajaran dan teman sekitarnya. Faktor sekolah akan langsung berhubungan dengan proses kegiatan belajar mengajar Pendidikan jasmani khususnya pada materi pelajaran, guru pengajar, sarana prasarana dan teman-temannya.

3) Lingkungan

Kondisi lingkungan berpengaruh karena merupakan unsur unsur yang datang dari luar siswa. Guru harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, menampilkan diri secara menarik dalam rangka membantu siswa termotivasi belajar. Lingkungan fisik sekolah, sarana dan prasarana, perlu ditata dan dikelola, agar menyenangkan dan membuat siswa betah belajar. Selain itu kebutuhan emosional psikologis juga perlu di perhatikan. Kebutuhan rasa aman misalnya, sangat mempengaruhi minat belajar siswa. Kebutuhan berprestasi,

dihargai, diakui, merupakan contoh-contoh kebutuhan psikologis yang harus terpenuhi, agar minat belajar timbul dan dapat dipertahankan.

Uraian di atas dapat disimpulkan bahwa secara garis besar minat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri (faktor intrinsik) seperti perhatian, tertarik, aktivitas dan faktor dari luar individu (faktor ekstrinsik) seperti keluarga, sekolah, lingkungan. Faktor ini nantinya akan dijadikan sebagai tolak ukur untuk mengukur seberapa minat siswa terhadap pembelajaran lari jarak pendek di sekolah.

## **2. Hakikat Pembelajaran Atletik**

### **a. Pengertian Pembelajaran**

Kata pembelajaran merupakan perpaduan dari dua aktivitas belajar dan mengajar. Aktivitas belajar secara metodologis cenderung lebih dominan pada peserta didik, sementara mengajar secara intruksional dilakukan oleh guru. Jadi, istilah pembelajaran adalah rangkaian dari kata belajar dan mengajar. Dengan kata lain, pembelajaran adalah penyederhanaan dari kata belajar dan mengajar (BM), proses belajar mengajar (PBM), atau kegiatan belajar mengajar (KBM) (Susanto, 2013: 18- 19).

Djamarah S (2013:10) menyatakan belajar adalah proses perubahan perilaku berkat pengalaman dan latihan. Artinya, tujuan kegiatan adalah perubahan tingkah laku, baik yang menyangkut pengetahuan, ketrampilan maupun sikap, bahkan meliputi segenap aspek organisme atau pribadi. Kegiatan belajar mengajar seperti mengorganisasi pengalaman belajar, mengolah kegiatan belajar mengajar, menilai proses, dan hasil belajar, kesemuanya termasuk dalam cakupan tanggung jawab guru. Jadi, hakikat belajar adalah perubahan.

Implementasi belajar mengajar menurut Djamarah S (2013:29) menyatakan proses belajar mengajar adalah aspek dari lingkungan sekolah yang diorganisasi. Lingkungan ini diatur serta diawasi agar belajar terarah sesuai dengan tujuan Pendidikan. Pengawasan itu turut menentukan lingkungan itu membantu kegiatan belajar. Lingkungan belajar yang baik adalah lingkungan yang menantang dan merangsang para siswa untuk belajar, memberikan rasa aman dan kepuasan serta mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu faktor yang mendukung kondisi belajar di dalam suatu kelas adalah *job description* proses belajar mengajar yang berisi serangkaian pengertian peristiwa belajar yang dilakukan oleh kelompok-kelompok siswa. Sehubungan dengan hal ini, *job description* guru dalam implementasi proses belajar mengajar adalah (a) perencanaan instruksional yaitu alat atau media untuk mengarahkan kegiatan-kegiatan organisasi belajar, (b) organisasi belajar yang merupakan usaha menciptakan wadah dan fasilitas-fasilitas atau lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan yang mengandung kemungkinan tercapainya proses belajar mengajar, (c) menggerakkan anak didik yang merupakan usaha memancing, membangkitkan, dan mengarahkan motivasi belajar siswa. Penggerak atau motivasi disini pada dasarnya mempunyai makna lebih dari pemerintah,, mengarahkan, mengaktualkan, dan memimpin, (d) supervise dan pengawasan, yakni usaha mengawasi, menunjang, membantu, menugaskan, dan mengarahkan kegiatan belajar mengajar sesuai dengan perencanaan intruksional yang telah didesain sebelumnya, (e) penelitian yang lebih bersifat penafsiran (*assessment*) yang mengundang pengertian yang lebih luas dibandingkan dengan pengukuran atau evaluasi pendidikan.

Belajar menurut pengertian psikologis merupakan suatu proses perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Perubahan-perubahan tersebut akan nyata dalam seluruh aspek tingkah laku. Pengertian belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 1995:2), selanjutnya menurut Djamarah S (2013:37) kegiatan belajar mengajar adalah suatu kondisi yang dengan sengaja diciptakan. Gurulah yang menciptakannya guna membelajarkan anak didik. Guru yang mengajar dan anak didik yang belajar. Perpaduan dari kedua unsur manusiawi ini lahirlah interaksi edukatif dengan memanfaatkan bahan sebagai mediumnya. Semua komponen pengajaran diperankan secara optimal guna mencapai tujuan pengajaran yang telah ditetapkan sebelum pengajaran dilaksanakan.

Berdasarkan pendapat para ahli yang terpapar diatas, dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran adalah perpaduan dari dua aktivitas, yaitu aktivitas mengajar dan aktivitas belajar. Dalam proses pembelajaran adalah perpaduan dari dua aktivitas, yaitu adalah aktivitas mengajar dan aktivitas belajar. Dalam proses pembelajaran didalamnya terdapat suatu interaksi antara pendidik dengan peserta didik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Adanya interaksi tersebut dapat terjadi suatu proses pembelajaran.

#### **b. Pengertian Atletik**

Atletik menurut kamus bahasa Indonesia yang berarti olahraga dengan cabang-cabang gerak atletik. Dengan demikian atletik merupakan olahraga dimana

semua gerakan-gerakan dasar tubuh yang dapat digunakan dalam cabang olahraga lainnya dengan pelaksanaan diperlombakan.

Atletik adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, lompat, dan jalan. Kata ini berasal dari bahasa Yunani "*athlon*" yang berarti "kontes". Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada olimpiade pertama pada 776 SM. Induk organisasi untuk olahraga atletik di Indonesia adalah PASI (Persatuan Atletik Seluruh Indonesia)

Atletik dijelaskan dalam Munasifah (2008: 9) adalah: gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat. Kata ini berasal dari bahasa Yunani "*athlon*" yang berarti "kontes". Atletik merupakan cabang olahraga yang diperlombakan pada olimpiade pertama tahun 776 SM.

Saat ini, atletik terdiri dari beberapa nomor perlombaan. Secara garis besar, perlombaan atletik dibagi menjadi empat nomor, yaitu: jalan, lari, lempar dan lompat. Nomor lari dan jalan dilakukan di lintasan, sedangkan nomor lempar dan lompat dilakukan di lapangan.

Menurut Gerry A (2003 : 231) Nomor-nomer atletik dibagi menjadi tiga yaitu nomor lari, nomor lompat dan nomor lempar. Masing-masing nomor akan di jelaskan secara khusus pada bagian berikut ini:

#### **1) Nomer Lari**

Nomer lari terdiri dari 11 event individual dan estafet 4 x 100m dan 4 x 400m dikelompokkan dalam beberapa grup seperti berikut ini

a) *Sprint* dekat (100m, 200m)

- b) *Sprint* jauh (400m)
- c) Jarak menengah dekat (800m)
- d) Jarak menengah (1500m)
- e) Jarak menengah jauh (5000m)
- f) Jarak jauh (10000m dan marathon 42,195m)
- g) Lari gawang (110m dan 400m)

Sifat-sifat dari nomor lari:

- a) Lebih banyak neuro-muscularnya (lari jarak pendek dan lari gawang)
- b) Lebih banyak cardio-respirator (jarak menengah dan jauh)
- c) Tergantung atas kemampuan atau kapasitas tahan (aerobik dan anaerobik)
- d) Adaptasi fisiologis mendahului teknik

Nomor lari jarak pendek 100m dan 200m tidak melalui satu putaran tetapi 400m adalah tepat satu putaran. Dari 800m keatas dilombakan di atas lintasan, sedangkan untuk marathon, setar dan finis di lintasan, tetapi jarak selebihnya dilakukan diluar lintasan. Faktor-faktor yang mempengaruhi nomor-nomor lari:

- a) Frekuensi (kecepatan gerakan)
- b) Kekuatan (daya yang cepat)
- c) Panjang langkah
- d) Daya tahan (otot dan organ tubuh)
- e) Teknik (koordinasi)
- f) Kapasitas Neuro-miscular 100m, 200m, 400m, dan 800m
- g) Kapasitas elastisitas dan fleksibilitas 100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, dan 5000m

- h) Kapasitas psikologis. Untuk semua jarak lari
- i) Kapasitas energi yang maksimal sampai jarak 800m
- j) Usaha dan tenaga yang ekonomis dari jarak 1500m

## 2) Nomer Lompat dan Lempar

Ada dua kelompok even lapangan;

- a) Nomor lompat (lompat tinggi, lompat jauh, jingkrak dan lompat tinggi galah)
- b) Nomor lempar (peluru, lemping, cakram, martil)

Ciri-ciri dan sifat-sifatnya:

- a) Lebih banyak neuro-muscularnya (koordinasi, kecepatan, reaksi, kekuatan)
- b) Tenaga komperatif untuk waktu pendek dengan si atlet tidak melakukan bersama waktu dengan atlet lain dalam even yang sama.
- c) Persiapan didasarkan atas muscular daripada faktor organik.
- d) Melatih gerak yang betul.
- e) Menumbuhkan fasilitas dan alat yang cukup.

Untuk lebih jelasnya maka akan dibahas satu-persatu:

- a) Nomer Lompat

Ini meliputi gerak lari awalan, diikuti gerak tolakan kaki gerak melayang dan gerak jatuh/mendarat. Lompat tingi, jauh dan jingkat dilakukan oleh si atlet tanpa bantuan orang lain, sedangkan pada sebuah lompat tinggi galah si atlet dibantu oleh sebuah galah, yang mana membuatnya berbeda dari tiga even yang lain.

Komponen-komponen lompatan:

- (1) Kecepatan tolak (take off)
- (2) Sudut lompatan

(3) Trajektori (lintasan perjalanan) titik pusat gravitasi

Faktor-faktor yang mempengaruhi:

(1) Lari awalan (run up)

Lari awalan dilakukan secara progresif sampai mencapai kecepatan maksimal, kemudian memelihara kecepatan, dan disusul membuat persiapan tolakan dengan merendahkan (sedikit) titik gravitasi pada langkah pada event lompat tinggi. Pada lompat jauh hal ini sedikit berkurang dan hampir tidak ada pada event lompat jingkat, dan sama sekali tidak pada lompat tinggi galah.

(2) Bertolak (take of)

Kecepatan horizontal, kekuatan gerak ke atas, dorongan gerak kedua lengan, semuanya menentukan tahap gerakan berikutnya.

(3) Sifat melayang.

Gerak kedua kaki dengan tujuan menyentuh tanah jauh ke depan (pada lompat jauh jingkat) dan tujuan tanpa menyentuh mistar pada lompat tinggi.

b) Nomer Lempar

Biasanya nomer ini digolongkan dalam lempar berat (peluru dan martil) dan lempar ringan (cakram dan lembing) dan dalam gerakan linier (peluru dan lembing) dan gerakan memutar (cakram dan martil). Dalam event gerakan linier gerakan dorong (implus) sangat menonjol dan dalam even berputar, daya tarik (centrifugal force) sangat menonjol. Daya /kekuatan ini harus diterapkan dengan kecepatan tinggi pada sudut yang tepat. Tekniknya tergantung pada berat alat dan asas-asas bio-mekanika.

Unsur-unsur nomer lempar:

(1) Kecepatan gerak

- (2) Arah kekuatan
- (3) Sudut proyeksi

Faktor-faktor yang mempengaruhi:

- (1) Tahap persiapan (kecepatan)
- (2) Tahap percepatan (penggunaan kekuatan)
- (3) Trayektori (posisi dalam melayang)

### **c. Pengertian lari jarak pendek**

Menurut Edi Purnomo dan Dapan (2010: 34), Lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai dengan 400 m, oleh karena itu kebutuhan utama untuk lari jarak pendek adalah kecepatan. Kecepatan dalam lari jarak pendek adalah hasil kontraksi yang kuat yang cepat dari otot-otot yang dirubah menjadi getakan halus lancar dan efisien dan yang sangat dibutuhkan bagi pelari untuk mendapatkan kecepatan yang tinggi.

Lari jarak pendek atau istilah lainnya lari *sprint* adalah lari yang dengan kecepatan penuh sepanjang jarak yang harus ditempuh atau sampai jarak yang ditentukan. Pelarinya bisa disebut juga *sprinter*. Nomer lari jarak pendek antara lain 100 meter, 200 meter, dan 400 meter. Perbedaan antara lari jarak pendek, lari jarak menengah dan lari jarak jauh terletak pada kecepatan lari yang dilakukan oleh para pelari. Dapat kita amati pada perlombaan lari jarak pendek, setiap atlet berusaha secepat-cepatnya berlari ke garis *finish*. Lari jarak pendek adalah jenis lari yang sejak *start* hingga *finish* dilakukan dengan maksimal. Seperti yang dikemukakan Soegito (1992: 8) bahwa, lari ialah gerak maju yang diusahakan agar dapat mencapai tujuan (*finish*) secepat mungkin atau dalam waktu singkat. Pada dasarnya gerakan lari pada semua jenis lari adalah sama. Lari adalah gerakan berpindah

dengan kaki dari satu tempat ke tempat lain untuk mencapai tujuan. Sedangkan lari *sprint* adalah suatu cara dimana seorang atlet harus menempuh jarak dengan semaksimal mungkin. Selaras dengan lari *sprint* menurut Yusuf Adisasmita (1992: 35) adalah semua nomor lari yang dilakukan dengan kecepatan penuh (*sprint*) atau kecepatan maksimal, sepanjang jarak yang ditempuh. Dalam lari *sprint* ada tiga nomor yang sering diajarkan di sekolah dan sering diperlombakan diantaranya lari jarak pendek 100 meter, 200 meter, dan 400 meter bahkan dalam dunia perlombaan atletik ketiga jarak atau nomor tersebut menjadi nomor utama atau sering disebut nomor bergengsi dalam kejuaraan atletik.

Berdasarkan pendapat tersebut menunjukkan bahwa, lari jarak pendek merupakan suatu cara lari menempuh jarak tertentu yang dilakukan dengan kecepatan maksimal dari garis *start* sampai garis *finish*. Lari harus dilakukan dengan secepat-cepatnya menempuh jarak yang ditentukan dengan waktu sesingkat mungkin.

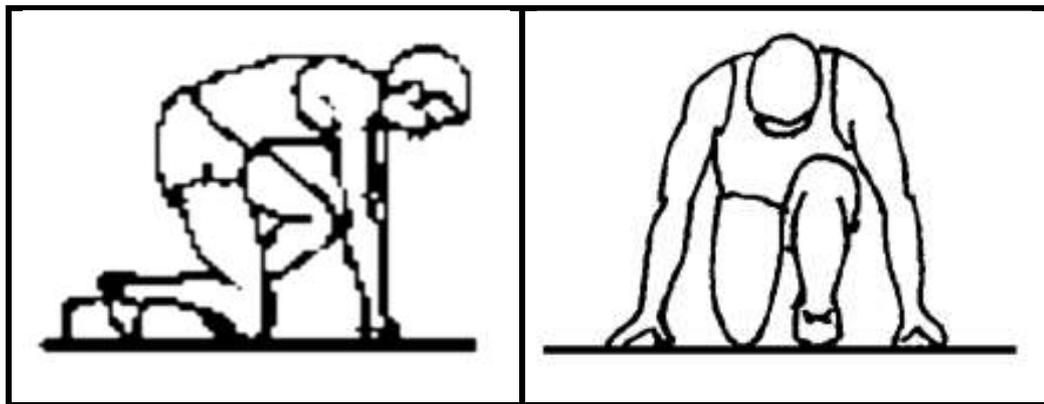
#### **d. Langkah-langkah Lari Jarak Pendek**

Lari jarak pendek sendiri memiliki tiga teknik yaitu start jongkok, gerakan lari, dan Teknik memasuki garis *finish*. Pembelajaran lari jarak pendek adalah dilakukan dengan latihan teknik dasar. Istilah gerak dasar lari jarak pendek sebenarnya lebih diutamakan pada gerak lari yang bervariasi dan disusun berdasarkan sistematika berbagai bentuk gerakan kaki dari yang mudah ke yang sukar. Menurut Edi Purnomo dan dapan (2010: 25) Start adalah suatu persiapan awal seseorang pelari akan melakukan gerakan lari. Untuk nomor jarak pendek *start* yang dipakai adalah *start* jongkok, sedangkan lari jarak menengah menggunakan *start* berdiri.

Menurut Edi Purnomo dan Dapan (2010: 28) lari sprint seorang starter akan meneriakkan aba-aba : bersediaa, siaaap, yaak, adapun posisi badan saat aba-aba yaitu sebagai berikut:

1) Bersedia

Setelah starter memberikan aba-aba bersedia, maka pelari akan menempatkan kedua kaki dalam menyentuh blok depan dan belakang. Lutut kaki belakang diletakan di tanah, terpisah selebar bahu lebih sedikit, jari-jari tangan membentuk huruf V terbaik, dan kepala dalam keadaan datar dengan punggung, sedangkan padangan mata menatap lurus ke bawah, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



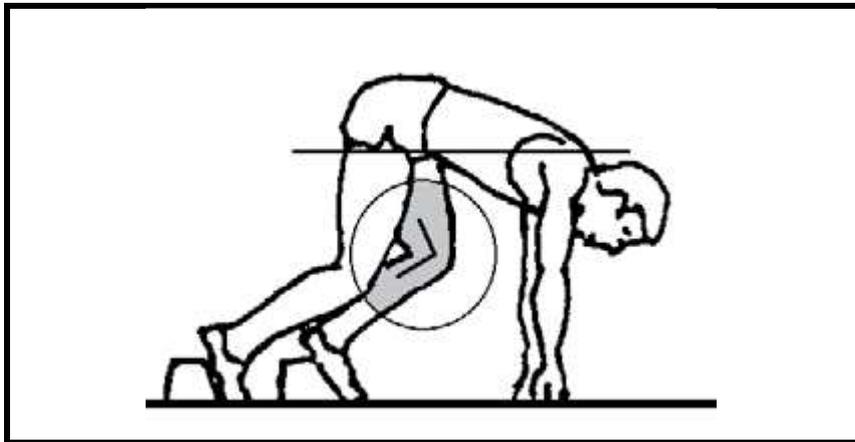
**Gambar 1. Posisi Dan Sikap Pada Saat Aba-Aba Bersediaaa.**

(sumber: IAAF tahun 2009: 25)

2) Siaap

Setelah aba-aba siaap, seorang pelari akan menempatkan posisi badan sebagai berikut lutut di tekan kebelakang. Lutut kaki depan ada dalam posisi membentuk sudut siku-siku  $90^0$ . Lutut kaki belakang membentuk sudut antara  $120 - 140^0$  dan pinggang sedikit diangkat tinggi dari bahu, tubuh sedikit condong kedepan, serta

bahu sedikit lebih maju kedepan dari kedua tangan, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

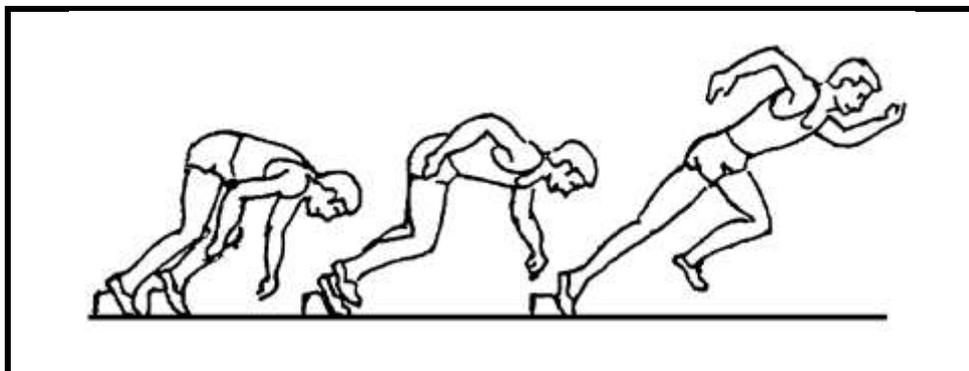


**Gambar 2. Menunjukkan Posisi Badan Dalam Keadaan Sisaap**

(sumber: IAAF tahun 2009: 26)

3) Yaak (bunyi pistol) atau *drive*

Gerakan yang akan dilakukan pelari setelah aba-aba yak/bunyi pistol adalah badan di luruskan dan diangkat pada saat kedua kaki menolak keras pada start blok. Kedua tangan diangkat dari tanah bersamaan untuk kemudian di ayun, bergantian. Kaki depan sedikit tidak namun lebih lama. Kaki belakang diayun kedepan dengan cepat sedangkan badan condong kedepan. Lutut dan pinggang keduanya diluruskan penuh pada saat akhir dorongan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



**Gambar 3. Menunjukkan Gerakan Yak**

(sumber: IAAF tahun 2009: 27)

Teknik dasar lari *sprint* bertujuan untuk mempelajari gerak lari *sprint* yang sistematis. Adapun tahapan teknik lari *sprint* yaitu:

- 1) Kaki yang menginjak tanah digunakan sebagai tumpuan.
- 2) Kaki tumpuan lurus, kaki yang lain mengayun dengan mengangkat paha.
- 3) Badan condong ke depan.
- 4) Posisi tubuh jangan tegang, tapi rileks.
- 5) Ayunan lengan tidak kaku.
- 6) Tangan agak di genggam.
- 7) Ayunan lengan tidak lebih tinggi dari bahu.

**e. Pelaksanaan Pembelajaran Lari Jarak Pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang**

Pembelajaran penjas di SD Negeri Cokro Grabag Magelang merupakan mata pelajaran yang wajib diikuti oleh semua siswa-siswi dari kelas 1-6 seperti mata pelajaran yang lain. Beberapa persamaan antara Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan mata pelajaran yang lain yaitu selain diberikan pada jenjang sekolah, didalam proses pembelajaran juga melibatkan faktor psikis karena Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan itu sendiri memiliki tujuan untuk mewujudkan tujuan Pendidikan nasional khususnya pembelajaran atletik pada nomor lari jarak pendek.

Pelaksanaan pembelajaran penjas di SD Negeri Cokro Grabag Magelang dilakukan setiap seminggu sekali setiap kelasnya yang satu jam pembelajarannya adalah 35 menit x 4, dan dalam pembelajarannya guru menggunakan kurikulum

KTSP 2006. Jadwal pelaksanaan pembelajaran penjas di kelas IV dilakukan pada setiap hari Selasa yang dimulai pada jam pertama 07.00–9.20 WIB. Sedangkan untuk yang kelas V dilakukan pada setiap hari Rabu yang dimulai pada jam pertama sampai keempat yaitu pukul 07.00-09.20 WIB.

Menurut perangkat pembelajaran silabus Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri Cokro Grabag Magelang materi penjas yang diberikan untuk kelas IV meliputi: (1) Permainan bola kecil Tennis, (2) Kasti, (3) Atletik, (4) Sepak bola, (5) Bola voli mini, (6) Latihan daya tahan dan kekuatan, (7) Latihan kelenturan, (8) Senam lantai tanpa alat, (9) senam lantai dengan alat, (10) Gerak ritmik, (11) Kebersihan lingkungan, (11) penanganan sampah, Materi pembelajaran penjas yang diberikan untuk kelas V meliputi: (1) Permainan rounders, (2) permainan sepak bola, (3) Atletik, (4) Kebugaran, (5) senam, (6) senam ketangkasan, (7) Ritmik kombinasi, (8) Hidup sehat, (9) Reproduksi.

### **3. Karakteristik siswa kelas IV dan V.**

Menurut Nasution (Haryu, 2012: 39) bahwa masa usia sekolah dasar sebagai masa kanak-kanak akhir berlangsung dari usia enam tahun hingga sebelas atau dua belas tahun. Berbagai ciri dan perkembangan yang diharapkan timbul dan dimiliki setiap anak pada setiap masa dalam periode perkembangan. Menurut Havighurst (Desmita, 2009: 25) “periodisasi perkembangan diantaranya masa bayi dan kanak-kanak (0-6 tahun), masa sekolah atau pertengahan kanak-kanak (6-12 tahun), masa remaja (12-18 tahun), masa awal dewasa (18-30 tahun), masa dewasa pertengahan (30-50 tahun), masa tua ( $\leq 50$  tahun)”.

Menurut Piaget (Sugihartono, dkk, 2008: 109), tahap perkembangan berpikir anak dibagi menjadi empat tahap yaitu:

- a. Tahap sensorimotorik (0-2 tahun)
- b. Tahap praoperasional (2-7 tahun)
- c. Tahap operasional konkret (7-11 tahun), dan
- d. Tahap operasional formal (12-15 tahun)

Berdasarkan uraian di atas, siswa kelas IV Sekolah Dasar termasuk berada pada tahap operasional konkret dalam berpikir. Anak pada masa operasional konkret sudah mulai menggunakan operasi mentalnya untuk memecahkan masalah-masalah yang aktual. Anak mampu menggunakan kemampuan mentalnya untuk memecahkan masalah yang bersifat konkret. Kemampuan berpikir ditandai dengan adanya aktivitas-aktivitas mental seperti mengingat, memahami, dan memecahkan masalah.

Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 116) membagi masa anak-anak di Sekolah Dasar menjadi dua fase yaitu masa anak kelas rendah (kelas I sampai dengan kelas 3), dan masa anak kelas tinggi (kelas 4 sampai dengan kelas 6). Masa anak kelas rendah berlangsung antara usia 7-9 tahun, sedangkan masa anak kelas tinggi berlangsung antara usia 9-12 tahun. Kelas IV Sekolah Dasar tergolong pada masa anak kelas tinggi.

Anak kelas tinggi Sekolah Dasar memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Perhatian tertuju pada kehidupan praktis sehari-hari.
- b. Ingin tahu, ingin belajar, dan berpikir realitas.
- c. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.

- d. Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
- e. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau *peer group* untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Siswa SD sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya dalam kategori masa pertumbuhan menginjak remaja. Pada usia ini sangat mudah terpengaruhi terhadap hal-hal yang negatif. Upaya yang efektif adalah dengan mengarahkan mereka untuk mengisi waktu luang dengan kegiatan positif salah satunya adalah kegiatan olahraga. Dalam olahraga siswa akan mendapatkan kegiatan yang positif dan mendorong siswa mengembangkan minat, bakat, dan memupuk mental siswa dan mengisi waktu luangnya, sekolah sebagai wadah untuk kegiatan pembelajaran Pendidikan jasmani dan olahraga dan kesehatan. Sebagai guru sekolah dasar, guru perlu mengetahui dan memahami karakteristik anak sekolah dasar agar dapat menetapkan metode pengajaran yang sesuai dengan karakter anak siswa sehingga proses belajar mengajar akan berjalan dengan baik sesuai dengan perkembangan anak.

- a. Usia 8 – 9 tahun. (kelas III dan IV)

Pada usia ini, anak perempuan pada umumnya pertumbuhan fisik akan lebih cepat daripada anak laki-laki sehingga anak perempuan tampaknya lebih besar. Sedangkan perbedaan kemampuan fisik antara laki-laki dan perempuan umumnya belum begitu tampak sehingga kegiatan dalam Pendidikan jasmani di sekolah belum perlu dibedakan. Pada usia ini daya tahan mereka semakin meningkat,

pertumbuhan badannya mulai mantap, artinya pertumbuhan berlangsung terus menerus, dan melakukan ketrampilan gerak dasar sudah mulai meningkat.

b. Usia 10 – 11 tahun (kelas V dan VI)

Pada usia ini otot-otot lebih berkembang, mereka merasa sudah besar (dewasa) dalam kegiatan fisik, masih menyukai permainan yang sifatnya aktif. Mereka telah memiliki otot-otot yang lebih baik (berkembang), tetapi perkembangan otot tidak sesuai dengan kekuatan ototnya, artinya anak-anak seusia ini kekuatan ototnya kurang sesuai dibanding dengan besar tubuhnya. Kemampuan fisik anak laki-laki sudah dapat dibedakan dengan anak perempuan. Pada fase ini mereka mereka sudah dapat diberikan jenis olahraga yang bersifat kompetitif pula, dalam olahraga misalnya adalah atletik dalam bentuk perlombaan.

Jadi dilihat dari karakteristik anak, dunia adalah dunia bermain. Siswa SD sudah mengenal, siap, akan kegiatan aktivitas yang berfokus cabang tertentu. Namun diharapkan guru dapat mengemas kegiatan penjasorkes dalam permainan, sehingga mendorong siswa akan berminat dan antusias dalam mengikuti bermacam-macam gerak tubuh dalam permainan. Sehingga tanpa disadari mereka melakukan Gerakan-gerakan dasar dalam cabang olahraga seperti atletik.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Untuk membantu penelitian ini, peneliti mencari bahan-bahan penelitian yang ada dan relevan dengan penelitian yang akan diteliti. Beberapa penelitian yang relevan dengan peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Heryubowo (2011) yang berjudul “Minat Siswa Kelas Akselerasi terhadap Mata Pelajaran Penjasorkes Se-Kabupaten purworejo” jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode

yang digunakan adalah survai, dengan teknik kuesioner dan dokumentasi, jumlah populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII, VIII, dan XI yang berjumlah 73 anak. Teknik pemilihan sampel dengan total *sampling* sejumlah 73 siswa, dan teknik pengumpulan data dengan metode kuesioner di lengkapi dokumentasi data yang diperoleh diolah dan dianalisis dengan statistik deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang termasuk dalam kategori sangat baik ada 17 responden (23,29%), responden yang termasuk dalam kategori baik ada 29 responden (39,73%), responden yang termasuk dalam kategori kurang baik ada 22 responden (30,14%), dan responden yang termasuk dalam kategori tidak baik ada 5 responden (6,85%).

2. Penelitian oleh Tedy Andrianto (2016) yang berjudul “Minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan SD N Sendangharjo Sleman Yogyakarta” jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif menggunakan metode survai. Instrumen penelitian adalah angket model tertutup dengan teknik analisis data dengan presentase. Jumlah populasinya adalah siswa kelas IV dan V SD N Sendangharjo Sleman Yogyakarta dan berjumlah 31 siswa. Hasil penelitian menunjukkan besarnya minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran Jasmani Olahraga dan Kesehatan SD N Sendangharjo Sleman Yogyakarta yaitu untuk kategori “sangat tinggi” sebanyak 2 responden atau sebesar 6,45%; kategori “tinggi” sebanyak 7 responden atau 22,58%; kategori “sedang” sebanyak 13 responden atau sebesar 41,94%; kategori “rendah” sebanyak 7 responden atau sebesar 22,58%; dan kategori “sangat rendah” sebanyak 2 responden atau sebesar 6,45%.

Dari kedua penelitian diatas memiliki persamaan variabel yaitu minat siswa dan sama-sama menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yaitu dengan memberikan angket kepada responden. Selanjutnya data yang terkumpul diolah dan dianalisis dengan statistik deskriptif presentase.

Perbedaan dengan penelitian ini selain tempat dan populasi juga berbeda karena penelitian diatas meneliti minat siswa terhadap pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan sedangkan penelitian ini meneliti minat siswa terhadap pembelajaran lari jarak pendek.

### **C. Kerangka Berpikir.**

Berdasarkan kajian teori minat adalah dorongan atau keinginan individu terhadap sesuatu yang menarik bagi dirinya yang dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor dari dalam seperti: perhatian rasa senang, aktivitas dan faktor dari luar seperti peranan guru dan fasilitas. Minat sangat berperan penting terhadap proses berlangsungnya pembelajaran penjas di sekolah. minat dan siswa yang tinggi pada pembelajaran penjas tersebut. Peranan guru dan fasilitas juga sangat mempengaruhi besarnya minat siswa terhadap suatu pembelajaran Pendidikan jasmani. Semakin baik peranan guru dalam mengajar dan sarana prasarana yang memadai maka siswa akan semakin berminat. Minat siswa terhadap lari jarak pendek di sekolah dasar dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor intrinsik adalah faktor yang terdapat dari pribadi manusia itu sendiri dan faktor ekstrinsik yaitu faktor yang terdapat dari luar pribadi manusia.

Minat siswa terhadap pembelajaran penjaskes di sekolah dasar dapat berwujud besar dan rendah. Munculnya kemungkinan minat siswa yang rendah harus diantisipasi guru penjas dengan kompetensi diri dan rasa tanggung jawab

yang tinggi. Salah satu cara yang di tempuh adalah dengan memberikan tentang pengetahuan kepada siswa tentang manfaat yang diperoleh dari berolahraga, dan menambah sarana prasarana yang baik sehingga akan menimbulkan rasa membutuhkan dan menimbulkan minat yang tinggi terhadap pembelajaran lari jarak pendek di sekolah dasar.

Hubungannya dengan minat pada pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang adalah bila siswa mempunyai minat terhadap pembelajaran lari jarak pendek siswa tersebut akan memiliki rasa tertarik atau senang terhadap pembelajaran lari jarak pendek dan akan memberikan perhatian yang lebih untuk mengetahui lebih mendalam terhadap pembelajaran dan dengan senang hati melakukan apa yang diperintahkan oleh guru. Untuk mengetahui minat siswa tersebut maka dianalisis dari faktor-faktor tersebut dengan menyusun sebuah instrumen dalam bentuk sebuah angket dan didukung dengan wawancara yang diambil dari sampel. Angket tersebut berisi butir butir pertanyaan yang dapat mengungkap perhatian, perasaan tertarik, aktivitas, peranan guru, dan fasilitas terhadap pembelajaran Pendidikan jasmani. Menjawab pertanyaan tersebut maka dapat diketahui minat siswa terhadap pembelajaran pembelajaran lari jarak pendek.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yaitu meneliti tentang Minat Siswa Kelas IV dan V Dalam Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang. Menurut Arikunto (2006: 139), penelitian deskriptif adalah penelitian yang hanya menggambarkan keadaan atau status fenomena. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survai dan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Cokro yang terletak di Desa Cokro Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang Provinsi Jawa Tengah. Penelitian ini dilaksanakan pada hari selasa tanggal 26 november 2019.

#### **C. Populasi dan Sampel Penelitian.**

Menurut Sugiyono (2012: 215) Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian di Tarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini yaitu kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang.

Sugiyono (2012: 215) menyatakan sampel adalah sebagian dari populasi itu. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V di SD Negeri Cokro Grabag Magelang, jadi penelitian ini menggunakan total sampling.

Jumlah siswa kelas IV yaitu 27 siswa. Sedangkan untuk kelas V yaitu ada 31 siswa. Berikut jumlah siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro dalam tabel 1:

**Tabel 1. Jumlah Siswa SD Negeri Cokro**

No	Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
1	IV	13	14	27
2	V	18	13	31
Total				58

#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini adalah minat siswa. Minat yang di maksud dalam penelitian ini adalah suatu dorongan ketertarikan yang muncul dari dalam maupun dari luar diri siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek. Sugiyono (2011: 38), variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk di pelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Minat dibedakan menjadi dua yaitu: 1) minat intrinsik, yaitu minat yang timbul karena dorongan dari dalam yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek yang ditunjukkan melalui tiga faktor yaitu: a) perhatian, b) tertarik, c) aktifitas. 2) minat ekstrinsik adalah minat yang timbul dari luar atau dorongan dari luar yang menyebabkan individu berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek yang ditunjukkan

dengan tiga faktor yaitu: a) keluarga, b) sekolah, c) lingkungan, yang diukur menggunakan skala minat siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini pertama dibuat oleh peneliti mengacu pada kajian Bab II, kemudian setelah itu dilakukan validasi kepada ahli. Arikunto (2006: 69), 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 untuk mengukur minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang yaitu angket. Menurut Arikunto (2010: 194) kuesioner/angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui. Angket dalam penelitian tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi *likert* dengan 4 pilihan jawaban yaitu “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju”, dan “Sangat Tidak Setuju”.

Menurut Sutrisno Hadi (1991: 7) menyatakan ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrument, ketiga langkah tersebut adalah mendefinisikan konstruk, menyidik faktor, dan menyusun butir-butir pertanyaan.

a. Mendefinisikan konstruk

Langkah pertama adalah mendefinisikan konstruk berarti membatasi perubahan atau variabel yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian ini adalah minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang.

b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor adalah suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka dan kemudian diyakini menjadi komponen dari konstruk yang akan diteliti. Penelitian ini diukur berdasarkan faktor instrinsik dan ekstrinsik.

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan

Langkah ketiga adalah menyusun butir pertanyaan berdasarkan faktor yang menyusun konstruk. Butir pertanyaan harus merupakan penjabaran dari isi faktor. Butir pernyataan harus merupakan penjabaran dari faktor-faktor yang telah diuraikan di atas, kemudian dijabarkan menjadi indikator-indikator yang ada disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keadaan faktor tersebut. Instrumen dalam penelitian ini di adopsi dari penelitian yang telah dilakukan Andrianto (2016) karena karakteristik yang digunakan hampir sama dan setelah melakukan beberapa revisi dan disesuaikan dengan kondisi saat ini. Instrument dikonsultasikan kepada pembimbing dan selanjutnya di uji cobakan.

Adapun kisi-kisi angket pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut:

**Tabel 2. Kisi-Kisi Angket Uji Coba Minat**

Variabel	Faktor	Indikator	No Butir	
			+	-
Minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang.	Intrinsik	Perhatian	1, 2, 3	4, 5
		Tertarik	6, 7, 8	9, 10
		Aktivitas	11, 12, 13	14
	Ektrinsik	Keluarga	15, 16, 17	18, 19
		Sekolah	20, 21, 22	23, 24
		Lingkungan	25, 26, 27	28, 29
<b>Jumlah</b>			<b>29</b>	

(Sumber: Teddy Andrianto PGSD Penjas tahun 2016)

Skala yang digunakan dalam angket ini adalah Skala *likert* dengan 4 pilihan jawaban yaitu “Sangat Setuju (SS)”, “Setuju (S)”, “Tidak Setuju (TS)”, dan “Sangat Tidak Setuju (STS)”. Dalam penelitian ini keseluruhan pernyataan merupakan pernyataan positif dan negatif. Pernyataan positif dengan diberi skor 4, 3, 2, 1. Sedangkan pernyataan negatif dengan diberi skor 1, 2, 3, 4. Penskoran nilai dari setiap butir pernyataan angket dapat dilihat pada tabel 3, di bawah ini:

**Tabel 3. Penskoran Nilai Pernyataan Angket**

Pernyataan	Skor			
	SS	S	TS	STS
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

## **2. Uji coba Instrumen**

Angket yang telah disusun, sebelum digunakan untuk mengumpulkan data terlebih dahulu diuji cobakan/try out. Uji coba dimaksudkan untuk mendapatkan instrumen yang benar-benar valid (sahih) dan reliabel (andal). Untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen perlu dilakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Selengkapnya dijelaskan sebagai berikut:

### **a. Uji validitas atau kesahihan intrumen.**

Menurut Sutrisno Hadi (1991:1) validitas suatu instrumen perlu diketahui untuk melihat seberapa jauh alat pengukur mampu mengukur apa saja yang hendak diukurnya, mampu mengungkapkan apa saja yang hendak diukurnya, dan dapat menembak dengan jitu gejala-gejala atau bagian-bagian yang hendak diukur. Instrumen dikatakan sah apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan mampu mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat (suharsimi, 2002:145)

Uji validitas instrumen dicari dengan menggunakan analisis setiap butir. Dengan diperoleh indeks validitas setiap butir dapat diketahui pasti butir-butir manakah yang memenuhi syarat dan yang tidak memenuhi syarat. Untuk mengukur validitas instrumen digunakan Teknik korelasi product moment dari Karl Person dengan tarif signifikan 5% atau 0.05. Setelah data diuji coba terkumpul kemudian di analisis dengan bantuan komputer seri program statistic (SPS-2000).

**Tabel 4. Hasil Uji Validitas**

<b>Butir</b>	<b>r<sub>hitung</sub></b>	<b>r<sub>tabel</sub></b>	<b>Keterangan</b>
1	0,489	0,238	Valid
2	0,397	0,238	Valid
3	0,547	0,238	Valid
4	0,385	0,238	Valid
5	0,464	0,238	Valid
6	0,555	0,238	Valid
7	0,535	0,238	Valid
8	0,446	0,238	Valid
9	0,521	0,238	Valid
10	0,602	0,238	Valid
11	0,525	0,238	Valid
12	0,473	0,238	Valid
13	0,467	0,238	Valid
14	0,547	0,238	Valid
15	0,515	0,238	Valid
16	0,665	0,238	Valid
17	0,443	0,238	Valid
18	0,517	0,238	Valid
19	0,539	0,238	Valid
20	0,399	0,238	Valid
21	0,333	0,238	Valid
22	0,057	0,238	Gugur
23	0,274	0,238	Valid
24	0,397	0,238	Valid
25	0,315	0,238	Valid
26	0,579	0,238	Valid
27	0,364	0,238	Valid
28	0,684	0,238	Valid
29	0,117	0,238	Gugur

**Tabel 5. Kisi-kisi Angket Penelitian**

Variabel	Faktor	Indikator	No Butir	
			+	-
Minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro.	Intrinsik	Perhatian	1, 2, 3	4, 5
		Tertarik	6, 7, 8	9, 10
		Aktivitas	11, 12, 13	14
	Ektrinsik	Keluarga	15, 16, 17	18, 19
		Sekolah	20, 21,	22, 23
		Lingkungan	24, 25, 26	27,
<b>Jumlah</b>			<b>27</b>	

(Sumber: Teddy Andrianto PGSD Penjas tahun 2016)

Pengujian validitas dilakukan di SD Negeri Baciro, Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Hasilnya keseluruhan butir pertanyaan yang berjumlah 29 terdapat 2 butir yang dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai  $r$  hitung  $>$   $r$  table (0,238). Butir tersebut adalah nomor 22, dan 29. Oleh karena itu ada 27 butir soal yang dinyatakan valid dan siap digunakan untuk pengambilan data.

**b. Uji reliabilitas atau keandalan instrumen.**

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (suharsimi, 2002:154). Untuk menguji reliabilitas instrumen dalam penelitian ini digunakan teknik Alpha Cronbach yang penghitungannya menggunakan komputer seri program statistik (SPS-2000).

Pengujian reliabilitas dilakukan di SD Negeri Baciro, Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Hasilnya diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,894, oleh karena itu instrumen dinyatakan andal dan siap digunakan untuk pengambilan data.

### **3. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah paling strategis dalam sebuah penelitian, hal ini karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data siswa kelas IV dan V di SD Negeri Cokro Grabag Magelang.
- b. Peneliti menentukan jumlah siswa kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang.
- c. Peneliti menyebarkan instrumen kepada responden.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian.
- e. Setelah memperoleh data penelitian, peneliti mengambil kesimpulan.

### **F. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data adalah prosedur sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Pernyataan tersebut selaras dengan yang dikemukakan Sugiyono (2012: 244) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah difahami oleh diri sendiri maupun oranglain.

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 deskriptif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif presentase, karena termasuk dalam statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui table, grafik, diagram, lingkaran, piktogram, perhitungan *mean*, *modus*, *median*, perhitungan desi, persentil, perhitungan penyebaran data perhitungan rata-rata, standar devisiasi, dan persentase (sugiyono, 2011: 112). Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Sudijono dalam puspayanti (2017: 42):

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Azwar

(2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan penilaian

Acuan Norma (PAN) pada table 6 sebagai berikut:

**Tabel 6. Norma Penilaian**

No	Rentangan Norma	Kategori
1	$X > M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

(sumber: Azwar 2016: 163)

Keterangan:

X : Skor responden (nilai yang dihasilkan siswa)

M : Mean/ Rata-rata

SD : Standar Deviasi

(sumber: Azwar, 2016:163)

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

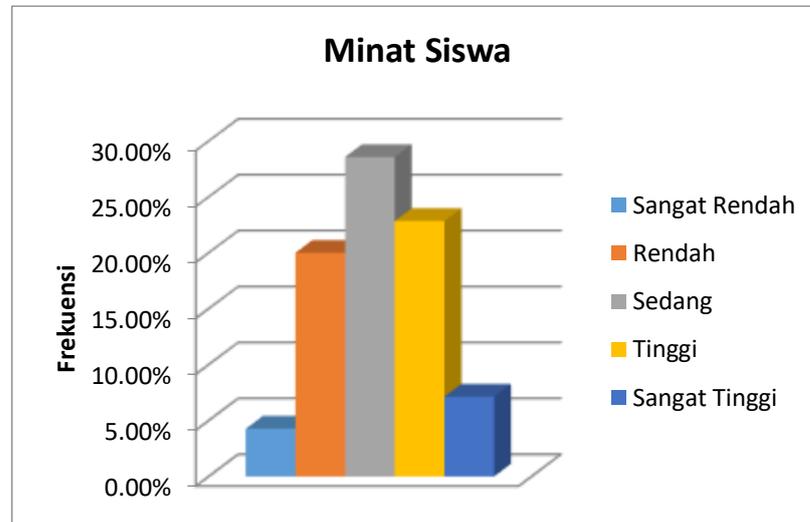
### A. Hasil Penelitian

Data hasil penelitian minat siswa kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 27 butir pernyataan dengan skor 1 – 4, sehingga diperoleh rentang skor ideal 27 – 108. Setelah data terkumpul diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 60; skor maksimum = 103; rerata = 85,46; median = 86; modus = 86 dan *standard deviasi* = 9,06. Hasil penelitian tersebut di deskripsikan berdasarkan masing-masing kategori yang di harapkan, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 7. Hasil Penelitian Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari Jarak Pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang**

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$\geq 99,05$	Sangat Tinggi	5	7,142857
$89,99 \leq X < 99,05$	Tinggi	16	22,85714
$80,93 \leq X < 89,99$	Sedang	20	28,57143
$71,87 \leq X < 80,93$	Rendah	14	20
$< 71,87$	Sangat Rendah	3	4,285714
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 4. Diagram Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui minat siswa kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 28,57 %, kategori tinggi dengan persentase 22,85 %, kategori rendah sebesar 20 %, kategori sangat tinggi sebesar 7,14 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

Minat Siswa Kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang dalam penelitian ini di dasarkan pada faktor Intrinsik dan Ekstrinsik. Hasil penelitian masing-masing faktor tersebut diuraikan sebagai berikut:

### **1. Faktor Intrinsik**

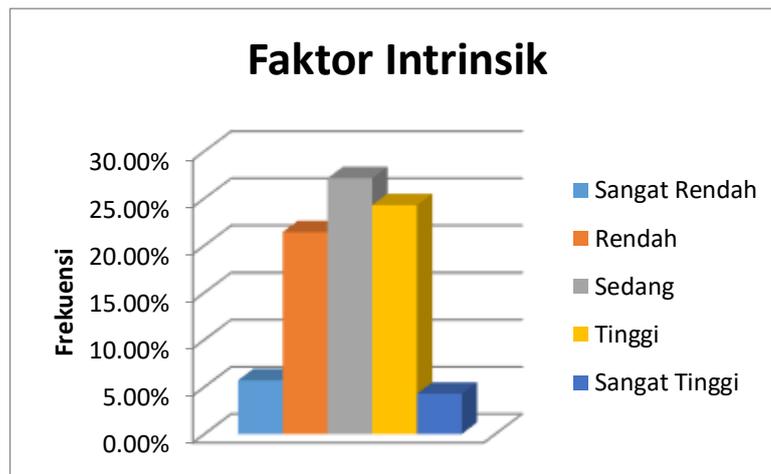
Faktor Intrinsik dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 14 butir pernyataan. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 32; skor maksimum = 54; rerata = 44,05; median =

44,5; modus = 46 dan *standard deviasi* = 5,30. Hasil penelitian tersebut apabila di deskripsikan berdasarkan masing-masing kategori yang di harapkan, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Intrinsik**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 52,00$	Sangat Tinggi	4	5,714286
$46,7 \leq X < 52$	Tinggi	15	21,42857
$41,4 \leq X < 46,7$	Sedang	19	27,14286
$36,1 \leq X < 41,4$	Rendah	17	24,28571
$< 36,1$	Sangat Rendah	3	4,285714
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 5. Diagram Hasil Penelitian Faktor Intrinsik**

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian faktor Intrinsik sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 27,14 %, kategori rendah dengan persentase 24,28 %, kategori tinggi sebesar 21,42 %, kategori sangat tinggi sebesar 5,71 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

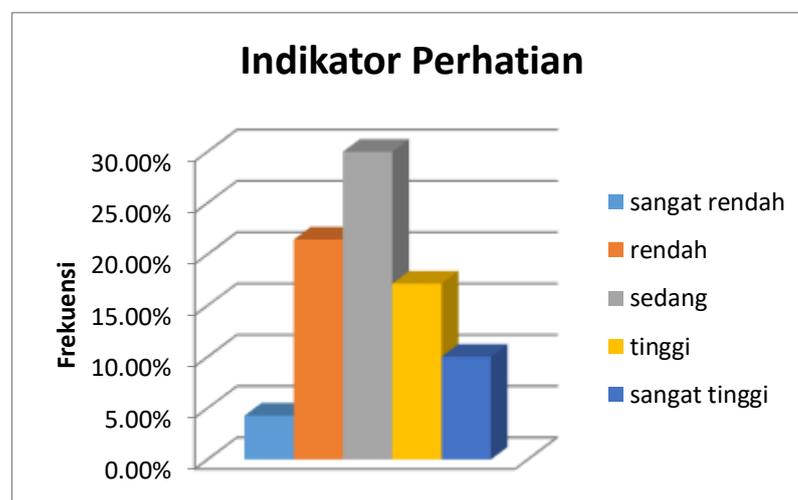
**a. Perhatian**

Indikator perhatian diukur dengan angket yang terdiri dari 5 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 11; skor maksimum = 20; rerata = 15,21; median = 15; modus = 13 dan *standard deviasi* = 2,52. Hasil penelitian indikator perhatian dapat di deskripsikan sebagai berikut:

**Tabel 9. Hasil Penelitian Indikator Perhatian**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 18,98$	Sangat Tinggi	7	10
$16,46 \leq X < 18,98$	Tinggi	12	17,14286
$13,94 \leq X < 16,46$	Sedang	21	30
$11,2 \leq X < 13,94$	Rendah	15	21,42857
$< 11,2$	Sangat Rendah	3	4,285714
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 6. Diagram Hasil Penelitian Indikator Perhatian**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator perhatian sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 30 %, kategori rendah dengan

persentase 21,42 %, kategori tinggi sebesar 17,14 %, kategori sangat tinggi sebesar 10 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

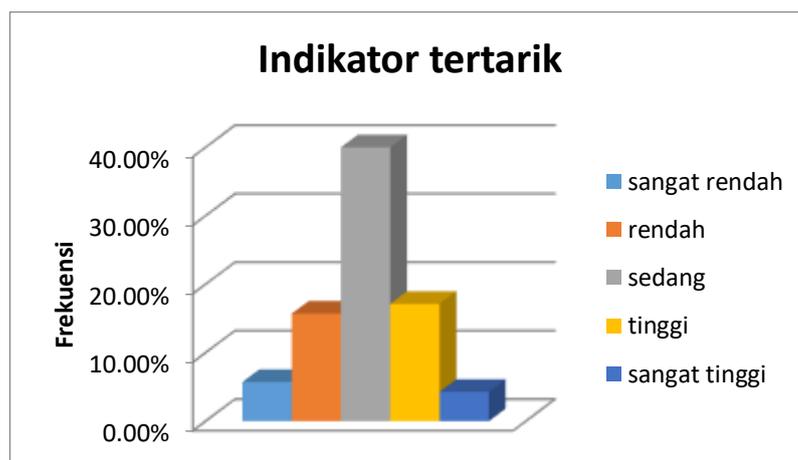
**b. Tertarik**

Indikator tertarik diukur dengan angket yang terdiri dari 5 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 10; skor maksimum = 20; rerata = 15,93; median = 16; modus = 17 dan *standard deviasi* = 2,35. Hasil penelitian indikator tertarik dapat di deskripsikan sebagai berikut:

**Tabel 10. Hasil Penelitian Indikator Tertarik**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 19,45$	Sangat Tinggi	3	4,285714
$17,11 \leq X < 19,45$	Tinggi	12	17,14286
$14,75 \leq X < 17,11$	Sedang	28	40
$12,41 \leq X < 14,75$	Rendah	11	15,71429
$< 12,41$	Sangat Rendah	4	5,714286
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 7. Diagram Hasil Penelitian Indikator Tertarik**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator tertarik sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 40 %, kategori tinggi dengan persentase 17,14 %, kategori rendah sebesar 15,71 %, kategori sangat rendah sebesar 5,71 % dan kategori sangat tinggi 4,28 %.

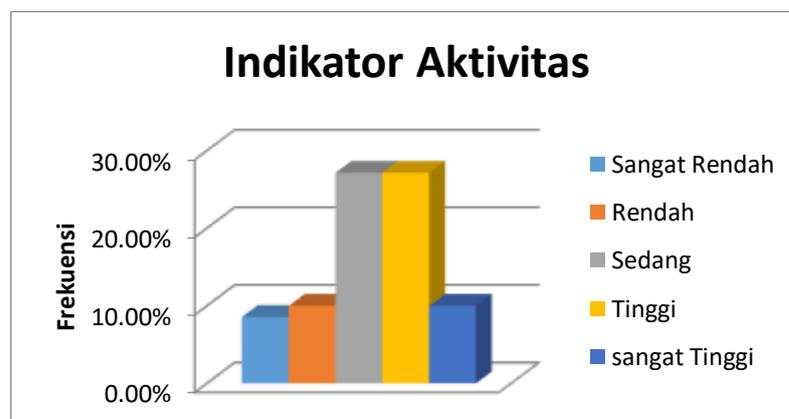
**c. Aktivitas**

Indikator aktivitas diukur dengan angket yang terdiri dari 4 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 9; skor maksimum = 16; rerata = 12,91; median = 13; modus = 14 dan *standard deviasi* = 1,91. Hasil penelitian indikator aktivitas di deskripsikan sebagai berikut:

**Tabel 11. Hasil Penelitian Indikator Aktivitas**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 15,77$	Sangat Tinggi	7	10
$13,86 \leq X < 15,77$	Tinggi	19	27,14286
$11,95 \leq X < 13,86$	Sedang	19	27,14286
$10,04 \leq X < 11,95$	Rendah	7	10
$< 10,04$	Sangat Rendah	6	8,571429
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 8. Diagram Hasil Penelitian Indikator Aktivitas**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator aktivitas sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 27,14 %, kategori sedang dengan persentase 27,14 %, kategori rendah sebesar 10 %, kategori sangat tinggi sebesar 10 % dan kategori sangat rendah 8,57 %.

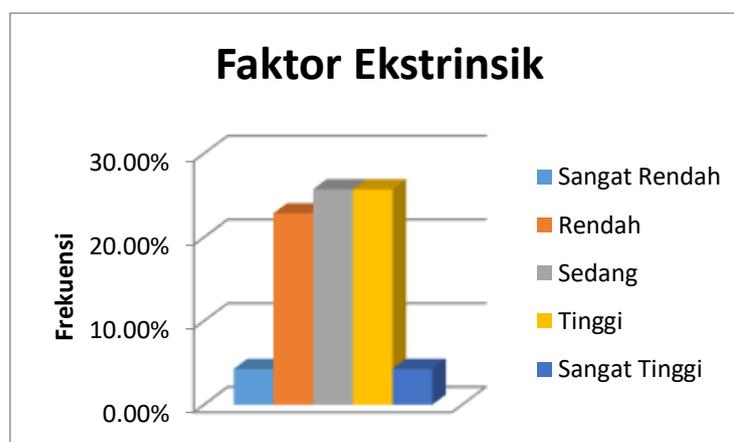
## 2. Faktor Ekstrinsik

Faktor Ekstrinsik dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 13 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 28; skor maksimum = 50; rerata = 41,41; median = 41; modus = 40 dan *standard deviasi* = 4,79. Hasil penelitian tersebut di deskripsikan berdasarkan masing-masing kategori yang diharapkan, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 12. Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik**

<b>Interval</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persen (%)</b>
$\geq 48,59$	Sangat Tinggi	3	4,285714
$43,81 \leq X < 48,59$	Tinggi	18	25,71429
$39,01 \leq X < 43,81$	Sedang	18	25,71429
$34,22 \leq X < 39,01$	Rendah	16	22,85714
$< 34,22$	Sangat Rendah	3	4,285714
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 9. Diagram Hasil Penelitian Faktor Ekstrinsik**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian faktor eksternal sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 25,71 %, kategori sedang dengan persentase 25,71 %, kategori rendah sebesar 22,85 %, kategori sangat tinggi sebesar 4,28 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

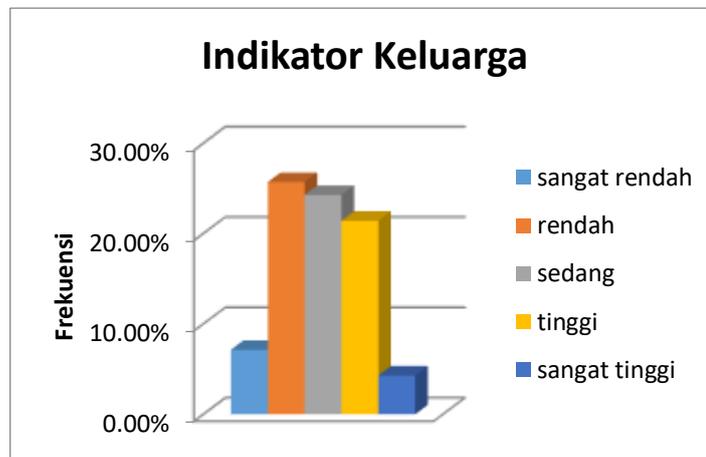
**a. Keluarga**

Indikator Keluarga diukur dengan angket yang terdiri dari 5 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 11; skor maksimum = 20; rerata = 16,24; median = 16; modus = 15 dan *standard deviasi* = 2,06. Hasil penelitian indikator keluarga sebagai berikut:

**Tabel 13. Hasil Penelitian Indikator Keluarga**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 19,33$	Sangat Tinggi	3	4,285714
$17,27 \leq X < 19,33$	Tinggi	15	21,42857
$15,21 \leq X < 17,27$	Sedang	17	24,28571
$13,15 \leq X < 15,21$	Rendah	18	25,71429
$< 13,15$	Sangat Rendah	5	7,142857
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 10. Diagram Hasil Penelitian Indikator Keluarga**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator keluarga sebagian besar berkategori rendah dengan persentase 25,71 %, kategori sedang dengan persentase 24,28 %, kategori tinggi sebesar 21,42 %, kategori sangat tinggi sebesar 4,28 % dan kategori sangat rendah 7,14 %.

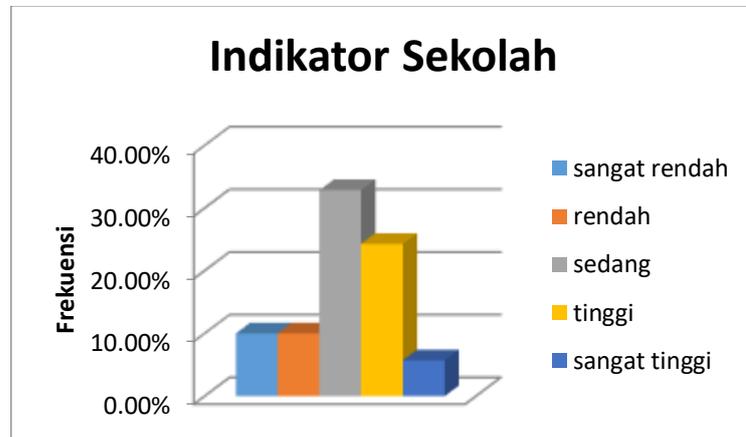
#### **b. Sekolah**

Indikator Sekolah diukur dengan angket yang terdiri dari 4 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 9; skor maksimum = 16; rerata = 12,72; median = 13; modus = 12 dan *standard deviasi* = 1,78. Hasil penelitian indikator sekolah di deskripsikan sebagai berikut:

**Tabel 14. Hasil Penelitian Indikator Sekolah**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 15,39$	Sangat Tinggi	4	5,714286
$13,61 \leq X < 15,39$	Tinggi	17	24,28571
$11,83 \leq X < 13,61$	Sedang	23	32,85714
$10,05 \leq X < 11,83$	Rendah	7	10
$< 10,05$	Sangat Rendah	7	10
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 11. Diagram Hasil Penelitian Indikator Sekolah**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator sekolah sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 32,85 %, kategori tinggi dengan persentase 24,48 %, kategori rendah sebesar 10 %, kategori sangat rendah sebesar 10 % dan kategori sangat tinggi 5,71 %.

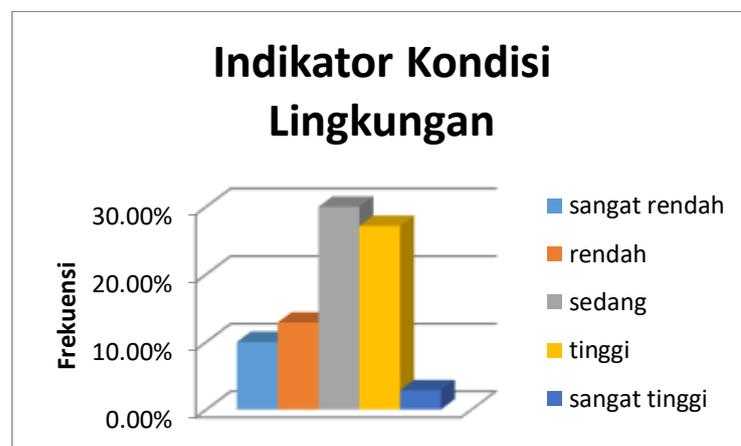
### **c. Lingkungan**

Indikator lingkungan diukur dengan angket yang terdiri dari 4 butir pernyataan dengan skor 1 – 4. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh hasil penelitian yaitu; skor minimum sebesar = 8; skor maksimum = 16; rerata = 12,44; median = 12; modus = 12 dan *standard deviasi* = 2,07. Hasil penelitian indikator lingkungan di deskripsikan sebagai berikut:

**Tabel 15. Hasil Penelitian Indikator Lingkungan**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$\geq 15,54$	Sangat Tinggi	2	2,857143
$13,47 \leq X < 15,54$	Tinggi	19	27,14286
$11,41 \leq X < 13,47$	Sedang	21	30
$9,33 \leq X < 11,41$	Rendah	9	12,85714
$< 9,33$	Sangat Rendah	7	10
<b>Jumlah</b>		<b>58</b>	<b>100</b>

Apabila ditampilkan dalam Diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



**Gambar 12. Diagram Hasil Penelitian Indikator Lingkungan**

Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian indikator lingkungan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 40 %, kategori tinggi dengan persentase 27,14 %, kategori rendah sebesar 12,85 %, kategori sangat tinggi sebesar 2,85 % dan kategori sangat rendah 10 %.

## **B. Pembahasan**

Pembelajaran lari jarak pendek merupakan salah satu pembelajaran dalam meteri PJOK, yang merupakan salah satu nomor dalam cabang atletik. Berdasarkan pengamatan peneliti pembelajaran atletik di SD Negeri Cokro Grabag Magelang ditemukan beberapa siswa masih ada yang kurang berminat dengan adanya lari jarak pendek, kadang siswa bermalas-malasan, dan kurang bersemangat mengikuti

pembelajaran, ketika diminta melakukan kegiatan lari kadang anak masih kurang maksimal, selain itu, dibuktikan bahwa siswa lebih suka dengan olahraga yang bersifat permainan seperti permainan sepakbola terutama siswa putra dan permainan bola kasti untuk siswa putri. Minat merupakan salah satu faktor yang cukup penting untuk meningkatkan motivasi dan juga hasil belajar siswa.

Minat merupakan suatu kecenderungan individu untuk tertarik serta mempunyai perhatian lebih terhadap suatu objek dan merasa senang untuk terlibat atau melakukan suatu aktivitas yang merupakan pengalaman yang sama yang membuatnya merasa senang dan tidak bosan dalam melakukan aktivitas yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui minat siswa kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 28,57 %, kategori tinggi dengan persentase 22,85 %, kategori rendah sebesar 20 %, kategori sangat tinggi sebesar 7,14 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

Minat yang sedang tersebut diartikan sebagian besar siswa di SD Negeri Cokro Grabag Magelang mempunyai kecenderungan untuk mengikuti kegiatan pembelajaran lari jarak pendek. Hasil tersebut tentunya masih kurang, untuk mencapai hasil belajar yang maksimal, dikarenakan hasil yang baik akan sangat didukung dari minat anak dalam mengikuti pembelajaran. Minat tersebut di dasarkan pada faktor intrinsik dan juga faktor ekstrinsik.

### **1. Faktor Intrinsik**

Faktor Intrinsik merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa, dalam penelitian ini faktor intrinsik di dasarkan pada indikator perhatian, tertarik dan

aktivitas. Hasil penelitian faktor Intrinsik sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 27,14 %, kategori rendah dengan persentase 24,28 %, kategori tinggi sebesar 21,42 %, kategori sangat tinggi sebesar 5,71 % dan kategori sangat rendah 4,28 %. Kecenderungan siswa mengikuti pembelajaran lari jarak pendek berdasarkan diri sendiri tersebut tergolong masih belum baik, hal tersebut dikarenakan sebagian besar siswa kurang menyukai olahraga lari/atletik.

Minat yang rendah juga ditunjukkan karena siswa kurang menyadari manfaat dari kegiatan olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan tubuh, tidak hanya untuk sekedar bersenang-senang atau untuk berprestasi.

Dorongan minat dari diri sendiri tersebut di dasarkan pada rasa tertarik dan perhatian anak dalam mengikuti pembelajaran sehingga akan mendukung aktivitas siswa dalam pembelajaran lari jarak pendek. Hal ini menunjukkan bahwa seberapa besar minat siswa dalam mengikuti Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan cerminan seberapa besar siswa tertarik terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Keadaan ini dapat dipengaruhi oleh faktor dari dalam maupun dari luar. Minat siswa yang tinggi akan tercermin dengan tingkat partisipasi siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang tinggi khususnya pada pembelajaran lari jarak pendek. Sebaliknya jika minat siswa rendah maka dapat tercermin dalam partisipasi siswa dalam pembelajaran yang rendah.

Perhatian dapat menjamin hasil yang baik, oleh karena itu maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbul kebosanan, sehingga ia tidak suka lagi

belajar. Selama ini siswa masih belum menunjukkan perhatian yang antusias terhadap pembelajaran lari jarak pendek.

Perasaan tertarik merupakan hal yang dirasakan oleh siswa saat mengikuti proses pembelajaran Lari jarak pendek. Hasil tersebut diartikan bahwa sebagian besar siswa mempunyai perasaan yang cukup baik dalam mengikuti proses pembelajaran Lari jarak pendek kondisi tersebut menunjukkan jika masih banyak siswa yang cenderung merasa kurang senang dalam mengikuti pembelajaran lari jarak pendek. Meskipun beberapa siswa ada yang belum sepenuhnya mempunyai ketertarikan dan minat yang tinggi dalam mengikuti pembelajaran, tetapi mereka tetap mengikuti pembelajaran Lari jarak pendek dengan cukup baik.

## **2. Faktor Ekstrinsik**

Faktor Ekstrinsik merupakan faktor yang berasal dari luar siswa, yang didasarkan pada keluarga, sekolah dan lingkungan. Dari hasil penelitian tersebut diketahui hasil penelitian faktor ekstrinsik sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 25,71 %, kategori sedang dengan persentase 25,71 %, kategori rendah sebesar 22,85 %, kategori sangat tinggi sebesar 4,28 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

Faktor ekstrinsik tersebut merupakan dorongan dari luar yang dapat meningkatkan minat siswa, khususnya dalam pembelajaran lari jarak pendek. Faktor ekstrinsik tersebut dapat mejadi faktor pendukung yang sangat penting agar minat anak terhadap pembelajaran lari jarak pendek dapat tinggi.

Keluarga berkaitan dengan orang tua, yang mana dorongan dari orang tua sangat dibutuhkan. Dorongan tersebut dapat berupa motivasi dan juga ajakan untuk

melakukan latihan lari. Dorongan orang tua untuk melakukan lari akan membuat siswa senang terhadap pembelajaran lari jarak pendek, dengan demikian peran orang tua akan sangat penting.

Sekolah adalah tempat dimana siswa memperoleh pembelajaran, di sekolah guru sebagai fasilitator dalam proses pembelajaran, oleh karena itu guru dituntut untuk membuat pembelajaran yang kreatif dan efektif. Dalam hal ini guru harus bisa mengelola kelas, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan menampilkan diri secara menarik serta sarana dan prasarana perlu ditata dan dikelola dengan baik supaya menyenangkan dan membuat siswa betah belajar. Dalam hal ini lingkungan juga sangat berpengaruh terhadap kenyamanan siswa dalam belajar. Berdasarkan hasil penelitian mengindikasikan bahwa kondisi lingkungan sekolah cukup mendukung proses pembelajaran Lari jarak pendek.

Lingkungan erat hubungannya dengan tempat belajar siswa, karena lingkungan yang dipakai oleh guru pada waktu belajar dipakai pula oleh siswa untuk menerima bahan yang diajarkan. Alat pembelajaran berhubungan dengan fasilitas yang digunakan dalam pembelajaran lari jarak pendek. Kondisi lingkungan tersebut tidak hanya dari lingkungan sekolah tetapi juga dari lingkungan masyarakat, yang mana selama ini olahraga lari jarang sekali di lombakan atau dilakukan di masyarakat, sehingga lari menjadi tidak diminati oleh banyak siswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian diketahui atletik adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, lompat, dan jalan, Berdasarkan data diperoleh kecenderungan minat siswa kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang sebagian besar berkategori sedang dengan persentase 28,57 %, kategori tinggi dengan persentase 22,85 %, kategori rendah sebesar 20 %, kategori sangat tinggi sebesar 7,14 % dan kategori sangat rendah 4,28 %.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu: menjadi masukan yang bermanfaat bagi guru, siswa dan orang tua untuk mengetahui persepsi siswa.

1. Hasil penelitian menjadi indikasi minat siswa kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek di SD Negeri Cokro Grabag Magelang
2. Sebagai kajian ilmiah untuk pengembangan ilmu keolahragaan kedepannya.

#### **C. Keterbatasan Penelitian**

Meskipun penelitian ini telah diusahakan sebaik-baiknya, namun tidak lepas dari keterbatasan dan kelemahan yaitu;

1. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mengontrol kesungguhan, kondisi fisik dan psikis tiap responden dalam mengisi angket.

2. Faktor yang digunakan masih sangat terbatas, sehingga perlu dilakukan penelitian lain dengan faktor yang berbeda, untuk mengungkap faktor-faktor yang mempengaruhi minat siswa kelas IV dan V terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek.

#### **D. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor yang mempengaruhi minat siswa kelas IV dan V terhadap pembelajaran lari jarak pendek dapat teridentifikasi secara luas.
2. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian dapat dijadikan referensi dalam kajian pustaka untuk penelitian selanjutnya.
3. Bagi guru hasil tersebut menjadi bahan pertimbangan untuk meningkatkan minat siswa terhadap Pembelajaran Lari jarak pendek.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto, T. (2016). *Minat siswa kelas IV dan V dalam mengikuti pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan SD N Sendangharjo Sleman Yogyakarta*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan. Yogyakarta: FIK UNY
- Azwar, S. (2016). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carr, Gerry A (2003). *Atletik Untuk Sekolah*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djaali. (2006). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah, S. (2013). *Strategi Belajar mengajar*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Edi Purnomo Dan Dapan (2010) *dasar-dasar atetik*: FIK UNY
- Haryu. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Heryubowo. (2011). *Minat siswa kelas akselerasi terhadap mata pelajaran penjasorkes Se-Kabupaten Purworejo*. Skripsi, sarjana, tidak di terbitkan. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hurlock, B.E (1998). *Perkembangan anak jilid 2*. Alih bahasa med. Meitasari Tjandrasa. Jakarta. Erlangga.
- (2004). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Izzaty, Rita Eka, dkk. 2008. *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Muhibbinsyah. (2009). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Munasifah. (2008). *Atletik Cabang Lompat*. Semarang: Aneka Ilmu
- Puspayanti, P. (2017). *minat siswa kelas iv dan v dalam mengikuti pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sd negeri 1 godean*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan. Yogyakarta: FIK UNY

- Sardiman. (2011). *Psikologi Umum*. Jakarta: Aksara Basa.
- Slameto. (1995). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- (2010). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soegito. (1992). *T & P atletik I*. Surakarta: Depdikbud RI Universitas Sebelas Maret.
- Sugihartono, dkk. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY pers.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2011). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2004). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Susanto. A (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sutrisno Hadi. (1992). *Analisis Butir Untuk Instrumen, Angket, Tes dan Skala Nilai dengan Basica*. Yogyakarta: Andi Offset
- Suryobroto, A.S. (2004). *Diktat mata kuliah teknologi pembelajaran pendidikan jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Tim penyusun. (2005). *kamus besar Bahasa Indonesia ed.3. 2005 KBBI*. Jakarta: balai pustaka
- Yusuf Adisasmita. (1992). *Olahraga Pilihan Atletik*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek tenaga Kependidikan.

# LAMPIRAN

## **Lampiran 1. Angket Uji Coba**

### **ANGKET UJI COBA**

#### **LEMBAR PERNYATAAN DAN JAWABAN**

#### **MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI SPRINT DI SD NEGERI COKRO**

##### **A. Pengantar**

Angket ini bertujuan untuk mengetahui Minat Siswa Kelas IV dan V Terhadap Pembelajaran Lari Sprint di SD Negeri Cokro. Sangat besar sekali harapan saya atau kesediaan dalam meluangkan waktu untuk mengisi daftar pernyataan ini. Tiap jawaban yang anda kembalikan merupakan bantuan yang sangat besar nilainya bagi penelitian ini. Atas segala bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

##### **B. Identitas Responden**

Nama : Kelas :

Jenis Kelamin :

##### **C. Petunjuk Menjawab**

Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan tanggapan anda pada kolom disamping pertanyaan.

##### **D. Keterangan**

**SS** = SangatSetuju

**S** = Setuju

**TS** = Tidak Setuju

**STS** = Sangat Tidak Setuju

E. Butir-butir Pernyataan

**Contoh Pengisian:**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sangat senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i>		√		
2	Saya tidak suka belajar Teknik-teknik dalam lari <i>sprint</i>			√	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. FAKTOR INTERN</b> <b>(Perhatian)</b>					
1	Saya ingin mengetahui pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> .				
2	Saya selalu aktif dalam mengikuti pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> di sekolah.				
3	Saya selalu memperhatikan ketika guru sedang memberi contoh gerak dasar dalam lari <i>sprint</i> .				
4	Penilaian yang dilakukan guru tidak sesuai				

	yang saya butuhkan.				
5	Guru penjas kurang jelas dalam menyampaikan materi sehingga siswa malas-malasan dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
<b>(Tertarik)</b>					
6	Saya selalu mengikuti pembelajaran penjas terutama saat pembelajaran lari <i>sprint</i> karena menggembirakan dan menyenangkan saya.				
7	Pembelajaran lari <i>sprint</i> diajarkan oleh guru penjas yang dapat mengajar dengan teknik yang baik, sehingga saya tertarik mengikuti pelajaran lari <i>sprint</i> .				
8	Saya tertarik dengan pembelajaran lari <i>sprint</i> karena banyak manfaat yang bisa saya dapat.				
9	Saya tidak senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
10	Saya malas mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> karena pembelajarannya berada dilapangan panas dan membosankan.				
<b>(Aktivitas)</b>					
11	Pelajaran lari <i>sprint</i> dalam bentuk bermain membuat saya tertarik dalam mengikuti kegiatan olahraga.				
12	Aktivitas pembelajaran lari <i>sprint</i> yang menarik selalu membuat saya senang.				
13	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> walaupun guru tidak hadir di lapangan.				

14	Aktivitas dalam pembelajaran lari sprint selalu membuat saya kelelahan sehingga saya malas belajar.				
<b>B. FAKTOR EKSTERN</b>					
<b>(Keluarga)</b>					
15	Keluarga saya mendukung dalam mengikuti aktivitas pembelajaran penjas di sekolah salahsatunya pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.				
16	Orangtua saya selalu mendorong agar selalu mengikuti kejuaraan lari <i>sprint</i> jika di rekomendasikan untuk mewakili sekolah.				
17	Keluarga saya selalu mendorong untuk selalu mengikuti pembelajaran penjas dan pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
18	Keluarga saya tidak memperbolehkan mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
19	Saya kurang mengenal pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.				
<b>(Sekolah)</b>					
20	Di sekolah saya ada peralatan atletik yang bisa digunakan untuk pembelajaran lari <i>sprint</i> seperti <i>start block</i> (sebagai tumpuan kaki saat posisi <i>start</i> ), tiang <i>finish</i> , kursi <i>finish</i> dan <i>stopwatch</i> .				
21	Sekolah selalu mendukung jika ada kejuaraan lari <i>sprint</i> antar sekolah dll.				
22	Guru mengadakan ekstrakurikuler atletik atau latihan khusus agar siswanya berminat dan berprestasi di kejuaraan lari				

	<i>sprint.</i>				
23	Di sekolah tidak menyediakan perlengkapan untuk pembelajaran lari <i>sprint.</i>				
24	Guru penjas sering meninggalkan siswanya dalam mengajar, sehingga siswa kurang berminat dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint.</i>				
<b>(Lingkungan)</b>					
25	Teman sekolah sepermainan saya sangat senang bermain bermacam-macam permainan yang didalamnya terdapat lari <i>sprint</i> seperti kejar mengejar, balapan lari dll sehingga saya ikut bermain bersama mereka.				
26	Masyarakat disekitar tempat tinggal saya setiap hari melakukan berbagai latihan kebugaran atau yang berkaitan dengan <i>sprint</i> untuk lomba.				
<b>No</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
27	Di kampung saya banyak lapangan atau tempat berlatih yang bisa digunakan untuk mendukung masyarakat berprestasi di bidang olahraga lari <i>sprint.</i>				
28	Teman-teman saya kebanyakan gemar menonton dan mengikuti berita olahraga tentang kejuaraan lari <i>sprint</i> sehingga mereka menyenangi olahraga tersebut				
29	Di lingkungan tempat tinggal saya tidak memiliki lapangan untuk aktivitas olahraga sehingga sulit untuk berlatih atau melakukan kegiatan lari <i>sprint.</i>				

## Lampiran 2. Hasil Uji Coba

Responden	Jawaban																													
	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	
1	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	2	3	3	2	2	4	
2	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	2	3	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4
3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	4	
4	3	2	3	2	1	1	1	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	4	
5	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	1	
6	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	
7	3	3	4	2	2	2	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	2	4	4	3	2	2	2	3	2	4	4	
8	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	
9	3	2	3	2	1	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	2	2	2	
10	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	
11	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	
12	4	2	2	2	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	2	4	2	4	4	4	4	2	4	2	3	2	4	3	2	4
13	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	
14	4	2	1	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	2	4	2	3	2	2	3	2	4	
15	4	3	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	
16	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	4	
17	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2	4	2	3	4	3	3	2	3	3	4	2	2	2	2	2	3	2	2	
18	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	4	4	4	2	4	2	
19	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	
20	4	2	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	2	4	2	4	
21	4	4	4	2	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	
22	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	
23	4	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	4	
24	3	3	4	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4	2	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	2	3	3	3	4	
25	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	
26	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	2	
27	3	4	2	2	4	3	4	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	2	3	3	2	2	2	
28	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	
29	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	
30	3	4	2	2	4	3	4	4	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	2	3	3	3	2	2	2	
31	3	4	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
32	2	1	2	4	3	4	2	1	1	1	4	1	1	2	4	4	3	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	2	2	
33	4	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	
35	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	
36	4	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	3	2	3	3	2	4	
37	3	3	4	2	2	4	4	4	4	3	3	2	4	2	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	2	3	3	3	4	
38	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	
39	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3	3	3	2	
40	3	4	2	2	4	3	4	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	4	4	2	4	2	3	3	2	2	2	
41	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	2	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	3	3	4	4	3	
42	3	3	4	3	3	4	3	3	4	2	4	2	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4
43	2	3	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	2	4	2	3	3	2	2	2	
44	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
45	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	3	4	1	1	4	3	4	4	4	3	4	2	2	
46	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	
47	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	
48	4	3	3	3	4	2	4	2	4	4	3	2	2	2	4	4	4	3	1	4	4	4	3	1	4	4	4	4	3	
49	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	
50	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	

**Lampiran 3. Tabel r**

**Tabel r pada  $\alpha$  (taraf sig) 5 %**

<b>df</b>	<b>r (5 %)</b>	<b>Df</b>	<b>r (5 %)</b>	<b>df</b>	<b>r (5 %)</b>	<b>df</b>	<b>r (5 %)</b>
<b>1</b>	0,988	<b>26</b>	0,323	<b>51</b>	0,228	<b>76</b>	0,188
<b>2</b>	0,900	<b>27</b>	0,317	<b>52</b>	0,226	<b>77</b>	0,186
<b>3</b>	0,805	<b>28</b>	0,312	<b>53</b>	0,224	<b>78</b>	0,185
<b>4</b>	0,729	<b>29</b>	0,306	<b>54</b>	0,222	<b>79</b>	0,184
<b>5</b>	0,669	<b>30</b>	0,301	<b>55</b>	0,220	<b>80</b>	0,183
<b>6</b>	0,622	<b>31</b>	0,296	<b>56</b>	0,218	<b>81</b>	0,182
<b>7</b>	0,582	<b>32</b>	0,291	<b>57</b>	0,216	<b>82</b>	0,181
<b>8</b>	0,549	<b>33</b>	0,287	<b>58</b>	0,214	<b>83</b>	0,180
<b>9</b>	0,521	<b>34</b>	0,283	<b>59</b>	0,213	<b>84</b>	0,179
<b>10</b>	0,497	<b>35</b>	0,279	<b>60</b>	0,211	<b>85</b>	0,178
<b>11</b>	0,476	<b>36</b>	0,275	<b>61</b>	0,209	<b>86</b>	0,177
<b>12</b>	0,458	<b>37</b>	0,271	<b>62</b>	0,208	<b>87</b>	0,176
<b>13</b>	0,441	<b>38</b>	0,267	<b>63</b>	0,206	<b>88</b>	0,175
<b>14</b>	0,426	<b>39</b>	0,264	<b>64</b>	0,204	<b>89</b>	0,174
<b>15</b>	0,412	<b>40</b>	0,261	<b>65</b>	0,203	<b>90</b>	0,173
<b>16</b>	0,400	<b>41</b>	0,257	<b>66</b>	0,201	<b>91</b>	0,172
<b>17</b>	0,389	<b>42</b>	0,254	<b>67</b>	0,200	<b>92</b>	0,171
<b>18</b>	0,378	<b>43</b>	0,251	<b>68</b>	0,198	<b>93</b>	0,170
<b>19</b>	0,369	<b>44</b>	0,248	<b>69</b>	0,197	<b>94</b>	0,169
<b>20</b>	0,360	<b>45</b>	0,246	<b>70</b>	0,195	<b>95</b>	0,168
<b>21</b>	0,352	<b>46</b>	0,243	<b>71</b>	0,194	<b>96</b>	0,167
<b>22</b>	0,344	<b>47</b>	0,240	<b>72</b>	0,193	<b>97</b>	0,166
<b>23</b>	0,337	<b>48</b>	<b>0,238</b>	<b>73</b>	0,191	<b>98</b>	0,165
<b>24</b>	0,330	<b>49</b>	0,235	<b>74</b>	0,190	<b>99</b>	0,165
<b>25</b>	0,323	<b>50</b>	0,233	<b>75</b>	0,189	<b>100</b>	0,164

Sumber: Wiratna Sujarweni (2007: 213). Panduan Menggunakan SPSS.

## Lampiran 4. Hasil Hitung Validitas dan Reliabilitas Instrumen

### Uji validitas dan reliabilitas

#### Scale: ALL VARIABLES

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,866
		N of Items	15 <sup>a</sup>
	Part 2	Value	,787
		N of Items	14 <sup>b</sup>
	Total N of Items		29
	Correlation Between Forms		,737

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,894	29

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	86,6600	129,862	,489	,890
VAR00002	86,9600	129,631	,397	,892
VAR00003	87,0600	125,813	,547	,889
VAR00004	87,4400	129,925	,385	,892
VAR00005	87,0400	126,774	,464	,891
VAR00006	86,8800	126,924	,555	,889
VAR00007	86,8800	126,638	,535	,889
VAR00008	87,0000	128,163	,446	,891
VAR00009	86,6600	128,637	,521	,890
VAR00010	87,1200	124,638	,602	,887
VAR00011	86,7200	128,410	,525	,890
VAR00012	86,9200	128,606	,473	,890
VAR00013	87,1400	128,000	,467	,891
VAR00014	87,0200	126,102	,547	,889
VAR00015	86,7000	128,500	,515	,890
VAR00016	86,7000	126,990	,665	,887
VAR00017	87,0000	128,490	,443	,891
VAR00018	86,5600	130,088	,517	,890
VAR00019	86,9200	125,585	,539	,889
VAR00020	86,6000	129,673	,399	,892
VAR00021	86,7200	130,818	,333	,893
<b>VAR00022</b>	<b>86,8800</b>	<b>136,108</b>	<b>,057</b>	<b>,898</b>
VAR00023	86,8600	132,082	,274	,894
VAR00024	87,1000	129,520	,397	,892
VAR00025	87,1200	132,067	,315	,893
VAR00026	86,9600	128,284	,579	,889
VAR00027	87,0400	131,223	,364	,892
VAR00028	87,1200	124,598	,684	,886
<b>VAR00029</b>	<b>86,7800</b>	<b>134,379</b>	<b>,117</b>	<b>,898</b>

Df = N – 2

48 = 50 – 2

**r tabel = 0,238**

Jika *corrected item total correlation* < 0,238, maka butir pernyataan dinyatakan gugur, yang gugur yaitu: 22, dan 29

Koefisien validitas Total = 0,737

Koefisien Reliabilitas Total = 0,894

## Lampiran 5. Angket Penelitian

### ANGKET PENELITIAN LEMBAR PERNYATAAN DAN JAWABAN MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI SPRINT DI SD NEGERI COKRO

#### A. Pengantar

Angket ini bertujuan untuk mengetahui Minat Siswa Kelas IV dan V Terhadap Pembelajaran Lari Sprint di SD Negeri Cokro. Sangat besar sekali harapan saya atau kesediaan dalam meluangkan waktu untuk mengisi daftar pernyataan ini. Tiap jawaban yang anda kembalikan merupakan bantuan yang sangat besar nilainya bagi penelitian ini. Atas segala bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

#### B. Identitas Responden

Nama : Kelas :

Jenis Kelamin :

#### C. Petunjuk Menjawab

Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan tanggapan anda pada kolom disamping pertanyaan.

#### D. Keterangan

**SS = Sangat Setuju**

**S** = Setuju

**TS** = Kurang Setuju

**STS** = Tidak Setuju

E. Butir-butir Pernyataan

**Contoh Pengisian:**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sangat senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i>		√		
2	Saya tidak suka belajar Teknik-teknik dalam lari <i>sprint</i>			√	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>C. FAKTOR INTERN (Perhatian)</b>					
1	Saya ingin mengetahui pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> .				
2	Saya selalu aktif dalam mengikuti pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> di sekolah.				
3	Saya selalu memperhatikan ketika guru sedang memberi contoh gerak dasar dalam lari <i>sprint</i> .				
4	Penilaian yang dilakukan guru tidak sesuai yang saya butuhkan.				
5	Guru penjas kurang jelas dalam				

	menyampaikan materi sehingga siswa malas-malasan dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
<b>(Tertarik)</b>					
6	Saya selalu mengikuti pembelajaran penjas terutama saat pembelajaran lari <i>sprint</i> karena menggembirakan dan menyenangkan saya.				
7	Pembelajaran lari <i>sprint</i> diajarkan oleh guru penjas yang dapat mengajar dengan teknik yang baik, sehingga saya tertarik mengikuti pelajaran lari <i>sprint</i> .				
8	Saya tertarik dengan pembelajaran lari <i>sprint</i> karena banyak manfaat yang bisa saya dapat.				
9	Saya tidak senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
10	Saya malas mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> karena pembelajarannya berada dilapangan panas dan membosankan.				
<b>(Aktivitas)</b>					
11	Pelajaran lari <i>sprint</i> dalam bentuk bermain membuat saya tertarik dalam mengikuti kegiatan olahraga.				
12	Aktivitas pembelajaran lari <i>sprint</i> yang menarik selalu membuat saya senang.				
13	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> walaupun guru tidak hadir di lapangan.				
14	Aktivitas dalam pembelajaran lari <i>sprint</i> selalu membuat saya kelelahan sehingga saya malas belajar.				
<b>D. FAKTOR EKSTERN</b>					
<b>(Keluarga)</b>					
15	Keluarga saya mendukung dalam mengikuti aktivitas pembelajaran penjas di sekolah salahsatunya pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.				
16	Orangtua saya selalu mendorong agar selalu mengikuti kejuaraan lari <i>sprint</i> jika di rekomendasikan untuk mewakili sekolah.				
17	Keluarga saya selalu mendorong untuk selalu mengikuti pembelajaran penjas dan pembelajaran lari <i>sprint</i> .				

18	Keluarga saya tidak memperbolehkan mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
19	Saya kurang mengenal pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.				
<b>(Sekolah)</b>					
20	Di sekolah saya ada peralatan atletik yang bisa digunakan untuk pembelajaran lari <i>sprint</i> seperti <i>start block</i> (sebagai tumpuan kaki saat posisi <i>start</i> ), tiang <i>finish</i> , kursi <i>finish</i> dan <i>stopwatch</i> .				
21	Sekolah selalu mendukung jika ada kejuaraan lari <i>sprint</i> antar sekolah dll.				
22	Di sekolah tidak menyediakan perlengkapan untuk pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
23	Guru penjas sering meninggalkan siswanya dalam mengajar, sehingga siswa kurang berminat dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				
<b>(Lingkungan)</b>					
24	Teman sekolah sepermainan saya sangat senang bermain bermacam-macam permainan yang didalamnya terdapat lari <i>sprint</i> seperti kejar mengejar, balapan lari dll sehingga saya ikut bermain bersama mereka.				
25	Masyarakat disekitar tempat tinggal saya setiap hari melakukan berbagai latihan kebugaran atau yang berkaitan dengan <i>sprint</i> untuk lomba.				
26	Di kampung saya banyak lapangan atau tempat berlatih yang bisa digunakan untuk mendukung masyarakat berprestasi di bidang olahraga lari <i>sprint</i> .				
27	Teman-teman saya kebanyakan gemar menonton dan mengikuti berita olahraga tentang kejuaraan lari <i>sprint</i> sehingga mereka menyenangi olahraga tersebut				

## Lampiran 6. Hasil Hitung Penelitian

### Statistik data Penelitian

### Frequencies

[DataSet0]

		Statistics		
		Minat siswa	F Intrinsik	F Ektrinsik
N	Valid	58	58	58
	Missing	0	0	0
Mean		85,4655	44,0517	41,4138
Median		86,0000	44,5000	41,0000
Mode		86,00	46,00	40,00
Std. Deviation		9,06935	5,30284	4,79047
Minimum		60,00	32,00	28,00
Maximum		103,00	54,00	50,00
Sum		4957,00	2555,00	2402,00

## Frequency Table

Minat siswa				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
60,00	1	1,7	1,7	1,7
66,00	1	1,7	1,7	3,4
69,00	1	1,7	1,7	5,2
72,00	1	1,7	1,7	6,9
73,00	1	1,7	1,7	8,6
75,00	1	1,7	1,7	10,3
76,00	5	8,6	8,6	19,0
78,00	2	3,4	3,4	22,4
79,00	2	3,4	3,4	25,9
80,00	2	3,4	3,4	29,3
81,00	2	3,4	3,4	32,8
82,00	3	5,2	5,2	37,9
84,00	2	3,4	3,4	41,4
85,00	1	1,7	1,7	43,1
86,00	7	12,1	12,1	55,2
87,00	2	3,4	3,4	58,6
88,00	1	1,7	1,7	60,3
89,00	2	3,4	3,4	63,8
90,00	5	8,6	8,6	72,4
91,00	2	3,4	3,4	75,9
92,00	2	3,4	3,4	79,3
93,00	2	3,4	3,4	82,8
94,00	2	3,4	3,4	86,2
95,00	2	3,4	3,4	89,7
99,00	1	1,7	1,7	91,4
100,00	3	5,2	5,2	96,6
103,00	2	3,4	3,4	100,0
Total	58	100,0	100,0	

F Intrinsik

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
32,00	1	1,7	1,7	1,7
33,00	1	1,7	1,7	3,4
35,00	1	1,7	1,7	5,2
37,00	3	5,2	5,2	10,3
38,00	5	8,6	8,6	19,0
39,00	1	1,7	1,7	20,7
40,00	5	8,6	8,6	29,3
41,00	3	5,2	5,2	34,5
42,00	1	1,7	1,7	36,2
43,00	5	8,6	8,6	44,8
44,00	3	5,2	5,2	50,0
45,00	4	6,9	6,9	56,9
46,00	6	10,3	10,3	67,2
47,00	4	6,9	6,9	74,1
48,00	4	6,9	6,9	81,0
49,00	2	3,4	3,4	84,5
50,00	2	3,4	3,4	87,9
51,00	1	1,7	1,7	89,7
52,00	2	3,4	3,4	93,1
53,00	2	3,4	3,4	96,6
54,00	2	3,4	3,4	100,0
Total	58	100,0	100,0	

**F Ektrinsik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
28,00	1	1,7	1,7	1,7
29,00	1	1,7	1,7	3,4
33,00	1	1,7	1,7	5,2
35,00	3	5,2	5,2	10,3
36,00	2	3,4	3,4	13,8
37,00	3	5,2	5,2	19,0
38,00	3	5,2	5,2	24,1
39,00	5	8,6	8,6	32,8
40,00	6	10,3	10,3	43,1
Valid 41,00	5	8,6	8,6	51,7
42,00	3	5,2	5,2	56,9
43,00	4	6,9	6,9	63,8
44,00	5	8,6	8,6	72,4
45,00	3	5,2	5,2	77,6
46,00	5	8,6	8,6	86,2
47,00	2	3,4	3,4	89,7
48,00	3	5,2	5,2	94,8
49,00	1	1,7	1,7	96,6
50,00	2	3,4	3,4	100,0
Total	58	100,0	100,0	

## Frequencies

[DataSet0]

### Statistics

		Perhatian	Tertarik	Aktivitas	Keluarga	Sekolah	Lingkungan
N	Valid	58	58	58	58	58	58
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		15,2069	15,9310	12,9138	16,2414	12,7241	12,4483
Median		15,0000	16,0000	13,0000	16,0000	13,0000	12,0000
Mode		13,00	17,00	14,00	15,00	12,00	12,00
Std. Deviation		2,52537	2,35351	1,91288	2,06313	1,78486	2,07890
Minimum		11,00	10,00	9,00	11,00	9,00	8,00
Maximum		20,00	20,00	16,00	20,00	16,00	16,00
Sum		882,00	924,00	749,00	942,00	738,00	722,00

## Frequency Table

### Perhatian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11,00	3	5,2	5,2	5,2
	12,00	4	6,9	6,9	12,1
	13,00	11	19,0	19,0	31,0
	14,00	8	13,8	13,8	44,8
	15,00	9	15,5	15,5	60,3
	16,00	4	6,9	6,9	67,2
	17,00	6	10,3	10,3	77,6
	18,00	6	10,3	10,3	87,9
	19,00	3	5,2	5,2	93,1
	20,00	4	6,9	6,9	100,0
Total		58	100,0	100,0	

**Tertarik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
10,00	2	3,4	3,4	3,4
11,00	1	1,7	1,7	5,2
12,00	1	1,7	1,7	6,9
13,00	4	6,9	6,9	13,8
14,00	7	12,1	12,1	25,9
15,00	10	17,2	17,2	43,1
16,00	5	8,6	8,6	51,7
17,00	13	22,4	22,4	74,1
18,00	8	13,8	13,8	87,9
19,00	4	6,9	6,9	94,8
20,00	3	5,2	5,2	100,0
Total	58	100,0	100,0	

**Aktivitas**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
9,00	4	6,9	6,9	6,9
10,00	2	3,4	3,4	10,3
11,00	7	12,1	12,1	22,4
12,00	11	19,0	19,0	41,4
13,00	8	13,8	13,8	55,2
14,00	17	29,3	29,3	84,5
15,00	2	3,4	3,4	87,9
16,00	7	12,1	12,1	100,0
Total	58	100,0	100,0	

**Keluarga**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
11,00	1	1,7	1,7	1,7
12,00	2	3,4	3,4	5,2
13,00	2	3,4	3,4	8,6
14,00	4	6,9	6,9	15,5
15,00	14	24,1	24,1	39,7
Valid 16,00	9	15,5	15,5	55,2
17,00	8	13,8	13,8	69,0
18,00	10	17,2	17,2	86,2
19,00	5	8,6	8,6	94,8
20,00	3	5,2	5,2	100,0
Total	58	100,0	100,0	

**Sekolah**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
9,00	2	3,4	3,4	3,4
10,00	5	8,6	8,6	12,1
11,00	7	12,1	12,1	24,1
12,00	13	22,4	22,4	46,6
Valid 13,00	10	17,2	17,2	63,8
14,00	12	20,7	20,7	84,5
15,00	5	8,6	8,6	93,1
16,00	4	6,9	6,9	100,0
Total	58	100,0	100,0	

**Lingkungan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
8,00	2	3,4	3,4	3,4
9,00	5	8,6	8,6	12,1
10,00	4	6,9	6,9	19,0
11,00	5	8,6	8,6	27,6
Valid 12,00	14	24,1	24,1	51,7
13,00	7	12,1	12,1	63,8
14,00	10	17,2	17,2	81,0
15,00	9	15,5	15,5	96,6
16,00	2	3,4	3,4	100,0
Total	58	100,0	100,0	

## Lampiran 7. Contoh Angket Penelitian yang Telah Dijawab Oleh Siswa

**ANGKET PENELITIAN**  
**LEMBAR PERNYATAAN DAN JAWABAN**  
**MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI**  
**SPRINT DI SD NEGERI COKRO**

**A. Pengantar**

Angket ini bertujuan untuk mengetahui Minat Siswa Kelas IV dan V Terhadap Pembelajaran Lari Sprint di SD Negeri Cokro. Sangat besar sekali harapan saya atau kesediaan dalam meluangkan waktu untuk mengisi daftar pernyataan ini. Tiap jawaban yang anda kembalikan merupakan bantuan yang sangat besar nilainya bagi penelitian ini. Atas segala bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

**B. Identitas Responden**

Nama : *Aya Rafiah* Kelas : *A*  
Jenis Kelamin : *pereempuan*

**C. Penunjuk Menjawab**

Berilah tanda (√) pada salah satu jawaban yang sesuai dengan tanggapan anda pada kolom disamping pertanyaan.

**D. Keterangan**

SS = SangatSetuju  
S = Setuju  
TS = TidakSetuju  
STS = SangatTidakSetuju

E. Butir-butir Pernyataan

Contoh Pengisian :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sangat senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i>		√		
2	Saya tidak suka belajar Teknik-teknik dalam lari <i>sprint</i>			√	

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. FAKTOR INTERN</b>					
<b>(Perhatian)</b>					
1	Saya ingin mengetahui pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> .		√		
2	Saya selalu aktif dalam mengikuti pembelajaran atletik khususnya lari <i>sprint</i> di sekolah.		√		
3	Saya selalu memperhatikan ketika guru sedang memberi contoh gerak dasar dalam lari <i>sprint</i> .	√			
4	Penilaian yang dilakukan guru tidak sesuai yang saya butuhkan.		√		
5	Guru penjas kurang jelas dalam menyampaikan materi sehingga siswa malas-malasan dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .			√	
<b>(Tertarik)</b>					
6	Saya selalu mengikuti pembelajaran penjas teraturnya saat pembelajaran lari <i>sprint</i> karena menggembirakan dan menyenangkan saya.	√			
7	Pembelajaran lari <i>sprint</i> diajarkan oleh guru penjas yang dapat mengajar dengan teknik yang baik, sehingga saya tertarik mengikuti pelajaran lari <i>sprint</i> .		√		
8	Saya tertarik dengan pembelajaran lari	-			

	<i>sprint</i> karena banyak manfaat yang bisa saya dapat.	✓			
9	Saya tidak senang mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .			✓	
10	Saya malas mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> karena pembelajarannya berada di lapangan panas dan membosankan.				✓
<b>(Aktivitas)</b>					
11	Pelajaran lari <i>sprint</i> dalam bentuk bermain membuat saya tertarik dalam mengikuti kegiatan olahraga.	✓			
12	Aktivitas pembelajaran lari <i>sprint</i> yang menarik selalu membuat saya senang.	✓			
13	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> walaupun guru tidak hadir di lapangan.	✓			
14	Aktivitas dalam pembelajaran lari <i>sprint</i> selalu membuat saya kelelahan sehingga saya malas belajar.				✓
<b>B. FAKTOR EKSTERN</b>					
<b>(Keluarga)</b>					
15	Keluarga saya mendukung dalam mengikuti aktivitas pembelajaran penjas di sekolah salahsatunya pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.		✓		
16	Orangtua saya selalu mendorong agar selalu mengikuti kejuaraan lari <i>sprint</i> jika di rekomendasikan untuk mewakili sekolah.	✓			
17	Keluarga saya selalu mendorong untuk selalu mengikuti pembelajaran penjas dan pembelajaran lari <i>sprint</i> .	✓			
18	Keluarga saya tidak memperbolehkan mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				✓
19	Saya kurang mengenal pembelajaran lari <i>sprint</i> di sekolah.			✓	
<b>(Sekolah)</b>					
20	Di sekolah saya ada peralatan atletik yang bisa digunakan untuk pembelajaran lari <i>sprint</i> seperti <i>start block</i> (sebagai tumpuan kaki saat posisi <i>start</i> ), tiang <i>finish</i> , kursi <i>finish</i> dan <i>stopwatch</i> .	✓			
21	Sekolah selalu mendukung jika ada kejuaraan lari <i>sprint</i> antar sekolah dll.		✓		
22	Di sekolah tidak menyediakan				

	perlengkapan untuk pembelajaran lari <i>sprint</i>			✓	
23	Guru penjas sering meninggalkan siswanya dalam mengajar, sehingga siswa kurang berminat dalam mengikuti pembelajaran lari <i>sprint</i> .				✓
<b>(Lingkungan)</b>					
24	Teman sekolah sepermainan saya sangat senang bermain bermacam-macam permainan yang didalamnya terdapat lari <i>sprint</i> seperti kejar mengejar, balapan lari dll sehingga saya ikut bermain bersama mereka.	✓			
25	Masyarakat disekitar tempat tinggal saya setiap hari melakukan berbagai latihan kebugaran atau yang berkaitan dengan <i>sprint</i> untuk lomba.		✓		
<b>No</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
26	Di kampung saya banyak lapangan atau tempat berlatih yang bisa digunakan untuk mendukung masyarakat berprestasi di bidang olahraga lari <i>sprint</i> .		✓		
27	Teman-teman saya kebanyakan gemar menonton dan mengikuti berita olahraga tentang kejuaraan lari <i>sprint</i> sehingga mereka menyenangi olahraga tersebut	✓			

## Lampiran 8. Surat Permohonan Ijin Uji Coba di SD Negeri Baciro Yogyakarta



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

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

Nomor : 10.09/U.N.34.16/PP/2019.

8 Oktober 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

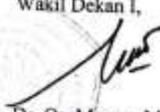
**Kepada Yth.  
Kepala SD Negeri Banciro Yogyakarta  
di Tempat.**

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

Nama : Nailul Ni'am  
NIM : 156014221083  
Program Studi : PGSD Penjas  
Dosen Pembimbing : Dr. Eddy Purnomo, M.Kes.  
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Oktober s/d November 2019  
Tempat : SD Negeri Banciro Yogyakarta  
Judul Skripsi : Minat Siswa Kelas IV dan V Terhadap Pembelajaran Lari sprint.

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

Wakil Dekan I,

  
Dr. Or. Mansur M.S.  
NIP. 19570519 198502 1 001

**Tembusan :**

1. Kaprodi PJKR
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs

## Lampiran 9. Surat Permohonan Ijin Penelitian di SD Negeri Cokro



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

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 513092, 586368 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 11.44/UN.34.16/PP.01/2019.

20 November 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

**Kepada Yth.  
Kepala SD Negeri Cokro  
di Tempat.**

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

Nama : Nailun Ni'am  
NIM : 15604221083  
Program Studi : PGSDPenjas  
Dosen Pembimbing : Dr. Eddy Purnomo, M.Kes. AIFO  
NIP : 196203101990011001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : November s/d Desember 2020  
Tempat : Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Cokro Grabag Magelang  
Judul Skripsi : Minat Siswa Kelas IV dan V Terhadap Pembelajaran Lari Sprint di SD Negeri Grabag Magelang.

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

Wakil Dekan Bidang  
Akademik dan Kerjasama  
  
Dr. Or. Mansur M.S.  
NIP. 19570519 198502 1 001

**Tembusan :**

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

## Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di SD Negeri Cokro

**PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**SEKOLAH DASAR NEGERI COKRO**  
KECAMATAN GRABAG  
NSS: 101030818026 NPSN : 20307737  
Alamat : Jl. Sunan Giri Cokro Grabag Magelang 5156198

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 421.2/221/04.18.20/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **BUDIMAH, S. Pd. SD**  
NIP : 19650513 198608 2 002  
Pangkat/ Golongan : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya, bahwa :

Nama : **NAILUN NI'AM**  
NIM : 15604221083  
Program Studi : PGSD Penjas  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Yang tersebut diatas benar-benar telah melakukan kegiatan penelitian di SD Negeri Cokro pada bulan November, dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi dengan Judul Skripsi :  
"MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI SPRINT DI SD NEGERI COKRO GRABAG MAGELANG".

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Cokro, 26 November 2019  
Kepala SD Negeri Cokro

  
**BUDIMAH, S. Pd. SD**  
D/S (NIP: 19650513 198608 2 002

## Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melakukan Uji Coba di SD Negeri Baciro Yogyakarta



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

Alamat: Jl. Mawar 17 A Baciro Gondokanman Yogyakarta 55225 Tlp. (0274)556365  
HOTLINE SMS SEKOLAH : 08112505244 EMAIL : sdnbaciro@yahoo.com  
HOTLINE SMS upik: 0812 2789009; HOTLINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE : www.jogjakota.go.id

### SURAT KETERANGAN

Nomor : 422 / 312

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : PARSIWI SULISTYANI, S.Pd.  
NIP : 19660526 198604 2 001  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Sekolah : SD Negeri Baciro

Menerangkan bahwa :

Nama : NAILUN NI'AM  
NIM : 15604221083  
Jurusan : PGSD PENJAS  
Fakultas : FIK

Pada saat dikeluarkan surat keterangan ini, yang bersangkutan telah melakukan Ujicoba Penelitian Skripsi pada hari Kamis tanggal 17 Oktober dengan judul penelitian "MINAT SISWA KELAS IV DAN V TERHADAP PEMBELAJARAN LARI SPRINT"

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya, agar dipergunakan sebaik-baiknya.

Yogyakarta, 17 Oktober 2019  
Kepala Sekolah  
  
PARSIWI SULISTYANI, S.Pd.  
NIP. 19660526 198604 2 001

## Lampiran 12. Dokumentasi

