



**PERSEPSI GURU PENDIDIKAN JASMANI TENTANG MASKULINITAS
SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM AEROBIK DI SMA NEGERI
KOTA SEMARANG TAHUN 2019**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang**

**Oleh
Edy Wijayanto
6101415029**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Edy Wijayanto. 2019. Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Tentang Maskulinitas Siswa Dalam Pembelajaran Senam Aerobik di SMA Negeri Kota Semarang Tahun 2019. Skripsi Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Ipang Setiawan, S. Pd.,M. Pd.

Kata kunci : Persepsi, Maskulinitas, Senam Aerobik, Peserta Didik.

Persepsi merupakan pandangan seseorang terhadap suatu objek yang diterima pancaindra. Dalam proses pembelajaran senam aerobik terdapat peserta didik dengan karakteristik maskulinitas yang identik dengan gagah dan kelaki-lakian yang cenderung mengalami tidak kepercayaan diri dikarenakan pembelajaran senam aerobik sebagian besar di senangi siswa perempuan. Sehingga memunculkan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana persepsi guru pendidikan jasmani tentang maskulinitas terhadap pembelajaran senam aerobik pada peserta didik Sekolah Menengah Atas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan persepsi, hambatan serta tindakan guru pada pembelajaran senam aerobik.

Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan metode penelitian meliputi observasi, wawancara dan dokumentasi. Sasaran dalam penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani SMA Negeri dengan teknik analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian: 1) Persepsi guru terhadap peserta didik yang maskulin yang mengikuti pembelajaran senam aerobik adalah peserta didik yang aktif, tetapi kurang tanggap dalam mengikuti pembelajaran senam aerobik. 2) Hambatan yang dihadapi guru peserta didik yang maskulin lebih sulit dalam melaksanakan koordinasi gerakan senam aerobik dengan pola gerakan atau koreo yang rumit. 3) guru mempunyai strategi untuk membuat kegiatan belajar mengajar menjadi menyenangkan, menggembirakan dan bersemangat sehingga anak bisa termotivasi.

Simpulan dalam penelitian ini bahwa persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik sudah berjalan dan mengakomodir karakteristik peserta didik yang ada. Hambatan yang dihadapi guru pendidikan jasmani diantaranya peserta didik maskulin sulit untuk diatur dan terkadang tidak menjalankan instruksi dari guru. Saran yang diajukan yaitu kepada guru pendidikan jasmani selaku fasilitator dalam kegiatan pembelajaran harus mampu menumbuhkan suasana belajar yang menarik, menyenangkan dan menggembirakan.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, Saya:

Nama : Edy Wijayanto
NIM : 6101415029
Jurusan/Prodi : PJKR/PJKR
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Judul Skripsi : "PERSEPSI GURU PENDIDIKAN JASMANI TENTANG MASKULINITAS SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM AEROBIK DI SMA NEGERI KOTA SEMARANG TAHUN 2019"

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik keseuruhannya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli ataupun orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah Republik Indonesia.

Semarang, _____



Edy Wijayanto
NIM. 6101415029

HALAMAN PERSETUJUAN

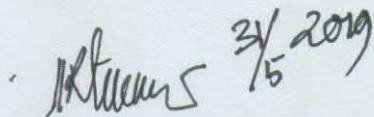
Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke Sidang Panitia Ujian Skripsi Jurusan Pendidikan Kesehatan Jasmani Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Hari :

Tanggal :

Menyetujui,

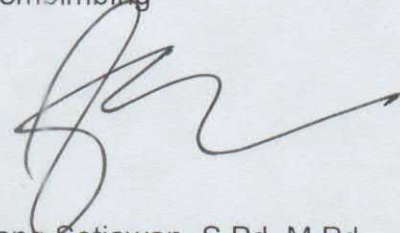
Ketua Jurusan PJKR



Dr. Mugiyo Hartono, M. Pd.

NIP. 19610903 198803 1 002

Pembimbing



Ipang Setiawan, S.Pd. M.Pd

NIP. 1975 0825 2008 12 1001

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Edy Wijayanto NIM. 6101415029 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. Judul "PERSEPSI GURU PENDIDIKAN JASMANI TENTANG MASKULINITAS SISWA DALAM PEMBELAJARAN SENAM AEROBIK DI SMA NEGERI KOTA SEMARANG TAHUN 2019" telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari selasa, tanggal 2 Juli 2019.

Panitia Ujian


Ketua Ujian
Prof. Dr. Tandiyono Rahayu, M. Pd.
NIP. 19610320198403 2 001


Sekretaris Ujian
Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd
NIP. 19610903 198803 1 002

Dewan Penguji,

1. Dr. Bambang Priyono, M.Pd
NIP. 19600422 198601 1 001

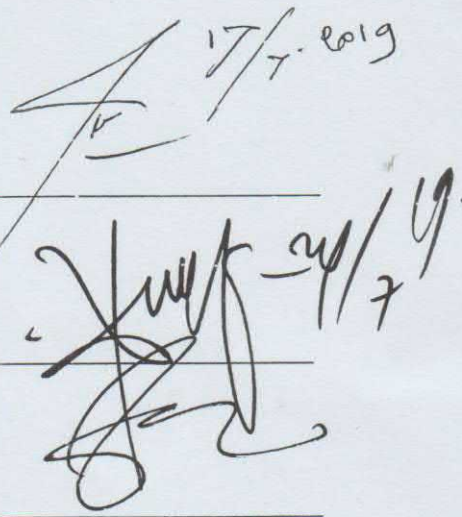
(Ketua) _____

2. Dr. Tommy Soenyoto, S.Pd. M.Pd
NIP. 19770303 200604 1 003

(Anggota) _____

3. Ipang Setiawan, S.Pd. M.Pd
NIP. 19750825 200812 1 001

(Anggota) _____


17/7. 2019

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- Menulis adalah sebuah keberanian (Pramoedya Ananta Toer).
- Tuhan tidak menuntut kita untuk sukses. Tuhan hanya menyuruh kita berjuang tanpa henti (Emha Ainun Nadjib).

Kupersembahkan untuk:

- Ibu dan Bapak tercinta (Ibu Kunarsih dan Bapak Muhammad Amin) atas doa dan perjuangannya
- Adikku Rifky Saiful Ari serta Keluarga besarku atas dukungan dan kasih sayangnya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah mencurahkan segala rahmat, hidayah dan inayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Persepsi Guru Pendidikan Jasmani Tentang Maskulinitas Siswa Dalam Pembelajaran Senam Aerobik Di SMA Negeri Kota Semarang Tahun 2019” sebagai syarat untuk mencapai gelar sarjana pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan kerendahan hati dan ketulusan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang, yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk memperoleh pendidikan formal di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan izin dan rekomendasi penelitian sehingga penelitian ini dapat dilaksanakan.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan pengarahan selama menempuh studi di Universitas Negeri Semarang.
4. Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing yang memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyelesaian skripsi ini dengan baik.
5. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan terutama di jurusan pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi yang telah mendorong dan membantu penelitian.

6. Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang di pimpinnya.
7. Kepala Sekolah SMA Negeri 2 Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang di pimpinnya.
8. Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang di pimpinnya.
9. Kepala Sekolah SMA Negeri 6 Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang di pimpinnya.
10. Kepala Sekolah SMA Negeri 14 Semarang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di sekolah yang di pimpinnya.
11. Seluruh Guru pendidikan Jasmani yang telah membantu dalam penelitian
12. Sahabatku Rais Rozali, Wahyu Agung Irfianto, Vera Junifa, Purwa Krisna aji.
13. Teman-teman seperjuanganku Fatra Yudha, Nabila elsaifra, Ruce Nuenda, Saskia Nh, Galih P, Hendra Adi, Soni Darmawan, Fajarudin, Muhammad Ghosul anam, Miftahuz Zaman.
14. M. Fizar Pratama, Naufal, Deni dan andalas kos yang selalu mendukung pembuatan skripsi ini.
15. Teman-teman punggawa pes Ook Mufrokhim S.H, Dedi Kurniawan S.H, Ahmad dwinata Putra, M. Nahrurriza, Tubagus Alvan, Andre Suhartono.
16. Teman-teman organisasi Hima PJKR, BEM FIK dan Kamapala Semarang (Keluarga Mahasiswa Pelajar Lampung Semarang).
17. Teman-teman seperjuanganku PJKR A 2015 dan seluruh mahasiswa PJKR 2015.
18. Semua pihak yang ikut membantu penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulisan sebutkan satu persatu.

Akhirnya semoga bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan baik serta mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dikemudian hari.

Semarang, Mei 2019

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
PENGESAHAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1	Latar Belakang Masalah	1
1.2	Fokus Masalah.....	5
1.3	Pertanyaan Penelitian.....	6
1.4	Tujuan Penelitian	6
1.5	Manfaat Penelitian.....	7
1.5.1	Kegunaan Teoritis.....	7
1.5.2	Kegunaan Praktis.....	7
1.6	Penegasan Istilah.....	8
1.6.1	Persepsi.....	8
1.6.2	Maskulinitas.....	8
1.6.3	Guru Pendidikan Jasmani.....	9

BAB 2 KAJIAN PUSTAKA

2.1	Kajian Pustaka	10
2.1.1	Persepsi.....	10
2.1.1.1	Pengertian persepsi.....	10
2.1.1.2	Syarat Terjadinya Persepsi.....	13
2.1.1.3	Proses Terbentuknya Persepsi.....	13
2.1.1.4	Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi.....	16

2.1.2	Gender	17
2.1.2.1	Maskulinitas.....	19
2.1.3	Pembelajaran Senam Aerobik	21
2.2	Kerangka Konseptual	30

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Pendekatan Penelitian	32
3.2	Lokasi dan Sasaran penelitian	33
3.2.1	Lokasi Penelitian.....	33
3.2.2	Sasaran Penelitian.....	33
3.3	Instrumen Dan Metode Pengumpulan Data.....	34
3.3.1	Instrumen penelitian.....	34
3.3.2	Metode Pengumpulan Data.....	37
3.3.2.1	Wawancara.....	37
3.3.2.2	Observasi	38
3.3.2.3	Dokumentasi.....	38
3.3.3	Data Dan Sumber Data.....	38
3.3.3.1	Data Primer	39
3.3.3.2	Data Sekunder.....	39
3.4	Pemeriksaan Keabsahan Data	39
3.4.1	Derajat Kepercayaan	40
3.4.2	Peningkatan Ketekunan.....	41
3.4.3	Triangulasi Data.....	41
3.4.4	Keteralihan	41
3.4.5	Kebergantungan	42
3.4.6	Kepastian	42
3.5	Analisis Data.....	43
3.5.1	Reduksi Data	43

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Hasil Penelitian.....	44
4.1.1	SMA N 1 Semarang.....	44
4.1.1.1	Persepsi Guru Terhadap Maskulinitas.....	44
4.1.1.2	Hambatan yang Dihadapi Guru dalam Pembelajaran.....	46

4.1.1.3	Tindakan yang Dilakukan Guru.....	46
4.1.2	SMA N 2 Semarang.....	46
4.1.2.1	Persepsi Guru Terhadap Maskulinitas	47
4.1.2.2	Hambatan yang Dihadapi Guru dalam Pembelajaran	48
4.1.2.3	Tindakan yang Dilakukan Guru.....	49
4.1.3	SMA N 3 Semarang	49
4.1.3.1	Persepsi Guru Terhadap Maskulinitas	49
4.1.3.2	Hambatan yang Dihadapi Guru dalam Pembelajaran	51
4.1.3.3	Tindakan yang Dilakukan Guru.....	52
4.1.4	SMA N 6 Semarang	52
4.1.4.1	Persepi Guru Terhadap Maskulinitas	52
4.1.4.2	Hambatan yang Dihadapi Guru dalam Pembelajaran	54
4.1.4.3	Tindakan yang Dilakukan Guru.....	54
4.1.4.4	SMA N 14 Semarang.....	55
4.1.5.1	Persepsi Guru Terhadap Maskulinitas	55
4.1.5.2	Hambatan yang Dihadapi Guru dalam Pembelajaran	56
4.1.5.3	Tindakan yang Dilakukan Guru.....	57
4.2	Pembahasan	57
4.2.4	Persepsi Guru Terhadap Peserta Didik yang Maskulin	57
4.2.5	Hambatan yang Dihadapi Guru Pendidikan Jasmani dalam Pembelajaran Senam Aerobik.....	58
4.2.6	Tindakan yang Dilakukan Guru dalam Pembelajaran Senam Aerobik Terkait dengan Maskulinitas	58

BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN

5.1	Simpulan	61
5.2	Saran.....	62

DAFTAR PUSTAKA.....	63
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	65
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skema Kerangka Berpikir.....	30
2. Kisi-kisi Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Usulan Topik Skripsi	66
2 Surat Keputusan Penetapan Dosen Pembimbing Skripsi.....	67
3 Surat Ijin Observasi dari UNNES	68
4 Surat Ijin Observasi dari DINAS PENDIDIKAN	69
5 Surat Ijin Penelitian dari UNNES.....	71
6 Surat Ijin Penelitian SMAN 1 Semarang.....	72
7 Surat Ijin Penelitian SMAN 2 Semarang.....	73
8 Surat Ijin Penelitian SMAN 3 Semarang.....	74
9 Surat Ijin Penelitian SMAN 6 Semarang.....	75
10 Surat Ijin Penelitian SMAN 14 Semarang.....	76
11 Surat Ijin Penelitian dari DINAS PENIDIKAN.....	77
12 Pedoman Wawancara.....	78
13 Pedoman Observasi	80
14 Hasil Wawancara SMA N 1 Semarang.....	82
15 Hasil Wawancara SMA N 2 Semarang.....	91
16 Hasil Wawancara SMA N 3 Semarang.....	100
17 Hasil Wawancara SMA N 6 Semarang.....	109
18 Hasil Wawancara SMA N 14 Semarang.....	118
29 Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	127
30 Presensi SMA N 1 Semarang	143
31 Presensi SMA N 2 Semarang	144
32 Presensi SMA N 3 Semarang	145
33 Presensi SMA N 6 Semarang	146
34 Presensi SMA N 14 Semarang	147
35 Dokumentasi Penelitian	148
36 Surat Keterangan SMA N 1 Semarang.....	155
37 Surat Keterangan SMA N 2 Semarang.....	156
38 Surat Keterangan SMA N 3 Semarang.....	157
39 Surat Keterangan SMA N 6 Semarang.....	158
40 Surat Keterangan SMA N 14 Semarang.....	159
41 Reduksi Data.....	160

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Persepsi atau dalam bahasa Inggris *perception* berasal dari bahasa Latin *perceptio*; dari *percipere*, yang artinya menerima atau mengambil. Persepsi dalam arti sempit adalah penglihatan, cara seseorang melihat sesuatu, sedangkan dalam arti luas adalah pandangan atau pengertian, yaitu cara seseorang memandang atau mengartikan sesuatu (Leavitt, 1978). Menurut DeVito (1997:75), persepsi adalah proses ketika kita menjadi sadar akan banyaknya stimulus yang mempengaruhi indra kita. Kemudian Pareek (1996: 13) memberikan definisi yang lebih luas ihwal persepsi, dikatakan "Persepsi dapat didefinisikan sebagai proses menerima, menyeleksi, mengorganisasikan, mengartikan, menguji, dan memberikan reaksi pada rangsangan pancaindra atau data (Alex Sobur 2016: 385-386).

Setiap individu memiliki persepsi sendiri dalam mendefinisikan suatu objek atau dalam mendeskripsikan sesuatu yang diterima pancaindranya. Berbicara tentang persepsi akan menghasilkan persepsi mengenai berbagai objek, seperti cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga adalah senam aerobik.

Senam aerobik adalah suatu susunan gabungan antara rangkaian gerakan dengan musik yang sengaja di buat sehingga muncul keselarasan gerakan dan musik untuk mencapai suatu tujuan (tubuh sehat dan bugar). Menurut Meiria Zuraida (2016:75) Senam aerobik merupakan gerakan yang dilakukan untuk menghasilkan perbaikan, kebugaran dan manfaat bagi kesehatan tubuh. Menurut Cooper (1982), "Senam aerobik merupakan aktivitas fisik yang dapat

memacu jantung dan peredaran darah serta pernafasan yang dilakukan dalam jangka waktu yang cukup lama sehingga menghasilkan perbaikan dan manfaat kepada tubuh". Setiap aktivitas fisik yang menggunakan sebagian besar otot-otot tubuh akan memacu jantung dan paru-paru termasuk aerobik. Senam aerobik merupakan salah satu program latihan terbaik bagi tubuh, banyak dari masyarakat yang senang dan mengikuti senam aerobik. Senam aerobik merupakan cabang olahraga yang terdapat dalam materi pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Berbicara tentang olahraga senam aerobik, maka terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan tidak optimalnya kemampuan seseorang siswa dalam senam aerobik, faktor tersebut terdapat pada faktor eksternal yaitu kurang dorongan atau motivasi dalam melakukan senam aerobik, sehingga tidak adanya kepercayaan diri yang disebabkan pengaruh dari lingkungan dan sebagainya. Pengaruh dari luar tersebut dapat juga dipengaruhi oleh persepsi masyarakat khususnya tentang gender.

Menurut Reni Yendrawati (2015:2) Kata "gender" berasal dari bahasa inggris, yang berarti jenis kelamin. Dalam *Webster's New World*, gender diartikan sebagai perbedaan yang tampak antara laki-laki dan perempuan dilihat dari segi nilai dan tingkah laku.

Konsep gender yang dipahami sebagian besar orang, seringkali bias dan lebih diartikan sangat sempit sebagai sebuah konsep yang hanya membicarakan masalah perempuan dengan kodrat keperempuannya saja. Padahal gender berbeda dengan jenis kelamin, yang tidak hanya membicarakan perempuan saja atau laki-laki saja, bukan juga konsep tentang perbedaan biologis yang dimiliki keduanya (Widaningsih, 2014: 2). Kata gender, jika dilihat dari segi struktur bahasa

(*gramatika*) berasal dari bahasa Inggris, yang berarti jenis kelamin (Echols dan Shadiliy, 1996: 265) atau disebut dengan al-jins dalam bahasa Arab (Wehr, 1980: 141), sehingga jika seseorang menyebut tentang gender, maka yang dimaksud adalah jenis kelamin dengan menggunakan pendekatan bahasa. Sementara itu, di dalam *Women's Studies Encyclopedia* sebagaimana dikemukakan oleh Umar (1999: 33) dijelaskan bahwa gender adalah suatu konsep kultural yang berupaya membuat pembedaan dalam hal peran, perilaku, mentalitas, dan karakteristik emosional antara laki-laki dan perempuan yang berkembang dalam masyarakat (Anita Rahmawaty, 2015:5).

Menurut Asni Ilham (dalam Nirmalasari & Masusan, 2014:21) secara umum orang percaya bahwa apabila seorang lahir sebagai laki-laki, maka orang itu mempunyai kecenderungan untuk bertingkah laki atau berperan secara maskulin. Orang tersebut diharapkan menjadi kuat, dominan, ingin bersaing, rasional dan mampu memimpin. Sebaliknya apabila orang tersebut seorang perempuan dapat dipastikan orang itu lemah, tergantung.

Menurut Pilcher dan Wheleh (Nur awaliya maulida, 2018:346) maskulin umumnya diketahui sebagai sifat yang merepresentasikan laki-laki. Maskulin biasanya identik dengan kekuatan, kegagahan, keberanian, keringat, bahaya, dan masih banyak lainnya.

Pengambilan topik ini juga karena senam aerobik merupakan olahraga yang mempunyai aturan sama untuk laki-laki maupun perempuan. Selama ini persepsi masyarakat terhadap senam aerobik cenderung untuk perempuan, dan laki-laki dianggap maskulinitas kemudian di kesampingkan sehingga penulis memilih senam aerobik dalam penelitiannya tentang persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas. Dalam lingkup pendidikan terutama di sekolah

terdapat banyak permasalahan gender. Hal ini nampak pada bentuk interaksi guru dan peserta didik. Khususnya dalam pembelajaran senam aerobik, guru lebih banyak memberikan perhatian terhadap peserta didik perempuan karena peserta didik perempuan lebih aktif. Namun dilain pihak guru memberikan kesempatan kepada peserta didik laki-laki agar tumbuh motivasi dan kepercayaan diri.

Peserta didik yang lebih menonjol dan berperan aktif terkadang lebih di perhatikan oleh pendidik dari pada peserta didik yang pasif. Hal ini melandasi harus adanya pengambilan sikap dan strategi yang tepat dalam pembelajaran pendidikan jasmani sehingga peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan baik.

Pada usia rata-rata peserta didik SMA (15-17 tahun) yang dapat dikategorikan pada masa adolesensi (remaja), masa ini merupakan peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa. Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif (Soetjningsih, 2004). Perkembangan yang terjadi pada remaja meliputi : perkembangan fisik, perubahan emosional, perubahan sosial, perubahan moral dan perubahan kepribadian (Hurlock, 1999). Pada masa ini adanya keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tua. Reaksi dan ekspresi emosi masih labil serta cara berfikir mereka yang kausatif. Hal ini menyangkut tentang hubungan sebab akibat. Remaja sudah mulai berfikir kritis sehingga ia akan melawan bila orang tua, guru, lingkungan, masih menganggapnya sebagai anak kecil. Sehingga dengan adanya faktor tersebut, penelitian ini akan di laksanakan pada peserta didik SMA.

Berdasarkan hasil observasi awal melalui wawancara dengan guru pendidikan jasmani di empat sekolah menengah atas Kota Semarang yang terdiri dari (SMA N 1 Semarang, SMA N 2 Semarang, SMA N 3 Semarang, SMA N 15 Semarang) dan wawancara dengan peserta didik mengenai persepsi tentang maskulinitas saat melakukan pembelajaran senam aerobik di SMA Negeri Kota Semarang terdapat beberapa hal menarik yang sekiranya membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang persepsi guru pendidikan jasmani tentang maskulinitas siswa saat pembelajaran senam aerobik di SMA Negeri Kota Semarang.

Di saat pengamatan awal ditemukan beberapa alasan yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian, dimana peserta didik laki-laki yang kita ketahui sebagian besar memiliki karakteristik kuat, tangguh, dan pemberani, sebagai mana yang telah diungkapkan Pilcher dan Wheleh (dalam Nur awaliya maulida, 2018:346). Saat peneliti melakukan observasi awal, peserta didik ketika melakukan aktivitas olahraga senam aerobik peserta didik tersebut merasa tidak percaya diri dikarenakan sebagian besar dari peserta didik merasa tidak luwes dan memiliki pandangan senam aerobik identik dengan perempuan.

Berdasarkan uraian di atas, dengan ini peneliti membuat judul "Persepsi Guru Pendidikan Jasmani tentang Maskulinitas Siswa Dalam Pembelajaran Senam Aerobik di SMA Negeri Kota Semarang Tahun 2019".

1.2 Fokus Masalah

Penelitian ini mengangkat dan mendiskripsikan mengenai Persepsi maskulinitas terhadap pembelajaran senam aerobik di SMA Negeri Kota Semarang. Namun karena keterbatasan waktu dan tenaga pada peneliti sehingga penelitian ini terfokus pada:

1. Persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas dalam pembelajaran senam aerobik pada peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang Tahun 2019.
2. Hambatan yang dihadapi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas dalam pembelajaran senam aerobik pada peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019.
3. Tindakan yang diambil oleh guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas dalam pembelajaran senam aerobik pada peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019?
2. Apakah hambatan yang dihadapi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019?
3. Bagaimana tindakan guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pembelajaran senam aerobik peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019.

2. Untuk mendeskripsikan hambatan guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik pada peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019.

3. Untuk mendeskripsikan tindakan guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik pada peserta didik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019.

1.5 Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian mengenai Persepsi Maskulinitas Terhadap Pembelajaran Senam Aerobik di SMA Negeri Kota Semarang tahun 2019 diharapkan akan dapat memperoleh nilai manfaat yang dapat dijabarkan sebagai berikut: (1) kegunaan teoritis, (2) kegunaan praktis.

1.5.1 Kegunaan Teoritis

Untuk pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi khususnya tentang persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik peserta didik SMA Negeri di Kota Semarang tahun 2019.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Adapun penelitian ini berguna untuk pendidik dan peneliti khususnya tentang persepsi guru pendidikan jasmani terhadap maskulinitas dalam pembelajaran senam aerobik pada peserta didik SMA Negeri di Kota Semarang tahun 2019.

1. Bagi guru sebagai bahan untuk evaluasi dalam memberikan tindakan yang sesuai dengan karakter peserta didik dan evaluasi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

2. Bagi Peneliti sebagai hasil dari penelitian merupakan tambahan pengetahuan

untuk membandingkan antara teori yang diperoleh di bangku perkuliahan.

3. Bagi Peserta Didik untuk memberikan informasi kepada peserta didik tentang persepsi maskulinitas pada pembelajaran senam aerobik di Sekolah Menengah Atas.

1.6 Penegasan Istilah

1.6.1 Persepsi

Menurut kamus besar bahasa Indonesia kata 'persepsi' memiliki arti tanggapan (penerimaan) langsung dari sesuatu. Persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yang merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu melalui alat indera atau juga disebut proses sensoris (Bimo Walgito, 2004:87-88). Jadi, persepsi merupakan pendapat atau tanggapan seseorang dari sesuatu objek yang didahului dengan penerimaan stimulus oleh alat indera individu.

1.6.2 Maskulinitas

Menurut kamus besar bahasa Indonesia kata maskulinitas memiliki makna kejantanan seorang laki-laki yang dihubungkan dengan kualitas seksualnya.

Menurut Pilcher dan Wheleh (dalam Nur awaliya Maulida, 2018:346-347) Maskulin umumnya diketahui sebagai sifat yang merepresentasikan laki-laki. Maskulin biasanya identik dengan kekuatan, kegagahan, keberanian, keringat, bahaya, dan masih banyak lainnya. Menurut Trigiani dalam teori hegemoni maskulinitas, laki-laki didefinisikan dengan kekuatan fisik, *bravado*, *heteroseksual*, pengendalian emosi yang menunjukkan kelemahan, kemandirian secara ekonomi, otoritas atas wanita dan laki-laki lain, dan ketertarikan yang besar untuk dapat menarik perhatian perempuan. Sementara itu, Chafez membagi menjadi 7 area

maskulinitas dalam masyarakat, yaitu: 1. Fisik: jantan, atletis, kuat, berani, ceroboh, tidak peduli terhadap penampilan dan proses penuaan; 2. Fungsional: pencari nafkah, penyedia; 3. Seksual: agresif, berpengalaman, statustunggal diterima; 4. Emisional: tidak emosional, tabah, tidak menangis. 5. Intelektual: logis, intelektual, rasional, obyektif, ilmiah, praktis, mekanis, kesadaran masyarakat, beraktivitas, memberi kontribusi kepada masyarakat, dogmatis; 6. Interpersonal: pemimpin, mendominasi, disiplin, mandiri, bebas, individualitas, menuntut, dan 7. Karakteristik pribadi lain: berorientasi pada kesuksesan, ambisius, sombong, dapat dipercaya, bermoral, penentu, kompetitif, tanpa rintangan, berjiwa petualang.

1.6.3 Guru Pendidikan Jasmani

Guru pendidikan jasmani adalah sebutan untuk guru pengampu mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan, sehingga dalam penelitian ini peneliti menggunakan istilah guru pendidikan jasmani, bukan berarti untuk membiaskan arti namun tetap memberikan maksud guru pendidikan jasmani olahraga kesehatan sesuai kurikulum yang berlaku.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Persepsi

Persepsi merupakan proses seseorang mengetahui beberapa hal melalui pancaindranya. Menurut Suprihanto (dalam Dayshandi dkk, 2015:3) persepsi adalah suatu bentuk penilaian satu orang dalam menghadapi rangsangan yang sama, tetapi dalam kondisi lain akan menimbulkan persepsi yang berbeda.

Menurut Leavitt (dalam Simamora, 2014:25) membedakan persepsi menjadi dua pandangan, yaitu pandangan secara sempit dan luas. Pandangan yang sempit mengartikan persepsi sebagai penglihatan, bagaimana seseorang melihat sesuatu. Sedangkan pandangan yang luas mengartikannya sebagai bagaimana seseorang memandang atau mengartikan sesuatu. Sebagian besar dari individu menyadari bahwa dunia yang sebagaimana dilihat tidak selalu sama dengan kenyataan, jadi berbeda dengan pendekatan sempit, tidak hanya sekedar melihat sesuatu tapi lebih pada pengertiannya terhadap sesuatu tersebut.

2.1.1.1 Pengertian Persepsi

Menurut Sarlito W. Sarwono (dalam Yudi Hartono & Rohmaul Listyana, 2015:121) berpendapat persepsi secara umum merupakan proses perolehan, penafsiran, pemilihan dan pengaturan informasi indrawi. Persepsi berlangsung pada saat seseorang menerima stimulus dari dunia luar yang ditangkap oleh organ-organ tubuhnya yang kemudian masuk ke dalam otak. Persepsi merupakan proses pencarian informasi untuk dipahami yang menggunakan alat pengindraan.

Persepsi merupakan suatu proses yang didahului oleh proses penginderaan, yaitu merupakan proses diterimanya stimulus oleh individu melalui alat indera atau juga disebut proses sensoris. Alat indera tersebut merupakan alat penghubung antara individu dengan dunia luarnya. Stimulus yang diindera kemudian oleh individu diorganisasikan dan diinterpretasikan, sehingga individu mengerti apa yang diindera itu, dan proses ini disebut persepsi (Bimo Walgito, 2004:87-88).

Menurut Jalaluddin Rahmat (dalam Donny Wirra Yudha, 2017:65) menyatakan pendapatnya bahwa persepsi adalah pengalaman objek, peristiwa atau hubungan yang diperoleh dengan menyimpulkan informasi dan menafsirkan pesan. Lebih jauh lagi, ada empat faktor penentu yang berkaitan dengan persepsi seseorang tentang individu, yaitu, lingkungan fisik dan sosial, bahan struktural, kebutuhan dan tujuan hidup, pengalaman masa lalu.

Menurut Waidi (dalam Sri Hermuningsih & Kristi Wardani, 2016:200) Setiap orang mempunyai kecenderungan dalam melihat benda yang sama dengan cara yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut bisa dipengaruhi oleh banyak faktor, diantaranya adalah pengetahuan, pengalaman dan sudut pandangnya. Persepsi juga bertautan dengan cara pandang seseorang terhadap suatu objek tertentu dengan cara yang berbeda-beda dengan menggunakan alat indera yang dimiliki, kemudian berusaha untuk menafsirkannya. Persepsi baik positif maupun negatif ibarat file yang sudah tersimpan rapi di dalam alam pikiran bawah sadar kita. File itu akan segera muncul ketika ada stimulus yang memicunya, ada kejadian yang membukanya. Persepsi merupakan hasil kerja otak dalam memahami atau menilai suatu hal yang terjadi di sekitarnya.

Menurut Solso (dalam Cahyani & Andriani, 2014:80) Persepsi adalah melibatkan fungsi kognitif yang lebih tinggi dalam meninterpretasikan stimulus yang diterima dari luar, tentu saja interpretasi ini tergantung informasi yang ditangkap individu dari lingkungannya. Maka persepsi akan bergantung pada bagaimana individu menginterpretasikan sebuah stimulus, sedangkan interpretasi juga dipengaruhi oleh kelengkapan informasi yang diperoleh dari lingkungan dalam bentuk pengalaman maupun pengetahuan. Tepat atau tidaknya persepsi juga dipengaruhi oleh proses terjadinya persepsi. Lebih lanjut lagi, Solso menyebutkan bahwa proses persepsi dipengaruhi oleh tiga faktor, yakni stimulus, struktur sistem sensorik otak, dan pengetahuan yang dimiliki sebelumnya.

Menurut Slameto (dalam Simamora, 2014:25) Persepsi adalah proses yang menyangkut masuknya pesan atau informasi ke dalam otak manusia. Melalui persepsi manusia terus-menerus mengadakan hubungan dengan lingkungannya. Hubungan ini dilakukan lewat indera, yaitu indera penglihat, pendengar, peraba, perasa, pencium.

Sedangkan, menurut Suharman (dalam Sri Hermuningsih & Kristi Wardani, 2016:200-201) menyatakan: persepsi merupakan suatu proses menginterpretasikan atau menafsir informasi yang diperoleh melalui sistem alat indera manusia. Menurutnya ada tiga aspek di dalam persepsi yang dianggap relevan dengan kognisi manusia, yaitu pencatatan indera, pengenalan pola, dan perhatian. Dari penjelasan di atas dapat ditarik suatu kesamaan pendapat bahwa persepsi merupakan suatu proses yang dimulai dari penglihatan hingga terbentuk tanggapan yang terjadi dalam diri individu sehingga individu sadar akan segala sesuatu dalam lingkungannya melalui indera-indera yang dimilikinya.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud persepsi adalah proses kognitif sehingga seseorang dapat menerima, membedakan, dan memberi arti terhadap stimulus yang diterima melalui alat indra, sehingga dapat memberi kesimpulan dan menafsirkan terhadap objek tertentu yang diamatinya.

2.1.1.2 Syarat Terjadinya Persepsi

Menurut Sunaryo (dalam Dharmayanti dkk, 2017:232-233) syarat-syarat terjadinya persepsi adalah sebagai berikut: (1) Adanya objek yang dipersepsi; (2) Adanya perhatian yang merupakan langkah pertama sebagai suatu persiapan dalam mengadakan persepsi; (3) Adanya alat indera/reseptor yaitu alat untuk menerima stimulus; dan (4) Saraf sensoris sebagai alat untuk meneruskan stimulus ke otak, yang kemudian sebagai alat untuk mengadakan respon.

Persepsi dipengaruhi faktor interen yang berkaitan dengan diri sendiri (misalnya latar belakang pendidikan, perbedaan pengalaman, motivasi, kepribadian dan kebutuhan) dan faktor ekstern yang berkaitan dengan intensitas dan ukuran rangsang, gerakan, pengulangan dan sesuatu yang baru (Parek, 1984:14). Dengan demikian, membicarakan persepsi pada dasarnya berkenaan dengan proses perlakuan seseorang terhadap informasi tentang suatu objek yang masuk pada dirinya melalui pengamatan dengan menggunakan panca indra yang dimilikinya.

2.1.1.3 Proses Terbentuknya Persepsi

Persepsi tidak terjadi begitu saja, tetapi melalui suatu proses. Proses terjadinya persepsi ketika objek menimbulkan stimulus, dan stimulus mengenai alat indera atau reseptor. Perlu dikemukakan bahwa antara objek dan stimulus itu berbeda, tetapi ada kalanya bahwa objek dan stimulus itu menjadi satu, misalnya

dalam hal tekanan. Benda sebagai objek langsung mengenai kulit, sehingga akan terasa tekanan tersebut.

Proses stimulus mengenai alat indera merupakan proses kealaman atau proses fisik. Stimulus yang diterima oleh alat indera diteruskan oleh syaraf sensoris ke otak. Proses ini yang disebut sebagai proses fisiologis. Kemudian terjadilah proses di otak sebagai pusat kesadaran sehingga individu menyadari apa yang dilihat, atau apa yang didengar, atau apa yang diraba. Proses yang terjadi dalam otak atau dalam demikian dapat dikemukakan bahwa taraf terakhir dari proses persepsi ialah individu menyadari tentang misalnya apa yang dilihat, atau apa yang didengar, atau apa yang diraba, yaitu stimulus yang diterima melalui alat indera (Bimo Walgito, 2004:90).

Menurut Miftah (dalam Dharmayanti dkk, 2017:233) proses terbentuknya persepsi didasari pada beberapa tahapan, yaitu: (1) Stimulus atau rangsangan; terjadinya persepsi diawali ketika seseorang dihadapkan pada suatu stimulus/rangsangan yang hadir dari lingkungannya; (2) Registrasi; dalam proses registrasi, suatu gejala yang nampak adalah mekanisme fisik yang berupa penginderaan dan syarat seseorang berpengaruh melalui alat indera yang dimilikinya. Seseorang dapat mendengarkan atau melihat informasi yang terkirim kepadanya, kemudian mendaftarkan semua informasi yang terkirim kepadanya tersebut; dan (3) Interpretasi; Interpretasi merupakan suatu aspek kognitif dari persepsi yang sangat penting yaitu proses memberikan arti kepada stimulus yang diterimanya. Proses interpretasi tersebut bergantung pada cara pendalaman, motivasi, dan kepribadian seseorang.

2.1.1.4 Jenis-Jenis Persepsi

Menurut Bimo Walgito (2004:118-129) Jenis-jenis persepsi dapat di bagi menjadi lima persepsi melalui indera, yaitu : (1) Persepsi indera penglihatan, (2) Persepsi pendengaran, (3) Persepsi penciuman, (4) Persepsi pencecap, (5) Persepsi indera kulit atau peraba.

1. Persepsi visual dari indera penglihatan yaitu mata. Untuk mempersepsi sesuatu, individu harus mempunyai perhatian kepada objek yang bersangkutan. Apabila individu telah memperhatikan, selanjutnya individu menyadarsesuatu yang diperhatikan itu, atau dengan kata lain individu mempersepsi apa yang diterima dengan alat inderanya.
2. Persepsi pendengaran merupakan persepsi yang didapatkan dari indera pendengaran yaitu telinga. Telinga dapat dibagi atas beberapa bagian yang masing-masing mempunyai fungsi atau tugas sendiri-sendiri, yaitu : Telinga bagian luar yaitu merupakan bagian yang menerima stimulus dari luar. Telinga bagian tengah, yaitu merupakan bagian yang meneruskan stimulus yang diterima oleh telinga bagian luar, bagian inin merupakan *transformer*. Telinga bagian dalam, yaitu merupakan reseptor yang sensitif yang merupakan saraf-saraf penerima.
3. Persepsi penciuman merupakan persepsi yang didapatkan dari indera penciuman yaitu hidung. Sel-sel penerima atau reseptor bau terletak dalam hidung. Stimulusnya berujud benda-benda yang bersifat khemis ada dalam hidung, kemudian diteruskan oleh syaraf sensoris ke otak, dan sebagai respons dari stimulus tersebut orang dapat menyadari apa yang diciumnya yaitu bau yang diciumnya.
4. Persepsi pencecap atau rasa merupakan jenis persepsi yang didapatkan dari

indera pengecapan yaitu lidah. Zat cair itu mengenai ujung sel penerima yang terdapat pada lidah, yang kemudian dilangsungkan oleh syaraf sensoris ke otak, hingga akhirnya orang dapat menyadari atau mempersepsi tentang apa yang dicecap itu.

5. Persepsi peraba atau melalui indera kulit. Indera ini dapat merasakan rasa sakit, rabaan, tekanan, dan temperatur. Dalam hal tekanan atau rabaan, stimulusnya langsung mengenai bagian kulit bagian rabaan atau tekanan. Stimulus ini akan menimbulkan kesadaran akan lunak, keras, halus, kasar.

2.1.1.5 Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi

Menurut Miftah (dalam Dharmayanti dkk, 2017:233) faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang adalah sebagai berikut: (1) Faktor internal: perasaan, sikap dan kepribadian individu, prasangka, keinginan atau harapan, perhatian (fokus), proses belajar, keadaan fisik, gangguan kejiwaan, nilai dan kebutuhan juga minat, dan motivasi; dan (2) Faktor eksternal: latar belakang keluarga, informasi yang diperoleh, pengetahuan dan kebutuhan sekitar, intensitas, ukuran, keberlawanan, pengulangan gerak, hal-hal baru dan familiar atau ketidak asingan suatu objek.

Menurut Sarlito W. Sarwono (dalam Hartono, 2015:122) faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi yaitu : a). Perhatian, biasanya tidak menangkap seluruh rangsang yang ada disekitar kita sekaligus, tetapi memfokuskan perhatian pada satu atau dua objek saja. Perbedaan fokus perhatian antara satu dengan orang lain akan menyebabkan perbedaan persepsi. b). Kesiapan mental seseorang terhadap rangsangan yang akan timbul. c). Kebutuhan merupakan kebutuhan sesaat maupun menetap pada diri individu akan mempengaruhi persepsi orang tersebut. Kebutuhan yang berbeda akan menyebabkan persepsi

bagi tiap individu. d). Sistem nilai, yaitu sistem nilai yang berlaku dalam suatu masyarakat juga berpengaruh pula terhadap persepsi. e). Tipe kepribadian, yaitu dimana pola kepribadian yang dimiliki oleh individu akan menghasilkan persepsi yang berbeda. Sehubungan dengan itu maka proses terbentuknya persepsi dipengaruhi oleh diri seseorang persepsi antara satu orang dengan yang lain itu berbeda atau juga antara satu kelompok dengan kelompok lain.

Menurut Robbin (dalam Hartono, 2015:122) mengemukakan bahwa beberapa faktor utama yang memberi pengaruh terhadap pembentukan persepsi sosial seseorang dan faktor-faktor itu adalah faktor penerima (*the perceiver*), situasi (*the situation*), dan objek sasaran (*the target*).

2.1.2 Gender

Gender adalah semua atribut sosial mengenai laki-laki dan perempuan, misalnya laki-laki digambarkan mempunyai sifat maskulin seperti keras, kuat, rasional, gagah. Sementara perempuan digambarkan memiliki sifat feminin seperti halus, lemah, perasa, sopan, penakut. Perbedaan tersebut dipelajari dari keluarga, teman, tokoh masyarakat, lembaga keagamaan dan kebudayaan, sekolah, tempat kerja, periklanan dan media.

Menurut Suharti (dalam Hermawati, 2007:21) Gender berbeda dengan seks. Seks adalah jenis kelamin laki-laki dan perempuan dilihat secara biologis. Sedangkan gender adalah perbedaan laki-laki dan perempuan secara sosial, masalah atau isu yang berkaitan dengan peran, perilaku, tugas, hak dan fungsi yang dibebankan kepada perempuan dan laki-laki. Biasanya isu gender muncul sebagai akibat suatu kondisi yang menunjukkan kesenjangan gender.

Istilah "gender" diperkenalkan untuk mengacu kepada perbedaan-perbedaan antara perempuan dan laki-laki tanpa konotasi-konotasi yang

sepenuhnya bersifat biologis. Jadi rumusan 'gender' dalam hal ini merujuk pada perbedaan-perbedaan antara perempuan dengan laki-laki yang merupakan bentukan sosial, perbedaan-perbedaan yang tetap muncul meskipun tidak disebabkan oleh perbedaan-perbedaan biologi yang menyangkut jenis kelamin (Mc Donald, dkk dalam Hermawati, 2007:21-22).

Menurut Connel (dalam Johanna, 2013:499) menjelaskan bahwa untuk memahami gender adalah menjauh dari fokus pada perbedaan jenis kelamin. Mewakili gender sebagai dikotomi statis berbasis kategori atau biner pria dan wanita tidak menangkap kompleksitas dan dinamika yang terlibat.

Menurut Fasih (2008:96) Untuk memahami gender terlebih dahulu harus dibedakan dengan seks. Seks atau gender adalah konstruksi sosial dan budaya yang melahirkan sifat yang melekat bagi laki-laki dan perempuan. Misalnya, laki-laki itu makhluk yang kuat, jantan, perkasa, dan rasional, sedangkan perempuan adalah makhluk yang cantik, keibuan, lemah lembut dan emosional.

Perbedaan gender merupakan suatu kategori teoritis dan sosial, sebagaimana ras, kelas sosial, umur, etnisitas, dan lainnya dalam analisis- analisis sosial, juga dalam pembelajaran olahraga. Menurut Theberge (dalam Koca, 2005), adanya penonjolan unsur fisik dan tubuh dalam olahraga menjadikannya terkait dengan konstruksi ideologis mengenai gender, sehingga superioritas laki-laki dalam pembelajaran pendidikan jasmani, kesehatan dan rekreasi menjadi demikian kuat. Bryson (dalam Koca, 2005) menyatakan bahwa ada dua hal yang mengakibatkan adanya hegemoni maskulinitas dalam olahraga yaitu: pertama olahraga itu berkaitan dengan dimensi kelaki-lakian, mengenai keterampilan fisik yang tampak dan yang kedua olahraga juga mengaitkan kelaki-lakian itu dengan penggunaan kekuatan dan kekerasan (Supriyanto, 2008:8-9).

Menurut Sherer (dalam M. Roshana dkk, 2019:57) Orang-orang berjenis kelamin laki-laki saat lahir tetapi merasakan identitas gender perempuan dan mencari perawatan yang mengonfirmasi gender akan disebut sebagai transwoman; dan individu-individu yang telah ditetapkan sebagai jenis kelamin perempuan saat lahir tetapi merasakan identitas gender laki-laki dan mencari perawatan yang mengonfirmasi gender akan disebut sebagai transman.

Berdasarkan teori-teori diatas dapat disimpulkan bahwa gender berbeda dengan seks. Jika seks bersifat biologis tetapi gender bersifat sosial. Gender merupakan konstruksi sosial dan budaya yang melahirkan sifat yang melekat bagi laki-laki dan perempuan. Misalnya, laki-laki itu makhluk yang kuat, jantan, perkasa, dan rasional, sedangkan perempuan adalah makhluk yang cantik, keibuan, lemah lembut dan emosional.

2.1.2.1 Maskulinitas

Maskulinitas merupakan sebuah konstruk kelaki-lakian terhadap laki-laki. Dimana semua nilai disandangkan didalamnya sebagai patokan untuk bisa menjadi seorang laki-laki "ideal". Maskulinitas bukanlah bawaan dari lahir namun dibentuk dari konstruk sosial.

Menurut Barker (dalam Gusri Wandu, 2015:248-249) secara umum nilai-nilai yang diutamakan dalam maskulinitas adalah kekuatan, kekuasaan, aksi, kendali, kemandirian, kepuasan diri, dan kerja. Sebaliknya, hal yang dipandang rendah adalah masalah hubungan interpersonal, kemampuan verbal, kehidupan domestik, kelembutan, komunikasi, perempuan dan anak-anak. Dimana hal-hal tersebut dinilai sebagai sifat feminin.

Menurut Pilcher dan Wheleh (dalam Nur awaliya maulida, 2018: 346) maskulin umumnya diketahui sebagai sifat yang merepresentasikan laki-laki.

Maskulin biasanya identik dengan kekuatan, kegagahan, keberanian, keringat, bahaya, dan masih banyak lainnya. ini disebut sebagai teori *Hegemonic Masculinity*. Dalam teori hegemoni maskulinitas, laki-laki didefinisikan dengan kekuatan fisik, *bravado*, *heteroseksual*, pengendalian emosi yang menunjukkan kelemahan, kemandirian secara ekonomi, otoritas atas wanita dan laki-laki lain, dan ketertarikan yang besar untuk dapat menarik perhatian perempuan. Sementara itu, Chafetz membagi menjadi 7 area maskulinitas dalam masyarakat, yaitu: 1. Fisik: jantan, atletis, kuat, berani, ceroboh, tidak peduli terhadap penampilan dan proses penuaan; 2. Fungsional: pencari nafkah, penyedia; 3. Seksual: agresif, berpengalaman, statustunggal diterima; 4. Emisional: tidak emosional, tabah, tidak menangis. 5. Intelektual: logis, intelektual, rasional, obyektif, ilmiah, praktis, mekanis, kesadaran masyarakat, beraktivitas, memberi kontribusi kepada masyarakat, dogmatis; 6. Interpersonal: pemimpin, mendominasi, disiplin, mandiri, bebas, individualitas, menuntut, dan 7. Karakteristik pribadi lain: berorientasi pada kesuksesan, ambisius, sombong, dapat dipercaya, bermoral, penentu, kompetitif, tanpa rintangan, berjiwa petualang.

Sementara itu Raven dan Rubin (1983) menyebutkan lebih detail karakteristik peran gender maskulin yakni: agresif, bebas, dominan, objektif, tidak emosional, aktif, kompetitif, ambisi, rasional, rasa ingin tahu tentang berbagai peristiwa dan objek-objek non-sosial dan impulsif. Selain itu karakteristik peran gender maskulin kurang dapat mengekspresikan kehangatan dan rasa santai,serta kurang responsif terhadap hal-hal yang berhubungan dengan emosi (perasaan).

Menurut Ferrell Christensen (dalam Amjad Alsyouf, 2018:3) mendefinisikan maskulinisme sebagai promosi atribut kejantanan. Salah satu cara untuk memahami kejantanan adalah melalui pemeriksaan perkembangannya. Praktis telah melalui empat tahap perkembangan dalam sastra. Pertama dan tahap paling awal adalah maskulinisme dimana tokoh laki-laki yang dominan sering memainkan peran penting dalam pengembangan merencanakan melalui latihan maskulin tertinggi berkuasa atas karakter lain.

Berdasarkan teori-teori diatas dapat disimpulkan bahwa maskulinitas adalah kontruks kelaki-lakian terhadap laki-laki. Maskulinitas bukanlah bawaan dari lahir, tetapi terbentuk dari faktor sosial. Karakteristik maskulinitas seperti kekuatan, kekuasaan, aksi, kendali, kemandirian, kepuasan diri, dan agresif.

2.1.3 Pembelajaran Senam Aerobik

Senam aerobik dapat dikatakan sebagai salah satu olahraga yang menyenangkan bagi orang yang melakukannya. Pada umumnya, aerobik dapat memberi beberapa manfaat antara lain menambah kebugaran, mengatasi kegemukan atau obesitas, dan meningkatkan kepercayaan diri.

Menurut Soeharto, kata aerobik sendiri berasal dari Yunani yaitu 'aer' yang berarti udara dan 'bios' berarti hidup, jadi dapat diartikan sebagai hidup dalam udara. Semua proses dalam tubuh dapat berlangsung bila ada oksigen, yang secara kolektif dinamakan metabolisme aerobik (Aisah R. Pomatahu, 2015:2).

Menurut Sorensens (dalam Ipang setiawan, 2010:2) menyebutkan bahwa senam aerobik adalah (a) suatu aktivitas kesegaran jasmani yang meliputi latihan dan kegembiraan dengan mengekspresikan segala perasaan baik tertawa, jalan, melompat, menendang, meregang, dan bergoyang dengan mengkombinasikan gerakan seperti dansa, disko, cha-cha, atau gerakan tarian tradisional, tarian

rakyat, bahkan tari kontemporer, (b) suatu aktivitas yang terus menerus yang memadukan beberapa gerakan untuk menguatkan otot jantung peredaran darah, kekuatan otot dan pembakaran lemak, dan (c) suatu aktivitas untuk kesegaran dan rekreasi dimana teknik dan keterampilan kurang penting (kecuali untuk lomba dan peragaan), tetapi hanya mempelajari pola gerak tertentu, yang dapat dilakukan sesuai dengan lagu yang ada.

Menurut Sukiyo (dalam Aisah R. Pomatahu, 2015:1-2) para pakar senam sepakat, bahwa ciri yang harus ada pada satu gerakan sehingga gerakan itu dapat disebut sebagai senam adalah sebagai berikut. a. Gerakan-gerakannya selalu dibuat atau diciptakan dengan sengaja. b. Gerakan-gerakannya harus selalu berguna untuk mencapai tujuan tertentu (misalnya: membentuk sikap tubuh, memperbaiki gerak, meningkatkan taraf kesegaran, dan sebagai sarana rehabilitasi). c. Gerakan-gerakannya harus tersusun dan sistematis, dilakukan secara teratur dan berulang-ulang.

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa senam aerobik adalah latihan jasmani yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis dan dilakukan secara sadar dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis dalam kondisi aerobik. Senam aerobik adalah gabungan gerakan-gerakan yang energik dan kreatif diiringi musik yang berirama cepat, dan mempunyai gerakan dasar kaki jalan- loncat.

Menurut Adi Trisnawan (2010:8-11), sebelum melakukan senam aerobik, ada beberapa persiapan yang perlu diperhatikan, yaitu :

1. Kondisi Tubuh

Sebelum melakukan senam aerobik sebaiknya memperhatikan kondisi tubuh sendiri agar tidak terjadi cedera. Berdasarkan kondisi tubuh seseorang

sekiranya dapat menentukan sebagai pesenam pemula atau bukan.

2. Riwayat Penyakit

Riwayat penyakit turut memengaruhi atau menentukan seseorang mampu melakukan senam aerobik atau tidak. Orang yang memiliki riwayat penyakit tertentu harus berkonsultasi terlebih dahulu dengan dokter.

3. Kondisi Sendi

Kondisi sendi yang menunjang untuk melakukan senam aerobik yaitu tidak ditemukan atau terdapat kelainan. Singkat kata, kondisi sendi harus baik. Apabila terdapat cacat bawaan, rematik, keropos tulang atau bekas patah tulang, maka orang yang bersangkutan harus berkonsultasi dengan dokter terlebih dahulu.

4. Musik

Musik membantu menghitung irama dan membangkitkan semangat atau motivasi. Semangat atau motivasi para peserta senam aerobik semakin meningkat bila jenis musik yang dipilih tepat. Oleh karena itu, kemampuan menganalisis dan memilih musik yang tepat sangat dibutuhkan, terutama oleh instruktur senam aerobik.

Gerakan dalam senam aerobik ada yang berintensitas rendah, sedang, dan tinggi. Gerakan yang berintensitas rendah merupakan gerakan yang terdekat dengan tanah. Gerakan yang berintensitas sedang merupakan gerakan yang lebih jauh dari tanah. Gerakan yang berintensitas tinggi merupakan gerakan yang terjauh dari tanah. Macam-macam senam aerobik yaitu, senam aerobik *low impact* (benturan ringan), senam aerobik *moderate impact* (benturan sedang), dan senam aerobik *high impact* (benturan keras) (Adi Trisnawan, 2010:30).

1. Senam Aerobik *Low Impact* (Benturan Ringan)

Gerakan inti senam aerobik low impact tidak memakai lompatan. Tujuan gerakan ini yaitu meningkatkan daya tahan atau stamina (*endurance*). *Low impact* cocok untuk pemula maupun semua usia.

2. Senam Aerobik *Moderate Impact* (Benturan Sedang)

Senam aerobik *moderate impact* menekankan pada gerakan tumit mengangkat tetapi jari kaki tetap berada di lantai. Orang yang melakukannya merasa seolah-olah melompat padahal sebenarnya tidak.

3. Senam Aerobik *High Impact* (Benturan Keras)

Senam aerobik *high impact* cocok untuk orang yang telah memenuhi syarat-syarat tentang senam aerobik yang cukup memadai, baik kualitas maupun tekniknya. Pada aerobik ini terdapat lompatan- lompatan, karena tujuannya untuk meningkatkan kardiovaskuler.

Adapun gabungan atau kombinasi dari ketiga macam benturan di atas disebut senam aerobik *mix impact*. Manfaat senam aerobik ini yaitu dapat meningkatkan daya tahan keseluruhan dan meningkatkan *power*. Latihan ini harus dilaksanakan dalam waktu dan posisi yang teratur.

Terdapat beberapa tahapan dalam senam aerobik didalam pembelajaran pendidikan jasmani, antara lain :

1. Peregangan. Pada tahap peregangan ini terdiri dari beberapa tahapan latihan. Diantaranya yaitu sebagai berikut. a). Latihan 1 bertujuan untuk menaikkan denyut jantung agar meningkat secara perlahan untuk persiapan melakukan senam aerobik dan menghilangkan kekakuan pada otot dan persendian. Beberapa otot yang terlibat adalah semua otot tubuh bagian atas dan semua otot tubuh bagian bawah. b). Latihan 2. Bertujuan untuk merilekskan otot leher. c). Latihan 3. Bertujuan untuk merilekskan otot lengan. Otot yang paling

berperan yaitu *Teres major and minor, Deltoideus, lateral part, Biceps brachii, Coracobrachialis, Triceps brachii, lateral head, Triceps brachii, medial head, Flexor muscles of the forearm* .

2. Gerakan Peralihan. Bertujuan untuk penyesuaian ke gerakan selanjutnya dan pengaturan napas. Pada tahap ini semua otot tubuh bagian atas dan semua otot tubuh bagian bawah dirilekskan untuk persiapan gerakan selanjutnya.
3. Pemanasan. Pada tahap pemanasan ini terdiri dari beberapa tahapan latihan. Diantaranya : a). Latihan 1. Bertujuan untuk melatih otot tungkai. beberapa otot yang paling berperan adalah : *adductors, quadriceps femoris, hamstrings, gastrocnemius, soleus*. b). Latihan 2. Bertujuan untuk melatih otot tungkai. beberapa otot yang paling berperan adalah *adductors, quadriceps femoris, hamstrings, gastrocnemius, soleus* c). Latihan 2a. Bertujuan untuk melatih otot bahu. beberapa otot yang paling berperan adalah : *Deltoideus, posterior part, deltoideus, lateral part, deltoideus, anterior part* d). Latihan 2b. Bertujuan untuk melatih otot bahu dan trisep. beberapa otot yang paling berperan adalah : *Deltoideus, posterior part, deltoideus, lateral part, deltoideus, anterior part* e). Latihan 2c. Bertujuan untuk melatih otot bahu dan otot punggung. Beberapa otot yang paling berperan adalah : *deltoideus, posterior part, deltoideus, lateral part, deltoideus, anterior part dan Trapezius, middle part, Trapezius, inferior part, teres major and minor, Infraspinatus and rhomboideus, latissimus dors, lumbar* f). Latihan 2d. Bertujuan untuk melatih otot dada. Beberapa otot yang paling berperan adalah : *pectoralis major, clavicular part, pectoralis major, middle part, pectoralis major, lower part*.
4. Gerakan Peralihan II. Bertujuan untuk penyesuaian ke gerakan selanjutnya dan pengaturan napas. Pada tahap ini semua otot tubuh bagian atas dan

semua otot tubuh bagian bawah dirilekskan untuk persiapan gerakan selanjutnya.

5. Inti. Pada bagian inti terdapat beberapa tahapan latihan. diantaranya : a). Latihan 1. Bertujuan untuk melatih koordinasi mata, telinga, kaki dan tangan. Beberapa otot yang paling berperan adalah : *adductors, quadriceps femoris, hamstrings, gastrocnemius, soleus dan brachialis, triceps brachii, lateral head, medial head, extensor muscles of the forearm, flexor muscles of the forearm.*
6. Pada tahap pendinginan terdapat beberapa yaitu latihan satu sampai latihan tiga. Pada latihan ini bertujuan untuk melatih koordinasi dan menurunkan secara perlahan denyut nadi. Sehingga semua otot-otot yang sudah digerakkan dirilekskan, tanpa adanya tekanan pada otot-otot tertentu.

Senam Aerobik merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat populer hingga saat ini, khususnya di kalangan perempuan. Meskipun jenis olahraga ini melelahkan, namun gerakannya yang aktif dan lincah membuat senam aerobik terasa sangat menyenangkan sehingga orang-orang dapat tetap santai saat melakukannya. Senam aerobik sebenarnya adalah salah satu jenis dari olahraga aerobik. Namun di kalangan masyarakat Indonesia, olahraga aerobik lebih dikenal dengan senam, padahal masih banyak jenis olahraga aerobik lainnya seperti jalan cepat, jogging, atau bersepeda. Manfaat Senam Aerobik pada umumnya, kebanyakan orang melakukan senam aerobik dengan tujuan utama yaitu untuk menurunkan berat badan. Padahal sebenarnya senam aerobik memiliki banyak manfaat lain yang tentunya memberikan dampak positif bagi kesehatan tubuh.

Menurut Adi Trisnawan (2010:48) senam aerobik yang dilaksanakan secara terus-menerus (*continue*) dan menggunakan teknik yang benar dapat member manfaat bagi tubuh. Di bawah ini beberapa manfaat senam aerobik.

1. Meningkatkan Kesegaran Jantung

Selama senam aerobik, tubuh banyak menggunakan segala hal yang berkaitan dengan jaringan jantung (jantung dan paru- paru). Seseorang dikatakan mempunyai kebugaran atau kesehatan jantung yang baik apabila berbagai sistem dalam tubuh mampu mengambil oksigen dari udara secara optimal, disalurkan atau didistribusikan ke seluruh tubuh dan dimanfaatkan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Dalam hal ini, oksigen diambil dari udara oleh paru- paru. Selanjutnya, jantung dan pembuluh darah mendistribusikan ke seluruh tubuh. Jadi, jantung akan memompakan darah dalam jumlah lebih banyak dan berdenyut lebih lambat. Kapasitas pernapasan paru- paru (masuk dan keluar) bertambah. Penting diketahui, salah satu tanda kebugaran jantung- paru yang baik yaitu mampu melakukan kegiatan jasmani dalam waktu yang lama. Kelelahan yang tidak begitu berarti segera pulih atau segar kembali setelah melakukan suatu kegiatan jasmani.

2. Meningkatkan kesehatan paru-paru

Aerobik ialah salah satu olahraga yang ideal buat mempertahankan berat badan dan kesehatan. Salah satu manfaat dari senam aerobik adalah dapat meningkatkan kesehatan paru-paru. Aerobik membantu memperluas paru-paru dan meningkatkan stamina dan kekuatan. Menjaga paru-paru bekerja dengan baik ialah hal yang terpenting untuk dapat menguasai latihan tertentu. Setelah daya tahan terbangun, akan lebih mudah buat menyelesaikan latihan gerakan senam aerobik. Saat melakukan senam aerobik, sirkulasi udara pernafasan kita akan semakin cepat, oleh karena itu secara otomatis fungsi paru-paru juga akan bekerja secara cepat. Dan jika hal ini dibiasakan rutin tiap hari akan sangat bagus untuk menjaga kesehatan paru-paru.

3. Meningkatkan Kebugaran Otot

Kebugaran otot terdiri atas kekuatan otot dan daya tahan otot.

a. Kekuatan Otot

Otot-otot harus dilatih melebihi beban normalnya agar lebih kuat (prinsip beban latihan). Otot-otot dilatih dengan melakukan kegiatan atau gerakan yang berintensitas tinggi, dalam waktu yang singkat, menggunakan tenaga yang optimal, dan dilakukan berulang-ulang.

b. Daya Tahan Otot

Banyak cara untuk meningkatkan daya tahan otot, diantaranya dengan melakukan gerakan-gerakan ringan. Gerakan-gerakan ringan yang dimaksud yaitu melompat-lompat, mengangkat lutut, dan menendang. Misalnya, gerakan senam aerobik *low impact* dan *high impact* menggunakan semua otot bagian atas dan bawah badan.

4. Meningkatkan Kelenturan Tubuh

Kelenturan adalah kemampuan seseorang mendayagunakan otot dan persendiannya sehingga gerak sendi lebih leluasa. Peregangan dalam senam aerobik dapat meningkatkan kelenturan tubuh sekaligus membantu sirkulasi atau peredaran darah kembali ke jantung. Meningkatkan otot-otot tubuh sifatnya seperti karet, semakin kuat atau sering melakukan peregangan semakin elastis atau lentur otot-otot tersebut.

5. Memperbaiki Penampilan

Setiap gerakan pada senam aerobik diciptakan untuk menguatkan, mengencangkan, dan membentuk otot beberapa bagian tubuh tertentu, seperti paha, pinggang, dada, perut, punggung, lengan, kaki, dan pinggul.

6. Mengatur Berat Badan

Hampir beberapa orang menaruh perhatian terhadap berat badan sebagai hal penting yang mendukung penampilan secara fisik. Salah satunya dengan cara mengatur berat badan. Mengatur berat badan berarti mengatur energi dari jumlah makanan yang masuk harus kurang dari energi yang dihasilkan. Dengan melakukan senam aerobik, tujuan tersebut dapat tercapai.

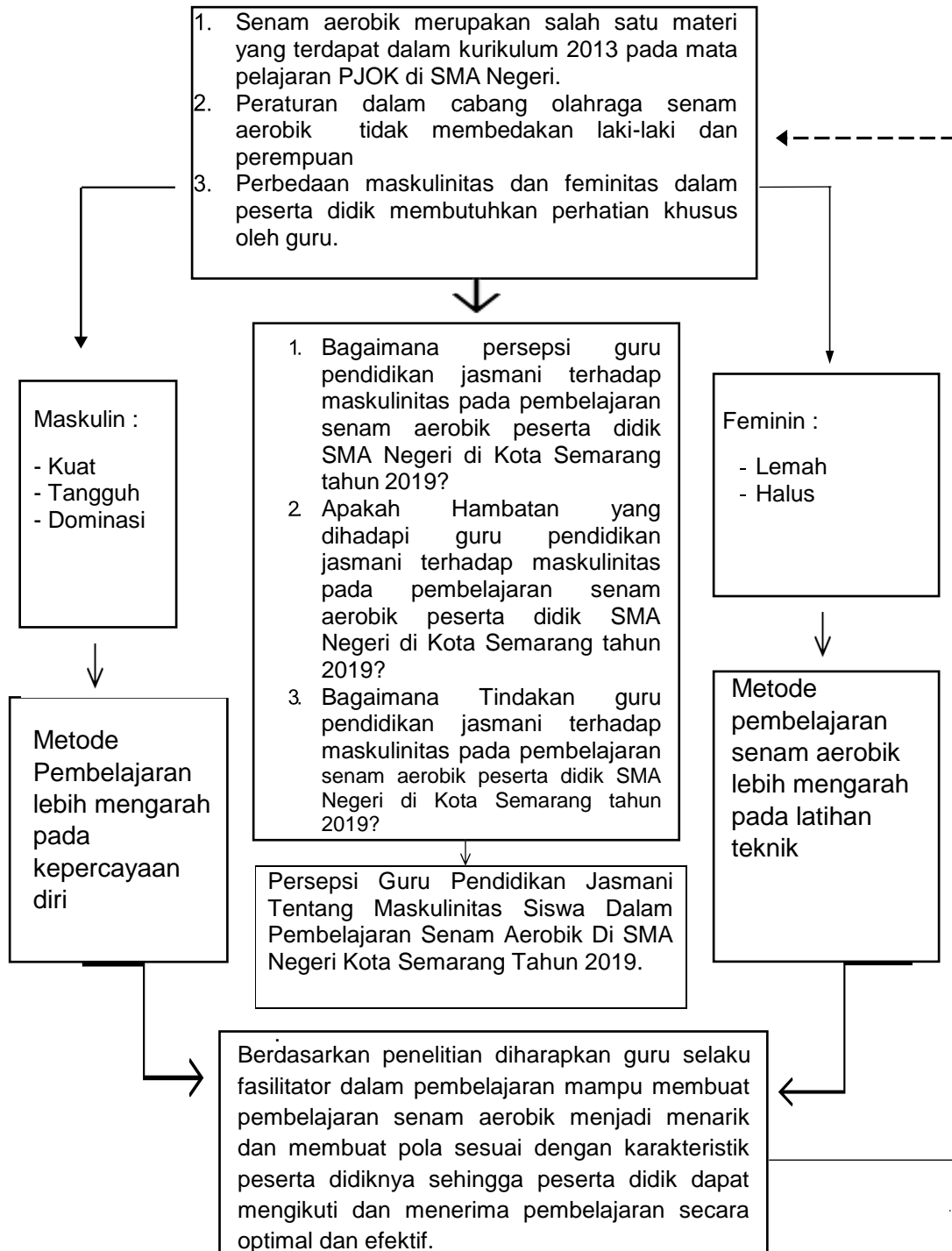
- a. Gerakan-gerakan aerobik yang berintensitas rendah hingga sedang dengan durasi 30 menit akan membakar kalori sekitar 250.
- b. Gerakan-gerakan aerobik yang berintensitas rendah hingga sedang dengan durasi selama 20 menit atau lebih akan membakar lemak.
- c. Gerakan-gerakan aerobik yang berintensitas tinggi dan dalam waktu singkat (kurang lebih 20 menit) akan membakar gula.

7. Penyakit Tidak Mudah Menyerang Tubuh

Penyakit penyebab kematian seperti jantung, kanker, dan stroke tidak mudah menyerang. Hal ini dikarenakan sistem dalam keadaan baik yang didapat tubuh dari melakukan senam aerobik.

2.2 Kerangka Konseptual

Tabel 1. Skema Kerangka Berfikir



Penelitian ini merupakan penelitian yang didasarkan pada hasil observasi peneliti melakukan kunjungan dalam pembelajaran senam aerobik di beberapa SMA Negeri di Kota Semarang. Perbedaan beberapa persepsi guru pendidikan jasmani terhadap penanganan yang didasarkan pada karakteristik peserta didik khususnya dalam maskulinitas dan feminitas sehingga peneliti berkeinginan untuk mengetahui seperti apa pelaksanaan pembelajaran senam aerobik dan perlakuan guru pendidikan jasmani dalam menangani peserta didiknya di SMA Negeri yang ada di Kota Semarang.

Disisi lain senam aerobik merupakan olahraga yang memiliki kesamaan dalam peraturan baik untuk perempuan dan laki-laki. Disamping itu dapat dijadikan informasi untuk para guru pendidikan jasmani serta peserta didik bahwa pembelajaran senam aerobik merupakan salah satu pembelajaran yang bisa dijadikan salah satu bagian rekreasi dan edukasi secara bersama.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil data pembahasan dari penelitian yang telah dilaksanakan mengenai persepsi guru pendidikan jasmani tentang maskulinitas siswa dalam pembelajaran senam aerobik di SMA Negeri yang ada di Kota Semarang, maka diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Persepsi guru pendidikan jasmani tentang maskulinitas mayoritas sudah baik dan sesuai dengan teori atau definisi dari gender itu sendiri yaitu maskulin merupakan peserta didik yang memiliki sikap aktif, tegas, dan maskulin ini erat kaitannya dengan peserta didik laki- laki.
2. Hambatan yang dihadapi guru pendidikan jasmani diantaranya peserta didik maskulin sulit untuk melakukan koordinasi gerakan. Hambatan lain terkait dengan kondisi fisik dan psikis guru pendidikan jasmani olahraga kesehatan yang mengajar pembelajaran senam aerobik ini sudah dapat teratasi dengan baik dengan penerapan strategi yang dilakukan sehingga dapat ditangani bahkan dapat ditanggulangi dengan baik.

Tindakan yang diambil oleh guru pendidikan jasmani pada pembelajaran senam aerobik mayoritas belum dikelompokkan berdasarkan perbedaan gender. Hal ini bisa dilihat pada lima SMA Negeri yang diteliti, hanya dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin saja dan pengelompokkan menggunakan kombinasi antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Dalam pembelajaran senam aerobik guru telah menyesuaikan tindakan yang diambil agar peserta didik dapat mengoptimalkan

perkembangan potensi yang dimiliki dan menyesuaikan pola pembelajaran agar sesuai sehingga peserta didik dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik. Namun masih terdapat beberapa guru yang menyamaratakan tindakan untuk semua peserta didik karena untuk memberikan perlakuan yang adil terhadap peserta didik.

5.2 Saran

Berdasarkan pembahasan dan simpulan diatas maka penulis memberikan saran-saran untuk guru pendidikan jasmani berkaitan dengan maskulinitas dalam pembelajaran senam aerobik pada peserta didik adalah sebagai berikut:

1. Bagi Kepala Dinas Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian terkait dengan persepsi guru pendidikan jasmani hendaknya kepala dinas pendidikan melakukan pelatihan atau seminar tentang maskulin untuk guru pendidikan jasmani kesehatan olahraga agar pembelajaran yang dilakukan lebih tepat dan sesuai.

2. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan sekolah lebih memperhatikan metode pembelajaran yang sesuai dengan karakter masing-masing peserta didik dan bertujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan peserta didik dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani.

3. Bagi Guru Pendidikan Jasmani

Guru hendaknya mengelompokkan peserta didik berdasarkan perbedaan gender dan memberikan pola pembelajaran yang sesuai sehingga peserta didik dapat mengoptimalkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya. Oleh karenanya guru sebagai fasilitator dalam kegiatan pembelajaran harus mampu menumbuhkan suasana belajar yang menyenangkan.

Daftar Pustaka

- Adi Trisnawan. 2010. *Senam Aerobik*. Aneka Ilmu. Semarang. Jawa Tengah
- Adriaanse, J. A., & Schofield, T. (2013). *Analysing gender dynamics in sport governance: A new regimes-based approach*. *Sport Management Review*, 16(4), 498-513.
- Aisah R. Pomatahu. 2015. *Senam Aerobik (Mosesahi) Untuk Kesehatan Paru*. Gorontalo : Ideas Publishing.
- Alex Sobur. 2016. *Psikologi Umum*. Cv Pustaka Setia. Bandung. Jawa Barat
- Alsyouf, A. (2018). *Hegemonic Masculinity In Archetypal African Novels*. *Informasi*, 48(2), 169-179.
- Anita, R. (2015). Harmoni dalam Keluarga Perempuan Karir: upaya mewujudkan Kesetaraan dan Keadilan gender dalam Keluarga anita. *Palastren*, 8(1), 1–34.
- Bozkurt, V., Tartanoglu, S., & Dawes, G. (2015). *Masculinity and violence: Sex roles and violence endorsement among university students*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 254-260.
- Bimo Walgito. 2004. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Cahyani, F. D., & Andriani, F. (2014). Hubungan antara Persepsi Siswa Terhadap Kompetensi Pedagogik , Kompetensi Kepribadian , dan Kompetensi Sosial Guru dengan Motivasi Berprestasi Siswa Akselerasi di SMA Negeri I Gresik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(2), 77–88.
- Dayshandi, D., Handayani, siti ragil, & Yagningwati, F. (2015). Pengaruh Persepsi Dan Motivasi Terhadap Minat Mahasiswa Program Studi Perpajakan Untuk Berkarir Di Bidang Perpajakan. *Jurnal Perpajakan (JEJAK)*, 1(1), 1–15. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Dharmayanti, W., Nurcahyo, ratih widya, & Lestari, I. (2017). Pengaruh Kondisi Kelas, Fasilitas Laboratorium, Dan Fasilitas Pendukung Pembelajaran Terhadap Kenyamanan Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 6(2), 230–242.
- Ghasem, R., & Ali, T. (2019). Recalled Pre-School Activities among adults with gender dysphoria who seek gender confirming treatment—an Iranian study. *Asian Journal of Psychiatry*. 57-61.
- Hartono, R. L. & Y. (2015). Persepsi Dan Sikap Masyarakat Terhadap Penanggalan Jawa Dalam Penentuan Waktu Pernikahan (Studi Kasus Desa Jonggrang Kecamatan Barat Kabupaten Magetan Tahun 2013). *JURNAL AGASTYA*, 5(1), 118–138.

