

TINGKAT KETERTARIKAN PESERTA DIDIK DALAM MENGIKUTI PEMBELAJARAN SENAM IRAMA KELAS XI DI SMK N 1 DEPOK SLEMAN

LEVEL OF INTEREST ON PARTICIPATING RHYTHMIC GYMNASTICS LEARNING OF GRADE XI STUDENT IN SMK N 1 DEPOK SLEMAN

Oleh: Bayu Setyawan, PJKR, FIK, UNY

Bayusetyawan57@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan survei. Subjek penelitian adalah seluruh peserta didik kelas XI SMK N 1 Depok yang berjumlah 280 peserta didik kemudian di ambil sampel menggunakan teknik *proportional random sampling* sebanyak 154 peserta didik. Instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik analisis data yang dilakukan adalah dengan presentase statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman adalah tinggi dengan pertimbangan frekuensi terbanyak yaitu 121 peserta didik atau 83,4%. Sedangkan untuk presentase hasil pengkategorian tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti senam irama yaitu sangat tinggi 3,4% tinggi 83,4% rendah 13,1% dan sangat rendah 0%.

Kata Kunci: Ketertarikan, Pembelajaran, Senam Irama, SMK N 1 Depok

Abstract

This research intends to determine the level of interest of Grade XI students in participating in rhythmic gymnastics learning SMK N / State Vocational High School 1 Depok. Research method was by descriptive quantitative research with survey. Research subjects were all Grade XI students in SMK N 1 Depok totalling 280 students and then taken the samples by using proportional random sampling technique of 154 students. Research instrument used questionnaire. The data analysis technique performed was by descriptive statistics in the form of percentage. The results of the result show that the level of interest of Grade XI students in participating rhythmic gymnastics learning in SMK N 1 Depok Sleman is high with the highest frequency consideration that is 121 students or 83.4%. While for the percentage results of the categorization of the level of interest of students in following the rhythmic gymnastics is very high 3.4%, high 83.4%, low, 13.1%, and very low 0%.

Keywords: Interest, Learning, Rhythmic Gymnastics, SMK N 1 Depok

PENDAHULUAN

Ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama dapat membuat peserta didik memiliki perhatian lebih terhadap materi pembelajaran senam irama dengan menciptakan lingkungan belajar peserta didik agar terjadi proses belajar optimal. Dari pengamatan yang dilakukan oleh peneliti ada sebagian peserta didik yang cepat jenuh saat melakukan pembelajaran senam irama padahal sebagian besar peserta didik SMK N 1 Depok adalah perempuan, peserta didik takut dengan guru saat pembelajaran senam irama dan peserta

didik cepat jenuh dengan metode yang diterapkan oleh peserta didik. Menurut Chaplin yang dikutip oleh Nugroho (2009: 15) ketertarikan atau daya tarik adalah sesuatu yang memiliki kualitas-kualitas yang bisa mendatangkan tingkah laku yang menyebabkan kecenderungan mendekati sumber perangsang. Sehingga jika lingkungan pembelajaran tersebut sudah sesuai dan peserta didik merasa nyaman akan meningkatkan hasil belajar peserta didik. Seperti dijelaskan oleh Nasution (2005: 35), bahwa pembelajaran sebagai suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan

menghubungkannya dengan anak didik sehingga terjadi proses belajar. Karena peserta didik yang tertarik dengan pembelajaran senam irama, maka ia akan memberikan perhatian dan rasa ingin tahu yang lebih terhadap pembelajaran senam irama. Sehingga dengan terciptanya lingkungan yang relevan dapat membantu agar tujuan dari pembelajaran senam irama dapat tersampaikan dengan baik.

Ketertarikan memiliki dua faktor yaitu: 1) perhatian, dan 2) ingin tahu. Dari kedua faktor tersebut memiliki beberapa indikator yaitu: gerakan, intensitas stimuli, kebaruan, perulangan, *explorer, discover, adventurous, dan questioning*.

Berbicara tentang ketertarikan pembelajaran senam irama maka ada kaitannya dengan pembelajaran senam irama. Menurut Sukintaka dalam Muktiani (2011: 91) mengatakan bahwa pembelajaran mengandung pengertian bagaimana para guru mengajarkan sesuatu kepada peserta didik, tetapi disamping itu, juga terjadi peristiwa bagaimana peserta didik mempelajarinya. Jadi di dalam suatu peristiwa pembelajaran terjadi dua kejadian bersama, yaitu ada satu pihak yang memberi dan pihak yang lain yang menerima. Oleh sebab itu dalam peristiwa tersebut dapat dikatakan terjadi proses interaksi edukatif. Pendapat lain menurut Saidihardjo (2004: 12), pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada lingkungan belajar.

Berkembang dari senam, pembentukan senam irama mempunyai tugas menyalurkan hasrat bergerak mejadi gerakan yang tak terhambat, jadi menghilangkan semua hambatan,

dan membuat geakan sebebass dan serileks mungkin, sehingga terciptalah gerakan yang sewajarnya. Senam irama merupakan pengantar untuk menyiapkan badan/fisik, agar dapat menguasai latihan-latihan yang diperlukan dalam seni gerak, menuju ke balet atau tari-tarian. Ritme (irama) berarti –menurut bahasa Yunani– mengalir. Sifat ritme adalah tidak terputus-putus, suatu gerakan yang mengalir terus, merupakan keseluruhan gerak yang tidak terputus-putus, dan menciptakan gelombang gerak yang teratur dan serasi. Sifat ritme itu sendiri dilambangkan pada irama kehidupan, suatu lambang kekuatan yang hidup (Woerjati, (tt): 33)

Menurut Mutia (2013: 23), senam irama adalah senam yang dilakukan dengan iringan musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Senam irama dapat dilakakukan dengan atau tanpa menggunakan alat. Senam irama merupakan pengembangan dari senam yang mempunyai tugas menyalurkan hasrat bergerak untuk menyiapkan fisik agar menguasai latihan-latihan yang diperlukan dalam seni gerak. Toho Cholik dan Lutan yang dikutip Wahyudi (2015: 18), bahwa senam irama merupakan sebuah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerakannya. Senam irama memiliki suatu hubungan dengan bidang seni yaitu seni musik dan seni tari. Lebih lanjut Syarifuddin dan Muhadi dikutip Wahyudi (2015: 18), menyatakan bahwa perkembangan senam irama itu mulai timbul bersamaan dengan adanya perubahan di dalam bidang seni panggung, seni musik, seni tari. Muhajir dikutip Trisnanda (2018: 9), menyebutkan bahwa senam irama adalah gerakan

senam yang dilakukan dalam irama musik, atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama

Dalam memberikan pembelajaran senam irama memiliki metodik tersendiri yaitu:

1. Latihan A. Pemanasan

Karena sifat latihan ini harus menggembirakan, dapat dilakukan dalam waktu tidak lama dapat menarik perhatian anak untuk dapat membawa badan anak kepada temperatur yang lebih tinggi, dan menyiapkan badan anak guna melakukan latihan-latihan yang lebih berat. Hendaknya dipilkan latihan-latihan yang mudah dikerjakan dan mengandung unsur-unsur yang menggembirakan dan gerakan yang lincah.

2. Latihan B Latihan tubuh (tegak)

Karena latihan-latihan disini mengandung unsur-unsur normalisasi, maka latihan-latihan harus dilakukan dengan sekasama dan gerakan yang benar, gerakan yang bersifat melemaskan. Dengan demikian yang dipergunakan disini dapat dengan lagu-lagu berirama $\frac{3}{4}$ lambat, $\frac{4}{4}$.

3. Latihan B2. Keseimbangan

Latihan sangat berpengaruh pada faktor penjagaan terhadap keseimbangan badan sendiri dan alat-alat tubuh. Pada latihan ini membutuhkan ketangkasan dan perasaan terhadap otot-otot yang mempunyai arti yang besar terhadap latihan pembentukan. Karena dalam latihan ini untuk memperbaiki koordinasi perlu dilakukan dengan tenang. Pada latihan ini dapat diterapkan lagu-lagu berirama $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$ yang bernada lambat.

4. Latihan B. 3 kekuatan dan ketangkasan.

Pada latihan ini merupakan latihan pembentukan dan latihan untuk mencapai prestasi. Sifat latihan-latihan disini hendaknya dapat memberikan semangat dan kemauan yang keras untuk mengerjakan latihan-latihan. Pilihlah lagu-lagu yang mengandung sifat bersemangat dan berirama jelas (tegas). Biasanya yang mudah diterapkan pada latihan-latihan disini adalah lagu-lagu $\frac{4}{4}$ atau dapat juga $\frac{3}{4}$.

5. Latihan B 4 dan 5 Jalan Lari dan Lompat.

Karena pada latihan ini merupakan latihan yang berat seperti halnya latihan B3. Disini banyak membutuhkan kerja dari jantung dan paru-paru yang memang sangat melelahkan. Maka hendaknya diberikan latihan-latihan kombinasi antara lari dan lompat yang menarik serta latihan-latihan yang banyak variasi, segar dan menggembirakan. Dapat kita terapkan dengan lagu-lagu berirama $\frac{2}{4}$ atau $\frac{4}{4}$ gembira.

6. Latihan C. Penenangan

Pada latihan-latihan ini terutama untuk menurunkan temperatur badan kembali ke temperatur normal dan secara psikologis dan untuk membawa jiwa anak kembali kesuasana dalam kelas. Pilihlah latihan-latihan yang tidak mengeluarkan tenaga dan membawa kesuasana tenang dan lembut. Pilihlah lagu-lagu berirama $\frac{3}{4}$ lambat atau dapat juga $\frac{4}{4}$ lambat.

Peserta didik SMK merupakan anak usia remaja yang tentu sedang mengalami beberapa perubahan dalam diri mereka. Menurut Jahja (2011: 226) ada sejumlah kesulitan yang sering dialami kaum remaja yang betapapun

menjemukan bagi mereka dan orang tua mereka, dan merupakan bagian yang normal dari perkembangan ini. Beberapa kesulitan atau bahaya yang mungkin dialami kaum remaja antara lain:

1. Variasi kondisi kejiwaan, suatu saat mungkin dia akan terlihat pendiam, cemberut, dan mengasingkan diri tetapi pada saat yang lain ia terlihat sebaliknya periang, berseri-seri dan yakin.
2. Rasa ingin tahu seksual dan ingin coba-coba, hal ini normal dan sehat. Rasa ingin tahu seksual dan bangkitnya birahi ialah normal dan sehat.
3. Membolos, tidak ada gairah atau malas kesekolah sehingga ia lebih suka membolos masuk sekolah.
4. Perilaku antisosial, seperti suka mengganggu, berbohong, kejam, dan agresif.
5. Penyalahgunaan obat bius
6. Psikosis, bentuk psikosis yang paling banyak dikenal orang adalah skizofrenia

Pada masa remaja peserta didik juga sedang mengalami beberapa perkembangan sehingga menyebabkan emosi mereka kurang stabil. Menurut Jahja (2011: 234) Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja ialah pencarian identitas diri. Perkembangan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibanding teman sebaya. Oleh karena itu pembelajaran senam irama di SMK harus dapat menyesuaikan kondisi peserta didik agar peserta didik tertarik dengan pembelajaran senam irama dan terjadi proses pembelajaran yang optimal.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan satu variabel tanpa membuat suatu perbandingan atau menghubungkan dengan suatu variabel lainnya. Metode penelitian deskriptif dirancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang, dengan menggunakan metode survei dengan menggunakan angket. Dalam penelitian ini hanya ada satu variabel, yaitu tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan mulai bulan Maret 2019 sampai bulan April 2019. Penelitian dilaksanakan di lokasi SMK N 1 Depok Sleman yang beralamat di Jalan Ring Road Utara, Maguwoharjo, Depok, Sleman.

Subjek Penelitian

Populasi menurut Prasetyo (2012: 119) adalah keseluruhan gejala/satuan yang ingin diteliti, sementara itu sampel merupakan bagian dari populasi yang ingin diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman. Jumlah populasi dari penelitian ini ada 9 kelas, masing-masing kelas terdiri dari 32, 31, 32, 32, 32, 30, 31, 31 dan 29 peserta didik, jadi jumlah populasi ada 280 peserta didik. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling*. Teknik pengambilan sampelnya dilakukan secara acak. Jumlah kelas XI di SMK N 1 Depok terdapat 9 kelas dan setiap

kelas ada rata rata 30 peserta didik maka di ambil 5 kelas atau 154 peserta didik dari kelas polpulasi 280 peserta didik.

Tabel 1: Data Populasi dan Sampel Penelitian

No	Populasi		Sampel
	Kelas	Jumlah siswa	Jumlah siswa
1	XI OTKP 1	31	31
2	XI OTKP 2	32	
3	XI OTKP 3	32	32
4	XI AKL 1	30	
5	XI AKL 2	31	31
6	XI AKL 3	31	31
7	XI BDP 1	32	
8	XI BDP 2	29	29
9	XI TB	32	
	TOTAL	280	154

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data Validitas dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dengan bantuan program SPSS versi 15 dan r_{tabel} 0.162. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survey, mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen angket, lebih tepatnya angket tertutup dimana responden tinggal memilih dengan memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom yang sesuai.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada 2 faktor yaitu 1) perhatian, dan 2) ingin tahu.

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara survey menggunakan angket. Adapun langkah pengumpulan data sebagai berikut :

- a. Peneliti meminta identitas peserta didik SMK N 1 Depok yang mengisi angket

- b. Peneliti memberikan kuesioner penelitian dan memohon bantuan untuk mengisi kuesioner tersebut.
- c. Peneliti mengambil kuesioner setelah diisi lengkap

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Penghitungan statistik deskriptif menggunakan statistik deskriptif persentase, karena yang termasuk dalam statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram, lingkaran, piktogram, perhitungan *mean*, *modus*, *median*, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data perhitungan rata-rata, standar deviasi, dan persentase (Sugiyono, 2009: 112). Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase. Dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P : Frekuensi yang dicari (Frekuensi Relatif)

F : Frekuensi

N : Jumlah Responden

Untuk menentukan ketertarikan siswa dikategorikan menjadi 4 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, rendah, dan sangat rendah. Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 2: kategori hasil penelitian menggunakan rumus ideal

No	Rentang	Kategori
1	$(Mi+1,5Sdi) < X \leq (Mi+3Sdi)$	Sangat tinggi
2	$(Mi) < X \leq (Mi+1,5SDi)$	Tinggi
3	$(Mi-1,5SDi) < X \leq (Mi)$	Rendah
4	$(Mi-3SDi) < X \leq (Mi-1,5SDi)$	Sangat rendah

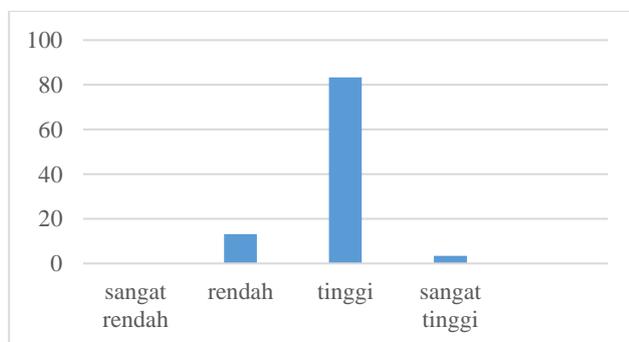
(Sumber: Arikunto, 2006: 253)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel tingkat ketertarikan dan disajikan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Tabel 3: Kategori tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok

Interval	Frekuensi	%	Kategori
$61,75 < X \leq 76$	5	3,4	Sangat tinggi
$47,5 < X \leq 61,75$	121	83,4	tinggi
$33,25 < X \leq 47,5$	19	13,1	rendah
$19 < X \leq 33,25$	0	0	Sangat rendah
Jumlah	145	100	



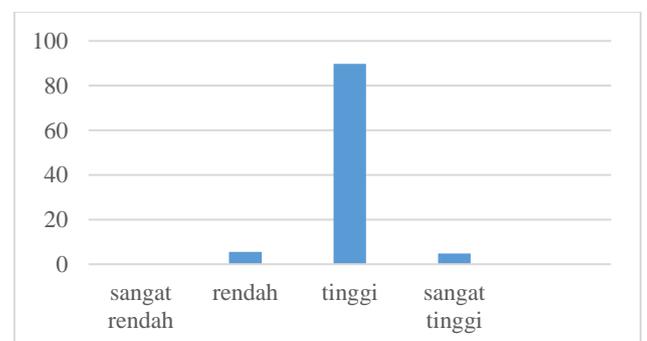
Gambar 1: Grafik tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok

Tabel 3 dan gambar 1 diatas dapat diketahui bahwa tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman. Tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman berkategori sangat tinggi 5 peserta didik atau 3,4%, tinggi 121 peserta didik atau 83,4%, rendah 19 peserta didik atau 13,1%, sangat rendah 0 peserta didik atau 0%.

Selanjutnya hasil analisis faktor dari ketertarikan yaitu faktor perhatian dan faktor ingin tahu.

Tabel 4: Katergori fator perhatian tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman.

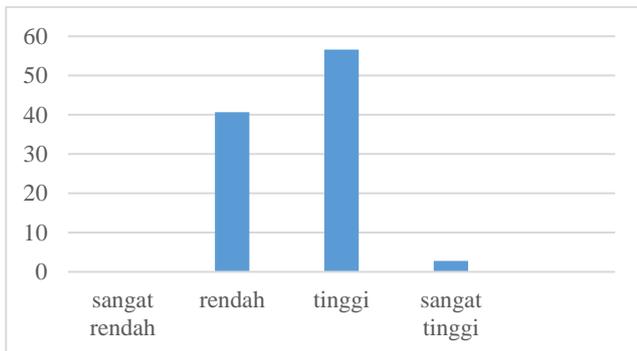
Interval	Frekuensi	%	Kategori
$45,5 < X \leq 56$	7	4,8	Sangat tinggi
$35 < X \leq 45,5$	130	89,7	tinggi
$24,5 < X \leq 35$	8	5,5	rendah
$14 < X \leq 24,5$	0	0	Sangat rendah
Jumlah	145	100	



Gambar 2: Grafik faktor perhatian tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman

Tabel 4 dan gambar 2 diatas dapat diketahui bahwa faktor perhatian tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman. Faktor perhatian tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman berkategori sangat tinggi 7 peserta didik atau 4,8%, tinggi 130 peserta didik atau 89,7%, rendah 8 peserta didik atau 5,5%, sangat rendah 0 peserta didik atau 0%.

Tabel 5: Kategori faktor ingin tahu tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman.



Gambar 3: Grafik faktor ingin tahu tingkat ketertarikan peserta didik dalam

Interval	Frekuensi	%	Kategori
$16,25 < X \leq 20$	4	2,8	Sangat tinggi
$12,5 < X \leq 16,25$	82	56,6	tinggi
$8,75 < X \leq 12,5$	59	40,7	rendah
$5 < X \leq 8,75$	0	0	Sangat rendah
Jumlah	145	100	

mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman.

Tabel 5 dan gambar 3 diatas dapat

diketahui bahwa faktor ingin tahu tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman Faktor ingin tahu tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama kelas XI di SMK N 1 Depok Sleman berkategori sangat tinggi 4 peserta didik atau 2,8%, tinggi 82 peserta didik atau 56,6%, rendah 59 peserta didik atau 40,7%, sangat rendah 0 peserta didik atau 0%.

Berdasarkan perhitungan hasil penelitian tentang tingkat ketertarikan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam irama di SMK N 1 Depok Sleman menunjukkan bahwa peserta didik memiliki tingkat ketertarikan yang tinggi. Hasil diatas dapat diketahui bahwa faktor perhatian memiliki peranan yang lebih besar daripada faktor ingin tahu. Hasil yang tinggi ini menunjukkan bahwa guru berhasil menciptakan lingkungan pembelajaran senam irama yang baik sehingga peserta didik tertarik dengan pembelajaran senam irama. Seperti dijelaskan oleh Nasution (2005: 35), bahwa pembelajaran sebagai suatu aktivitas mengorganisasi atau mengatur lingkungan sebaik-baiknya dan menghubungkannya dengan anak didik sehingga terjadi proses belajar.

Berdasarkan hasil diata ada beberapa peserta didik yang tidak tertarik dengan pembelajaran senam irama. Keadaan tersebut disebabkan ada beberapa peserta didik yang malu untuk melakukan gerakan senam irama dan takut salah saat pembelajaran senam irama. Hal ini bisa terjadi karena setiap peserta didik memiliki

karakter masing-masing yang tidak sama dengan peserta didik lain dan mereka sedang berada pada masa remaja. Pada masa remaja sedang terjadi proses perubahan pada peserta didik diantaranya perubahan emosi dan pencarian jati diri mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Menjawab permasalahan yang muncul dari latar belakang agar peserta didik tertarik dengan pembelajaran senam irama maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, pertama guru harus mengubah perilaku yang membuat peserta didik takut menjadi nyaman dalam mengikuti pembelajaran senam irama. Kedua guru harus memberikan perhatian lebih terhadap peserta didik yang paling berpengaruh di dalam kelas agar tidak mempengaruhi peserta didik lain untuk malas mengikuti pembelajaran senam irama. Ketiga, guru hendaknya memilih metode pembelajaran yang tepat agar peserta didik tertarik dengan pembelajaran yang diberikan oleh guru.

SARAN

Berdasarkan pada hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan, dan implikasi, dapat disajikan saran sebagai berikut:

1. Bagi SMK N 1 Depok, sekolah hendaknya lebih memfasilitasi pembelajaran senam irama seperti penyediaan sound dan peralatan senam irama agar siswa semakin tertarik dengan pembelajaran senam irama dan tujuan pembelajaran senam irama dapat tercapai secara maksimal.

2. Bagi peserta didik hendaknya menjaga rasa ketertarikan mereka terhadap pembelajaran agar tetap tinggi atau bisa menjadi sangat tertarik sehingga peserta didik akan semakin mudah menerima pembelajaran senam irama yang diberikan oleh guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Kharisma Putra Utama
- Muktiani, N.R. & Wuryanto, K (2011). Meningkatkan Keterampilan Senam Meroda Melalui Permainan Tali pada Siswa Kelas VIII A MTS Ma,aruf NU. *Jurnal pendidikan jasmani Indonesia*. 8, 91
- Mutia, L. (2013). Model pembelajaran senam irama dengan modifikasi alat gada pada siswa kelas V SD Ngijo Kota Semarang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Nasution. (2005). *Desain Pembelajaran*. Bandung: MQS Publishing.
- Nugroho, G.A. (2009). Ketertarikan Orang Asing Tentang Minat Tinggal di Kota Solo. *Jurnal ilmiah berkala psikologi*. 11, 15
- Prasetyo, B & Jannah, L.M. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Saidihardjo. (2004). *Cakrawala Pengetahuan Sosial untuk Kelas 4 SD dan MI, KBK*. Solo: PT. Tiga Serangkai
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Trisnanda I. (2018). Pengembangan Teknik Gerak Dasar Senam Ritmik Rangkaian *Freehand* Berbasis Audiovisual Untuk Anak Usia 7-11 Tahun. *Skripsi*. Yogyakarta: UNY

Wahyudi A. (2015). Peningkatan Pembelajaran Aktivitas Ritmik Melalui Media Audio Visual (*Video*) Bagi Peserta Didik Kelas Ii Mi Islamiah Somakaton Kecamatan Somagede Kabupaten Banyumas. *Skripsi*. Yogyakarta : UNY

Woerjati et al. (tt) *Buku Diktat Mata Kuliah Senam Irama*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.