



**PROFIL TINGKAT PEMAHAMAN MATERI AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP GURU PENJASORKES SEKOLAH DASAR
SE-KECAMATAN TULIS KABUPATEN BATANG
TAHUN 2012**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka Penyelesaian studi Strata 1
untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan**

**oleh:
Yunan Primanda
6301408125**

**PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2013**

ABSTRAK

Yunan Primanda. 2013. **Profil Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik Terhadap Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Se-Kecamatan Tulis Kabupaten Batang Tahun 2012**". Skripsi. Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I; Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd, Pembimbing II; Drs. H. Margono, M.Kes.

Kata kunci: Pemahaman, Materi Aktivitas Ritmik.

Permasalahan yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah sejauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-Kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

Populasi dalam penelitian ini adalah guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang, populasi berjumlah 30 guru penjasorkes dari 25 sekolah dasar. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Dari keseluruhan jumlah guru penjasorkes sekolah dasar yang ada di kecamatan Tulis kabupaten Batang. Metode pengambilan data menggunakan angket/kuesioner yang dibagikan kepada guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang. Data dari hasil tes diolah dengan metode analisis deskriptif persentase.

Hasil analisis data penelitian ini, menunjukkan bahwa sebanyak 22 guru penjasorkes (73,3%) tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria baik dan 8 guru penjasorkes (26,7%) tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria tidak baik. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan secara rerata tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 sebesar 55% dan termasuk dalam kriteria baik.

Saran yang dapat penulis berikan sebagai berikut: 1) Dengan pemahaman yang telah dimiliki dalam kriteria baik, hendaknya para guru penjasorkes untuk dapat mempertahankan kemampuannya tersebut dan lebih meningkatkan kinerjanya agar mutu pembelajaran semakin baik. 2) Bagi kepala sekolah dan pengelola diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana sebagai penunjang dalam pembelajaran aktivitas ritmik, yang bertujuan tercapainya pembelajaran aktivitas ritmik yang efektif dan optimal. 3) Besar harapan ada penelitian sejenis yang mengkaji aktivitas ritmik dalam cakupan yang lebih luas.

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Profil Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik Terhadap Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Se-Kecamatan Tulis Kabupaten Batang Tahun 2012”, ini telah mendapatkan persetujuan untuk diajukan ke sidang Panitia Ujian Skripsi.

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd
NIP 197805252005011002

Drs. H. Margono, M.Kes
NIP 196012101986011001

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang

Drs. Hermawan, M.Pd
NIP 195904011988031002

PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Nama : Yunan Primanda

NIM : 6301408125

Judul : Profil Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik Terhadap Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Se-Kecamatan Tulis Kabupaten Batang Tahun 2012

Pada Hari : Selasa

Tanggal : 12 Februari 2013

Panitia Ujian

Ketua Panitia

Sekretaris

Drs. H. Harry Pramono, M.Si
NIP 195910191985031001

Kumbul Slamet Budiyanto, S.Pd, M.Kes
NIP 197109091998021001

Dewan Penguji

1. Drs. Sukirno, M.Pd (Ketua) _____
NIP 195106121981031004

2. Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd (Anggota) _____
NIP 197805252005011002

3. Drs. H. Margono, M.Kes (Anggota) _____
NIP 196012101986011001

PERNYATAAN

“Yang bertandatangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Apabila pernyataan saya tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Unnes dan sanksi hukum yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia”.

Semarang, 7 Februari 2013

Yunan Primanda
NIM 6301408125

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO:

“Wis Nyemplung Sisan Teles” (Penulis)

PERSEMBAHAN:

Skripsi ini penulis persembahkan untuk
Keluarga, Jurusan Pendidikan Keperawatan
Olahraga, UKM Senam Unnes dan teman-
teman PKLO 2008.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt. karena atas segala nikmat, rahmat, inayah, dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dapat terselesaikan tentunya bukan hasil kerja keras peneliti seorang diri. Banyak pihak dan faktor yang mendukung penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan, fasilitas, semangat, dan bimbingan dari berbagai pihak.

Sudah sepatutnya penulis mengucapkan terima kasih kepada banyak pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd dan Drs. H. Margono, M.Kes (Pembimbing I dan Pembimbing II) yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan banyak ilmu kepada penulis. Tidak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan pada peneliti untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan fasilitas administratif, motivasi, dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap dosen Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Kepala UPT Disdikpora kecamatan Tulis kabupaten Batang yang telah memberikan izin penelitian bagi penulis dan bantuan demi kelancaran skripsi ini.

6. Seluruh guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang yang telah bersedia menjadi sampel.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat di tulis satu persatu yang telah membantu dan memberikan dorongan moral maupun material dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga segala bantuan yang diberikan oleh bapak, ibu, saudara dan saudari kepada penulis akan mendapatkan imbalan yang setimpal dari Allah Swt. Penulis berharap mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Semarang, Februari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
1.6 Penegasan Istilah.....	7
BAB II LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	
2.1 Landasan Teori	9
2.1.1 Pengertian Pendidikan.....	9
2.1.2 Pengertian Pendidikan Jasmani	11
2.1.3 Pengertian Aktivitas Ritmik	15
2.1.4 Keterampilan Gerak	16
2.1.5 Gerak Dasar Aktivitas Ritmik	19
2.1.6 Irama Pengiring Aktivitas Ritmik	29
2.1.7 Profil Guru Penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Tulis.....	31
2.2 Kerangka Berfikir.....	32
2.3 Hipotesis.....	33

BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Populasi Penelitian	34
3.2 Sampel Penelitian.....	35
3.3 Variabel Penelitian	35
3.4 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	35
3.5 Metode Pengumpulan Data	37
3.6 Analisis Data	38
3.7 Skoring	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	40
4.2 Pembahasan.....	42
BAB V PENUTUP	
5.1 Simpulan.....	45
5.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
4.1 Deskriptif Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik.....	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1.5.1 <i>Marcin in place</i>	19
2.1.5.2 <i>Single step</i>	20
2.1.5.3 <i>Doble step</i>	20
2.1.5.4 <i>Single lunges</i>	21
2.1.5.5 <i>Doble lunges</i>	21
2.1.5.6 <i>Hill touch</i>	22
2.1.5.7 <i>Knee up</i>	22
2.1.5.8 <i>Lunges back</i>	23
2.1.5.9 <i>To touch</i>	23
2.1.5.10 <i>For dan back</i>	24
2.1.5.11 <i>V step</i>	24
2.1.5.12 <i>Single diagonal</i>	25
2.1.5.13 <i>Doble diagonal</i>	25
2.1.5.14 <i>Forward dan backward</i>	26
2.1.5.15 <i>Leg curl</i>	26
2.1.5.16 <i>Squat</i>	27
2.1.5.17 <i>Mambo</i>	27
2.1.5.18 <i>Gripevine</i>	28
2.1.5.19 <i>Jumping Jack</i>	28
4.1 Grafik Persentase Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Usulan Pembimbing.....	51
2. Penetapan Dosen Pembimbing	52
3. Ijin Penelitian	53
4. Surat Keterangan Penelitian.....	54
5. Instrumen Penelitian	55
6. Tabel Data Hasil Penelitian.....	59
7. Tabel Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	60
8. Perhitungan Validitas Uji Coba Instrumen Penelitian	61
9. Perhitungan Reliabilitas Uji Coba Instrumen Penelitian	62
10. Daftar Anggota Pembantu Penelitian.....	63
11. Daftar Hadir Responden Penelitian.....	64
12. Dokumentasi.....	66

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Pendidikan memegang peran penting untuk membentuk pola pikir, akhlak, dan perilaku manusia agar sesuai dengan norma-norma yang ada seperti norma agama, adat, budaya, dan lain-lain. Pendidikan menurut Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat.

Disimpulkan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan seluruh aspek yang ada di dalam kehidupan kita baik orang terdekat, masyarakat, ataupun lembaga-lembaga yang ada, baik yang terjadi secara formal maupun non formal, dengan tujuan untuk mengubah kebiasaan-kebiasaan tidak baik menjadi kebiasaan baik yang terjadi selama kita hidup untuk memperbaiki kualitas diri menjadi lebih baik dan mampu menjawab tantangan dimasa depan. Secara jelas tujuan pendidikan nasional yang bersumber dari sistem nilai Pancasila dirumuskan dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3 adalah pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan

kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berahlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dengan demikian, tujuan pendidikan nasional merupakan tujuan yang bersifat paling umum dan sasaran akhir yang harus dijadikan pedoman oleh setiap usaha pendidikan, artinya setiap lembaga dan penyelenggara pendidikan harus dapat membentuk manusia yang sesuai dengan rumusan itu, baik pendidikan yang diselenggarakan oleh lembaga pendidikan formal, informal, maupun nonformal.

Tujuan pendidikan institusional merupakan bagian dari tujuan pendidikan nasional. Tujuan pendidikan institusional adalah tujuan yang harus dicapai oleh setiap lembaga pendidikan. Dengan kata lain, tujuan ini dapat didefinisikan sebagai kualifikasi yang harus dimiliki oleh setiap siswa setelah mereka menempuh atau dapat menyelesaikan program di suatu lembaga pendidikan tertentu. Tujuan institusional merupakan tujuan antara untuk mencapai tujuan umum yang dirumuskan dalam bentuk kompetensi lulusan setiap jenjang pendidikan, seperti standar kompetensi pendidikan dasar, menengah kejuruan, dan jenjang pendidikan tinggi.

Pendidik atau guru sangat berpengaruh dalam terciptanya pendidikan yang bermutu dan berkualitas, guru bertanggungjawab sepenuhnya atas berjalannya proses belajar mengajar dan berperan penting dalam pembangunan nasional di bidang pendidikan. Guru adalah manusia yang berupaya untuk meningkatkan kualitas kepribadian manusia, baik kemampuan dirinya maupun

kemampuan manusia yang belum dewasa (siswa). Pada hakikatnya dikemukakan Raka Joni (Djoko Adi Walujo, 2008/2009) sebagai berikut: 1) guru merupakan agen pembaharuan, 2) guru berperan sebagai pemimpin dan pendukung nilai-nilai masyarakat, 3) guru sebagai fasilitator memungkinkan terciptanya kondisi yang baik bagi subjek didik untuk belajar, 4) guru bertanggungjawab atas tercapainya hasil belajar subjek didik, 5) pendidik tenaga kependidikan dituntut untuk menjadi contoh dalam pengelolaan proses belajar-mengajar bagi calon guru yang menjadi subjek didiknya.

Sesuai dengan Peraturan Pemerintah, Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP), merumuskan tujuan setiap kelompok mata pelajaran, salah satunya adalah kelompok mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) yang bertujuan membentuk karakter peserta didik agar sehat jasmani dan rohani, dan menumbuhkan rasa sportifitas. Dalam pelaksanaan penjasorkes mempunyai kedudukan yang sama dengan pendidikan yang lainnya dan sebagai mata pelajaran yang wajib untuk diikuti oleh seluruh siswa. Selain itu penjasorkes memberikan dasar-dasar pengetahuan dan keterampilan dalam bidang olahraga dan kesehatan.

Penjasorkes telah menjadi bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan dengan maksud untuk mengubah perilaku peserta didik. Selain mengubah perilaku peserta didik, aktivitas jasmani senantiasa mengupayakan untuk mencapai tujuan pendidikan yaitu meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, dan sosial. Penjasorkes merupakan pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas fisik sebagai

media utama untuk mencapai tujuan pendidikan. Bentuk-bentuk aktivitas fisik yang lazim digunakan oleh siswa akan sesuai dengan muatan yang tercantum dalam kurikulum yaitu bentuk gerak-gerak olahraga, sehingga penjasorkes di sekolah akan memuat cabang-cabang olahraga dengan tujuan untuk mengembangkan pendidikan siswa.

Kebijakan pemerintah tentang kualifikasi guru sekolah dasar SI, diharapkan akan mampu mengoptimalkan kompetensi para guru sekolah dasar dimasa yang akan datang terutama para guru penjasorkes saat ini. Salah satu materi dalam pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar adalah pembelajaran aktivitas ritmik (Kurikulum 2004 dengan Berbasis Kompetensi/KBK) “Aktivitas ritmik adalah pengembangan keterampilan irama gerak dan seni gerak berirama serta pengembangan aspek pengetahuan atau konsep yang relevan serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Dalam proses pembelajarannya memfokuskan pada kesesuaian atau keterpaduan antara gerak dan irama”. (Kurikulum, 2003:7).

Demi terciptanya suatu keserasian dalam gerak irama setiap jenis latihan dalam aktivitas ritmik harus dikuasai secara matang. Aktivitas ritmik telah lama dikenal dan dilakukan oleh siswa-siswi di sekolah, Hal tersebut yang mendasari alasan guru penjasorkes harus memahami materi aktivitas ritmik karena untuk menunjang pembelajaran aktivitas ritmik yang optimal. Kurangnya pemahaman serta pengetahuan guru penjasorkes dalam memberikan pembelajaran aktivitas ritmik akan mengakibatkan siswa kurang dapat menguasai keterampilan gerak aktivitas ritmik. Padahal pembelajaran aktivitas ritmik sangat penting untuk diajarkan kepada siswa karena gerakan-gerakan aktivitas ritmik sangat sesuai

untuk merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti: kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan.

Penelitian ini difokuskan untuk memperoleh gambaran tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes se-kecamatan Tulis kabupaten Batang. Mutu guru merupakan perwujudan kemampuan guru dalam mengajar yang didasari oleh kemampuan dalam menguasai bahan ajar dan *pedagogi*, serta penciptaan suasana yang kondusif untuk belajar, salah satunya yaitu materi aktivitas ritmik. Di kecamatan Tulis terdapat 30 guru penjasorkes dengan klasifikasi lulusan sarjana S1 47 % dan lulusan D2 53 %. Berdasarkan data strata lulusan tersebut, tidak ada perbedaan signifikan antara jumlah lulusan S1 dan D2. Maka dari itu penulis ingin mengetahui sejauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes di kecamatan Tulis kabupaten Batang.

Kecamatan Tulis merupakan salah satu kecamatan di kabupaten Batang dengan luas wilayah 45,09 Km² dan terdiri dari 17 desa dengan batas wilayah yaitu disebelah utara laut jawa, sebelah timur kecamatan Subah, sebelah barat kecamatan Kandeman dan sebelah selatan kecamatan Bandar. Di kecamatan Tulis terdapat 25 sekolah dasar dengan masing-masing sekolah dasar terdapat satu sampai dua guru penjasorkes.

Berdasarkan latar belakang, maka penulis ingin mengadakan penelitian berjudul **“Profil Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik Terhadap Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Se-Kecamatan Tulis Kabupaten Batang Tahun 2012”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Seauhmana pemahaman guru penjasorkes sekolah dasar di kecamatan Tulis tentang materi aktivitas ritmik.
- 1.2.2 Seberapa besar pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar di kecamatan Tulis.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Seauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini ada 2 yaitu manfaat teoretis dan manfaat praktis.

1.5.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan berguna untuk memberi gambaran informasi tentang tingkat pemahaman guru penjasorkes sekolah dasar di kecamatan Tulis mengenai materi aktivitas ritmik.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan dalam upaya guru meningkatkan partisipasi aktif belajar siswa pada saat pembelajaran penjasorkes khususnya aktivitas ritmik di sekolah, serta meningkatkan kinerja guru sekolah dasar dalam rangka perbaikan mutu pendidikan khususnya di kecamatan Tulis.

1.6 Penegasan Istilah

Supaya tidak terjadi kesalahan persepsi tentang judul, maka perlu ada penjelasan tersendiri tentang arti dan makna judul tersebut. Penjelasan tersebut dikemas dalam penegasan istilah sebagai berikut:

1.6.1 Profil

Profil adalah suatu pandangan dari samping tentang wajah seseorang, lukisan orang dari samping, sketsa biografis, penampang tanah gunung, grafis atau ikhtisar yang memberikan fakta tentang hal-hal khusus (Kamus Besar Bahasa Indonesia 2001:897). Profil yang dimaksud dalam penelitian ini adalah profil tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

1.6.2 Tingkat Pemahaman Materi

Tingkat adalah susunan yang berlapis-lapis atau berlinggek-linggek seperti rumah tumpuan pada tangga (jenjang). (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001:1197). Pemahaman adalah proses perbuatan memahami atau memahamkan. (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2008:998). Materi adalah sesuatu yang menjadi bahan (untuk diujikan, dipikirkan, dibicarakan, dikarangkan dsb). (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001:723). Tingkat pemahaman materi yang dimaksud dalam

penelitian ini adalah tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

1.6.3 Aktivitas Ritmik

Aktivitas ritmik adalah pengembangan keterampilan irama gerak dan seni gerak berirama serta pengembangan aspek pengetahuan/konsep yang relevan serta nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Dalam proses pembelajarannya memfokuskan pada kesesuaian atau keterpaduan antara gerak dan irama”. (Kurikulum, 2003:7).

1.6.4 Guru Penjasorkes

Guru adalah “orang yang pekerjaannya mengajar” (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001:288). Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi (Samsudin, 2008:2). Yang dimaksud guru penjasorkes dalam penelitian ini adalah guru-guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

1.6.5 Sekolah Dasar

Sekolah Dasar adalah sekolah tempat memperoleh pendidikan sebagai dasar pengetahuan untuk melanjutkan ke sekolah yang lebih tinggi. (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2001:1013). Sekolah Dasar yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sekolah dasar di kecamatan Tulis kabupaten Batang.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Pengertian Pendidikan

Pendidikan berasal dari kata *pedagogi* (*paedagogi*, Bahasa Latin) yang berarti pendidikan dan kata *pedagogia* (*paedagogik*) yang berarti ilmu pendidikan yang berasal dari bahasa Yunani. Pedagogia terdiri dari dua kata yaitu ‘Paedos’ (anak, pen) dan ‘Agoge’ yang berarti saya membimbing, memimpin anak. Sedangkan *paedagogos* ialah seorang pelayan atau bujang (pemuda, pen) pada zaman Yunani Kuno yang pekerjaannya mengantar dan menjemput anak-anak (siswa, pen) ke dan dari sekolah. Perkataan *paedagogos* yang semula berkonotasi rendah (pelayan, pembantu) ini, kemudian sekarang dipakai untuk nama pekerjaan yang mulia yakni *paedagoog* (pendidik atau ahli didik atau guru). Dari sudut pandang ini pendidikan dapat diartikan sebagai kegiatan seseorang dalam membimbing dan memimpin anak menuju pertumbuhan dan perkembangan secara optimal agar dapat berdiri sendiri dan bertanggung jawab.

Sebagaimana dikutip oleh Ahmad Tafsir, Rupert C. Lodge dalam bukunya *Philosophy of Education* (New York: Harer & Brothers. 1974:23) menyatakan bahwa dalam pengertian yang luas pendidikan itu menyangkut seluruh pengalaman. Namun faktanya bahwa tidak semua pengalaman dapat dikatakan pendidikan. Mencuri, mencopet, korupsi dan membolos misalnya, bagi orang yang pernah melakukannya tentunya memiliki sejumlah pengalaman, tetapi

pengalaman itu tidak dapat dikatakan pendidikan. Karena pendidikan itu memiliki tujuan yang mulia, baik dihadapan manusia maupun Tuhan.

Banyak rumusan pendidikan yang dikemukakan oleh para ahli diantaranya: a) Jhon Dewey: pendidikan merupakan suatu proses pembentukan kecakapan mendasar secara intelektual dan emosional sesama manusia, b) JJ. Rousseau: pendidikan merupakan pemberian bekal kepada kita apa yang tidak kita butuhkan pada masa kanak-kanak, akan tetapi kita butuhkan pada saat dewasa, c) M. J. Langeverld: pendidikan merupakan setiap usaha yang dilakukan untuk mempengaruhi dan membimbing anak ke arah kedewasaan, agar anak cekatan melaksanakan tugas hidupnya sendiri. Menurut Langeverld pendidikan hanya berlangsung dalam suasana pergaulan antara orang yang sudah dewasa (atau yang diciptakan orang dewasa seperti: sekolah, buku model dan sebagainya) dengan orang yang belum dewasa yang di arahkan untuk mencapai tujuan pendidikan, d) John S. Brubacher: pendidikan merupakan proses timbal balik dari tiap individu manusia dalam rangka penyesuaian dirinya dengan alam, dengan teman dan dengan alam semesta, e) Kingsley Price mengemukakan: *Education is the process by which the nonphysical possessions of culture are preserved or increased in the rearing of the young or in the instruction of adults*, (Pendidikan adalah proses yang berbentuk nonfisik dari unsur-unsur budaya yang dipelihara atau dikembangkan dalam mengasuh anak-anak muda atau dalam pembelajaran orang dewasa), f) Montimer J. Adler: pendidikan adalah proses dimana semua kemampuan manusia (bakat dan kemampuan yang diperoleh) yang dapat dipengaruhi oleh pembiasaan, disempurnakan dengan kebiasaan-kebiasaan yang

baik melalui sarana yang secara artistik dibuat dan dipakai oleh siapapun untuk membantu orang lain atau dirinya sendiri mencapai tujuan yang ditetapkan, yaitu kebiasaan baik.

2.1.2 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia berupa sikap tindak dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan. (Engkoh Kosasih, 1985:4).

Pendidikan jasmani adalah bagian dari pendidikan (secara umum). Yang berlangsung melalui aktivitas yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku pada individu yang bersangkutan. (Nadisah 1992:15).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pertumbuhan watak. (Arman Abdullah dan Agus Manadji, 1994:5).

Pendidikan jasmani adalah satu tahap atau aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang dilakukan atas kemauan sendiri serta bermanfaat dan dengan reaksi atau respon yang terkait langsung dengan mental, emosi, dan sosial. (Arman Abdullah dan Agus Manadji 1994:5).

2.1.2.1 Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kasatuan utuh, makhluk total, dari pada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. (<http://pbprimaciptautama.blogspot.com/2007/06/falsafah-pendidikan-jasmani.html>).

Pada kenyataannya pendidikan jasmani merupakan suatu bidang kajian yang luas. Lebih khusus lagi pendidikan jasmani berhubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya yang berhubungan dari perkembangan tubuh, fisik dengan pikiran dan jiwanya.

Sejalan dengan pengertian pendidikan jasmani di atas, Rusli Lutan (1997) berpendapat bahwa: pendidikan jasmani adalah proses pendidikan via aktivitas jasmani atau cabang olahraga yang terpilih dengan maksud untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisikal, intelektual, emosional dan moral.

Pendidikan jasmani memberikan kontribusi yang berarti terhadap pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara menyeluruh. Kontribusi akan bermakna, jika proses belajar mengajar pendidikan jasmani memberikan perubahan perilaku dan pengetahuan terhadap peserta didik. Prioritas utama dalam upaya peningkatan pendidikan jasmani di sekolah yaitu dengan perwujudan secara

optimal peranan dan fungsi guru dalam kegiatan belajar mengajar baik di ruangan maupun di lapangan.

2.1.2.2 Tujuan Pendidikan Jasmani

Tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, tentu harus diselesaikan dengan tujuan pendidikan yang telah ditetapkan oleh masing-masing negara. Meskipun demikian, tujuan pendidikan jasmani harus mengacu pada pengembangan pribadi manusia secara utuh, baik manusia sebagai makhluk individu, makhluk susila dan makhluk religius.

Menurut Khomsin (Bucher 1979), ada 5 tujuan yang hendak dicapai melalui pendidikan jasmani, yaitu: 1) *organik*, aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa mengembangkan kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular, dan kelentukan, 2) *neuromuskuler*, aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa dalam mengembangkan keterampilan lokomotor, keterampilan nonlokomotor, dan bentuk-bentuk keterampilan dasar permainan, faktor-faktor gerak, keterampilan olahraga, dan keterampilan rekreasi, 3) *interperatif*, aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa untuk menyelidiki, menemukan, memperoleh pengetahuan dan membuat penilaian. Memahami peraturan permainan, mengukur keamanan, dan tata cara atau sopan santun. Menggunakan strategi dan teknik yang termasuk di dalam kegiatan organisasi. Mengetahui fungsi-fungsi tubuh dan hubungan dengan aktivitas fisik. Mengembangkan apresiasi untuk penampilan individu. Menggunakan penilaian yang dihubungkan dengan jarak, waktu, ruang, tenaga, kecepatan, dan aturan yang digunakan dalam

pelaksanaan kegiatan, bola dan diri sendiri. Memahami faktor-faktor pertumbuhan dan perkembangan yang berhubungan dengan gerak. Berkemampuan memecahkan permasalahan dan berkembang melalui permainan, 4) *sosial*, aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa melakukan penilaian terhadap diri sendiri dan orang lain dengan menghubungkan individu untuk masyarakat dan lingkungannya. Kemampuan dalam membuat penilaian dalam suatu situasi kelompok. Belajar berkomunikasi dengan orang lain. Berkemampuan untuk merubah dan menilai ide-ide dalam kelompok. Pengembangan dari fase-fase sosial dari kepribadian, sikap, dan nilai-nilai agar menjadi anggota masyarakat yang berguna. Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif. Belajar untuk membangun waktu senggang yang bermanfaat. Mengembangkan sikap yang menggambarkan karakter moral yang baik, 5) *emosional*, aspek ini terkait dengan masalah kemampuan siswa melakukan respon terhadap kegiatan fisik melalui pemenuhan kebutuhan-kebutuhan dasar. Mengembangkan tindakan-tindakan positif dalam menonton dan keikutsertaan baik pada saat berhasil maupun kalah. Menyalurkan tekanan melalui kegiatan-kegiatan fisik yang bermanfaat. Mencari jalan keluar untuk ekspresi dan kreativitas untuk diri sendiri. Mewujudkan suatu pengalaman seni yang berasal dari kegiatan-kegiatan yang terkait. Berkemampuan untuk memiliki kegembiraan atau kesengsaraan.

Pendidikan jasmani menurut Khomsin (Gabbar 1975) ada tiga tujuan pokok yang harus dicapai, yaitu: a) psikomotor, b) kognitif, c) afektif. Aspek psikomotor meliputi pertumbuhan biologis, kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan dan keterampilan, efisiensi di dalam gerakan, dan sekumpulan dari

keterampilan gerak. Aspek kognitif merupakan kemampuan untuk berpikir (penelitian, kreativitas, dan hubungan) kemampuan perseptual, kesadaran gerak, dan dukungan atau dorongan akademik. Aspek afektif meliputi kegembiraan, konsep diri, sosialisasi (hubungan kelompok), sikap dan apresiasi untuk aktivitas fisik.

2.1.3 Pengertian Aktivitas Ritmik

Aktivitas ritmik adalah rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semata-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan di luar musik. (Agus Mahendra, 2008). Sutoto dkk (1993:21) menulis bahwa aktivitas ritmik adalah “kegiatan berirama”. Kegiatan ini berbentuk gerakan-gerakan berirama yang kreatif. Aktivitas ritmik dapat dikelompokkan menjadi dua kegiatan, yakni kelompok pertama adalah aktivitas ritmik terstruktur baku yaitu aktivitas gerak yang baku, mengikuti irama yang baku dan dilaksanakan secara baku di seluruh Indonesia, seperti aktivitas Senam Kesegaran Jasmani, Senam Santri, Senam Pramuka, Senam Indonesia Sehat, dll. Kelompok kedua adalah kelompok aktivitas ritmik terstruktur bebas yaitu aktivitas yang dilaksanakan melalui proses kreativitas guru dan siswa dimana gerak dan musiknya bebas tidak dibakukan secara nasional, artinya setiap sekolah atau kelompok belajar atau siapapun bebas berekspresi dan kreatif menciptakannya.

Menurut Satrio Ahmad Y. (2007:24), Aktivitas ritmik adalah pola gerak langkah dan olah tubuh yang dibentuk sedemikian rupa sehingga menghasilkan keindahan gerak beraturan dari gerakan yang satu ke gerakan yang lainnya.

Unsur-unsur dasar aktivitas ritmik cenderung lebih mengutamakan pola-pola langkah, ayunan lengan dan kaki meloncat-loncat, irama dalam aktivitas ritmik dapat berupa ketukan, musik, gamelan, dan sebagainya (Sumanto Y dan Sukiyo, 1992:13). Aktivitas ritmik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengembangkan orientasi gerak tubuh, sehingga anak-anak memiliki unsur-unsur kemampuan multilateral.

Menurut Sayuti Syahara dikutip F. Suharjana (2010:28), bahwa aktivitas ritmik dalam pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik sejauh guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk dapat mengekspresikan dirinya secara individual, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak. Disamping itu aktivitas ritmik dengan bimbingan dan dorongan guru dapat memberikan kepada anak-anak, kemampuan-kemampuan untuk menghasilkan dan mengontrol gerakan-gerakan indah dan harmonis. Melalui aktivitas ritmik anak-anak juga memperoleh pemahaman dan keluwesan gerak tubuhnya.

2.1.4 Keterampilan Gerak

Perkembangan keterampilan gerak merupakan salah satu tujuan dari dilaksanakannya program pendidikan jasmani di sekolah-sekolah. Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, aktivitas belajar gerak yang dikembangkan mencakup kemampuan gerak dasar. Menurut Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra (2000:20) "Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang

dimiliki anak yang digunakan untuk meningkatkan kualitas hidupnya”. Kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yaitu: kemampuan lokomotor, kemampuan non lokomotor, dan manipulatif (Pangrazidan Dauer, 1995 dalam Agus Mahendra dan Amung Mamun, 1998:156-157).

2.1.4.1 Kemampuan Gerak Locomotor

Gerakan lokomotor adalah gerak yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain. Yang termasuk kemampuan gerak lokomotor adalah melangkah, berjalan, berlari, melompat, meloncat, merangkak, dan berjingkat. 1) *melangkah* adalah suatu aktivitas dengan memindahkan tubuh dari suatu tempat ke tempat yang lain, yaitu dengan menggerakkan salah satu kaki ke depan, belakang, samping, dan serong, kemudian diikuti kaki yang satunya lagi, 2) *berjalan* merupakan aktivitas dengan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain dengan cara melangkahkan kaki secara berulang-ulang dan bergantian, 3) *berlari* adalah kegiatan yang dilakukan menyerupai gerakan berjalan, namun gerakannya lebih cepat dari pada berjalan dengan jangkauan kaki lebih jauh dan ada saat melayang, 4) *melompat* merupakan suatu aktivitas memindahkan tubuh ke depan, ke belakang, ke samping, serong kiri atau dengan bertumpu pada satu kaki dan mendarat dengan satu atau dua kaki, 5) *meloncat* merupakan aktivitas memindahkan tubuh ke depan ke belakang, ke samping atau serong dengan bertumpu pada kedua kaki, 6) *merangkak* merupakan suatu aktivitas menggerakkan tubuh dengan bertumpu pada bagian-bagian anggota tubuh yaitu telapak tangan, kedua lutut, dan kedua ujung jari kaki, 7) *berjingkat* merupakan aktivitas

memindahkan tubuh ke depan dengan cara bertumpu pada salah satu kaki, baik kaki kiri atau kaki kanan, dan mendarat pada kaki yang sama.

2.1.4.2 Kemampuan Gerak Non Lokomotor

Gerakan non lokomotor adalah aktivitas yang menggerakkan anggota tubuh pada porosnya dan pelaku tidak pindah tempat. Bentuk-bentuk gerak non lokomotor, yaitu menghindar, meregangkan otot, memutar, bergantung, menarik, dan mendorong. 1) *latihan menghindar*, sangat berguna dalam berbagai permainan maupun olahraga, menghindar dapat berupa menghindari benda maupun kawan atau lawan bermain, 2) *latihan peregangan* adalah latihan mengulur otot tubuh, dengan jalan melakukan fleksi atau ekstensi atau dengan cara yang lain, 3) *memutar (meliuk)* merupakan kemampuan bagaimana meliukkan tubuh kurang dari 180-200 derajat dan memutar tubuh 360 derajat, gerakan ini berguna untuk meningkatkan keseimbangan statis atau kesadaran vestibular, 4) *bergantung* adalah aktivitas menahan berat badan dengan jalan tangan memegang palang atau tali, 5) *menarik* adalah gerakan menggunakan tenaga terhadap objek atau orang lain agar objek atau orang yang jaraknya jauh dari penarik menjadi dekat dengan tubuh penarik, 6) *mendorong* adalah gerakan menggunakan tenaga terhadap objek atau orang lain agar objek atau orang yang jaraknya dekat dari pendorong menjadi jauh dengan tubuh pendorong.

2.1.4.3 Kemampuan Gerak Manipulatif

Gerakan manipulatif adalah keterampilan motorik yang melibatkan penguasaan terhadap objek di luar tubuh oleh tubuh atau bagian tubuh. Menurut Kogan (1982) dalam Agus Mahendra dan Amung Ma'mun (1998:157)

keterampilan ini perlu melibatkan koordinasi antara mata-tangan dan koordinasi mata kaki. Macam-macam gerak manipulatif adalah melempar, menangkap, menendang, menggiring, dan memukul. 1) *melempar* merupakan gerak manipulatif untuk menjauhkan objek dari tubuh dengan menggunakan satu atau dua tangan, 2) *menangkap* adalah keterampilan gerak dasar manipulatif untuk menghentikan momentum suatu objek dengan menggunakan tangan, 3) *menendang* adalah keterampilan gerak manipulatif di mana kaki digunakan untuk memukul objek, 4) *menggiring* adalah keterampilan gerak manipulatif yang menggunakan koordinasi antara mata-kaki dan mata-tangan, misalnya menggiring bola dari satu tempat ke tempat yang lain, 5) *memukul* adalah suatu aksi menggunakan satu atau dua tangan atau suatu alat untuk mendorong atau memberikan daya pada suatu objek.

2.1.5 Gerak Dasar Aktivitas Ritmik

Adapun gerak dasar aktivitas ritmik sebagai berikut:

2.1.5.1 *Marcin in place* adalah gerakan jalan di tempat.



Gambar 2.1.5.1 *Marcin in place*

2.1.5.2 *Single step* adalah teknik gerak kaki melangkah satu langkah ke kanan atau ke kiri.



Gambar 2.1.5.2 *Single step*

2.1.5.3 *Doble step* adalah teknik gerak kaki melangkah dua langkah ke kanan atau ke kiri.



Gambar 2.1.5.3 *Doble step*

2.1.5.4 *Single lunges* adalah gerakan membuka kaki kanan maupun kaki kiri satu kali dengan kaki kiri tetap di tempat kemudian kembali lagi ke tengah, kemudian membuka kaki kiri dengan kaki kanan diam di tempat. Gerakan dilakukan secara bergantian.



Gambar 2.1.5.4 *Single lunges*

2.1.5.5 *Doble lunges* adalah gerakan sama seperti *single lunges*, bedanya terletak pelaksanaannya yaitu membuka kaki kanan maupun kaki kiri dua kali.



Gambar 2.1.5.5 *Doble lunges*

2.1.5.6 *Hill touch* adalah gerakan kaki dengan tumit menyentuh lantai.



Gambar 2.1.5.6 *Hill touch*

2.1.5.7 *Knee up* adalah gerakan mengangkat lutut rata-rata air atau sampai sejajar dengan pusar/perut dengan telapak kaki menghadap lantai dan meruncing ke bawah.



Gambar 2.1.5.7 *Knee up*

2.1.5.8 *Lunges back* adalah gerakan melangkah kaki ke belakang. Gerakan dimulai dengan kaki kanan maupun kaki kiri kemudian kembali ke posisi awal dan segera diikuti langkah kaki kiri ke belakang. Gerakan dilakukan secara bergantian.



Gambar 2.1.5.8 *Lunges back*

2.1.5.9 *To touch* adalah gerakan kaki dengan ujung kaki menyentuh lantai.



Gambar 2.1.5.9 *To touch*

2.1.5.10 *For dan back* adalah gerakan maju mundur satu langkah diawali kaki kanan dan kembalinya kaki kanan.



Gambar 2.1.5.10 *For dan back*

2.1.5.11 *V step* adalah gerakan membentuk segitiga atau langkah segitiga.



Gambar 2.1.5.11 *V step*

2.1.5.12 *Single diagonal* adalah gerakan melangkah serong kanan satu kali di lanjut serong kiri satu langkah kemudian ke belakang serong kanan satu kali serong kiri satu kali.



Gambar 2.1.5.12 *Single diagonal*

2.1.5.13 *Doble diagonal* adalah gerakan melangkah serong kanan dua kali di lanjut serong kiri dua langkah kemudian ke belakang serong kanan satu kali serong kiri satu kali.



Gambara 2.1.5.13 *Doble diagonal*

2.1.5.14 *Forward dan backward* adalah gerakan melangkah empat langkah ke depan dan empat langkah ke belakang, di awali kaki kanan dan kembalinya kaki kanan.



Gambar 2.1.5.14 *Forward dan backward*

2.1.5.15 *Leg curl* adalah gerakan menekuk kaki ke arah pinggul dengan posisi awal kaki dibuka selebar bahu.



Gambar 2.1.5.15 *Leg curl*

2.1.5.16 *Squat* adalah gerakan membuka kaki selebar satu setengah lebar bahu dengan menekuk kedua lutut.



Gambar 2.1.5.16 *Squat*

2.1.5.17 *Mambo* adalah gerakan melangkahkan salah satu kaki ke depan dengan kaki yang lainnya tetap berada di tempat.



Gambar 2.1.5.17 *Mambo*

2.1.5.18 *Gripevine* adalah gerakan melangkah dua langkah ke kanan atau ke kiri seperti *double step*, tetapi dengan menyilangkan kaki ke belakang.



Gambar 2.1.5.18 *Gripevine*

2.1.5.19 *Jumping Jack* adalah gerakan membuka kedua kaki selebar satu setengah bahu sambil melompat kemudian menutupkan kembali.



Gambar 2.1.5.19 *Jumping Jack*

Sumber: (<http://knight45.blogspot.com/2012/09/step-dasar-dan-gerakan-lengan-senam.html>)

2.1.6 Irama Pengiring Aktivitas Ritmik

2.1.6.1 Irama Mars

Irama atau ritme mengandung suara musik yang berjalan secara teratur, sehingga menjadi sebuah pola. Setiap lagu selalu mengandung iramanya sendiri-sendiri yang dapat dibedakan antara yang cepat, lambat dan sedang. Dilihat dari kecepatan irama tersebut, maka beberapa irama dinamakan secara berbeda, misalnya irama-irama yang cepat dinamakan irama mars, sedang beberapa irama yang lambat disebut irama wals dan lain-lain. Irama mars termasuk ke dalam irama yang cepat dan umumnya bersuasana semangat, serta bersifat riang dan gembira. Oleh karena itu lagu-lagu mars cocok untuk menjadi pengiring dalam pembelajaran aktivitas ritmik. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

Beberapa contoh lagu yang bertempo lagu-lagu mars yang baik yang berirama $2/4$ dan $4/4$. Contoh lagu berirama $2/4$: 1) *Manuk Dadali*. 2) *Hari Merdeka*. 3) *Si Patokaan*. 4) *Bambu Runcing*. 5) *Huhatee*. Contoh lagu berirama $4/4$: 1) *Maju Tak Gentar*. 2) *Halo-halo Bandung*. 3) *Berkibarlah Benderaku*. 4) *Apuse*. 5) *Dari Sabang sampai Merauke*. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

2.1.6.2 Irama Walz

Irama walz berbeda dengan irama mars. Lagu dengan irama walz mempunyai tanda birama $\frac{3}{4}$, yang berarti bahwa pada setiap di antara dua garis birama dalam lagu mempunyai 3 hitungan (1,2,3). Ini berarti bahwa setiap not yang harganya $1/4$ (not balok) mendapat satu (1) hitungan, karena hitungan dalam irama walz berjumlah 1-2-3, maka langkah-langkah dalam lagu yang berirama walz menjadi kiri, kanan, kiri atau kanan, kiri, kanan. Lagu-lagu yang berirama

walz atau $3/4$ pada umumnya lebih lambat (*slow*) dibanding dengan lagu-lagu $4/4$ atau $2/4$, karena irama yang lambat sebagai pengiring, maka gerak langkah waltz pada dasarnya terkesan lebih halus dari pada tari gerak langkah irama mars dan cha-cha. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

Banyak lagu-lagu Indonesia populer atau lagu-lagu daerah yang berirama waltz yang dapat digunakan sebagai pengiring dari langkah irama waltz ini. Berikut contoh beberapa judul lagu berirama $3/4$ atau waltz: 1) *Desaku*. 2) *Burung Kakatua*. 3) *Burung Tantina dari Maluku*. 4) *Gunung Salahutu dari Maluku*. 5) *Naik-naik Kepuncak Gunung dari Maluku*. 6) *Madekdek Magambiri dari Tapanuli*. 7) *Lisoi*. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

2.1.6.3 Irama Cha-cha

Irama cha-cha adalah sama dengan irama mars, yakni memiliki birama $4/4$, yang berarti bahwa pada setiap di antara dua garis birama dalam lagu tersebut mempunyai empat (4) hitungan (1,2,3,4). Yang berarti pula bahwa setiap not yang berharga $1/4$ (not balok) mendapat satu (1) hitungan. Irama cha-cha mempunyai kekhususan, yaitu pada hitungan 3 dan 4, di tengah-tengahnya dengan jarak yang sama diberi hitungan (1) lagi (cha). Sehingga hitungannya bukan (1, 2, 3, 4) melainkan 1, 2, 3 cha 4, karena masing-masing 3, cha, 4 harganya sama maka dijadikan (dibaca) cha cha cha. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

Beberapa lagu ada yang asli berirama cha-cha, tetapi banyak juga yang gubahan. Lagu-lagu Indonesia populer atau lagu-lagu daerah banyak yang berirama cha-cha atau digubah menjadi irama cha cha. Berikut contoh beberapa judul lagu yang biasa berirama cha-cha: 1) *Mangga pisang jambu karya Bing*

Slamet. 2) Kampung Nan Jauh Dimato, lagu daerah Sumatera Barat. 3) Tinggi Gunung Seribu Janji oleh Ismail Marzuki. 4) Diwajahmu Kulihat Bulan karya Muchtar Embut. 5) Pakarena dari Sulawesi Utara. (Pontjopoetro, Soetoto dkk, 2002).

2.1.6.4 Irama Poco-poco

Irama poco-poco dalam satu lagu adalah sama dengan cha-cha yaitu mempunyai tanda birama 4/4, berarti bahwa dalam setiap di antara dua garis birama tersebut mempunyai empat (4) hitungan (1,2,3,4). Setiap not mempunyai harga $\frac{1}{4}$ (not balok) dan mendapat 1 hitungan. Berbeda dengan gerakan cha-cha, gerakan poco-poco lurus (1,2,3,4,5,6,7,8), sedangkan cha-cha 1,2,cha-cha-cha-5,6,cha-cha-cha. (Soetoto dkk, 1993).

2.1.7 Profil Guru Penjasorkes Sekolah Dasar di Kecamatan Tulis

Kecamatan Tulis merupakan salah satu kecamatan di kabupaten Batang dengan luas wilayah 45,09 Km² dengan ketinggian rata-rata 51m DPL, kecamatan Tulis terdiri dari 17 desa dengan batas wilayah yaitu di sebelah utara laut jawa, sebelah timur kecamatan Subah, sebelah barat kecamatan Kandeman dan sebelah selatan kecamatan Bandar. Di kecamatan Tulis terdapat 25 sekolah dasar yang terbagi di masing-masing desa, di setiap desa terdapat satu sampai tiga sekolah dasar yang tersebar di 17 desa yakni SD Tulis 01 dan 02, SD Wringingintung 01 dan 02, SD Posong, SD Sembojo, SD Beji 01,02 dan 03, SD Kaliboyo 01, SD Simbangdesa 01, SD Simbangjati, SD Ponowareng, SD Kenconorejo 01,02 dan 03, SD Kedungsegog 01 dan 02, SD Manggis, SD Jolosekti, SD Siberuk, SD Kebumen, SD Cluwuk dan SD Jrahapayung 01 dan 02. Di kecamatan Tulis

terdapat 30 jumlah guru penjasorkes sekolah dasar yang terbagi dimasing-masing sekolah dasar satu sampai dua guru penjasorkes. Guru penjasorkes di kecamatan Tulis berada di dalam Kelompok Kerja Guru Olahraga (KKGO) yang mempunyai anggota seluruh guru penjasorkes di kecamatan Tulis. Kelompok Kerja Guru Olahraga (KKGO) merupakan suatu wadah atau forum perkumpulan guru-guru penjasorkes di kecamatan Tulis yang dijadikan sebagai tempat saling bertukar pikiran (*sharing*) mengenai permasalahan yang dihadapi guru dalam kegiatan belajar mengajar maupun dalam rangka musyawarah guru penjasorkes dalam membahas kegiatan KKG penjasorkes kecamatan Tulis. Tim kerja KKG penjasorkes di kecamatan Tulis terbagi menjadi empat bidang. Yang pertama bidang kurikulum, yang kedua bidang media pembelajaran, yang ketiga bidang akademik dan yang terakhir adalah bidang sumber daya manusia, tiap bidang diketuai oleh seorang koordinator. Kegiatan KKG penjasorkes di kecamatan Tulis itu sendiri dilakukan setiap sebulan sekali.

2.2 Kerangka Berfikir

Aktivitas ritmik merupakan salah satu materi dalam penjasorkes yang bertujuan memperkaya pengalaman gerak sebanyak-banyaknya serta meningkatkan kesegaran jasmani para peserta didik. Pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah dasar melalui pola gerak dasar anak serta pengembangannya dengan tugas gerak yang sesuai dunia anak-anak, yaitu dunia yang penuh dengan fantasi, imajinasi, keinginan bergerak dan juga bermain yang mereka lakukan sesering mungkin. Pembelajaran aktivitas ritmik bagi anak sekolah dasar merupakan alat

untuk mencapai perkembangan menyeluruh, meliputi: fisik, mental, sosial, emosional dan moral.

Aktivitas ritmik telah lama dikenal dan dilakukan oleh siswa-siswi di sekolah, Hal tersebut yang mendasari alasan guru penjasorkes harus memahami materi aktivitas ritmik karena untuk menunjang pembelajaran aktivitas ritmik yang optimal. Mengingat begitu pentingnya pemahaman akan materi aktivitas ritmik, maka tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap materi tersebut harus menjadi prioritas, guna meningkatkan mutu guru yang merupakan perwujudan kemampuan guru dalam mengajar yang di dasari oleh kemampuan dalam menguasai bahan ajar dan *pedagogi*, serta penciptaan suasana yang kondusif untuk belajar.

2.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang masih lemah kebenarannya. Pendapat seorang ahli menyatakan bahwa: “Hipotesis merupakan jawaban yang sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul”. (Suharsimi Arikunto, 1993:62).

Pendapat Suharsimi Arikunto hampir sama dengan yang dikatakan oleh Soetrisno Hadi sebagai berikut: “Hipotesis adalah pernyataan yang masih lemah kebenarannya dan masih perlu dibuktikan kenyataannya”. (Sutrisno Hadi, 1981:257).

Berdasarkan kajian kerangka berfikir maka hipotesis dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik guru penjasorkes se-kecamatan Tulis kabupaten Batang ber kriteria tidak baik.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya (Suharsimi Arikunto, 2006:160). Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2008:2). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif / presentase*. Metode penelitian *deskriptif* adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif. (Soekidjo Notoatmodjo, 2005:138). Metode penelitian *deskriptif* digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang (Mohammad Ali, 1987:120). Sedangkan *kuantitatif* yaitu sebuah data yang berupa angka-angka, maka *deskriptif kuantitatif* adalah metode penelitian dengan tujuan untuk menjelaskan atau menerangkan dengan angka-angka atau presentase.

3.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2001:130). Totalitas semua nilai yang mungkin, hasil menghitung ataupun pengukuran kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya dinamakan populasi (Sudjana, 2002:6). Populasi dalam penelitian ini adalah guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang,

populasi berjumlah 30 guru penjasorkes dari 25 sekolah dasar di kecamatan Tulis kabupaten Batang.

3.2 Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi, Arikunto, 2006:131). Sebagian yang diambil dari populasi disebut sampel (Sudjana, 2002:6). Meskipun sampel sebagian kecil dari populasi namun kenyataan yang diperoleh oleh sampel harus dapat menggambarkan kenyataan dalam populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Dari keseluruhan jumlah guru penjasorkes sekolah dasar yang ada di kecamatan Tulis kabupaten Batang, peneliti mengambil seluruh sampel dari populasi yang ada.

3.3 Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian, ataupun apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:118). Berdasarkan masalah yang akan diteliti, maka variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang, variabel ini merupakan variabel tunggal.

3.4 Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

3.4.1 Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi, dan sebaliknya. (Suharsimi Arikunto, 2006:144).

Menurut Azwar (2009b:5-6) suatu tes atau alat pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Untuk menentukan tingkat validitas tes digunakan teknik *korelasi point biserial* dengan rumus:

$$r_{pbis} = \frac{M_p - M_t}{S_t} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

(Suharsimi Arikunto, 2006:252)

Keterangan:

- r_{pbis} : Koefisien korelasi point biserial
- M_p : Rerata skor total yang menjawab benar pada butir soal
- M_t : Rerata skor total
- S_t : Standar deviasi skor total
- p : Proporsi subyek yang menjawab benar pada setiap butir soal
- q : Proporsi subyek yang menjawab salah pada setiap butir soal

Kriteria:

Apabila $r_{pbis} > r_{tabel}$, maka butir soal valid

3.4.2 Reliabilitas

Reliabilitas adalah suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Suharsimi Arikunto, 2006:178). Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan.

Untuk menghitung reliabilitas digunakan rumus yang dikemukakan oleh Kuder dan Richardson yang dihitung dengan menggunakan rumus *korelasi KR-21* sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{M(k-M)}{k V_t} \right)$$

(Suharsimi Arikunto, 2006:189)

Keterangan:

k : Banyaknya butir soal

M : Rerata skor total

V_t : Varian total

Kriteria:

Apabila $r_{11} > r_{\text{tabel}}$, maka instrumen tersebut reliabel

3.5 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dimaksudkan untuk memperoleh data yang relevan dan akurat. Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

3.5.1 Metode angket atau kuesioner

Dalam penelitian ini metode yang digunakan untuk pengumpulan data adalah angket atau kuesioner. Angket yaitu cara pengumpulan data dengan menggunakan daftar isian atau daftar pertanyaan yang telah disiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga calon responden hanya tinggal mengisi atau menandainya dengan mudah dan cepat (Sudjana, 2002:8). Angket digunakan untuk mengetahui tanggapan responden terhadap pertanyaan yang diajukan.

Dengan angket responden mudah untuk memberikan jawaban, karena jawaban sudah disediakan dan hanya membutuhkan waktu yang singkat dalam menjawabnya.

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui. (Suharsimi Arikunto, 2006:151).

3.5.2 Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data dengan mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda dan sebagainya. (Suharsimi Arikunto, 2006:231).

3.6 Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif persentase. Rumus yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

$$DP = \frac{n}{N} \times 100$$

(Mohammad Ali, 1987:184)

Keterangan:

N : Jumlah seluruh

n : Nilai yang diperoleh

DP : Nilai dalam persen %

3.7 Skoring

Penilaian dalam instrumen penelitian ini, terdapat dua kriteria penilaian jawaban responden. Di mana untuk jawaban terhadap item pertanyaan tersebut terdapat kriteria penilaian terhadap poin-poin jawaban yang ada. Adapun poin-poin jawaban tersebut untuk jawaban “Ya” diberi skor 1 sedangkan untuk jawaban “Tidak” diberikan skor 0. Hasil analisis deskripsi persentase dikategorikan menjadi 2 yaitu baik dan tidak.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil analisis data beserta pembahasan penelitian merupakan suatu kegiatan ilmiah, oleh karena itu penelitian dilakukan secara berurutan, bertujuan dan sistematis. Agar penelitian berjalan sebagaimana yang ditentukan tepat pada waktunya dan hasilnya dapat dipertanggung jawabkan maka diperlukan persiapan penelitian. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauhmana tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 dengan alat ukur berupa angket atau kuesioner yang terdiri dari 45 butir pertanyaan.

Pendeskripsian ini terdapat dua kriteria penilaian jawaban responden terhadap item pertanyaan dalam instrumen. Di mana untuk jawaban terhadap item pertanyaan tersebut terdapat kriteria penilaian terhadap poin-poin jawaban yang ada. Adapun poin-poin jawaban tersebut untuk jawaban “Ya” diberi skor 1 sedangkan untuk jawaban “Tidak” diberikan skor 0. Hasil analisis deskripsi persentase dikategorikan menjadi 2 yaitu baik dan tidak. Setelah data terkumpul di analisis secara deskriptif untuk memaparkan tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012.

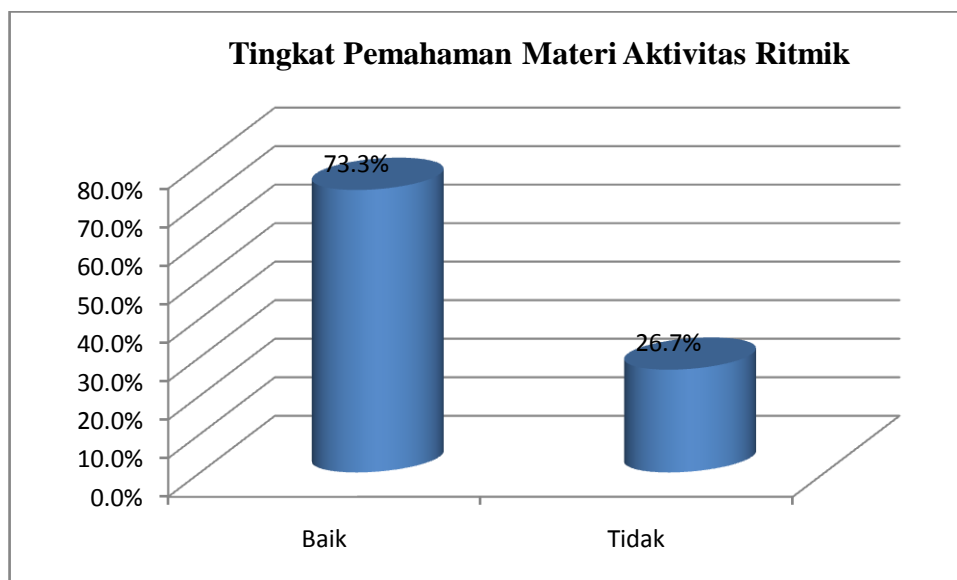
Deskriptif hasil penelitian tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012, seperti yang tertera pada tabel berikut.

Tabel 4.1
Deskriptif Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$50\% < \text{skor}\% \leq 100\%$	Baik	22	73.3%
$0\% \leq \text{skor}\% \leq 50\%$	Tidak	8	26.7%
Jumlah		30	100.0%

Sumber: Data primer diolah, 2012

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui dari 30 guru penjasorkes diperoleh keterangan tentang tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik sebagai berikut: 22 guru penjasorkes (73,3%) berpendapat bahwa tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria baik. 8 penjasorkes (26,7%) berpendapat bahwa tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria tidak baik. Secara rerata tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 sebesar 55% dan termasuk dalam kriteria baik. Untuk lebih jelasnya disajikan diagram batang tentang tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik sebagai berikut.



Gambar 4.1
Grafik Persentase Tingkat Pemahaman Materi Aktivitas Ritmik

Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 termasuk dalam kriteria baik.

4.2 Pembahasan

Penjasorkes adalah tahapan dari program pendidikan umum yang memberikan kontribusi pada keseluruhan pertumbuhan dan perkembangan pada anak, terutama melalui pengalaman gerakan. Ini adalah sebuah program pembelajaran yang memberikan perhatian pada semua domain pembelajaran, yaitu: psikomotorik, kognitif, dan afektif. Aktivitas ritmik merupakan salah satu materi dalam penjasorkes yang bertujuan memperkaya pengalaman gerak sebanyak-banyaknya serta meningkatkan kesegaran jasmani para peserta didik. Pembelajaran aktivitas ritmik di sekolah dasar melalui pola gerak dasar anak serta pengembangannya dengan tugas gerak yang sesuai dunia anak-anak, yaitu dunia

yang penuh dengan fantasi, imajinasi, keinginan bergerak dan juga bermain yang mereka lakukan sesering mungkin. Pembelajaran aktivitas ritmik bagi anak sekolah dasar merupakan alat untuk mencapai perkembangan menyeluruh, meliputi: fisik, mental, sosial, emosional dan moral.

Aktivitas ritmik dalam penjasorkes merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik sejauh guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk mengekspresikan dirinya secara individual, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak. Disamping itu aktivitas ritmik dengan bimbingan dan dorongan guru, dapat memberikan kepada anak-anak kemampuan-kemampuan untuk menghasilkan dan mengontrol gerakan-gerakan indah dan harmonis.

Aktivitas ritmik dalam kompetensi dasar pembelajaran penjasorkes dalam pelaksanaannya harus mengacu pada tujuan pendidikan diantaranya mengembangkan keterampilan diri dalam upaya pengembangan psikomotor dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas ritmik di sekolah. Aktivitas ritmik dalam penjasorkes tidak membedakan antara siswa laki-laki dan perempuan (pembedaan gender), jadi semua siswa dituntut untuk bergerak dan berperan aktif di dalamnya.

Berdasarkan hasil penelitian secara rerata tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 sebesar 55% dan termasuk dalam kriteria baik.

Guru memiliki arti penting, sebab ditangan guru sumber belajar, sarana dan prasarana, dan iklim pembelajaran menjadi suatu yang sangat berarti bagi kehidupan peserta didik. Guru adalah orang yang mengembangkan suasana bebas aktif bagi siswa untuk mendalami apa yang menarik baginya, mengekspresikan ide-ide kreativitasnya dalam batasan-batasan normal yang berlaku.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka penulis menyimpulkan bahwa tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 menunjukkan kriteria baik, yaitu sebanyak 22 guru penjasorkes (73,3%) tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria baik dan 8 guru penjasorkes (26,7%) tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik termasuk dalam kriteria tidak baik. Secara rerata tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 sebesar 55% dan termasuk dalam kriteria baik.

5.2 Saran

Berdasarkan simpulan, maka perlu penulis ajukan beberapa saran tentang tingkat pemahaman materi aktivitas ritmik terhadap guru penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan Tulis kabupaten Batang tahun 2012 sebagai berikut:

5.2.1 Dengan pemahaman yang telah dimiliki dalam kriteria baik, hendaknya para guru penjasorkes untuk dapat mempertahankan kemampuannya tersebut dan lebih meningkatkan kinerjanya agar mutu pembelajaran semakin baik.

5.2.2 Bagi kepala sekolah dan pengelola diharapkan dapat menyediakan sarana dan prasarana sebagai penunjang dalam pembelajaran aktivitas ritmik, supaya tercapai pembelajaran aktivitas ritmik yang efektif dan optimal.

5.2.3 Besar harapan ada penelitian sejenis yang mengkaji aktivitas ritmik dalam cakupan yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., dan A. Manadji. (1994). *Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani. Proyek Pengembangan dan Peningkatan Mutu Dan Tenaga Kependidikan*. Dirjen Dikti, Depdiknas.
- Agus Mahendra dan Amung Ma'mun, 1998, *Teori Belajar dan Pembelajaran Motorik*, Bandung: IKIP Bandung Press.
- Agus Mahendra. 2000. *Senam*. Jakarta : Direktorat Jendral Indonesia.
- Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan dalam Pespektif Islam*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1994.
- Ahmad Y Satrio. 2007. *Senam*. PT Indahjaya Adipatra.
- Amung Ma'mun dan M. Saputra Yudha. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta : Depdiknas.
- Azwar, S. 2009. *Reliabilitas Dan Validitas (Edisi ke 3)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bucher, C.A., (1979), *Foundations of Physical Education*, The C.V. Mosby Company, London.
- Depdiknas (2003), *Kurikulum 2004, Standar Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*, Jakarta, Depdiknas.
- Depdiknas, 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Djoko Adi Walujo (2008/2009), *Hakikat Guru-Hakikat Belajar-Hakikat Pendidikan*, [Online] Tersedia: <http://kafeguru.blogspot.com/2008/09/hakikat-guru-hakikat-belajar-hakikat.html>
- Engkos Kosasih. (1985). *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Presindo.
- Fakultas Ilmu Keolahragaan. 2011. *Buku Panduan Penulisan Skripsi*. Semarang: UNNES.
- F. Suharjana. (2010). *Aktivitas Ritmik dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia (Nomor 2 tahun 2009). Hal. 28-35.

- Khomsin (2000). *Paradigma Baru Pendidikan Jasmani di Indonesia Dalam Era Reformasi*. Makalah disampaikan pada Acara Konvensi Nasional Pendidikan Indonesia. Hotel Indonesia. Jakarta: 19-22 September.
- Mohammad Ali. 1987. *Penelitian Pendidikan Prosedur dan strategi*. Bandung: Angkasa.
- Muhibin Syah, 2009. Bahan Pelatihan PAIKEM. Bandung: PLPG UIN Sunan Kalijaga.
- Nadisah, 1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Depdikbud: Jakarta.
- Pontjopoetro, Soetoto, dkk. *Permainan Anak, Tradisional dan Aktivitas Ritmik*. Modul. Pusat Penerbitan UT. 2002.
- Rusli Lutan. (1996/1997), *Hakekat dan Karakteristik Penjaskes*, Jakarta, Depdikbud.
- Rupert C. Lodge, *Philoshopy of Education*, New York: Harer & Brothers, 1974
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Soekidjo Notoatmodjo. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono, (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Suharsimi Arikunto. (1993). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 2001. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumanto Y, Sukiyo.1992. *Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek pembinaan Tenaga Kependidikan.

Suparno Paul, 1997. *Filsafat Konstruktivisme dalam Pendidikan*. Kanisius, Yogyakarta.

Sutoto dkk (1993), *Pendidikan Permainan anak dan Aktivitas Ritmik*, Jakarta, Depdikbud.

Sutrisno Hadi. 1981. *Statistik 2*. Yogyakarta: penerbit Andi Offset.

Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem pendidikan Nasional

batangkab.bps.go.id/Subyek_Statistik/.../TULIS/BAB%20I.pdf

<http://id.shvoong.com/socialsciences/education/2043347pengertian-pendidikan/>

<http://knight45.blogspot.com/2012/09/step-dasar-dan-gerakan-lengan-senam.html>

<http://pbprimaciptautama.blogspot.com/2007/06/falsafah-pendidikan-jasmani.html>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

USULAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
 FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 JURUSAN ILMU KEPELATIHAN OLAH RAGA
 Gedung F, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024 70774085
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik@unnes.ac.id

Nomor : 28/PP.3.1.30/I/2012
 Lamp. :
 Hal : Usulan Pembimbing

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan
 Universitas Negeri Semarang

Merujuk Keputusan Rektor Unnes Nomor 164/O/2004 tentang Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program S1 pasal 7 mengenai penentuan pembimbing, dengan ini saya usulkan

1. Nama : Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd
 NIP : 197805252005011002
 Pangkat/Golongan : III/c - Penata
 Jabatan Akademik : Lektor
 Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Drs. MARGONO, M.Kes.
 NIP : 196012101986011001
 Pangkat/Golongan : IV/a - Pembina
 Jabatan Akademik : Lektor Kepala
 Sebagai Pembimbing II

Dalam penyusunan skripsi/Tugas Akhir oleh mahasiswa

- Nama : YUNAN PRIMANDA
 NIM : 6301408125
 Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
 Topik : Teknik Dasar Senam Aerobic dan Peningkatannya

Untuk itu, mohon diterbitkan surat penetapannya.

Semarang, 31 Januari 2012
 Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan,

 Drs. Hermawan, M.Pd.
 NIP. 195904011988031002



Lampiran 2

PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING

**KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

Nomor : **172 / PK / 2012**

**Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI/TUGAS AKHIR SEMESTER GASAL/GENAP
TAHUN AKADEMIK 2011/2012**

- Menimbang** : Bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Ilmu Kepeleatihan Olah Raga/Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi/Tugas Akhir, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Ilmu Kepeleatihan Olah Raga/Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES untuk menjadi pembimbing.
- Mengingat** : 1. SK. Rektor UNNES No. 164/O/2004 tentang Pedoman penyusunan Skripsi/Tugas Akhir Mahasiswa Strata Satu (S1) UNNES;
2. SK Rektor UNNES No.162/O/2004 tentang penyelenggaraan Pendidikan UNNES;
3. Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Tambahan Lembaran Negara RI No.4301, penjelasan atas Lembaran Negara RI Tahun 2003, Nomor 78)
- Memperhatikan** : Usulan Ketua Jurusan/Prodi Ilmu Kepeleatihan Olah Raga/Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Tanggal 31 Januari 2012

MEMUTUSKAN

- Menetapkan** :
PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada :
1. Nama : Arif Setiawan, S.Pd, M.Pd
NIP : 197805252005011002
Pangkat/Golongan : III/c - Penata
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Drs. MARGONO, M.Kes.
NIP : 198012101986011001
Pangkat/Golongan : IV/a - Pembina
Jabatan Akademik : Lektor Kepala
Sebagai Pembimbing II
- Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi/Tugas Akhir :
Nama : YUNAN PRIMANDA
NIM : 6301408125
Jurusan/Prodi : Ilmu Kepeleatihan Olah Raga/Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Topik : Teknik Dasar Senam Aerobic dan Peningkatannya
- KEDUA** : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.



DITETAPKAN DI : SEMARANG
TANGGAL : 7 Januari 2012

- Tembusan**
1. Pembantu Dekan Bidang Akademik
2. Ketua Jurusan
3. Dosen Pembimbing
4. Pertinggal



FM-03-AKD-24/Rev. 00

Halaman : 1

Printed by: Syntau on 05-Feb-12 09:02:47

Lampiran 3



IJIN PENELITIAN
KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
 Gedung F1 Lt. 2, Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang 50229
 Telepon: 024-8508007
 Laman: <http://fik.unnes.ac.id>, surel: fik_unnes@telkom.net

No. : 5120/UN.97.1.6/PL/2012
 Lamp :
 Hal : Ijin Penelitian

Kepada
 Yth. SRIYANTO, S.Pd UPT DISDIKPORa KEC. TULIS
 di UPT DISDIKPORa KEC. TULIS

Dengan Hormat,
 Bersama ini, kami mohon ijin pelaksanaan penelitian untuk menyusun skripsi/tugas akhir oleh mahasiswa sebagai berikut:

Nama : YUNAN PRIMANDA
 NIM : 6301408125
 Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
 Topik : Teknik Dasar Senam Aerobic dan Peningkatannya

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Semarang, 04 September 2012

Dekan,

Drs. H. Harry Pramono, M.Si.
 NIP. 195910191985031001



Lampiran 4

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

PEMERINTAH KABUPATEN BATANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
UPTD KECAMATAN TULIS

Alamat : Jalan Raya Simbangdesa Tulis Batang 51261, Telp (0285) 4493286

Nomor : 421-4 / 029 / 2013
Lampiran :
Hal : Surat Keterangan

Kepada
Yth Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES
Di Semarang

Dengan Hormat,
Kepala UPT Disdikpora Kecamatan Tulis menerangkan bahwa :

Nama : YUNAN PRIMANDA
NIM : 6301408125
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Topik : Teknik Dasar Senam Aerobic dan Peningkatanya

Telah melaksanakan penelitian pada tanggal 19 September sampai dengan 20 September 2012
dengan sampel guru penjas Orkes se Kecamatan Tulis

Demikian Surat Keterangan ini kami buat atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih

21 Januari 2013

Kepala

SRIYANTO, S.Pd
 NIP. 19600626 198601 1 003

Lampiran 5

INSTRUMEN PENELITIAN
ANGKET PENELITIAN

**PROFIL TINGKAT PEMAHAMAN MATERI AKTIVITAS RITMIK
TERHADAP GURU PENJASORKES SEKOLAH DASAR
SE-KECAMATAN TULIS KABUPATEN BATANG TAHUN 2012**

A. Identitas Responden

Nama :
Jenis Kelamin : Perempuan/Laki-laki*
Pendidikan Terakhir : SMA/D1/D2/D3/S1/S2/S3*
Program Studi :
Nama Sekolah :

B. Petunjuk Pengisian

1. Isilah Nama, Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir, Program Studi dan Nama Sekolah anda.
2. Berikanlah tanda (V) pada jawaban yang paling sesuai dengan pilihan anda.
3. Tiap jawaban yang anda berikan isilah pada pilihan yang tersedia.
4. Isilah angket dengan jujur dan objektif.
5. Terimakasih atas bantuan dan kerjasama anda.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Aktivitas ritmik mengandung arti kegiatan berirama yang berbentuk gerakan-gerakan berirama yang kreatif.		
2	Kelentukan termasuk unsur utama dalam aktivitas ritmik.		
3	Gerakan permulaan dalam aktivitas ritmik adalah gerakan pemanasan.		
4	Gerakan permulaan pada latihan inti dalam aktivitas ritmik biasanya gerakan low impact.		
5	Gerakan penutup pada latihan aktivitas ritmik biasanya gerakan high impact.		
6	Gerakan aktivitas ritmik yang mudah dipelajari adalah <i>Marching</i> .		
7	Pendaratan kaki yang benar saat melakukan langkah biasa aktivitas ritmik diawali oleh tengah telapak kaki.		
8	Irama yang mengiringi aktivitas ritmik berupa musik, tepukan tangan, hitungan, atau ketukan yang diberikan oleh pemberi aba-aba.		
9	Aktivitas ritmik merupakan olahraga yang memerlukan oksigen.		
10	Berdasarkan gerakannya aktivitas ritmik identik untuk latihan koordinasi gerakan.		
11	Pada saat melakukan aktivitas ritmik sikap awal pandangan yaitu ke arah kaki.		
12	Salah satu tujuan aktivitas ritmik adalah meningkatkan kemampuan jantung dan paru-paru.		
13	Melompat termasuk gerakan dalam aktivitas ritmik low impact.		
14	Aktivitas ritmik dibagi menjadi aktivitas ritmik terstruktur baku dan aktivitas ritmik terstruktur bebas.		
15	Gerakan mengayun, tinju, memompa, merupakan gerakan tangan dalam aktivitas ritmik.		
16	SKJ, Senam Santri, Senam Pramuka, Senam Indonesia Sehat, termasuk kedalam aktivitas ritmik terstruktur bebas.		
17	Aspek yang ditekankan dalam pelaksanaan aktivitas ritmik adalah kegembiraan.		
18	<i>Marching</i> , merupakan gerakan awal dalam aktivitas ritmik yaitu jalan di tempat.		
19	<i>Knee up</i> , Gerakan kaki ke depan dengan menyentuhkan tumit ke lantai dengan arah jari-jari kaki ke atas.		
20	<i>Heel touch</i> , adalah gerakan mengangkat paha.		

21	<i>Single diagonal</i> , Gerakan satu kaki ke samping satu kali dan satu kaki tetap sebagai tumpuan.		
22	<i>Single lunges</i> , Gerakan serong ke samping satu langkah.		
23	<i>Heel touch, Too touch, Mambo, Cha-cha</i> merupakan gerakan high impact.		
24	<i>Jumping jack, Higt kick, Knee up</i> merupakan gerakan low impact.		
25	<i>Jogging</i> , Menggerakkan atau menekukan kaki ke arah pantat.		
26	<i>For and back</i> , Gerakan kaki ke belakang secara bergantian.		
27	<i>Lunges back</i> , Gerakan maju mundur satu langkah.		
28	<i>V step</i> , Gerakan membentuk huruf 'V' atau langkah segitiga, ke depan atau ke belakang dengan tetap menjaga arah lutut ke depan.		
29	<i>Single step</i> , Gerakan ke samping satu langkah kemudian satu kaki ditekuk ke belakang.		
30	<i>Leg Curl</i> , Gerakan melangkah ke samping kanan satu langkah kemudian kembali ke kiri satu langkah.		
31	<i>Gripevine</i> , Gerakan melangkah dua langkah ke kanan atau ke kiri dengan menyilangkan kaki ke belakang.		
32	<i>Toe touch</i> , Gerakan satu kaki ke depan dengan ujung kaki ditempelkan lantai dengan tumit diangkat.		
33	<i>Marching</i> , hanya dilakukan pada saat gerakan high impact.		
34	<i>Squat</i> , Gerakan melangkahkan salah satu kaki ke depan dan ke belakang dengan kaki yang lainnya tetap berada di tempat.		
35	<i>Mambo</i> , Gerakan membuka kaki selebar satu setengah lebar bahu, kemudian menekuk kedua lutut.		
36	<i>Skiping</i> , Gerakan menendang atau meluruskan kaki ke depan.		
37	<u>Chest Pres</u> , Gerakan mendorong kedua lengan ke bawah seperti memompa.		
38	<u>Butterfly/open the window</u> , Gerakan membuka dan menutup lengan bawah di depan wajah.		
39	<i>Twist (hip shake)</i> , Gerakan memutar pinggul ke kiri atau ke kanan.		
40	<u>Pumping</u> , Gerakan mendorong lengan ke depan dada.		

41	<u>Arm swing, Gerakan mengayun lengan dalam keadaan lurus atau tertekuk.</u>		
42	<u>Tricep extention, Gerakan menekuk (flexi) persendian siku dan meluruskanya kembali.</u>		
43	<i>Shoulder pres up</i> , Gerakan mengangkat tangan dari depan perut bawah ke arah dada.		
44	<i>Bicep Curl</i> , Gerakan meluruskan lengan, gerakan ini bertujuan untuk melatih otot lengan belakang.		
45	<u>Up right row, Gerakan mendorong lengan ke atas.</u>		

Lampiran 6

TABEL DATA HASIL PENELITIAN
TINGKAT PEMAHAMAN MATERI AKTIVITAS RITMIK

No	Responden	Soal																																													JUMLAH	%	Kategori		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45					
1	Budi Santoso, A.Ma	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	24	53,3%	Baik			
2	Arif Ismaryanto, A.Ma	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	29	64,4%	Baik		
3	Sudiro, S.Pd	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	25	55,6%	Baik		
4	Suci Istiana Sari, A.Ma	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	26	57,8%	Baik		
5	Imung Kurniawan, S.Pd	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	23	51,1%	Baik		
6	Bekti Firmantomo, S.Pd	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	31	68,9%	Baik		
7	Salamah, S.Pd	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	27	60,0%	Baik	
8	Triki Astriani, S.Si	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	20	44,4%	Tidak	
9	Eko Juniarto, A.Ma	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22	48,9%	Tidak	
10	Edi Susianto, SE	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	25	55,6%	Baik	
11	Triyani, A.Ma	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	24	53,3%	Baik	
12	Sunarto, S.Pd	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	26	57,8%	Baik
13	Puji Haryadi, A.Ma	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	22	48,9%	Tidak
14	M. Jamal Nasher, S.Pd	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	31	68,9%	Baik	
15	Selviya Tristian P, S.Si	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	26	57,8%	Baik	
16	Arliyanto, A.Ma	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	25	55,6%	Baik	
17	Kudung Mastakim, A.Ma	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	18	40,0%	Tidak
18	Subhan Fatmori, S.Pd	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	21	46,7%	Tidak	
19	Nasythan H, A.Ma Pd	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	23	51,1%	Baik	
20	Sudaman, S.Pd	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	21	46,7%	Tidak	
21	Seltawan, A.Ma Pd	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	27	60,0%	Baik	
22	M. Adil Amri, S.Si	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	28	62,2%	Baik	
23	Hartono, A.ma	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	26	57,8%	Baik	
24	Muh. Munif, A.ma	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	22	48,9%	Tidak	
25	Tumimeng, S.Pd	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	25	55,6%	Baik
26	Sariban, A.ma	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	25	55,6%	Baik
27	Mujiono, A.Ma Pd	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	31	68,9%	Baik	
28	Wiyana, S.Pd	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	27	60,0%	Baik	
29	Yakub Kurniawan, A.Ma	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	19	42,2%	Tidak
30	Supardi, A.Ma	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	23	51,1%	Baik
Jumlah		30	10	28	22	24	21	22	26	26	22	21	22	16	21	22	15	20	22	11	19	10	9	7	13	12	6	6	25	12	17	23	19	22	11	13	10	7	23	22	12	18	5	9	6	742					
Rata-rata		1	0,33	0,93	0,73	0,8	0,7	0,73	0,87	0,87	0,73	0,7	0,73	0,53	0,7	0,73	0,5	0,67	0,73	0,37	0,63	0,33	0,3	0,23	0,43	0,4	0,2	0,2	0,83	0,4	0,57	0,77	0,63	0,73	0,37	0,43	0,33	0,23	0,77	0,73	0,4	0,6	0,17	0,17	0,3	0,2	24,73333		Baik		

Lampiran 8

PERHITUNGAN VALIDITAS UJI COBA INSTRUMEN PENELITIAN

Rumus

$$r_{pbis} = \frac{M_p - M_t}{S_t} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

Keterangan:

 M_p = Rerata skor total yang menjawab benar pada butir soal M_t = Rerata skor total S_t = Standart deviasi skor total p = Proporsi guru yang menjawab benar pada setiap butir soal q = Proporsi guru yang menjawab salah pada setiap butir soal**Kriteria**Apabila $r_{pbis} > r_{tabel}$, maka butir soal valid.**Perhitungan**

Berikut ini contoh perhitungan pada butir soal no 1, selanjutnya untuk butir soal yang lain dihitung dengan cara yang sama, dan diperoleh seperti pada tabel analisis butir soal.

No	Kode	Butir soal no 1 (X)	Skor Total (Y)	Y ²	XY
1	UC-01	1	37	1369	37
2	UC-02	1	34	1156	34
3	UC-03	1	39	1521	39
4	UC-04	0	9	81	0
5	UC-05	1	11	121	11
6	UC-06	1	26	676	26
7	UC-07	1	40	1600	40
8	UC-08	1	19	361	19
9	UC-09	1	18	324	18
10	UC-10	1	14	196	14
11	UC-11	0	11	121	0
12	UC-12	1	45	2025	45
13	UC-13	1	31	961	31
14	UC-14	1	35	1225	35
15	UC-15	1	15	225	15
16	UC-16	1	22	484	22
17	UC-17	1	12	144	12
18	UC-18	0	12	144	0
19	UC-19	1	12	144	12
20	UC-20	1	40	1600	40
Jumlah		17	482	14478	450

Berdasarkan tabel tersebut diperoleh:

$$M_p = \frac{\text{Jumlah skor total yang menjawab benar pada no 1}}{\text{Banyaknya guru yang menjawab benar pada no 1}} = \frac{450}{17} = 26,47$$

$$M_t = \frac{\text{Jumlah skor total}}{\text{Banyaknya guru}} = \frac{482}{20} = 24,10$$

$$p = \frac{\text{Jumlah skor yang menjawab benar pada no 1}}{\text{Banyaknya guru}} = \frac{17}{20} = 0,85$$

$$q = 1 - p = 1 - 0,85 = 0,15$$

$$S_t = \sqrt{\frac{14478 - \frac{(482)^2}{20}}{20}} = 11,96$$

$$r_{pbis} = \frac{26,47 - 24,10}{11,96} \sqrt{\frac{0,85}{0,15}} = 0,472$$

Pada $\alpha = 5\%$ dengan $n = 20$ diperoleh $r_{tabel} = 0,444$
 Karena $r_{pbis} > r_{tabel}$, maka soal no 1 valid.

Lampiran 9

**PERHITUNGAN RELIABILITAS UJI COBA
INSTRUMEN PENELITIAN**

Rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{M(k-M)}{k Vt} \right)$$

Keterangan:

- k : Banyaknya butir soal
M : Rerata skor total
Vt : Varians total

Kriteria

Apabila $r_{11} > r_{\text{tabel}}$, maka instrumen tersebut reliabel.

Berdasarkan tabel pada analisis ujicoba diperoleh:

$$Vt = \frac{14478 - \frac{(482)^2}{20}}{20} = 143,090$$

$$M = \frac{\Sigma Y}{N} = \frac{482}{20} = 24,10$$

$$r_{11} = \left(\frac{45}{45-1} \right) \left(1 - \frac{24,10(45-24,10)}{45 \times 143,090} \right)$$

$$= 0,943$$

Pada $\alpha = 5\%$ dengan $n = 20$ diperoleh $r_{\text{tabel}} = 0.444$

Karena $r_{11} > r_{\text{tabel}}$, dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel

Lampiran 10

DAFTAR ANGGOTA PEMBANTU PENELITIAN

NO	NAMA	KETERANGAN
1	Bpk. M. Jamal Nasher, S.Pd	Ketua KKGO Kec. Tulis
2	Bpk. Beki Firmantomo, S.Pd	Wakil Ketua KKGO Kec. Tulis
3	Annisa Prihantari	Mahasiswa FIK
4	M. Ripki Setiawan	Mahasiswa FIK

Lampiran 11

DAFTAR HADIR RESPONDEN PENELITIAN

NO	NAMA	NAMA SEKOLAH	TANDA TANGAN
1	Budi Santoso	SD Kencanorejo 03	1.
2	Knif Ismaryanto	SD Tulis 02.	2.
3	Sudiro, S.Pd	SD Kencanorejo 03	3.
4	Suci Istiana Sari	SDN Tulis 01	4.
5	MUNG Kurniawan.	SDN Kaliboyo 01	5.
6	Bekti Firmantomo, S.Pd	SDN Beji 01	6.
7	Salimah	SDN Kaliboyo 01	7.
8	TITIK ASTRIANI	SDN PAUOWAREJO	8.
9	EKO JUNIANTO	SDN W. Gintung 02	9.
10	Edi Suroto	SDN TULIS 02	10.
11	Triyani	SD N. Kencanorejo 01	11.
12	Sunanto	SDN CHUCCIK	12.
13	pup haryadi	SDN Kencanorejo 02	13.
14	M. Jamal Nasher	SD Simbangdesa 01	14.
15	Selvia T.P.	SD Simbang desa 01	15.
16	AFRIANTO	SD N. W. GINTUNG 01	16.
17	K. Murtakim	SD N. BEJI 03	17.
18	SULTAN FATHONI	SD N. JAKAHPRATUNG 01	18.
19	Mas-tihan Hafidzin	SD N BEJI 02	19.
20	Su darman	SDN. Manggis	20.

21	SETIAWAN	SDN SIBERUK	21. FEB 2019
22	M. Adil Amri	SDN Kedungsego 01	
23	Hartono. A.Ma	SDN Ponowareng	Hk.
24	Muh. Munif.	SD Kedungsego 02	Muh
25	Tumirum S.Pd	SD N Simbangjanti	CP
26	SARIBAN A.Ma.	SD N KEBUMEN.	
27	Mujiono	SDN Krakapung.	
28	Wigama. S.Pd	SDN Jobsekti	
29	Yakub Kurniawan A.Ma	SD Posong	
30	Supardi	SDN Sembojo	
31			
32			
33			
34			
35			

Lampiran 12

DOKUMENTASI

RESPONDEN MENGISI DAFTAR HADIR



PENJELASAN SEBELUM PENGAMBILAN ANGET



PROSES PENGISIAN ANGKET



FOTO ANGGOTA RESPODEN



FOTO PENELITI DAN PEMBANTU PENELITIAN