



**PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN KESEIMBANGAN GERAK TUBUH
DALAM PENJASORKES MELALUI PENDEKATAN LINGKUNGAN PERSAWAHAN
SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CANGKRING REMBANG 1
KECAMATAN KARANGANYAR KABUPATEN DEMAK
TAHUN 2011**

SKRIPSI

Diajukan dalam rangka Penyelesaian Studi Strata 1
Untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh :
SUWANDI
NIM 6102909164

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

2011

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini telah disetujui oleh Pembimbing Utama dan Pembimbing Pendamping
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Semarang pada :

Hari :

Tanggal :



HALAMAN PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan Sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang :

Pada Hari : Sabtu
Tanggal : 17 September 2011

Panitia Ujian

Ketua

Drs. Said Junaidi, M.Kes.

NIP. 19690715 199403 1 001

Sekretaris



PANITIA UJIAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Drs. Hermawan Pamot R., M.Pd.

NIP. 19651020 199103 1 002

Dewan Penguji

1. Dra. Heny Setyawati, M. Si (Ketua)

NIP. 19670610 199203 2 001

2. Dra. Endang Sri Hanani, M. Kes (Anggota)

NIP. 19590603 198403 2 001

3. Drs. Hermawan, M.Pd. (Anggota)

NIP. 19590401 198803 1 002

SARI

Suwandi, 2011. Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh Dalam Penjasorkes Melalui Pendekatan Lingkungan Persawahan Pada Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing : (1) Dra. Endang Sri Hanani, M.Kes. (2) Drs. Hermawan, M.Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menghasilkan produk berupa model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan bagi siswa Sekolah Dasar dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

Model penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang mengacu pada model pengembangan dari Borg & Gall yang telah dimodifikasi, yaitu : (1) melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi, termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka, (2) mengembangkan bentuk produk awal (berupa model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh), (3) evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi yang kemudian dianalisis, (4) revisi produk pertama, revisi produk berdasarkan hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil (10 siswa). Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti, (5) uji lapangan (42 siswa), (6) revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan, (7) hasil akhir model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan bagi siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1 yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diperoleh dari evaluasi ahli (satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran), uji coba kelompok kecil (10 siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1), dan uji lapangan (42 siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1). Data berupa hasil penilaian mengenai kualitas produk, saran untuk perbaikan produk, dan hasil pengisian kuesioner oleh siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk mengungkap aspek psikomotor, kognitif dan afektif siswa setelah menggunakan produk.

Dari hasil uji coba diperoleh data evaluasi ahli yaitu, ahli penjas -----, ahli pembelajaran I 89,33% (baik), ahli pembelajaran II 90,67% (sangat baik), uji coba kelompok kecil 96,00% (sangat baik), dan uji lapangan 94,30% (sangat baik). Dari data yang ada maka dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh ini dapat digunakan bagi siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Berdasarkan penelitian di atas, diharapkan bagi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar untuk menggunakan produk model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan pada siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

- Ketahuilah sesungguhnya di dalam tubuh itu ada segumpal daging, jika dia baik maka baiklah seluruh tubuh, jika rusak maka rusaklah seluruh tubuh, ketahuilah dia itu adalah hati

(HR. Bukhari)

- Allah akan mengangkat orang-orang yang beriman dan orang yang memiliki ilmu beberapa derajat

(QS. Al Mujadalah : 11)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

1. Istri dan anakku tercinta, yang telah sabar dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini
2. Rekan-rekan seperjuangan PKG-PJPGSD 2009
3. Almamater FIK Universitas Negeri Semarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini merupakan persyaratan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Negeri Semarang.

Dengan kerendahan hati tak lupa perkenankan penulis menghaturkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti menjadi mahasiswa UNNES
2. Bapak Drs. Harry Pramono, M.Si, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
3. Bapak Drs. Hermawan Pamot R., M.Pd selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan motivasi pada peneliti untuk penyusunan skripsi ini
4. Bapak Drs. Tri Rustiadi, M.Kes., selaku Ketua Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar atas arahan dan motivasinya
5. Ibu Dra. Endang Sri Hanani, M.Kes., selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan petunjuk, dorongan, motivasi serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

6. Bapak Drs. Hermawan, M.Pd selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan arahan dan motivasinya serta membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
7. Kepala UPTD Pendidikan Kecamatan Karanganyar yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk kegiatan penelitian dalam rangka penyelesaian tugas skripsi
8. Kepala Sekolah Dasar Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk kegiatan penelitian guna penyelesaian tugas skripsi
9. Teman-temanku seperjuangan yang telah banyak membantu terlaksananya penelitian ini
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini

Skripsi ini penulis susun berdasarkan data yang penulis peroleh dan berdasarkan kemampuan yang penulis sempurna. Oleh karena itu penulis yakin masih banyak kekurangannya, baik dalam isi maupun susunan bahasanya. Untuk itu semua kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini dapat diberikan dan akan penulis terima dengan senang hati.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga uraian yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Semarang, Juli 2011

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
PERSETUJUAN	ii
SARI	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Permasalahan	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Pemecahan Masalah	6
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 Pengertian Pengembangan	8
2.2 Pengertian Pembelajaran	8
2.3 Pengertian Pembelajaran Inovativ	8
2.4 Pengertian Pembelajaran PAKEM	10
2.5 Pengertian Pendidikan Jasmani	10
2.6 Tujuan Pendidikan Jasmani	11

2.7 Fungsi Pendidikan Jasmani	14
2.8 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani	18
2.9 Nilai-Nilai Pendidikan Jasmani	19
2.10 Kurikulum Pendidikan Jasmani	21
2.11 Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani	24
2.12 Olahraga Dan Kesehatan	27
2.13 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pembelajaran Penjas Orkes	31
2.14 Pengertian Keseimbangan	34
2.15 Langkah-Langkah Persiapan Pelaksanaan Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh	35
2.16 Standar Kompetensi Dan Kompetensi Penjasorkes SD	36
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Model Pengembangan	40
3.2 Waktu Dan Tempat Penelitian	30
3.2 Subyek Penelitian	31
Prosedur dan Langkah Penelitian	31
Teknik Pengumpulan Data	32
Teknik Analisis Data	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Obyek Penelitian	37
B. Penyajian Data Dan Pembahasan	40
C. Hasil Observasi Setiap Siklus	69

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	76
B. Saran	76

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Salah satu permasalahan kurang berkembangnya proses pembelajaran penjasorkes disekolah adalah, terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran yang tersedia diSekolah, baik terbatas secara kuantitas maupun kualitasnya. Permasalahan tersebut semakin mendalam dan berpengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran penjasorkes, karena kurang didukung oleh tingkat kemampuan, kreativitas dan inovasi para guru Penjasorkes selaku pelaksana khususnya dalam pengembangan model pembelajaran.

Ditengarai bahwa guru Penjasorkes dalam melaksanakan proses pembelajaran bersifat konvensional yang cenderung monoton, tidak menarik, dan membosankan, sehingga peserta didik tidak memiliki semangat dan motivasi dalam mengikuti pelajaran Penjasorkes. Dampak dari itu tidak di sadari akan mempengaruhi terhadap tingkat kesegaran jasmani dan penguasaan keterampilan gerak peserta didik yang dapat dikembangkan sesuai perkembangan gerak seusianya. Dengan demikian potensi peserta didik akan tidak berkembang secara optimal pada masanya, dan pada akhirnya kurang optimal pula dalam mendukung dan dan memberikan kontribusi bibit – bibit atlet potensi yang dapat dikembangkan pada pembinaan prestasi olahraga kedepan.

Pengembangan Model pembelajaran Penjasorkes merupakan salah satu upaya menyelesaikan permasalahan terbatasnya sarana dan prasarana pembelajaran Penjasorkes di Sekolah. Dari hasil pengamatan selama ini, pengembangan model pembelajaran Penjasorkes yang dilakukan oleh para guru Penjasorkes dapat membawa suasana pembelajaran yang inovatif, dengan terciptanya pembelajaran yang menyenangkan dan dapat memotivasi peserta didik untuk lebih berpeluang untuk mengeksplorasi gerak secara luas dan bebas, sesuai tingkat kemampuan yang dimiliki.

Lingkup fisik luar sekolah yang merupakan salah satu sumber belajar yang efektif dan efisien, selama ini belum dapat dioptimalkan oleh para guru Penjasorkes dalam pembelajarannya. Guru Penjasorkes masih berkutat dalam lingkungan fisik dalam sekolah, biarpun dengan berbagai persoalan dan keterbatasannya. Para guru lupa bahwa lingkungan fisik diluar sekolah ada situasi dan kondisi yang menarik di alam bebas berupa lahan kosong, persawahan, perkebunan, hutan, perbukitan, sungai, pantai, perumahan, dan lain lain, yang jika dimanfaatkan secara optimal melalui pengembangan model pembelajaran akan dapat membantu para guru dalam meningkatkan pembelajaran Penjasorkes yang inovatif.

Dari permasalahan-permasalahan tersebut diatas, maka dipandang penting adanya pengembangan model pembelajaran Penjasorkes yang perlu dilakukan di SD Negeri Cangkring Rembang 01 bahwasannya lingkungan fisik diluar sekolah yaitu area Persawahan. Didalam kaitannya dengan lingkungan persawahan, penulis akan mengembangkan model pembelajaran

keseimbangan gerak tubuh, yang semua aktifitas gerakanya sangat erat kaitannya dengan semua komponen-komponen ranah yang terkandung dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yaitu fisik, afektif, psikomotorik, dan kognitif (Fisik) dimana didalam keseimbangan gerak tubuh siswa mampu melakukan aktifitas fisik yang mendukung kegiatan secara keseluruhan. (Afektif) selama keseimbangan gerak tubuh berlangsung setiap siswa mempunyai emosional yang berbeda-beda yang harus seorang guru pahami, apakah dengan keseimbangan gerak tubuh seorang siswa mampu mengendalikan emosinya ataukah tidak. (Psikomotorik) seorang guru juga harus memahami psikologi seorang siswa saat mengikuti kegiatan keseimbangan gerak tubuh. (Kognitif) siswa mampu berfikir untuk mengtur strategi selama kegiatan keseimbangan gerak tubuh berlangsung. Selain itu, siswa diajarkan untuk mamapu bekerja sama dan mempunyai jiwa social yang tinggi. Keseimbangan gerak tubuh yang dimaksud adalah dimana siswa berjalan menuju kesuatu tempat seraya menyerukan nyanyian untuk melakukan kegiatan olahraga yang sudah seorang guru sajikan. Keseimbangan gerak tubuh ini dimaksudkan agar siswa tidak jenuh dengan keadaan didalam sekolah.

Dengan demikian penulis selaku guru Penjasorkes secara langsung mengangkat judul pengembangan model pembelajaran Keseimbangan gerak tubuh dalam Penjasorkes melalui kajian lingkungan persawahan, sebagai wahana penciptaan pembelajaran Penjasorkes yang inovatif, untuk

menjadikan pembelajaran yang lebih menarik dan menyenangkan, yang sekaligus bermanfaat bagi perkembangan dan pertumbuhan peserta didik.

Adapun alasan pemilihan judul tersebut adalah:

- 1.1.1. Untuk mengatasi keterbatasan sarana dan prasarana Sekolah Dasar Negeri Cangkring Rembang 01 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak, dalam mengikuti proses pembelajaran pendidikan Jasamani melalui model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh.
- 1.1.2. Untuk mengeksplorasi gerak yang bebas dan luas pada siswa kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang 01 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak tahun 2011 termasuk dalam kategori sangat baik atau baik dengan menggunakan tes pengamatan dan perbuatan.

1.2. Permasalahan

Permasalahan yang ada dalam penelitian ini adalah :

“ Bagaimana penerapan pengembangan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh dalam penjasorkes melalui kajian lingkungan persawahan siswa kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang 01 Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Demak Tahun 2011? “.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui hasil pengembangan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh dalam penjasorkes melalui kajian lingkungan persawahan siswa

kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang 01 Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Demak 2011.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang sesuai dengan hasil penelitian.

Adapun manfaat yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti

Memberikan informasi ilmiah yang berhubungan dengan pembelajaran model bagi siswa dalam mengikuti pembelajaran keseimbangan gerak tubuh dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

2. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pelayanan terhadap kelengkapan sarana prasarana pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk mendukung kelancaran dan tercapainya proses pembelajaran itu sendiri.

3. Bagi guru

Mengembangkan metode-metode pembelajaran yang lebih kreatif dan inovatif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, sehingga mampu memberikan suasana yang lebih menyenangkan.

4. Bagi siswa

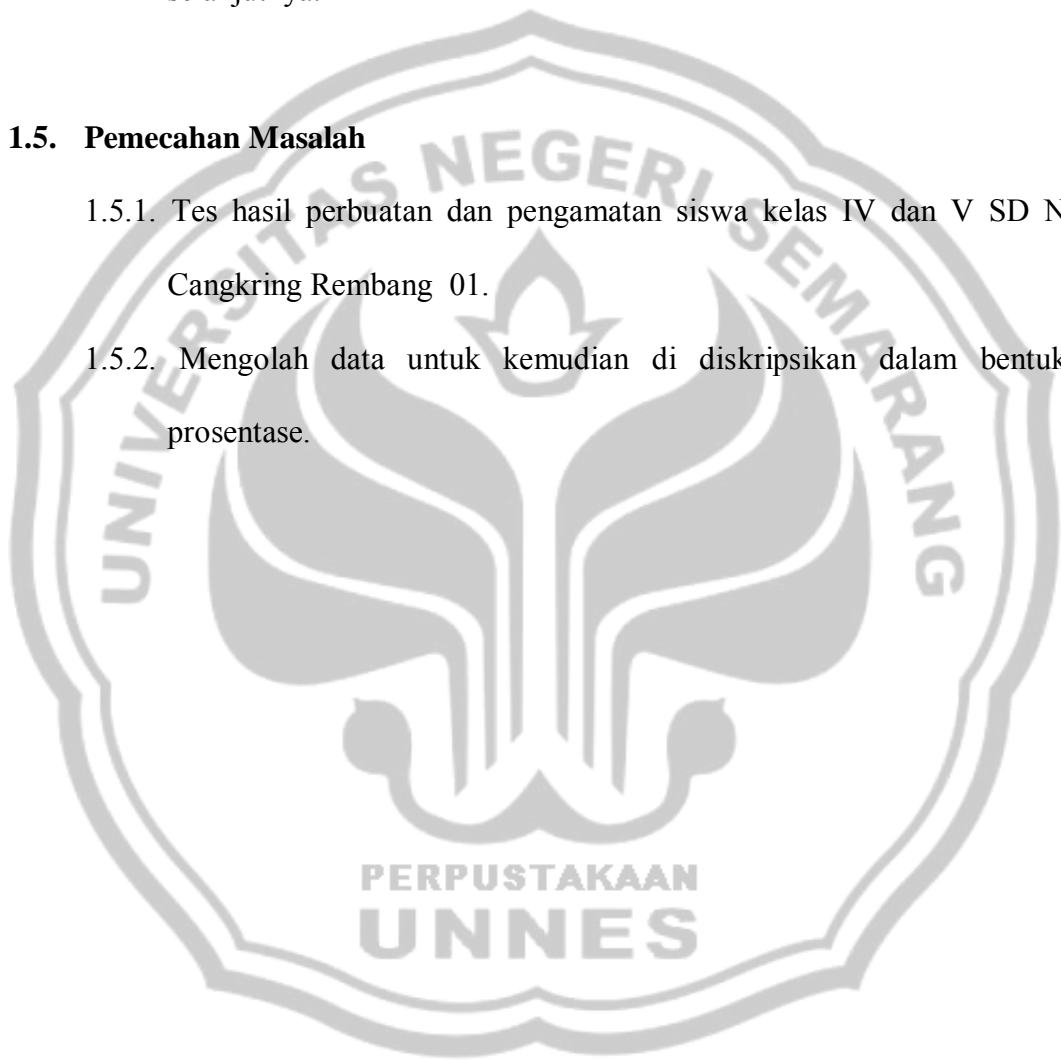
Mendorong siswa untuk selalu berusaha mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan sungguh-sungguh.

1.4.2. Untuk mengembangkan kepustakaan bagi peneliti-peneliti selanjutnya.

1.5. Pemecahan Masalah

1.5.1. Tes hasil perbuatan dan pengamatan siswa kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang 01.

1.5.2. Mengolah data untuk kemudian di diskripsikan dalam bentuk prosentase.



BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Pengertian Pengembangan

Menurut Borg & Gall (1983) penelitian pengembangan adalah salah satu proses yang banyak digunakan dalam pendidikan dan pembelajaran, yang pada dasarnya prosedur penelitian pengembangan terdiri dari dua tujuan utama, yaitu ; (1) mengembangkan produk dan, (2) menguji produk untuk mencapai tujuan. Tujuan pertama disebut sebagai fungsi pengembangan, sedangkan tujuan ke dua disebut sebagai fungsi validasi.

2.2. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adalah proses interaksi yang dilakukan oleh guru dan siswa, baik didalam maupun diluar kelas dengan menggunakan berbagai sumber belajar sebagai bahan kajian (Anna Poedjiadi, 2007;75).

Pembelajaran hakekatnya adalah usaha sadar dari seorang guru untuk membelajarkan siswanya (mengarahkan interksi siswa dengan sumber belajar lainnya) dalam rangka mencapai tujuan yang diharapkan. (Trianto, 2009:17)

2.3 Pengertian Pembelajaran inovativ

Pembelajaran Inovatif adalah pembelajaran yang bernuansa pada model pembelajaran sesuai karakter dan berbasis PAIKEM. (Dirjen Pendidikan Nasional : 2006)

2.3.1 Latihan Keseimbangan

Menurut tim Abdi Guru (KTSP) 2006 keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh.

1. Berdiri Satu Kaki Tekuk Silang

Angkat satu kaki menggunakan dua tangan. Kaki diangkat hingga ke pangkal paha. Dipertahankan sikap ini selama 5 detik. Lakukan gerakan ini dengan menggunakan kaki yang lainnya.



2. Berdiri Satu Kaki Tekuk Samping

Lakukan sikap berdiri satu kaki. Angkat kaki kanan ke samping dengan lutut lurus. Tangan kanan memegang kaki kanan. Tangan kiri lurus menjaga keseimbangan. Yang paling lama melakukan gerakan ini keluar sebagai pemenang.



3. Berdiri Satu Kaki Lurus Ke Depan

Lakukanlah gerakan keseimbangan dengan menggunakan pita.

Jika pita yang di pegang lurus permukaannya maka anda telah melakukannya dengan baik.

Berdirilah tegak, dan perlahan- lahan luruskan kaki ke depan dengan ujung kaki lancip. Peganglah pita dengan kedua tanganmu dan bentangkanlah di bawah tungkai kakimu yang terangkat.



4. Sikap Kapal Terbang

Lakukanlah gerakan keseimbangan dengan meniru kapal terbang. Berdirilah dengan satu kaki dan kaki yang lain luruskan

ke belakang. Ambillah pita dan bentangkan dengan kedua tanganmu. Gerak- gerakkan ujung pita dengan tanganmu.



2.4 Pengertian Pembelajaran PAKEM

Pembelajaran PAKEM dalah singkatan dari Pembelajaran Aktif, Kreatif, Efektif, dan Menyenangkan. (Dra. Musrini Puspowati, M. Pd., 2008).

2.5 Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. (Depdikbud, 2003:2).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sitematik melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan ketrampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak (Engkos Kosasih, 1993: 6).

Menurut Harsuki (2003: 26), yang dikutip dari: Nash (1948: 52) pendidikan jasmani adalah satu fase dari pendidikan keseluruhan dan memberikan sumbangan kepada semua tujuan dari pendidikan. Pendidikan jasmani adalah satu fase dari pendidikan yang mempunyai kepedulian terhadap penyesuaian dan perkembangan dari individu dan kelompok melalui aktivitas jasmani, terutama tipe aktivitas berunsurkan permainan Bookwalter (1951: 12).

Pendidikan jasmani adalah jumlah keseluruhan aktivitas jasmani manusia, yang dipilih sesuai dengan macamnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuannya Williams dan Brownell (1951: 10). Pendidikan jasmani adalah bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang memberikan sumbangan terhadap perkembangan individu melalui media aktivitas jasmani gerak manusia Frost, (1975: 33). Pendidikan jasmani adalah satu fase dari proses Pendidikan keseluruhan yang peduli terhadap perkembangan gerak individu yang sifatnya sukarela serta bermakna terhadap reaksi yang langsung berhubungan.

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 kesatuan utuh, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan

gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

2.6 Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang berbeda dengan pelatihan jasmani seperti halnya dengan olahraga prestasi. Pendidikan jasmani diarahkan pada tujuan secara keseluruhan (*multilateral*) seperti halnya tujuan umum. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Pendidikan tersebut merupakan sub sistem-sub sistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerak fisik. Telah menjadi kenyataan umum pendidikan jasmani sebagai salah satu substansi pendidikan yang mempunyai peranan penting terhadap pengembangan kualitas manusia Indonesia. (Sosialisasi KTSP, 2007;4-5). Menurut (BNSP, 2006:2) bahwa mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut :

1. Mengembangkan ketrampilan pengolahan diri dalam upaya pengembangann dan memelihara jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan ketrampilan gerak dasar.
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan bugar, trampil, serta memiliki sikap yang sportif.

Tujuan pendidikan jasmani di sekolah menengah pertama :

Meletakkan landasan karakter yang kuat melalui interlisasi nilai dalam pendidikan jasmani.

1. Membangun landasan kepribadian yang kuat, sikap cinta damai, sikap sosial dan toleransi dalam konteks kemajemukan budaya, etnis dan agama.

2. Menumbuhkan kemampuan berfikir kritis melalui tugas-tugas pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokrasi melalui pendidikan jasmani.
4. Mengembangkan keterampilan gerak dan keterampilan teknik serta berbagai permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, senam, aktivitas etnik, akuatik (akuatik air) dan pendidikan luar kelas (*out door education*).
5. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani.
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri dan orang lain.
7. Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan pola hidup sehat.
8. Mampu mengisi waktu luang dengan aktivitas jasmani yang bersifat reaktif.

2.7 Fungsi Pendidikan Jasmani

2.7.1 Aspek Organik

- 1). Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara

memadai serta memiliki upaya untuk pengembangan keterampilan.

- 2). Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau sekelompok otot.
- 3). Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama.
- 4). Meningkatkan daya tahan kediovaskular, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus menerus dalam waktu yang relatif lama.
- 5). Meningkatkan fleksibilitas yaitu rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cedera.

2.7.2 Aspek Neuromuscular

- 1). Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot.
- 2). Mengembangkan keterampilan lokomotor seperti : berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap/mencongklang, berguling dan menarik.
- 3). Mengembangkan ketrampilan non-lokomotor seperti : mengayun, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok.
- 4). Mengembangkan ketrampilan-ketrampilan dasar manipulatif seperti : memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli.

- 5). Mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti : ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan.
- 6). Mengembangkan ketrampilan olahraga, seperti : sepak bola, softball, bola voli, bola basket, base ball, atletik, tenis, bela diri, dan lain sebagainya.
- 7). Mengembangkan ketrampilan reaksi, seperti : jelajah, mendaki, berkemah, berenang dan lainnya.

2.7.3 Aspek Perseptual

- 1). Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat.
- 2). Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat dan ruang, yaitu kemampuan mengenali obyek yang berada di depan, belakang, bawah, sebelah kanan, atau sebelah kiri dari dirinya.
- 3). Mengembangkan kordinasi visual, yaitu : kemampuan mengkordinasikan pandangan dengan ketrampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh atau kaki.
- 4). Mengembangkan keseimbangan tubuh (statis dan dinamis), yaitu : kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis.

- 5). Mengembangkan dominasi, (*dominancy*) yaitu : konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan atau kiri dalam melempar atau menendang.
- 6). Mengembangkan lateralitas (*laterality*), yaitu : kemampuan membedakan sisi kanan atau sisi kiri tubuh dan diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri.
- 7). Mengembangkan image tubuh (*body image*), yaitu : kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.

2.7.4 Aspek Kognitif

- 1). Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan.
- 2). Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan dan etika.
- 3). Mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlihat dalam aktivitas yang terorganisasi.
- 4). Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas dan dirinya.
- 5). Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problem-problem perkembangan melalui gerakan.

2.7.5 Aspek Sosial

- 1). Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada.
- 2). Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok.
- 3). Belajar dalam situasi kelompok
- 4). Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok.
- 5). Meningkatkan

2.7.6 Aspek Emosional

- 1). Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani.
- 2). Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton.
- 3). Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat.
- 4). Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas.
- 5). Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

2.8 Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani

Penekanan tentang pentingnya guru menjelaskan ruang lingkup sudah sering dijelaskan setiap waktu, walaupun mereka akan mengalami kesulitan

dalam hal ini. Di lain pihak usaha untuk menjelaskan ruang lingkup bagi seorang guru dapat membantu dirinya menjadi lebih terampil untuk memikirkan kembali mengenai apa yang dilakukan.

Ruang lingkup pendidikan jasmani antara lain :

1. Permainan dan olahraga : meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti rounders, kiper, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan bela diri serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan, meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik, meliputi : gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air, meliputi : permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas, antara lain : piknik/karya wisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi : penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat

yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS, aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek. <http://elearning-po.unp.ac.id/>.

2.9 Nilai-nilai Pendidikan Jasmani

Keunggulan lain dari pendidikan jasmani menurut Dr. David K. Brace adalah seperti nilai-nilai yang tertera di bawah ini :

1. Pengetahuan tentang status kesehatan seseorang.
2. Pengetahuan tentang ketangkasan dan keterbatasan fisik seseorang dan bagaimana menyelaraskannya.
3. Keyakinan terhadap prestasi motor, skill dan body mekanik dari aktivitas hidup.
4. Penyesuaian diri terhadap tuntutan dan keinginan kelompok dalam menerima tugas yang ditentukan kelompok.
5. Paham dan hormat terhadap “*fair play*” dan terhadap pertimbangan kelemahan atau hasil yang berlawanan.
6. Hormat terhadap kekuasaan yang telah dilimpahkan terhadap kapten tim, panitia perlombaan, pelatih atau kepala sekolah.
7. Orang dewasa dapat berpartisipasi dalam ketrampilan, pengetahuan dan perhatian terhadap beberapa olahraga rekreasi.
8. Mengerti maksud dan kependidikan dari nilai-nilai fisik pendidikan jasmani.

9. Suatu kondisi optimal dari kesegaran jasmani dalam hal kekuatan, kecepatan, kelincahan dan daya tahan.
10. Suatu cadangan apresiasi dan kebutuhan program bagi masyarakat untuk memelihara kesehatan dan kesegaran manusia.
11. Pengalaman dalam pendidikan bersama terhadap kegiatan rekreasi yang bersifat aktif dan setengah aktif.
12. Pengetahuan keterampilan dalam bentuk-bentuk latihan fisik, seperti gerak badan di rumah yang dapat dipakai untuk memelihara kondisi, bilamana suasana tidak mengizinkan berpartisipasi dalam rekreasi yang memerlukan kekuatan.
13. Pengetahuan mekanis keterampilan olahraga, bagaimana mempelajari keterampilan yang baru, dan bagaiman meningkatkan prestasi.
14. Memahami olahraga sebagai warisan dan menempatkannya dalam kebudayaan.
15. Pengalaman dalam memimpin teman-teman sebagai kapten team, pencatat waktu, manager peralatan, atau pengurus organisasi.

Dapat dilihat bahwa dalam pendidikan jasmani ada nilai-nilai organik, intelektual, neuromuscular, sosial, budaya, emosi, dan keindahan yang merupakan adaptasi dalam pelajaran melalui kekuatan aktifitas fisik tertentu.

2.10 Kurikulum Pendidikan Jasmani

Pendidikan pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses pendewasaan anak didik. Proses ini dilakukan oleh pendidik dengan sadar, sengaja dan penuh tanggung jawab. Proses ini dilakukan untuk membawa anak didik menjadi dewasa, baik dewasa jasmaniah, dewasa rohaniah, maupun dewasa sosial sehingga kelak anak didik menjadi orang yang mampu melaksanakan tugas-tugas jasmaniah, mampu berfikir merasa, bersikap dan berkemauan secara dewasa dan dapat hidup wajar ditengah-tengah sesamanya serta berani mempertanggungjawabkan sikap dan perbuatannya kepada orang lain. Dikatakan juga pendidikan pada hakikatnya adalah suatu interaksi, suatu hubungan timbal balik, suatu two-way proses, proses dua arah, antar pendidik dan anak didik. Dalam situasi dimana yang ada hanya pendidik tanpa adanya anak didik, dan sebaliknya ada hanya anak didik tanpa adanya anak didik tidak akan terjadi pendidikan (Dimiyati Mahmud, 1989: 15 – 16).

Dari uraian tersebut, inti yang dapat dipetik ialah bahwa pendidikan merupakan usaha sadar, sengaja dan bertanggung jawab yang dilakukan oleh pendidik untuk membawa anak didik ketingkat dewasa (Dimiyati Mahmud, 1989:15).

Secara sederhana guru-guru pada umumnya mengartikan kurikulum sebagai seperangkat rencana, pengaturan isi dari pelajaran serata cara yang digunakan sebagai pedoman pentelenggaraan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Dalam hal tersebut kurikulum minimal menyangkut tiga hal :

- 1). Persoalan rencana atau program pendidikan dan pengajaran

- 2). Persoalan pengaturan isi dan bahan ajar pada setiap jenjang pendidikan
- 3). Pedoman atau cara dalam kegiatan belajar mengajar.

Menurut J. Galen Sailor dan William. M. Alexander yang dikutip oleh Nasution (2001: 4) dalam bukunya *Curriculum Planing For Better Teaching and Learning (1995)*, menyatakan bahwa segala usaha sekolah untuk mempengaruhi anak belajar, apakah dalam ruang kelas, di halaman sekolah atau di luar sekolah termasuk kurikulum.

Menurut (Zais, 1976: 6) yang dikutip oleh Dimtati, Mujiono (2007: 264) mengemukakan bahwa, kata “kurikulum” berasal dari satu kata bahasa latin yang berarti “jalur pacu” dan secara tradisional, kurikulum sekolah disajikan seperti itu (ibarat jalan) bagi kebanyakan orang, lebih lanjut beliau mengemukakan berbagai pengertian kurikulum, yakni : (i) kurikulum sebagai program pelajaran, (ii) kurikulum sebagai isi pelajaran, (iii) kurikulum sebagai isi pelajaran, (iii) kurikulum sebagai pengalaman belajar yang direncanakan, (iv) kurikulum sebagai pengalaman di bawah tanggung jawab sekolah, dan (v) kurikulum sebagai suatu rencana (tertulis) untuk dilaksanakan. Sedangkan tanner dan tanner (1980) mengungkapkan konsep-konsep : (i) kurikulum sebagai pengetahuan yang diorganisasikan, (ii) kurikulum sebagai modus mengajar, (iii) kurikulum sebagai arena pengalaman belajar terbimbing, (vi) kurikulum sebagai kehidupan terbimbing, (vii) kurikulum sebagai suatu rencana pembelajaran, (viii) kurikulum sebagai sistem produksi secara teknologis, dan (ix) kurikulum sebagai tujuan. Untuk menyimpulkan dan menyederhanakan pembahasan,

berikut merupakan penyimpulan dari konsep-konsep kurikulum yang terdiri dari : (i) kurikulum sebagai jalan meraih ijazah, (ii) kurikulum sebagai mata dan isi pelajaran, (iii) kurikulum sebagai rencana kegiatan pembelajaran, (iv) kurikulum sebagai hasil belajar, dan (v) kurikulum sebagai pengalaman belajar.

Berdasarkan struktur program jumlah pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di SDN Cangkring Rembang I Kelas IV dari kelas I – V, masing-masing kelas empat jam pelajaran setiap minggu termasuk tes dan ulangan/ujian. Jenis kegiatan yang diajarkan meliputi kegiatan pokok dan kegiatan pilihan. Kegiatan pokok terdiri atas atletik, senam, permainan dan pendidikan kesehatan. Sedangkan kegiatan pilihan terdiri atas renang, tenis meja, tenis lapangan, sepak takraw, bola voli, futsal dan cabang-cabang olahraga lainnya yang potensi dan berkembang di daerah.

Dari uraian di atas kurikulum merupakan seperangkat rencana pengajaran yang digunakan sebagai pedoman belajar mengajar yang mempunyai tujuan yang jelas di bawah pengawasan pihak sekolah yang disusun secara cermat dan sistematis, pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disusun berdasarkan masukan dari para ahli dalam bidangnya termasuk juga dari para guru Penjas.

2.11 Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani

2.11.1 Pengertian Pembelajaran

Sesuai dengan pengertian belajar secara umum, yaitu bahwa belajar merupakan suatu kegiatan yang mengakibatkan terjadi perubahan tingkah laku, maka pengertian pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru sedemikian rupa, sehingga tingkah laku siswa berubah kearah yang lebih baik.

Secara khusus pembelajaran diartikan sebagai berikut :

1. Behavioristik

Pembelajaran adalah usaha guru membentuk tingkah laku yang diinginkan (stimulus). Agar terjadi hubungan stimulus dan respon (tingkah laku yang diinginkan) perlu latihan, dan setiap latihan yang berhasil harus diberi hadiah dan atau reinforcement (penguatan).

2. Kognitif

Pembelajaran adalah cara guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk berfikir agar dapat mengenal apa yang sedang dipelajari. Ini sesuai dengan pengertian belajar menurut aliran kognitif yang menekankan pada kemampuan kognisi (menenal) pada individu yang belajar.

3. Geslat

Pembelajaran menurut Geslat adalah usaha untuk memberikan materi pembelajaran sedemikian rupa, sehingga siswa lebih mudah mengorganisasinya (mengaturnya). Bantuan guru

diperlukan untuk mengaktualkan potensi-potensi mengorganisir yang terdapat dalam diri siswa.

4. Humanistic

Pembelajaran adalah memberikan kepada siswa untuk memilih bahan pelajaran dan cara mempelajarinya sesuai dengan minat dan kemampuannya.

Menurut B.F. Skinner, seperti yang dikutip Barlow (1985) dalam bukunya *Education Psychology The Teaching Learning Process*, berpendapat bahwa belajar adalah suatu proses adaptasi penyesuaian tingkat laku) yang berlangsung secara progresif (Muhibin Syah, Ed, 2007: 64). Hitzman (1978) dalam bukunya *The Psychology of Learning and Memory*, berpendapat bahwa “*Learning is a Change in Organism due to experience which can affect the organism's behavior*” (belajar adalah suatu perubahan yang terjadi dalam diri organisme, manusia atau hewan, disebabkan oleh pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkah laku organisasi tersebut. (Muhibin Syah, Ed, 2007: 65)

Menurut pendapat tradisional, belajar adalah menambah dan mengumpulkan sejumlah pengetahuan. Disini yang dipentingkan adalah pendidikan intelektual. Sedangkan menurut ahli pendidikan modern bahwa belajar adalah suatu bentuk pertumbuhan atau perubahan dalam diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-

cara bertingkah laku yang baru berkat pengalaman dan latihan (Abu Ahmadi, 2007:256).

Dari beberap definisi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa belajar adalah sebuah proses perubahan dalam diri manusia untuk menajdi lebih baik.

2.11.2 Ciri-ciri Pembelajaran

Sehubungan dengan ciri-ciri pelajar, maka ciri-ciri pembelajaran dapat dikemukakan sebagai berikut :

1. Pembelajaran dilakukan secara sadar dan direncanakan secara sistematis.
2. Pembelajaran dapat menumbuhkan perhatian dan motivasi siswa dalam belajar.
3. Pembelajaran dapat menyediakan bahan belajar yang menarik dan menantang pada siswa.
4. Pembelajaran dapat dapat menggunakan alat bantu belajar yang tepat dan menarik.
5. Pembelajaran dapat menciptakan suasana belajar yang aman dan menyenangkan bagi siswa.
6. Pembelajaran dapat membuat siswa siap menerima pelajaran, baik secara fisik maupun psikologis. (Max Darsono, 2000:25)

2.11.3 Prinsip-Prinsip Belajar

Prinsip-prinsip belajar adalah hal-hal yang sangat penting yang harus ada dalam suatu proses belajar dan pembelajaran. Kalau hal-hal tersebut diabaikan, dapat dipastikan pencapaian hasil belajar tidak optimal.

1. Kesiapan belajar
2. Perhatian
3. Motivasi
4. Keaktifan siswa
5. Mengalami sendiri
6. Pengulangan
7. Materi pelajaran yang menantang
8. Balikan dan penguatan perbedaan individual (Max. Darsono: 26-27)

2.12 Olahraga dan Kesehatan

2.12.1 Pengertian Olahraga dan Kesehatan

Makna olahraga menurut ensiklopedia Indonesia adalah gerak badan yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang merupakan regu atau rombongan sedangkan dalam Webster's New Collegiate Dictionary (1980), olahraga yaitu ikut serta dalam aktivitas fisik untuk mendapatkan kesenangan, dan aktivitas khusus seperti

berburu atau dalam olahraga pertandingan (athletic games di Amerika Serikat).

Dalam undang-undang RI No. 3 Tahun 2005 menyebutkan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan soail.

Penjelasan mengenai olahraga menurut Edward (1973) olahraga harus bergerak dari konsep bermain, games dan sport. Ruang lingkup bermain mempunyai karakteristik antara lain : a) terpisah dari rutinitas, b). bebas, c). tidak produktif, d) menggunakan peraturan yang tidak baku. Ruang lingkup pada games mempunyai kreatifitas antara lain : a) ada kompetensi, b) hasil ditentukan oleh keterampilan fisik, strategi, kesempatan. Sedangkan ruang lingkup sport yaitu permainan yang dikembangkan.

Kesehatan diambil dari kata dasar “sehat”. Mengacu pada konsep sehat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yang menyatakan SEHAT artinya sejahtera jasmani, rohani dan sosial, bukan hanya bebas dari penyakit, cacat ataupun kelemahan.

Jadi olahraga kesehatan adalah bentuk olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dalam takaran aktifitas yang sedang.

<http://geraksehat.wordpress.com/2007/10/19olahragapendidika>

[n2](#)

2.12.2 Tujuan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Tujuan pendidikan olahraga dan kesehatan tidak dapat dipisahkan dari pendidikan pada umumnya. Dalam undang-undang pokok pendidikan tahun 1954 nomor 12 dinyatakan bahwa tujuan pendidikan di Indonesia adalah membentuk manusia Indonesia yang cakap, warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab tentang kesejahteraan masyarakat dan tanah air.

Rumusan terakhir mengenai tujuan pendidikan ditetapkan dalam Garis-garis Besar Haluan Negara menurut Tap MPR No. IV/MPR/1978 yang didalamnya memuat tujuan pendidikan yang diantaranya sebagai berikut :

- 1). Pendidikan nasional berdasarkan asas pancasila dan bertujuan untuk meningkatkan ketaqwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa, kecerdasan, keterampilan dan mempertebal semangat kebangsaan agar dapat menumbuhkan manusia-manusia pembangunan yang dapat membantu dirinya sendiri serta bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa.
- 2). Dalam rangka melaksanakan pendidikan nasional perlu diambil langkah-langkah yang memungkinkan penghayatan dan pengalaman pancasila oleh seluruh lapisan masyarakat.
- 3). Pendidikan pancasila termasuk pendidikan moral pancasila dan unsur-unsur yang dapat meneruskan dan mengembangkan dan

nilai-nilai 1945 kepada generasi muda dimasukkan ke dalam kurikulum di sekolah-sekolah, mulai dari taman kanak-kanak sampai ke universitas, baik negeri maupun swasta.

Pendidikan kesehatan dan olahraga menuju hal yang sama yaitu membentuk manusia Indonesia seutuhnya, mulai kegiatan-kegiatan yang diarahkan kepada manusia yang sehat. Dengan demikian pendidikan kesehatan dan olahraga mengandung tujuan proses perubahan perilaku dalam memelihara kesehatannya agar ia dapat bertanggung jawab terhadap diri dan masyarakat.

2.12.3 Peran Fungsi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Berhasil tidaknya suatu pendidikan olahraga dan kesehatan tergantung pada bagaimana peran dan fungsi pendidik olahraga dan kesehatan di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Yang dimaksud dengan peranan disini adalah suatu pola perilaku yang diinginkan bahkan harus dimiliki oleh seseorang yang mendapat fungsi atau tugas sebagai pendidik kesehatan, terutama dengan pengetahuan, sikap dan perbuatan yang berhubungan dengan cara hidup sehat.

Fungsi utama yang tidak ditawarkan oleh seorang pendidik kesehatan dan olahraga ialah sebagai agen perubahan atau agen pembangunan (*Agen of Change*). Dengan demikian berbagai peran dapat dimiliki oleh pendidik kesehatan dan olahraga antara lain

sebagai agen pembaharuan, sebagai fasilitator, katalis promotor, bahkan sebagai generator/penggerak.

Sebagai agen pembaharuan seorang pendidik kesehatan olahraga harus mampu menjadi pendorong terciptanya perubahan-perubahan social yang mengajarkan tentang cara-cara hidup sehat. Tidak berbeda dengan agen pembaharu, katalis promotor merupakan peran fungsi yang tidak kalah pentingnya, dimana seorang pendidik kesehatan dan olahraga harus menjadi pendorong untuk terciptanya perubahan-perubahan yang terarah dan terorganisir sehingga mampu menjadi pendorong bagi siswa agar menerapkan pola hidup sehat.

Saat ini pendidik tidak lagi menjadi titik pusat pembelajaran, tetapi lebih mengarah sebagai fasilitator, yaitu menjadi seorang pendukung dan penyedia untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi siswa, dalam hal ini tersedianya fasilitas kesehatan dan olahraga. Selain itu yang menjadi peran fungsi utama seorang pendidik kesehatan dan olahraga adalah sebagai generator/penggerak yang mampu membangkitkan semangat siswa untuk menerapkan pola hidup sehat.

2.13 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Pembelajaran Penjas

Orkes

Keberhasilan siswa dalam belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri. Dan

faktor eksternal berasal dari luar diri siswa. Faktor dari luar meliputi faktor-faktor yang berhubungan dengan lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan lingkungan keluarga. Sedangkan faktor yang timbul dari dalam diri siswa berupa faktor biologis seperti faktor kesehatan misalnya, kesehatan mental, sedangkan faktor psikologisnya seperti kecerdasan, bakat, minat, perhatian, serta motivasi siswa.

Kehadiran faktor-faktor psikologis dalam belajar akan memberikan andil yang sangat penting. Faktor-faktor psikologis akan senantiasa memberikan landasan dan kemudahan dalam upaya mencapai tujuan belajar secara optimal. Thomas F. Station menguraikan enam macam faktor psikologis itu.

2.13.1 Motivasi

Siswa akan berhasil dalam belajar, kalau dalam dirinya sendiri ada keinginan untuk belajar. Inilah prinsip dan hukum pertama dalam pendidikan dan pengajaran Penjasorkes. Keinginan atau dorongan inilah yang disebut *motivasi*. Motivasi dalam hal ini meliputi dua hal : (1) mengetahui apa yang akan dipelajari, dan (2) memahami mengapa hal tersebut patut dipelajari. Dalam hal ini yang dipelajari dan perlu dipahami adalah materi Penjasorkes.

2.13.2 Konsentrasi

Konsentrasi dimaksudkan memusatkan segenap kekuatan perhatian pada suatu situasi belajar. Unsur motivasi dalam hal ini sangat membantu tumbuhnya proses pemusatan perhatian. Di dalam

konsentrasi ini keterlibatan mental secara detail sangat diperlukan, sehingga tidak “perhatian” sekedarnya.

2.13.3 Reaksi

Di dalam kegiatan belajar diperlukan keterlibatan unsur fisik maupun mental sebagai wujud reaksi. Belajar harus aktif, tidak sekedar apa adanya. Jadi orang yang belajar haruslah aktif, bertindak dan melakukannya dengan segala panca inderanya secara optimal. Ibarat dalam permainan sepak bola, seorang penjaga gawang yang menangkap bola yang nyaris akan masuk ke gawang yang dijaganya. Pada saat itu penjaga gawang harus betul-betul bereaksi dengan memerlukan segala ketangkasan mental, kewaspadaan, perhitungan dan kekuatan. Jadi kecepatan jiwa seseorang dalam memberi respon pada suatu pelajaran merupakan faktor yang penting dalam belajar.

2.13.4 Organisasi

Belajar dapat juga dikatakan sebagai kegiatan mengorganisasikan, menata atau menempatkan bagian-bagian bahan pembelajaran ke dalam suatu kesatuan pengertian. Dalam hal ini dibutuhkan ketrampilan mental untuk mengorganisasikan stimulus. Belajar harus dimulai dari hal-hal yang mudah dulu kemudian hal-hal yang lebih sulit.

2.13.5 Pemahaman

Pemahaman atau *comprehension* dapat diartikan menguasai sesuatu dengan pikiran. Karena itu belajar penjasorkes berarti

memahami secara menyeluruh makna gerakan-gerakan yang diajarkan, keamanan dan keselamatan. Selain itu siswa harus memahami tujuan dari setiap kegiatan pembelajaran.

2.13.6 Ulangan

Lupa merupakan sesuatu yang tercela dalam belajar. Tetapi lupa adalah sifat umum manusia. Secara umum seorang siswa sehari sesudah mempelajari suatu bahan pelajaran atau mendengarkan ceramah, mereka banyak yang melupakan apa yang mereka peroleh selama jam pelajaran tersebut. Begitu seterusnya semakin banyak yang dipelajari semakin banyak yang dilupakan.

Sehubungan dengan kenyataan itu, untuk mengatasi kelupaan diperlukan sebuah pengulangan, sebagai contoh seorang pesenam mampu menyesuaikan irama music dan gerakan senam dengan baik apabila pesenam tersebut sering melakukan latihan. Latihan-latihan tersebut yang dimaksud dengan ulangan dalam belajar senam.

2.14 Pengertian Keseimbangan

Pengertian keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan (Dirjen Pendidikan Luar Sekolah, Pemuda dan Olahraga, 1997 : 7)

Pengertian Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh ditinjau dari segi fisiologi dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot dalam mempertahankan posisi yang

dikehendaki. Keseimbangan berperan pada proses penilaian tes angkat beban atau bergantung siku tekuk (keseimbangan mempertahankan posisi badan agar tidak jatuh ke depan setelah lari cepat).

Pada penelitian ini lingkungan sekitar yang berupa areal persawahan yang digunakan sebagai sarana dan prasarana pembelajaran penjasorkes adalah pematang sawah yang dapat digunakan siswa untuk mempraktikkan pola jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin. Keadaan kondisi lingkungan berupa tanah yang belum mengeras tersebut sangat menguntungkan siswa pada saat melakukan kegiatan lari 40 m atau lompat jauh, karena kalau ada siswa yang terjatuh tidak menyebabkan siswa terluka.

2.15 Langkah-langkah Persiapan Pelaksanaan Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh

Beberapa langkah yang peneliti lakukan sebagai persiapan adalah:

2.15.1. Mencari pematang sawah untuk arena penilaian lari 40m yang jaraknya agak jauh dari sekolah (\pm 500m) setelah itu siswa melakukan loncat jauh dan penilaian lompat jauh. Tujuan mencari jarak yang agak jauh dari sekolah adalah pada saat menuju arena siswa diajak berlari-lari kecil/santai sambil bernyanyi sebagai pemanasan sehingga pada saat sampai arena siswa sudah siap melakukan penilaian lari 40 m atau lompat jauh.

2.15.2. Peneliti telah mengukur panjang lintasan yang akan digunakan untuk arena lari dengan memberi tanda pada bagian start dan finis dengan mencoret tanah, sehingga pada saat arena tersebut siap digunakan, peneliti tinggal menancapkan bendera atau tanda lainnya.

2.15.3. Kemudian kegiatan lompat jauh, peneliti terlebih dahulu menyiapkan arena untuk lompat jauh dengan memberi tanda garis pada tanggul (pembatas antar pertambahan) yang tekstur tanahnya belum mengeras (masih lentur) dengan menggunakan kayu atau alat lainnya.

2.16 Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Penjasorkes SD

Cakupan Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga dan kesehatan pada SD/MI/SDLB dimaksudkan untuk meningkatkan potensi fisik serta menanamkan sportivitas dan kesadaran hidup sehat (BSNP, 2006).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman.

Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa akibat terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta life skill.

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup

sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SD bertujuan agar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut:

1. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih
2. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar
4. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan
5. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis
6. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan
7. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut.

1. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya
4. Aktivitas ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya
6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Standar Kompetensi yang dipergunakan pada penelitian ini adalah Standar Kompetensi nomor 4. Mempraktikkan berbagai gerak dasar dalam gerak ritmik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Sedangkan Kompetensi Dasarnya adalah 4.1 Mempraktikkan pola jalan, lari dan lompat dalam gerak ritmik, serta nilai kerjasama, percaya diri, dan disiplin.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Model Pengembangan

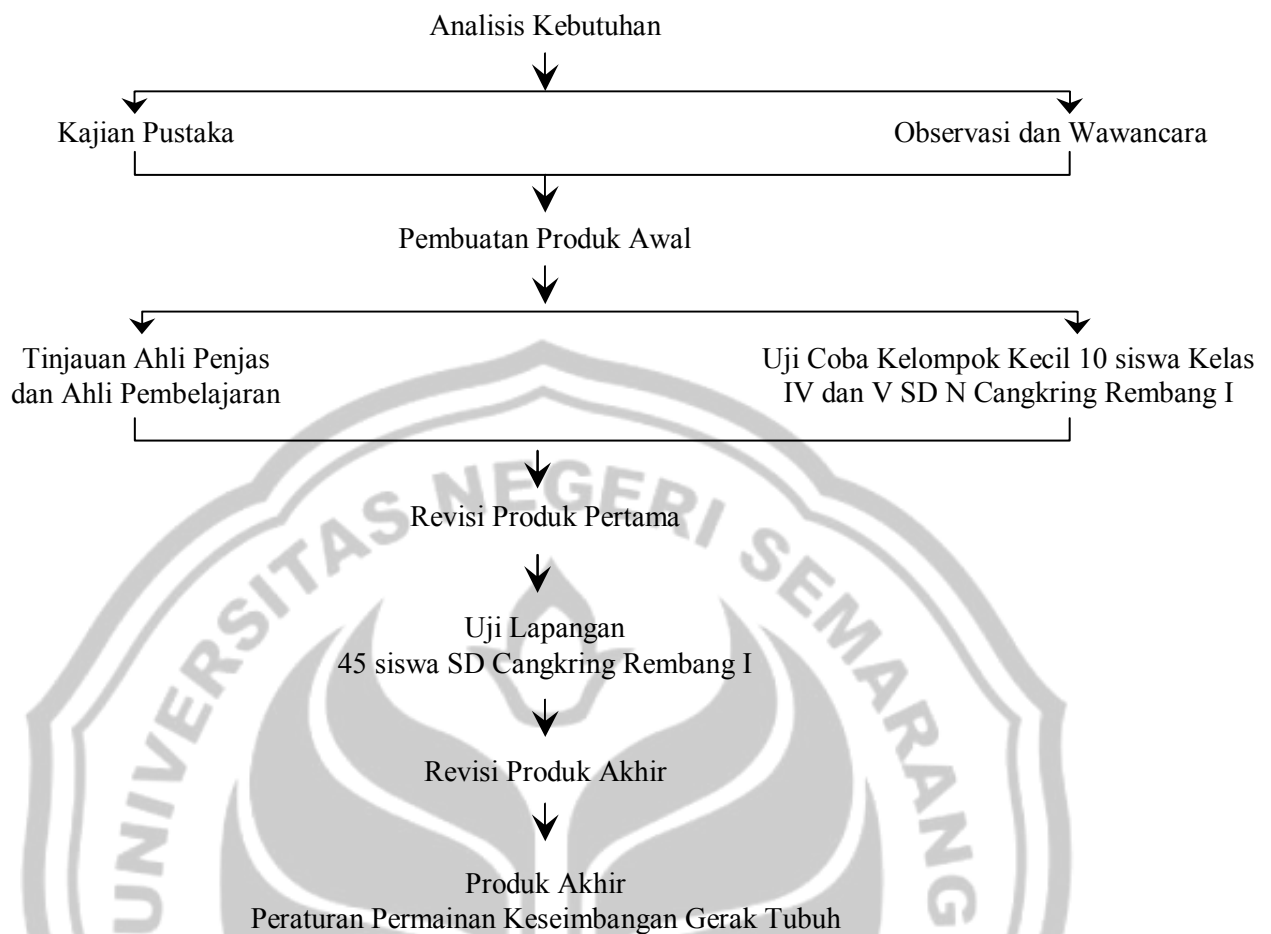
Penelitian dan pengembangan biasanya disebut pengembangan berbasis penelitian (research-based development) merupakan jenis penelitian yang sedang meningkat penggunaannya dalam pemecahan masalah praktis dalam dunia penelitian utamanya penelitian pendidikan dan pembelajaran. Menurut Borg dan Gall seperti yang dikutip Wasis D (2004: 4) penelitian dan pengembangan adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam pendidikan pembelajaran. Selanjutnya disebutkan bahwa prosedur penelitian dan pengembangan pada dasarnya terdiri dari dua tujuan utama, yaitu : 1) pengembangan produk, dan 2) menguji keefektifan produk dalam mencapai tujuan. Peneliti mengembangkan permainan bermain bola disesuaikan dengan pertimbangan keadaan lapangan atau sawah yang akan digunakan, keterbatasan waktu, tenaga, dan biaya sehingga tidak mengambil subyek yang besar. Langkah-langkah yang digunakan peneliti untuk memodifikasi peraturan keseimbangan gerak tubuh ini adalah sebagai berikut :

1. Melakukan penelitian pendahuluan dan pengumpulan informasi termasuk observasi lapangan dan kajian pustaka.
2. Mengembangkan bentuk produk awal (berupa peraturan permainan keseimbangan gerak tubuh)

3. Evaluasi para ahli dengan menggunakan satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil, dengan menggunakan kuesioner dan konsultasi serta evaluasi yang kemudian dianalisis
4. Revisi produk pertama. Revisi produk berdasarkan hasil dan evaluasi ahli dari uji coba kelompok kecil. Revisi ini digunakan untuk perbaikan terhadap produk awal yang dibuat oleh peneliti
5. Uji lapangan
6. Revisi produk akhir yang dilakukan berdasarkan hasil uji lapangan
7. Hasil akhir modifikasi model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I yang dihasilkan melalui revisi uji lapangan

3.2 Prosedur Pengembangan

Modifikasi melakukan permainan keseimbangan gerak terbuka ini, dilakukan melalui beberapa tahap. Pada gambar 4 akan disajikan tahap-tahap prosedur pengembangan modifikasi melakukan permainan keseimbangan gerak tubuh.



3.2.1 Analisis Kebutuhan

Analisis kebutuhan merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian ini. Langkah ini bertujuan untuk menentukan apakah peraturan permainan keseimbangan gerak tubuh ini dibutuhkan atau tidak. Pada tahap ini peneliti mengadakan observasi di SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak tentang pelaksanaan olahraga bermain keseimbangan gerak tubuh dengan cara melakukan pengamatan lapangan tentang aktifitas siswa.

3.2.2 Pembuatan Produk Awal

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan tersebut, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan produk model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan, peneliti membuat produk berdasarkan kajian teori yang kemudian dievaluasi oleh satu ahli penjas dan dua guru pendidikan jasmani sebagai ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil.

3.2.3 Revisi Produk Pertama

Setelah uji coba, maka dilakukan revisi produk pertama hasil dari evaluasi ahli dan uji coba kelompok kecil sebagai perbaikan dari produk yang telah diujicoba

3.2.4 Uji Coba Lapangan

Pada tahap ini dilakukan uji lapangan terhadap produk yang dikembangkan dengan menggunakan subyek uji coba siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak

3.2.5 Revisi Produk Akhir

Revisi produk dari hasil uji lapangan yang telah diujicobakan siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak berjumlah 42 siswa.

3.2.6 Hasil Akhir

Hasil akhir produk pengembangan dari uji lapangan yang berupa model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh.

3.3 Uji Coba Produk

Pelaksanaan uji coba produk dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu :

1) menetapkan desain uji coba, 2) menentukan subyek uji coba, 3) menyusun instrumen pengumpulan data, dan 4) menetapkan teknik analisis data.

3.3.1 Desain Uji Coba

Desain uji coba yang dilaksanakan bertujuan untuk mengetahui tingkat keefektifan dari segi pemanfaatan produk yang dikembangkan. Desain uji coba yang dilaksanakan terdiri dari :

3.3.1.1 Evaluasi Ahli

Sebelum produk pembelajaran yang dikembangkan diujicobakan kepada subyek, produk yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran

Variabel yang dievaluasi oleh ahli meliputi fasilitas dan perlengkapan serta memenangkan permainan, memainkan sikap kapal terbang, aktivitas siswa dalam permainan. Untuk menghimpun data dari para ahli digunakan kuesioner. Hasil evaluasi dari para ahli yang berupa masukan dan saran terhadap produk yang telah dibuat, dipergunakan sebagai acuan dasar pengembangan produk.

3.3.1.2 Uji Coba Kelompok Kecil

Pada tahapan ini produk yang telah direvisi dan hasil evaluasi ahli kemudian diujicobakan kepada siswa kelas V SD N Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Pada uji coba kelompok kecil ini menggunakan 10 siswa sebagai subyeknya. Pengambilan siswa dilakukan dengan menggunakan sampel secara random karena karakteristik dan tingkat kebugaran jasmani siswa yang berbeda.

Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan tentang permainan keseimbangan gerak tubuh dengan satu kaki yang kemudian melakukan uji coba permainan keseimbangan gerak tubuh dengan satu kaki. Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuesioner tentang permainan yang telah dilakukan. Tujuan uji coba kelompok kecil ini adalah untuk mengetahui tanggapan awal dan produk yang dikembangkan.

3.3.1.3 Revisi Produk Pertama

Hasil data dan evaluasi satu ahli penjas dan satu ahli pembelajaran, serta uji coba kelompok kecil tersebut dianalisis. Selanjutnya dijadikan acuan untuk merevisi produk yang telah dibuat.

3.3.1.4 Uji Coba Lapangan

Hasil analisis uji coba sekelompok kecil serta revisi produk pertama, selanjutnya dilakukan uji lapangan. Uji lapangan dilakukan pada siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Pertama-tama siswa diberikan penjelasan peraturan tentang permainan keseimbangan gerak tubuh dengan satu kaki yang telah direvisi yang kemudian melakukan uji coba permainan keseimbangan gerak tubuh dengan satu kaki. Setelah selesai melakukan uji coba siswa mengisi kuesioner tentang permainan yang telah dilakukan.

3.3.2 Subjek Coba

Subjek coba pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Evaluasi ahli yang terdiri dari satu ahli penjas dan dua ahli pembelajaran
2. Uji coba kelompok kecil yang terdiri dari 10 siswa kelas V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak dipilih menggunakan sampel secara random
3. Uji coba lapangan yang terdiri dari 42 siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

3.4 Jenis Data

Data yang diperoleh adalah data kuantitatif dan data kualitatif yang berupa alasan dalam memilih jawaban. Data kuantitatif dan kualitatif

diperoleh dari hasil wawancara dari kuesioner yang berupa kritik dan saran dari ahli penjas dan narasumber secara lisan maupun tulisan sebagai masukan untuk bahan revisi produk.

3.5 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah berbentuk lembar evaluasi dan kuesioner. Lembar evaluasi digunakan untuk menghimpun data dari para ahli penjas dan ahli pembelajaran. Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data dan evaluasi ahli dan uji coba. Alasan memilih kuesioner adalah jumlah subyek yang relatif banyak sehingga data dapat diambil secara serentak dan waktu yang singkat.

Kepada ahli dan siswa diberikan kuesioner yang berbeda. Kuesioner ahli dititik beratkan pada produk pertama yang dibuat, sedangkan kuesioner siswa dititik beratkan pada kenyamanan dalam menggunakan produk. Yaitu dalam permainan keseimbangan gerak tubuh dengan satu kaki. Apakah siswa dapat bermain dengan bentuk lapangan dan peraturan permainan yang berbeda dengan bermain senam pada umumnya.

Kuesioner yang digunakan untuk ahli berupa sejumlah aspek yang harus dinilai kelayakannya. Faktor yang digunakan dalam kuesioner berupa kualitas model pembelajaran. Serta komentar dan saran umum jika ada. Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “√” pada kolom yang tersedia.

1. Tidak baik

2. Kurang baik
3. Cukup baik
4. Baik
5. Sangat bai

Berikut ini adalah faktor, indikator, dan jumlah butir kuesioner yang akan digunakan pada kuesioner ahli :

Tabel 1
Faktor, Indikator, Dan Jumlah Butir Kuesioner

No	Faktor	Indikator	Rentang Penilaian					Jumlah
			1	2	3	4	5	
1	Kualitas model	Kualitas produk terhadap standar kompetensi, keaktifan siswa, dan kelayakan untuk diajarkan pada siswa SD kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang I						15

Kuesioner yang digunakan siswa berupa sejumlah pertanyaan, yang harus dijawab oleh siswa dengan alternatif jawaban “Ya” dan “Tidak”. Faktor yang digunakan dalam kuesioner meliputi aspek psikomotor, kognitif, afektif. Cara pemberian skor pada alternatif jawaban adalah sebagai berikut :

Tabel 2
Skor Jawaban Kuesioner “Ya” dan “Tidak”

Alternatif Jawaban	Positif	Negatif
Ya	1	0
Tidak	0	1

Berikut ini adalah faktor-faktor, indikator, dan jumlah butir kuesioner yang akan digunakan pada siswa :

Tabel 3
Faktor, Indikator Dan Jumlah Butir Kuesioner

No	Faktor	Indikator	Jumlah
1	Psikomotor	Kemampuan siswa mempraktikkan variasi gerak dalam bermain model pengembangan pembelajaran keseimbangan gerak tubuh	10
2	Kognitif	Kemampuan siswa memahami peraturan dan pengetahuan tentang model pengembangan pembelajaran keseimbangan gerak tubuh	10
3	Afektif	Menampilkan sikap dalam bermain model pengembangan pembelajaran keseimbangan gerak tubuh	10

3.6 Tehnik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif berbentuk persentase. Sedangkan data yang berupa saran dan alasan memilih jawaban dianalisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Dalam pengolahan data, persentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman, dkk (2004 : 879), yaitu :

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

Keterangan :

F : frekuensi relatif / angka persentase

f : frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : jumlah seluruh data

100% : konstanta

Dari hasil persentase yang diperoleh kemudian diklasifikasikan untuk memperoleh kesimpulan data. Pada tabel 4 akan disajikan klasifikasi persentase.

Tabel 4

Klasifikasi Presentase

Persentase	Klasifikasi	Makna
0 - 20%	Tidak baik	Dibuang
20,1 - 40%	Kurang baik	Diperbaiki
40,1 - 70%	Cukup baik	Digunakan (bersyarat)
70,1 - 90%	Baik	Digunakan
90,1 - 100%	Sangat baik	Digunakan

Sumber : Guilford (dalam Faqih, 1996 : 57)

BAB IV

HASIL PENGEMBANGAN

4.1 Hasil Data Uji Coba

4.1.1 Data Analisis Kebutuhan

Untuk mengetahui permasalahan-permasalahan pembelajaran yang terjadi di lapangan terutama berkaitan dengan proses Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, serta bentuk pemecahan dari permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan analisis kebutuhan. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menganalisis proses pembelajaran yang terjadi sesungguhnya di lapangan, melakukan observasi pembelajaran dan melakukan studi pustaka/kajian literature.

Sesuai dengan kompetensi dasar pada materi senam ketangkasan dasar bagi kelas IV dan V sekolah dasar, disebutkan bahwa siswa dapat mempraktikkan senam ketangkasan yang agak kompleks menggunakan alat, dan nilai disiplin, BSNP (2006 : 13). Kenyataan yang ada dalam proses pembelajaran senam ketangkasan, khususnya gerak keseimbangan di SD masih jauh dari yang diharapkan.

Pada proses pembelajaran senam ketangkasan dalam keseimbangan gerak ditemui beberapa hal, antara lain alat dan fasilitas yang digunakan kurang memadai, diketahui ada beberapa siswa khususnya siswa putri yang mengeluh tidak berani melakukan gerakan yang diperintahkan oleh seorang guru, diketahui ada beberapa siswa

ketika mengikuti pembelajaran hanya duduk-duduk saja dan tidak aktif mengikuti proses pembelajaran. Pembelajaran senam ketangkasan dalam keseimbangan gerak yang diberikan oleh guru masih belum dikemas dalam bentuk modifikasi, sehingga dijumpai siswa yang merasa tidak senang, bosan, dan malas untuk bergerak.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti memutuskan untuk mengembangkan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan yang sesuai bagi siswa SD. Peneliti mengharapkan produk yang dihasilkan nanti dapat meningkatkan kualitas pembelajaran senam ketangkasan terutama dalam pembelajaran keseimbangan gerak yang dapat membuat siswa aktif mengikuti pembelajaran, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Produk yang dihasilkan juga diharapkan dapat membantu guru Penjasorkes dalam memberikan pembelajaran senam ketangkasan bervariasi dengan menggunakan produk yang dihasilkan ini.

4.1.2 Deskripsi Draf Produk Awal

Setelah menentukan produk yang akan dikembangkan berupa model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh yang sesuai dengan siswa SD. Tahap selanjutnya yang akan dilakukan adalah membuat produk dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Analisis tujuan dan karakteristik senam ketangkasan di SD

2. Analisis karakteristik siswa SD
3. Mengkaji literatur tentang prinsip-prinsip atau cara membuat atau mengembangkan modifikasi senam ketangkasan
4. Menetapkan prinsip-prinsip untuk mengembangkan model modifikasi senam ketangkasan
5. Menetapkan tujuan, isi, dan strategi pengelolaan pembelajaran
6. Pengembangan prosedur pengukuran hasil pembelajaran
7. Menyusun produk awal model pembelajaran senam ketangkasan

Setelah melalui proses desain dan produksi maka dihasilkan produk awal model pembelajaran senam ketangkasan dalam keseimbangan gerak yang sesuai bagi siswa SD tersebut.

Berikut ini adalah draf produk awal model pembelajaran senam ketangkasan dalam keseimbangan gerak yang sesuai bagi siswa SD sebelum divalidasi oleh ahli dan guru Penjasorkes SD.

DRAF PRODUK AWAL MODEL PEMBELAJARAN KESEIMBANGAN GERAK TUBUH BAGI SISWA SD

1. Pengertian Keseimbangan Gerak

Keseimbangan adalah istilah yang digunakan untuk menerangkan kemampuan atau ketidak mampuan seseorang untuk memelihara equilibrium, baik yang bersifat statis (*static balance*), seperti dalam posisi diam, bisa juga bersifat dinamis

(*dynamic balance*) seperti pada saat melakukan gerakan lokomotor, Drs. Agus Mahendra, MA (2.000 : 41).

Gerak (motor) sebagai istilah umum berbagai bentuk perilaku gerak manusia, sedangkan psikomotor khusus digunakan pada domain mengenai perkembangan manusia yang mencakup gerak manusia. Jadi, gerak (motor) ruang lingkupnya lebih luas daripada psikomotor (Amung Ma'mun, 2000 : 20)

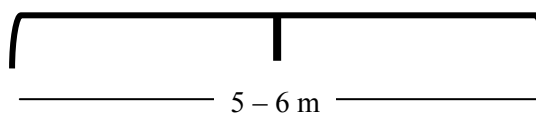
2. Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh

Berikut ini adalah perlengkapan yang ada dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan.

a. Fasilitas Dan Peralatan

1) Balok Titian

Balok titian yang digunakan dalam model pembelajaran ini adalah balok titian yang dipasangkan pada tanah persawahan atau lapangan. Tinggi balok titian dari tanah 10 s/d 15 cm.



Gambar balok titian dalam model pembelajaran keseimbangan gerak.

b. Perlengkapan Pemain

- 1) Memakai pakaian atau seragam olahraga
- 2) Memakai celana olahraga pendek
- 3) Memakai kaos kaki
- 4) Memakai sepatu olahraga

c. Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh

- 1) Gerak keseimbangan statis (gerak keseimbangan di atas tanah persawahan tanpa gerak)
 - Berdiri sikap kapal terbang
 - Berdiri kaki satu kaki tekuk silang
 - Berdiri kaki satu kaki tekuk samping
 - Berdiri satu kaki lurus ke depan

Karena itu, topik ini merupakan fokus bahasan

dan uraian berikut :

- Melatih anak untuk bisa melakukan gerakan satu kaki dengan diam dengan ketentuan waktu (15 – 20 detik)
- Melatih bermacam gerakan statis di lapangan / tanah persawahan

Tahap Persiapan dan Pelaksanaan

- Siswa berjalan menuju tempat yang ditentukan dengan variasi gerakan sampai siswa dapat memperoleh keseimbangan dalam posisi diam
- Siswa melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh dengan posisi badan lurus ke depan dan kedua tangan lurus ke samping kanan kiri dengan mengangkat satu kaki bisa ke depan, samping, belakang

2) Gerak dasar keseimbangan di atas balok dengan melangkah ke depan

Istilah ini biasa dikenal dengan gerakan dinamis. Variasi gerakan ini bisa dilakukan dengan berjalan kaki ke depan, kedua tangan direntangkan sambil membawa bola di atas pematang sawah.

Tahap persiapan dan pelaksanaan :

- Gerakan relaksasi dan pengukuran otot-otot tubuh
- Dengan berjalan di atas balok titian siswa satu per satu mencoba naik dan jalan ke atas balok dengan ketinggian tertentu
- Gerakan dinamis dengan variasi tangan dan sikap tubuh dilakukan di atas tumpuan balok

Tahap gerak lanjutan

Dari gerakan statis ke arah dinamis dengan berbagai variasi di atas balok diharapkan siswa akan :

- Berani dan memiliki sikap sportif serta kerja sama yang baik sesama teman
- Melakukan gerakan dengan rangkaian yang lebih efektif dan efisien



Keterangan :

 : lapangan / persawahan

 : siswa

- - - - - : pematang sawah

4.1.3 Data Uji Coba Lapangan

Berdasarkan evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil langkah berikutnya adalah uji coba lapangan. Uji coba lapangan bertujuan untuk mengetahui keefektifan perubahan yang telah dilakukan pada evaluasi ahli serta uji coba kelompok kecil apakah bahan model pembelajaran itu dapat digunakan dalam lingkungan sebenarnya. Uji coba lapangan dilakukan oleh siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 yang berjumlah 45 siswa. Data uji coba lapangan dihimpun dengan menggunakan kuesioner. Data uji coba

lapangan gerak keseimbangan dapat dilihat pada lampiran 14 halaman 89.

Berdasarkan data pada lampiran 14 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 94.30%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD N Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

4.1.4 Analisis Data

4.1.4.1 Analisis Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Pada lampiran 11 akan disajikan analisis data hasil uji coba kelompok kecil. Analisis data uji coba kelompok kecil model pembelajaran keseimbangan gerak dapat dilihat pada lampiran 11 halaman 86.

Berdasarkan tabel analisis data pada lampiran 11 hasil uji coba kelompok kecil yang diperoleh melalui kuesioner dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Aspek kualitas model pembelajaran keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kualitas model pembelajaran keseimbangan gerak telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

2. Aspek melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek melakukan keseimbangan gerak telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
3. Aspek kesulitan melakukan keseimbangan gerak, didapat persentase 80%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan melakukan keseimbangan gerak memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
4. Aspek kemudahan melakukan keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kemudahan melakukan keseimbangan gerak memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
5. Aspek berlatih keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
6. Aspek melakukan perintah guru, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek melakukan perintah guru memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan

7. Aspek kesulitan mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak baik sehingga aspek ini dapat digunakan
8. Aspek mudah melakukan gerakan keseimbangan gerak, di dapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek mudah melakukan gerakan keseimbangan gerak memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
9. Aspek kesulitan dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak, di dapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan melakukan gerakan keseimbangan gerak memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
10. Aspek cara berlatih, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
11. Aspek cara berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
12. Aspek perbedaan cara berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.

13. Aspek peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
14. Aspek mematuhi peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
15. Aspek wajib mematuhi peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
16. Aspek ketenangan dalam berlatih keseimbangan gerak, didalam persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
17. Aspek konsentrasi dalam berlatih keseimbangan gerak, di dapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
18. Aspek tugas guru, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

19. Aspek pemberian peringatan oleh seorang guru, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
20. Aspek dapat dilakukan semua orang dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
21. Aspek frekuensi latihan dalam berlatih keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
22. Aspek suka atau tidaknya melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
23. Aspek menarik atau tidaknya model pembelajaran keseimbangan gerak didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
24. Aspek semangat atau tidaknya dalam berlatih keseimbangan gerak didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah

ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan

25. Aspek menerima, didapat persentase 90%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
26. Aspek menghormati guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
27. Aspek melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
28. Aspek peringatan oleh guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak terhadap siswa yang tidak mentaati peraturan, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
29. Aspek bersedia atau tidaknya untuk berlatih model keseimbangan gerak lagi, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

30. Aspek mengajak teman untuk berlatih model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

4.1.4.2 Analisis Hasil Uji Lapangan

Pada lampiran 15 akan disajikan analisis hasil uji lapangan. Analisis uji lapangan model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat dilihat pada lampiran 15 halaman 90.

Berdasarkan tabel analisis data pada lampiran 15 didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 94,30%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran keseimbangan gerak ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

1. Aspek kualitas model pembelajaran keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kualitas model pembelajaran keseimbangan gerak telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

2. Aspek melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek melakukan keseimbangan gerak telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
3. Aspek kesulitan melakukan keseimbangan gerak, didapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan melakukan keseimbangan gerak memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
4. Aspek kemudahan melakukan keseimbangan gerak, di dapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kemudahan melakukan keseimbangan gerak memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
5. Aspek berlatih keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
6. Aspek melakukan perintah guru, didapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek melakukan perintah guru memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

7. Aspek kesulitan mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
8. Aspek mudah melakukan gerakan keseimbangan gerak, di dapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek mudah melakukan gerakan keseimbangan gerak memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
9. Aspek kesulitan dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak, di dapat persentase 89%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek kesulitan melakukan gerakan keseimbangan gerak memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
10. Aspek cara berlatih, didapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
11. Aspek cara berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

12. Aspek perbedaan cara berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan.
13. Aspek peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
14. Aspek mematuhi peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, di dapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
15. Aspek wajib mematuhi peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
16. Aspek ketenangan dalam berlatih keseimbangan gerak, didalam persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
17. Aspek konsentrasi dalam berlatih keseimbangan gerck, di dapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka

aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

18. Aspek tugas guru, didapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
19. Aspek pemberian peringatan oleh seorang guru, didapat persentase 91%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
20. Aspek dapat dilakukan semua orang dalam berlatih keseimbangan gerak, didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
21. Aspek frekuensi latihan dalam berlatih keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 89%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan
22. Aspek suka atau tidaknya melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
23. Aspek menarik atau tidaknya model pembelajaran keseimbangan gerak didapat persentase 96%. Berdasarkan kriteria yang telah

ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

24. Aspek semangat atau tidaknya dalam berlatih keseimbangan gerak didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
25. Aspek menerima, didapat persentase 64%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria cukup baik sehingga aspek ini dapat digunakan
26. Aspek menghormati guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
27. Aspek melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan gerak, didapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
28. Aspek peringatan oleh guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak terhadap siswa yang tidak mentaati peraturan, didapat persentase 87%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria baik sehingga aspek ini dapat digunakan

29. Aspek bersedia atau tidaknya untuk berlatih model keseimbangan gerak lagi, didapat persentase 98%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan
30. Aspek mengajak teman untuk berlatih model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan didapat persentase 100%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka aspek ini telah memenuhi kriteria sangat baik sehingga aspek ini dapat digunakan

4.2 Pembahasan

Hasil analisis data dari evaluasi ahli penjas, didapat rata-rata persentase ---. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model pembelajaran keseimbangan gerak ini telah memenuhi kriteria -----, sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Hasil analisis data dari evaluasi ahli pembelajaran 1, didapat rata-rata persentase 89,33%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model keseimbangan gerak ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Hasil analisis data dari evaluasi ahli pembelajaran II, didapat rata-rata persentase 90,67%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model pembelajaran keseimbangan gerak telah memenuhi kriteria sangat

baik sehingga dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang I Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Hasil analisis data uji coba kelompok kecil didapat rata-rata persentase jawaban yang sesuai 96,00%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran keseimbangan gerak ini telah memenuhi kriteria sangat baik. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima siswa SD adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 90% siswa dapat mempraktikkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan permainan, penerapan sikap dalam permainan dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat diterima siswa dengan baik, sehingga dari uji coba kelompok kecil model ini dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Hasil analisis data uji coba lapangan didapat rata-rata persentase jawaban yang sesuai 94,30%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran keseimbangan gerak ini telah memenuhi kriteria sangat baik. Faktor yang menjadikan model ini dapat diterima siswa SD adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 90% siswa dapat mempraktikkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan model pembelajaran, penerapan sikap dalam model pembelajaran dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model pembelajaran keseimbangan

gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat diterima siswa dengan baik, sehingga dari uji coba lapangan model ini dapat digunakan untuk siswa kelas IV dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

Pada tabel 4 berikut ini akan disajikan data hasil keseluruhan dari evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil, dan uji lapangan.

Tabel 4
Data Hasil Keseluruhan Dari Evaluasi Ahli, Uji Coba Kelompok Kecil,
dan Data Uji Coba Lapangan

No	Komponen	Hasil
1	Hasil evaluasi ahli	Didapat persentase skala penilaian -----, sehingga produk senam ketangkasan gerak keseimbangan dapat digunakan untuk siswa Sekolah Dasar
	Hasil evaluasi ahli pembelajaran I	Didapat persentase skala penilaian 89,33%, sehingga produk model pembelajaran keseimbangan gerak dapat digunakan untuk siswa Sekolah Dasar
	Hasil evaluasi ahli pembelajaran II	Didapat persentase skala penilaian 90,67%, sehingga produk model pembelajaran keseimbangan gerak dapat digunakan untuk siswa Sekolah Dasar
2	Uji Coba Kelompok Kecil	Didapat persentase pilihan jawaban 96,00%, sehingga produk model pembelajaran keseimbangan gerak dapat digunakan untuk siswa Sekolah Dasar
3	Uji Coba Lapangan	Didapat persentase pilihan jawaban 94,30%, sehingga produk model pembelajaran keseimbangan gerak dapat digunakan untuk siswa Sekolah Dasar

BAB V

KAJIAN DAN SARAN

5.1. Kajian

Berdasarkan analisa hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Produk model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan sudah dapat dipraktikkan kepada subjek uji coba. Hal ini berdasarkan hasil analisis data dari evaluasi ahli penjas didapat rata-rata persentase -----, hasil analisis data dari evaluasi ahli pembelajaran I didapat rata-rata persentase 89,33%, dan hasil analisis data dari evaluasi ahli pembelajaran II didapat rata-rata persentase 90,67%. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini telah memenuhi kriteria baik sehingga dapat digunakan untuk siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.
2. Produk model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan sudah dapat digunakan bagi siswa SD di Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak. Hal ini berdasarkan hasil analisa data uji coba kelompok kecil didapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 96,00% dan hasil analisis data uji coba lapangan di dapat rata-rata persentase pilihan jawaban yang sesuai 94,30%. Berdasarkan kriteria yang telah ditentukan maka model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini telah memenuhi kriteria sangat baik

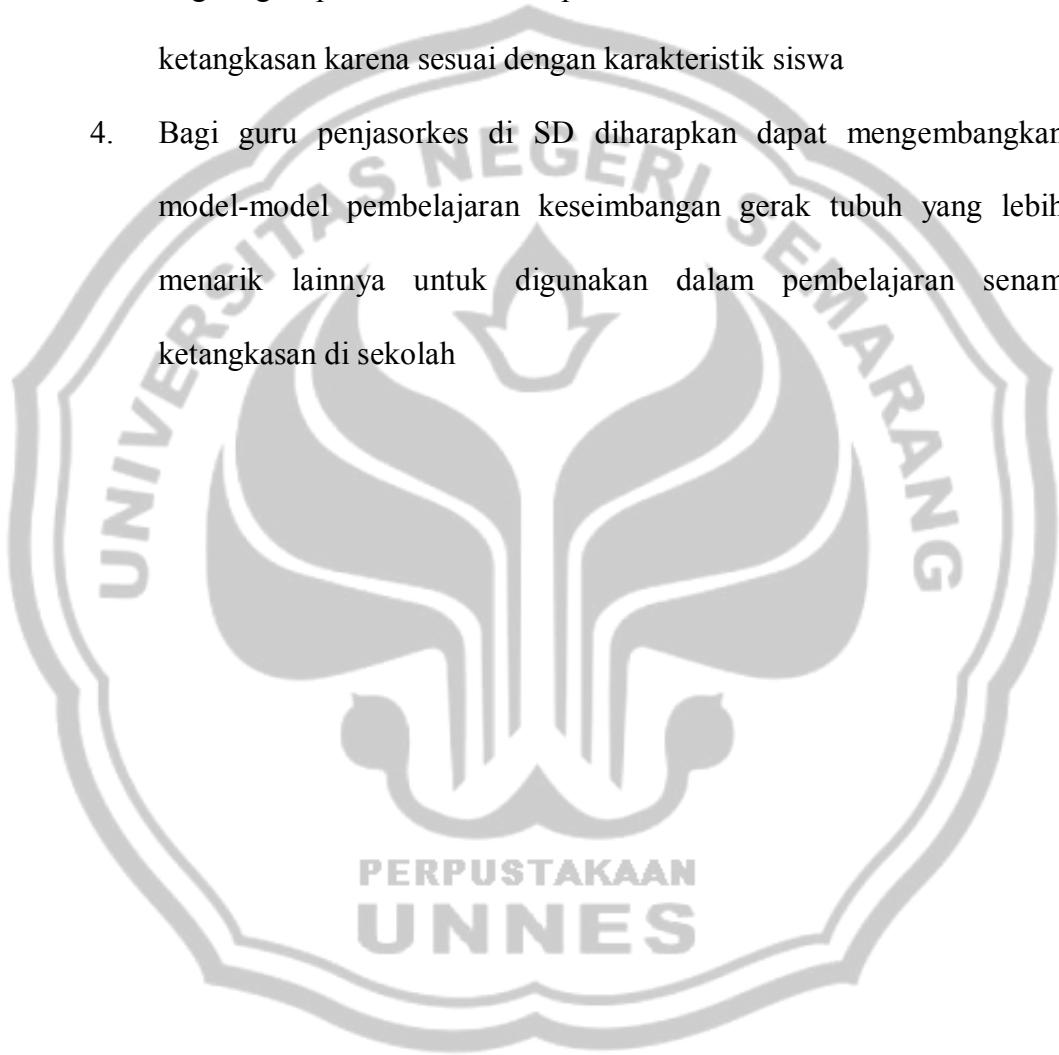
sehingga dapat digunakan untuk siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak

3. Faktor yang menjadikan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat diterima oleh siswa SD adalah dari semua aspek uji coba yang ada, lebih dari 90% siswa dapat mempraktikkan dengan baik. Baik dari pemahaman terhadap peraturan model pembelajaran keseimbangan gerak, penerapan sikap dalam model pembelajaran keseimbangan gerak dan aktivitas gerak siswa yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan. Secara keseluruhan model pembelajaran keseimbangan gerak melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat diterima siswa dengan baik, sehingga baik dari uji coba kelompok kecil maupun dari uji coba lapangan model ini dapat digunakan bagi siswa SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak.

5.2. Saran

1. Model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan sebagai produk yang telah dihasilkan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian materi pembelajaran senam ketangkasan untuk siswa SD

2. Penggunaan model ini dilaksanakan seperti apa yang direncanakan sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan sesuai dengan tujuan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan
3. Model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini dapat memudahkan siswa dalam senam ketangkasan karena sesuai dengan karakteristik siswa
4. Bagi guru penjasorkes di SD diharapkan dapat mengembangkan model-model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh yang lebih menarik lainnya untuk digunakan dalam pembelajaran senam ketangkasan di sekolah



DAFTAR PUSTAKA

- Bambang Sujiono, 2008. Metode Pengembangan Fisik. Jakarta : Universitas Terbuka
- BSNP, 2004. Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Penjasorkes SD. Jakarta : Depdiknas.
- Dirjen Dikdasmen, 2001. Buku II Materi Pelatihan Guru Penjaskes SD/Pembina dan Pelatih Olahraga Usia Dini SD. Jakarta : Depdiknas
- Donny Wira Yudha, dkk. 2010. Laporan Penelitian Pengembangan. FIK. Unnes
- Endang Sri Hanani, 2010. Persiapan PPL. Semarang : Universitas Negeri Semarang.
- <http://blog.uny.ac.id/haryyuliarto/2010/01/25/aktifitas-luar-sekolah>
- Ismaryati & Sarwono, 2006. Pengukuran Dan Evaluasi Olahraga. PJKR UNNES.
- J. Matakupan. 1994. Teori Bermain. Jakarta : Dirjen Dikdasmen Bagian Proyek Penataran Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD Setara DII.
- Juneli, 2010. Profil Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar Negeri Bulakpacing 01 dan 02 Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal Tahun Pelajaran 2009/2010, Skripsi. Program Sarjana Universitas Negeri Semarang
- Nuryani R., 2005. Strategi Belajar Mengajar. Malang : Universitas Negeri Malang.
- Sarbiran, 2000. Metodologi Penelitian Pendidikan. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia
- Suharsimi Arikunto, 2004. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Suharsimi Arikunto. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.
- Sutrisno Hadi. 2004. Statistik 2. Yogyakarta : Andi Offset.
- Trisnowati Tamat, dkk. 2007. Pendidikan Jasmani dan Kesehatan. Jakarta : Universitas Terbuka
- Tim Abdi Guru, 2007. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Semarang : Erlangga.
- Tim Abdi Guru. 2007. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Jakarta : Erlangga.
- Trianto, 2009. Mengembangkan Model Pembelajaran Tematik. Jakarta : Prestasi Pustaka
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. Sistem Pendidikan Nasional. Bandung : Fokus Media.



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PJKR**

Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telp. 86458119
Fax. 86458119 Email : FK-UNNES SMG @ Com

Nomor : 165/PP3.1.28/2011
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 : Dra. Endang Sri Hanani, M.Kes
NIP : 19590603 198403 2 001
Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda / IV c
Jabatan Akademik : Lektor Kepala
Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Drs. Hermawan, M.Pd.
NIP : 19590401 198803 1 002
Pangkat/Golongan : Penata / III c
Jabatan Akademik : Lektor
Sebagai Pembimbing II

Dalam penyusunan skripsi/Tugas Akhir oleh mahasiswa

Nama : SUWANDI
NIM : 6102909164
Prodi : PGPJSD/PKG S.1
Judul : PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN
KESEIMBANGAN GERAK TUBUH DALAM
PENJASORKES MELALUI PENDEKATAN
LINGKUNGAN PERSAWAHAN SISWA
KELAS IV DAN V SD NEGERI CANGKRING
REMBANG 01 KECAMATAN KARANGANYAR
KABUPATEN DEMAK TAHUN 2011

Untuk itu, mohon diterbitkan surat penetapannya.

Semarang, 19 November 2010
Ketua Jurusan/Kaprodi,

Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd.
NIP. 19651020199103100
No. Dokumen : FM-02-AKD-34



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PJKR

Kampus Sekaran Gunungpati Semarang 50229 Telp. 86458119
 Fax. 86458119 Email : FK-UNNES SMG @ Com

KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Nomor : 4775/HK.1.21/2010
Tentang
PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI SEMESTER GASAL
TAHUN AKADEMIK 2010/2011

Menimbang : bahwa untuk memperlancar mahasiswa Jurusan/Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan membuat Skripsi, maka perlu menetapkan Dosen-dosen Jurusan/Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi 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 Negara RI Tahun 2003. Nomor 78.

Memperhatikan : Usul Ketua Jurusan / Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Tanggal, 19 November 2010

MEMUTUSKAN

Menetapkan :

PERTAMA : Menunjuk dan menugaskan kepada :

1. Nama : Dra. Endang Sri Hanani, M.Kes
 NIP : 19590603 198403 2 001
 Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda/ IV c
 Sebagai Pembimbing I
2. Nama : Drs. Hermawan, M.Pd.
 NIP : 19590401 198803 1 002
 Pangkat/Golongan : Penata / III c
 Jabatan : Lektor
 Sebagai Pembimbing II

Untuk membimbing mahasiswa penyusun skripsi / Tugas Akhir :

Nama : SUWANDI
NIM : 6102909164
Jurusan/Prodi : PGP JSD S.1/PKG
Topik/Judul : PENGEMBANGAN MODEL
PEMBELAJARAN
KESEIMBANGAN GERAK
TUBUH DALAM PENJASORKES
MELALUI PENDEKATAN
LINGKUNGAN PERSAWAHAN
PADA SISWA KELAS IV DAN V
SD NEGERI CANGKRING
REMBANG 01 KECAMATAN
KARANGANYAR KABUPATEN
DEMAK

KEDUA : Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan



Lampiran 3



PEMERINTAH KABUPATEN DEMAK
UPTD PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA KEC. KARANGANYAR
SD NEGERI CANGKRING REMBANG I

Alamat : Jl. Raya Demak Kudus Km. 15 Karanganyar Demak

Nomor :
 Perihal : Ijin Penelitian

Kepada Yth,
 Pembantu Dekan Bid. Akademik
 UNNES (Fakultas Ilmu Keolahragaan)

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Menanggapi surat dari a.n Dekan Pembantu Dekan Bid. Akademik UNNES (Fakultas Ilmu Keolahragaan) Nomor tentang Permohonan Ijin Penelitian Pendidikan tertanggal

Dengan ini kami mengijinkan :

Nama : SUWANDI
 NIM : 6102909164
 Prodi : Strata I, Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
 Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Untuk melaksanakan Penelitian dengan judul "Pengembangan Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh Dalam Penjasorkes Melalui Pendekatan Lingkungan Persawahan Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2011"

Demikian agar menjadi maklum bagi yang berkepentingan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Demak, 1 Juni 2011

Kepala SD N Cangkring Rembang 1



Lampiran 4



PEMERINTAH KABUPATEN DEMAK
UPTD PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA KEC. KARANGANYAR
SD NEGERI CANGKRING REMBANG I
 Alamat : Jl. Raya Demak Kudus Km. 15 Karanganyar Demak

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.2/27/11/V1/2011.....

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SD Negeri Cangkring Rembang I menerangkan bahwa :

Nama : SUWANDI
 NIM : 6102909164
 Produ : Strata I, Pendidikan Guru Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
 Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Telah melaksanakan penelitian di SD N Cangkring Rembang 1 pada tanggal 28 Juni 2011
 Dengan judul “Pengembangan Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh Dalam Penjasorkes Melalui Pendekatan Lingkungan Persawahan Siswa Kelas IV Dan V SD Negeri Cangkring Rembang 1 Kecamatan Karanganyar Kabupaten Demak Tahun 2011”

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Demak, 28 Juni 2011

Kepala SD N Cangkring Rembang 1



KUESIONER EVALUASI UNTUK AHLI

EVALUASI MODEL PEMBELAJARAN KESEIMBANGAN GERAK TUBUH DALAM
PENJASORKES MELALUI PENDEKATAN LINGKUNGAN PERSAWAHAN
PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CANGKRING REMBANG I
KECAMATAN KARANGANYAR KABUPATEN DEMAK

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
Materi Pokok : Keseimbangan Gerak
Sasaran Program : Siswa Sekolah Dasar
Evaluator :
Tanggal :

Lembar evaluasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli Pendidikan Jasmani terhadap Model Pembelajaran Keseimbangan Gerak Tubuh yang efektif dan efisien untuk proses pembelajaran Penjasorkes bagi siswa SD yang kami modifikasi. Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini :

Lembar evaluasi ini diisi oleh ahli penjas

Evaluasi : mencakup aspek bentuk/model permainan, komentar dan saran umum, serta kesimpulan

Rentangan evaluasi mulai dari “tidak baik” sampai dengan “sangat baik” dengan cara memberi tanda “√” pada kolom tersedia.

Keterangan :

- 1 : tidak baik
- 2 : kurang baik
- 3 : cukup baik
- 4 : baik
- 5 : sangat baik

Lanjutan Lampiran 5

Komentar, kritik dan saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon dituliskan pada kertas tambahan yang telah disediakan.

Kualitas Model Permainan

No	Aspek Yang Dinilai	Skala Penilaian					Komentar
		1	2	3	4	5	
1	Kesesuaian dengan kompetisi dasar						
2	Kejelasan petunjuk permainan						
3	Ketepatan memilih bentuk/model permainan bagi siswa						
4	Kesesuaian alat dan fasilitas yang digunakan						
5	Kesesuaian bentuk atau model pengembangan permainan untuk dimainkan siswa						
6	Kesesuaian bentuk atau model pengembangan permainan dengan karakteristik siswa						
7	Mendorong perkembangan aspek fisik/jasmani siswa						
8	Mendorong perkembangan aspek kognitif siswa						
9	Mendorong perkembangan aspek psikomotor siswa						
10	Mendorong perkembangan aspek afektif siswa						
11	Dapat dimainkan siswa yang terampil maupun yang tidak terampil						
12	Dapat dimainkan siswa putra maupun putri						
13	Mendorong siswa aktif bergerak						
14	Meningkatkan minat dan motivasi siswa berpartisipasi dalam pembelajaran keseimbangan gerak tubuh						
15	Aman untuk diterapkan dalam pembelajaran permainan sikap kapal terbang						

Lanjutan Lampiran 5

Saran Untuk Perbaikan Model Pembelajaran

Petunjuk :

1. Apabila diperlukan revisi pada Model Pengembangan Permainan ini, mohon dituliskan pada kolom 2
2. Alasan diperlukannya revisi, mohon dituliskan pada kolom 3
3. Saran untuk perbaikan mohon ditulis dengan singkat dan jelas pada kolom 4

No	Bagian Yang Direvisi	Alasan Direvisi	Saran Perbaikan
1	2	3	4

Lanjutan Lampiran 5

Komentar dan Saran Umum



Kesimpulan :

Model pengembangan pembelajaran ini dinyatakan :

1. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil tanpa revisi
2. Layak untuk digunakan / uji coba skala kecil dengan revisi sesuai saran
3. Tidak layak untuk digunakan / uji coba skala kecil

(mohon memberi tanda silang/melingkari pada nomor sesuai dengan kesimpulan bapak/ibu)

Demak, 2011

Evaluator

Lampiran 6

LEMBAR EVALUASI UNTUK SISWA

EVALUASI MODEL PENGEMBANGAN PEMBELAJARAN KESEIMBANGAN GERAK TUBUH DALAM PENJASORKES MELALUI PENDEKATAN LINGKUNGAN PERSAWAHAN PADA SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CANGKRINGREMBANG I KECAMATAN KARANGANYAR KABUPATEN DEMAK

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan sebenar-benarnya dan sejujur-jujurnya
2. Jawablah secara runtut dan jelas
3. Berilah tanda silang (x) pada huruf A atau B sesuai dengan pilihanmu
4. Selamat mengisi dan terima kasih

I. IDENTITAS RESPONDEN

Nama Sekolah Dasar :

Nama Siswa :

Umur :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Nama Orang Tua :

a. Ayah :

b. Ibu :

Alamat :

(desa RT/RW) :

Lampiran 7

**DAFTAR SISWA KELAS IV DAN V SD N CANGKRING REMBANG 1
(SEBAGAI SAMPEL UJI COBA SKALA KECIL)**

No	NIS	Nama	Jenis Kelamin	Usia
1	2111	Arya Zakariya Wijaya	L	10 Tahun
2	2114	Dewi Putri Sudana	P	10 Tahun
3	2116	Diah Ayu Fatimah	P	10 Tahun
4	2123	M. Auval Marom	L	10 Tahun
5	2126	M. Mustofa Al Hadi	L	10 Tahun
6	2097	M. Iqbal Yuda Pratama	L	11 Tahun
7	2098	M. Taqiyudin	L	11 Tahun
8	2083	Afida Febriana Dewi	P	11 Tahun
9	2099	M. Ulil Albab	L	11 Tahun
10	2089	Elina	P	11 Tahun

Lampiran 8

JAWABAN KUESIONER ASPEK PSIKOMOTOR SISWA

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Arya Zakariya Wijaya	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
2	Dewi Putri Sudana	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
3	Diah Ayu Fatimah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
4	M. Auval Marom	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
5	M. Mustofa Al Hadi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
6	M. Iqbal Yuda Pratama	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
7	M. Taqiyudin	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
8	Afida Febriana Dewi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	A
9	M. Ulil Albab	A	B	A	B	B	B	B	A	B	B
10	Elina	A	B	A	B	B	A	A	B	A	B
	Jumlah	10	10	8	10	10	9	9	9	9	9
	%	100	100	80	100	100	90	90	90	90	90

JAWABAN KUESIONER ASPEK KOGNITIF SISWA

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Arya Zakariya Wijaya	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
2	Dewi Putri Sudana	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
3	Diah Ayu Fatimah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
4	M. Auval Marom	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
5	M. Mustofa Al Hadi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
6	M. Iqbal Yuda Pratama	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
7	M. Taqiyudin	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
8	Afida Febriana Dewi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	A
9	M. Ulil Albab	A	B	A	B	B	B	B	A	B	B
10	Elina	A	B	A	B	B	A	A	B	A	B
	Jumlah	10	10	8	10	10	9	9	9	9	9
	%	100	100	80	100	100	90	90	90	90	90

Lanjutan Lampiran 8

JAWABAN KUESIONER ASPEK AFEKTIF SISWA

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Arya Zakariya Wijaya	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
2	Dewi Putri Sudana	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
3	Diah Ayu Fatimah	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
4	M. Auval Marom	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
5	M. Mustofa Al Hadi	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
6	M. Iqbal Yuda Pratama	A	A	B	B	B	B	B	B	B	B
7	M. Taqiyudin	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
8	Afida Febriana Dewi	A	B	B	B	A	B	B	B	B	A
9	M. Ulil Albab	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
10	Elina	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
	Jumlah	10	9	10	10	9	10	10	10	10	10
	%	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

Lampiran : 9**Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil 10 siswa**

No.	Aspek	Jawaban	Persentase
1	Apakah menurut kamu, model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan merupakan pembelajaran yang sulit?	Tidak	100%
2	Pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
3	Apakah kamu merasa kesulitan melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan	Tidak	80 %
4	Apakah dalam model pembelajaran ini kamu merasa mudah dalam melakukan keseimbangan gerak tubuh?	Ya	100%
5	Apakah kamu selama mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh kamu dapat melakukan keseimbangan gerak tubuh dengan baik?	Ya	100%
6	Apakah kamu selama berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu mudah melakukan gerakan yang diperintahkan seorang guru?	Ya	90%
7	Apakah kamu merasa sulit untuk melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Tidak	90%
8	Apakah kamu mudah dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan?	Ya	90%
9	Apakah kamu merasa kesulitan untuk melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh?	Tidak	90%
10	Apakah cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini lebih mudah dari latihan keseimbangan gerak tubuh yang kamu kenal?	Ya	90%
11	Apakah kamu tahu cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	90%

Lanjutan Lampiran 9

12	Apakah kamu tahu perbedaan berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dengan latihan keseimbangan gerak tubuh sesungguhnya?	Ya	100%
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
14	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu bisa mematuhi peraturan?	Ya	100%
15	Apakah setiap siswa wajib mentaati peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
16	Menurut kamu, apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu ketenangan?	Ya	100%
17	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu konsentrasi?	Ya	90%
18	Apakah kamu tahu tugas guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
19	Apakah seorang guru akan memberikan teguran siswa yang tidak mentaati peraturan?	Ya	90%
20	Apakah latihan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat dilakukan oleh semua orang?	Ya	100%
21	Apakah selama ini kamu sering berlatih keseimbangan gerak tubuh?	Tidak	100%
22	Apakah kamu merasa gembira setelah melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	90%
23	Apakah kamu senang berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
24	Apakah kamu semangat dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%

Lanjutan Lampiran 9

25	Apakah kamu bisa menerima seandainya tidak bisa melakukan perintah guru dalam model pembelajaran pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	90%
26	Apakah kamu menghormati guru dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
27	Apabila dalam model pembelajaran keseimbangan gerak ini kamu melakukan kesalahan, apakah kamu akan segera minta maaf?	Ya	100%
28	Apakah kamu bisa menerima teguran, apabila melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan?	Ya	100%
29	Apakah kamu ingin berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
30	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
	Rata-rata		96,00%

Lampiran : 10

Analisis Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil 10 siswa

No.	Aspek	Persentase	Kriteria	Makna
1	Apakah menurut kamu, model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan merupakan pembelajaran yang sulit?	100%	Sangat baik	Digunakan
2	Pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
3	Apakah kamu merasa kesulitan melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan	80%	Baik	Digunakan
4	Apakah dalam model pembelajaran ini kamu merasa mudah dalam melakukan keseimbangan gerak tubuh?	100%	Sangat baik	Digunakan
5	Apakah kamu selama mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh kamu dapat melakukan keseimbangan gerak tubuh dengan baik?	100%	Sangat baik	Digunakan
6	Apakah kamu selama berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan bersawahan kamu mudah melakukan gerakan yang diperintahkan seorang guru?	90%	Baik	Digunakan
7	Apakah kamu merasa sulit untuk melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	90%	Baik	Digunakan
8	Apakah kamu mudah dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan?	90%	Baik	Digunakan
9	Apakah kamu merasa kesulitan untuk melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh?	90%	Baik	Digunakan
10	Apakah cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini lebih mudah dari latihan kesimbangan gerak tubuh yang kamu kenal?	90%	Baik	Digunakan
11	Apakah kamu tahu cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	90%	Baik	Digunakan

Lanjutan Lampiran 10

12	Apakah kamu tahu perbedaan berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dengan latihan keseimbangan gerak tubuh sesungguhnya?	100%	Sangat baik	Digunakan
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
14	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu bisa mematuhi peraturan?	100%	Sangat baik	Digunakan
15	Apakah setiap siswa wajib mentaati peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
16	Menurut kamu, apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu ketenangan?	100%	Sangat baik	Digunakan
17	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu konsentrasi?	90%	Baik	Digunakan
18	Apakah kamu tahu tugas guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
19	Apakah seorang guru akan memberikan teguran siswa yang tidak mentaati peraturan?	90%	Baik	Digunakan
20	Apakah latihan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat dilakukan oleh semua orang?	100%	Sangat baik	Digunakan
21	Apakah selama ini kamu sering berlatih keseimbangan gerak tubuh?	100%	Sangat baik	Digunakan
22	Apakah kamu merasa gembira setelah melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	90%	Baik	Digunakan
23	Apakah kamu senang berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan

Lanjutan Lampiran 10

24	Apakah kamu semangat dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
25	Apakah kamu bisa menerima seandainya tidak bisa melakukan perintah guru dalam model pembelajaran pendekatan lingkungan persawahan?	90%	Baik	Digunakan
26	Apakah kamu menghormati guru dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
27	Apabila dalam model pembelajaran keseimbangan gerak ini kamu melakukan kesalahan, apakah kamu akan segera minta maaf?	100%	Sangat baik	Digunakan
28	Apakah kamu bisa menerima teguran, apabila melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan?	100%	Sangat baik	Digunakan
29	Apakah kamu ingin berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
30	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
	Rata-rata	96,00%	Sangat baik	Digunakan

Lampiran 11**DAFTAR SISWA KELAS IV DAN V SD NEGERI CANGKRING****REMBANG 1 (SEBAGAI SAMPEL UJI LAPANGAN)**

No.	NIS	Nama	Jenis Kelamin	Umur
1	2087	Diah Setyaningrum	P	11 tahun
2	2091	Hetty Mutyaningsih	P	11 tahun
3	2155	Ziaul Haq	L	10 tahun
4	2108	Adibatus Syarifah	P	10 tahun
5	2110	Ahmad Muzaki Al Quzzi	L	10 tahun
6	2111	Arya Zakariya Wijaya	L	10 tahun
7	2112	Ayu Sumarsih	P	10 tahun
8	2113	Choirotun Nisa'	P	10 tahun
9	2114	Dewi Putri Sudane	P	10 tahun
10	2115	Dini Fahriyati	P	10 tahun
11	2115	Diah Ayu Fatimah	P	10 tahun
12	2117	Elina Khakimal F	P	10 tahun
13	2119	Faukotul Yumna	P	10 tahun
14	2122	Lisa Rosdiana	P	10 tahun
15	2123	M. Auval Narom	L	10 tahun
16	2124	M. Agung Setiawan	L	10 tahun
17	2126	M. Mustofa Al Hadi	L	10 tahun
18	2128	Nur Kholifah	P	10 tahun
19	2130	Rico Kusmanto	L	10 tahun
20	2132	Titik Rohmana	P	10 tahun
21	2133	Umma Latifah	P	10 tahun
22	2107	Zaida Faryani	P	10 tahun
23		Namura Sofwatul Faroki	P	10 tahun
24	2083	Afida Febriana Dewi	P	11 tahun
25	2063	Ahmad Rofii	L	11 tahun

Lanjutan lampiran 11

No.	NIS	Nama	Jenis Kelamin	Umur
26	2084	Aji Doni Yuda	L	11 tahun
27	2086	Danang Amrullah	L	11 tahun
28	2088	Doni Agung Syahrizal	L	11 tahun
29	2089	Elina	P	11 tahun
30	2090	Elsa Fitri Yana	P	11 tahun
31	2092	Ikhmal Fahrizi	L	11 tahun
32	2095	Khoiruzzad Khilmi	L	11 tahun
33	2096	M. Abdul Khanan	L	11 tahun
34	2085	M. Alwi Syihabudin	L	11 tahun
35	2097	M. Iqbal Yuda Pratama	L	11 tahun
36	2098	M. Taqiyudin	L	11 tahun
37	2099	M. Ulil Albab	L	11 tahun
38	2100	Nafisatun Nisa'	P	11 tahun
39	2101	Novianto	L	11 tahun
40	2103	Tanti Novita Sari	P	11 tahun
41	2104	Taqwa Zonafa H	L	11 tahun
42	2079	Ulya Ismiyati	P	11 tahun
43	2094	Khumaedah	P	11 tahun
44	2105	Winda Alfinta	P	11 tahun
45	2106	Zaenal Abidin	L	11 tahun

Lampiran 12

HASIL REKAPITULASI KUESIONER ASPEK PSIKOMOTOR SISWA

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Diah Setyaningrum	A	B	A	B	A	A	A	A	A	B
2	Hetty Mutyaningsih	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
3	Ziaul Haq	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
4	Adibatus Syarifah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
5	Ahmad Muzaki Al Quzzi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
6	Arya Zakariya Wijaya	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
7	Ayu Sumarsih	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
8	Choirotun Nisa'	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
9	Dewi Putri Sudane	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
10	Dini Fahriyati	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
11	Diah Ayu Fatimah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
12	Elina Khakimal F	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
13	Faukotul Yumna	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
14	Lisa Rosdiana	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
15	M. Auval Narom	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
16	M. Agung Setiawan	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
17	M. Mustofa Al Hadi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
18	Nur Kholifah	A	B	A	B	B	B	A	A	A	B
19	Rico Kusmanto	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
20	Titik Rohmana	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
21	Umma Latifah	A	B	A	B	B	A	A	B	A	B
22	Zaida Faryani	A	B	A	B	B	B	A	B	B	B
23	Namura Sofwatul Faroki	A	B	A	B	B	B	A	B	B	B
24	Afida Febriana Dewi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
25	Ahmad Rofii	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
26	Aji Doni Yuda	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
27	Danang Amrullah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B

Lanjutan lampiran 12

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
28	Doni Agung Syahrizal	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
29	Elina	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
30	Elsa Fitri Yana	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
31	Ikhmal Fahrizi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
32	Khoiruzzad Khilmi	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
33	M. Abdul Khanan	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
34	M. Alwi Syihabudin	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
35	M. Iqbal Yuda Pratama	A	B	A	B	B	B	B	A	B	B
36	M. Taqiyudin	A	B	A	B	B	A	B	B	B	B
37	M. Ulil Albab	A	B	A	B	B	B	B	B	B	B
38	Nafisatun Nisa'	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
39	Novianto	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
40	Tanti Novita Sari	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
41	Taqwa Zonafa H	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
42	Ulya Ismiyati	A	B	A	B	B	A	A	B	A	B
43	Khumaedah	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
44	Winda Alfinta	A	B	A	B	B	B	A	B	A	B
45	Zaenal Abidin	A	B	B	B	B	B	A	B	A	B
	Jumlah	45	45	41	45	43	41	41	41	40	44
	%	100	100	91.11	100	95.6	91.1	91.11	91.1	88.9	97.8

Lanjutan lampiran 12

No	Nama	Butir Soal									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
28	Doni Agung Syahrizal	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
29	Elina	B	B	B	B	B	A	B	B	B	B
30	Elsa Fitri Yana	B	B	B	B	B	B	B	A	A	B
31	Ikhmal Fahrizi	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
32	Khoiruzzad Khilmi	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
33	M. Abdul Khanan	B	B	B	B	A	B	B	B	B	B
34	M. Alwi Syihabudin	A	B	B	B	B	B	B	B	B	B
35	M. Iqbal Yuda Pratama	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
36	M. Taqiyudin	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
37	M. Ulil Albab	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
38	Nafisatun Nisa'	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
39	Novianto	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
40	Tanti Novita Sari	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
41	Taqwa Zonafa H	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
42	Ulya Ismiyati	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
43	Khumaedah	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
44	Winda Alfinta	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
45	Zaenal Abidin	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
	Jumlah	43	43	44	44	43	44	43	41	41	45
	%	95.6	95.6	97.8	97.8	95.6	97.8	95.6	91.1	91.1	100

Lanjutan Lampiran 12

28	Doni Agung Syahrizal	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B
29	Elina	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
30	Elsa Fitri Yana	A	B	B	B	B	B	B	B	B	B
31	Ikhmal Fahrizi	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
32	Khoiruzzad Khilmi	B	B	B	B	B	B	B	A	B	B
33	M. Abdul Khanan	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
34	M. Alwi Syihabudin	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
35	M. Iqbal Yuda Pratama	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
36	M. Taqiyudin	A	B	B	B	B	B	B	B	B	B
37	M. Ulil Albab	A	B	B	B	A	A	B	B	B	B
38	Nafisatun Nisa'	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
39	Novianto	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B
40	Tanti Novita Sari	A	B	A	B	A	B	B	B	B	B
41	Taqwa Zonafa H	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
42	Ulya Ismiyati	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
43	Khumaedah	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
44	Winda Alfinta	A	B	B	B	A	B	B	B	B	B
45	Zaenal Abidin	B	B	B	B	A	B	B	B	B	B
	Jumlah	40	43	42	45	29	44	44	39	44	45
	%	88.9	95.6	93.3	100	64.4	97.8	97.8	86.7	97.8	100

Lampiran : 13**Data Hasil Uji Coba Lapangan 45 siswa**

No.	Aspek	Jawaban	Persentase
1	Apakah menurut kamu, model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan merupakan pembelajaran yang sulit?	Tidak	100%
2	Pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
3	Apakah kamu merasa kesulitan melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan	Tidak	91.1%
4	Apakah dalam model pembelajaran ini kamu merasa mudah dalam melakukan keseimbangan gerak tubuh?	Ya	100%
5	Apakah kamu selama mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh kamu dapat melakukan keseimbangan gerak tubuh dengan baik?	Ya	100%
6	Apakah kamu selama berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu mudah melakukan gerakan yang diperintahkan seorang guru?	Ya	91.10%
7	Apakah kamu merasa sulit untuk melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Tidak	91.1%

Lanjutan Lampiran 13

8	Apakah kamu mudah dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan?	Ya	91.1%
9	Apakah kamu merasa kesulitan untuk melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh?	Tidak	88.9%
10	Apakah cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini lebih mudah dari latihan keseimbangan gerak tubuh yang kamu kenal?	Ya	97.80%
11	Apakah kamu tahu cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	95.6%
12	Apakah kamu tahu perbedaan berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dengan latihan keseimbangan gerak tubuh sesungguhnya?	Ya	95.6%
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	97.8%
14	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu bisa mematuhi peraturan?	Ya	97.8%
15	Apakah setiap siswa wajib mentaati peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	97.8%

Lanjutan Lampiran 13

16	Menurut kamu, apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu ketenangan?	Ya	95.6%
17	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu konsentrasi?	Ya	95.6%
18	Apakah kamu tahu tugas guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	91.1%
19	Apakah seorang guru akan memberikan teguran siswa yang tidak mentaati peraturan?	Ya	91.1%
20	Apakah latihan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat dilakukan oleh semua orang?	Ya	100%
21	Apakah selama ini kamu sering berlatih keseimbangan gerak tubuh?	Tidak	88.9%
22	Apakah kamu merasa gembira setelah melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	95.6%
23	Apakah kamu senang berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	93.3%
24	Apakah kamu semangat dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%

Lanjutan Lampiran 13

25	Apakah kamu bisa menerima seandainya tidak bisa melakukan perintah guru dalam model pembelajaran pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	64.4%
26	Apakah kamu menghormati guru dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	97.8%
27	Apabila dalam model pembelajaran keseimbangan gerak ini kamu melakukan kesalahan, apakah kamu akan segera minta maaf?	Ya	97.8%
28	Apakah kamu bisa menerima teguran, apabila melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan?	Ya	86.7%
29	Apakah kamu ingin berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	97.8%
30	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	Ya	100%
	Rata-rata		94,30%

Lampiran : 14**Analisis Data Hasil Uji Coba Lapangan 45 siswa**

No.	Aspek	Persentase	Kriteria	Makna
1	Apakah menurut kamu, model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan merupakan pembelajaran yang sulit?	100%	Sangat baik	Digunakan
2	Pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
3	Apakah kamu merasa kesulitan melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan	91.1%	Baik	Digunakan
4	Apakah dalam model pembelajaran ini kamu merasa mudah dalam melakukan keseimbangan gerak tubuh?	100%	Sangat baik	Digunakan
5	Apakah kamu selama mengikuti model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh kamu dapat melakukan keseimbangan gerak tubuh dengan baik?	100%	Sangat baik	Digunakan
6	Apakah kamu selama berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan bersawahan kamu mudah melakukan gerakan yang diperintahkan seorang guru?	91.10%	Baik	Digunakan
7	Apakah kamu merasa sulit untuk melakukan keseimbangan gerak tubuh dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	91.1%	Baik	Digunakan

Lanjutan Lampiran 14

8	Apakah kamu mudah dalam melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan?	91.1%	Baik	Digunakan
9	Apakah kamu merasa kesulitan untuk melakukan gerakan keseimbangan gerak tubuh?	88.9%	Baik	Digunakan
10	Apakah cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan ini lebih mudah dari latihan keseimbangan gerak tubuh yang kamu kenal?	97.80%	Baik	Digunakan
11	Apakah kamu tahu cara berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	95.6%	Baik	Digunakan
12	Apakah kamu tahu perbedaan berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dengan latihan keseimbangan gerak tubuh sesungguhnya?	95.6%	Sangat baik	Digunakan
13	Apakah kamu tahu tentang peraturan yang ada dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	97.8%	Sangat baik	Digunakan
14	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan kamu bisa mematuhi peraturan?	97.8	Sangat baik	Digunakan
15	Apakah setiap siswa wajib mentaati peraturan dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	97.8	Sangat baik	Digunakan

Lanjutan Lampiran 14

16	Menurut kamu, apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu ketenangan?	95.6%	Sangat baik	Digunakan
17	Apakah dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan perlu konsentrasi?	95.6%	Baik	Digunakan
18	Apakah kamu tahu tugas guru dalam model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	91.1%	Sangat baik	Digunakan
19	Apakah seorang guru akan memberikan teguran siswa yang tidak mentaati peraturan?	91.1%	Baik	Digunakan
20	Apakah latihan keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan dapat dilakukan oleh semua orang?	100%	Sangat baik	Digunakan
21	Apakah selama ini kamu sering berlatih keseimbangan gerak tubuh?	88.9%	Sangat baik	Digunakan
22	Apakah kamu merasa gembira setelah melakukan model pembelajaran keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	95.6%	Baik	Digunakan
23	Apakah kamu senang berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	93.3%	Sangat baik	Digunakan
24	Apakah kamu semangat dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan

Lanjutan Lampiran 14

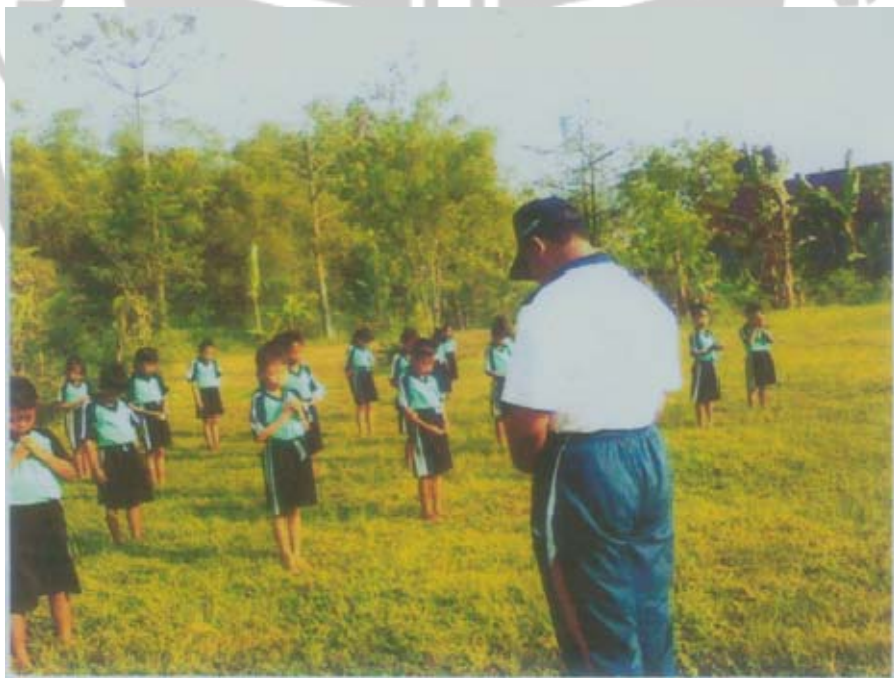
25	Apakah kamu bisa menerima seandainya tidak bisa melakukan perintah guru dalam model pembelajaran pendekatan lingkungan persawahan?	64.4%	Baik	Digunakan
26	Apakah kamu menghormati guru dalam berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	97.8%	Sangat baik	Digunakan
27	Apabila dalam model pembelajaran keseimbangan gerak ini kamu melakukan kesalahan, apakah kamu akan segera minta maaf?	97.8%	Sangat baik	Digunakan
28	Apakah kamu bisa menerima teguran, apabila melakukan kesalahan dalam model pembelajaran keseimbangan?	86.7%	Sangat baik	Digunakan
29	Apakah kamu ingin berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	97.8%	Sangat baik	Digunakan
30	Apakah kamu mau mengajak teman yang lain untuk berlatih keseimbangan gerak tubuh melalui pendekatan lingkungan persawahan?	100%	Sangat baik	Digunakan
	Rata-rata	94,30%	Sangat baik	Digunakan

Lampiran 15

DOKUMEN FOTO



Gambar 1.1
Siswa melakukan pemanasan



Gambar 1.2
Siswa melakukan berdiri satu kaki tekuk silang



Gambar 1.3
Siswa melakukan berdiri satu kaki lurus ke depan



Gambar 1.4
Siswa melakukan sikap kapal terbang



Gambar 1.5
Siswa melakukan berjalan di pematang sawah



Gambar 1.6
Siswa melakukan meniti di balok titian



Gambar 1.7
Siswa melakukan pendinginan