

**TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2
MUNTILAN TENTANG AKTIVITAS RITMIK**

E-JOURNAL

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



Oleh:
Franiko Ardiyanto
NIM. 13601244040

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2017**

PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul "Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang Aktivitas Ritmik" yang disusun oleh Franiko Ardiyanto, NIM. 13601244040 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Reviewer

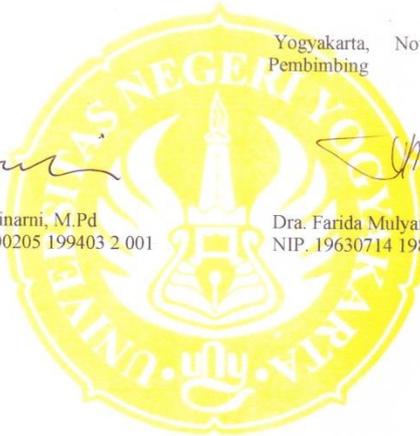
Yogyakarta, November 2017
Pembimbing



Dr. Sri Winarni, M.Pd
NIP. 19700205 199403 2 001



Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP. 19630714 198812 2 001



TINGKAT PENGETAHUAN SISWA KELAS VII SMP NEGERI 2 MUNTILAN TENTANG AKTIVITAS RITMIK

GRADE VII STUDENTS' KNOWLEDGE LEVEL OF RHYTHMIC ACTIVITY IN SMPN 2 MUNTILAN

Oleh : Franiko Ardiyanto, fik uny
Franikoardiyanto37@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan tes benar salah. Subjek dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan yang berjumlah 198 siswa dan digunakan sebagai sampel, sehingga disebut penelitian populasi. Uji coba dilaksanakan di SMP Terpadu Maarif Muntilan, dengan koefisien validitas sebesar 0,653 dan reliabilitas sebesar 0,954. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (9 siswa), “rendah” sebesar 28,28% (56 siswa), “sedang” sebesar 39,90% (79 siswa), “tinggi” sebesar 15,66% (31 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 11,62% (23 siswa).

Kata kunci: tingkat pengetahuan, aktivitas ritmik, siswa kelas VII

Abstract

The research aimed to know grade VII students' knowledge level of rhythmic activity in SMPN 2 Muntilan. The research was a descriptive research. The method was survey with the data collection technique using true-false test. The subject of the research was all grade VII students of SMPN 2 Muntilan with the total of 198 students as the sample, so that it was called the population. The validity and reliability test was done in SMP Terpadu Maarif Muntilan with the validity coefficient of 0.653 and the reliability coefficient of 0.954. The data analysis technique used descriptive quantitative analysis which was shown by percentage. The result of the research showed that grade VII students' knowledge level of rhythmic activity in SMPN 2 Muntilan was categorized in some levels. They are “very low” level with the percentage of 4.55% (9 students), “low” level with the percentage of 28.28% (56 students), “average” level with the percentage of 39.90% (79 students), “high” level with the percentage of 15.66% (31 students), and “very high” level with the percentage of 11.62% (23 students).

Keywords: knowledge level, rhythmic activity, grade VII students

PENDAHULUAN

Secara spesifik pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengutamakan aktivitas gerak tubuh yang di dalamnya terkandung banyak tujuan. Menurut Lutan, (2000: 15) tujuan pendidikan jasmani yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup domain psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan kata lain, melalui aktivitas jasmani itu anak diharapkan untuk belajar, sehingga terjadi perubahan perilaku, tidak saja menyangkut aspek fisik, tetapi juga intelektual, emosional, sosial dan moral.

Pembelajaran pendidikan pada umumnya dan pendidikan jasmani pada khususnya agar dapat berjalan dengan lancar maka guru harus mengetahui dan mempersiapkan sistematika pembelajaran pendidikan jasmani terlebih dahulu sebelum proses pembelajaran berlangsung. Akan tetapi masih banyak siswa yang kurang paham dalam menguasai materi pendidikan jasmani sebab masih kurang mendapatkan materi pendidikan jasmani atau informasi karena terbatasnya tingkat pengetahuan meteri pembelajaran guru penjas.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui pendidikan jasmani, siswa diajarkan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional tahun 2003 Pasal 1 ayat 1 yang menyatakan bahwa: "Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan atau latihan bagi peranannya di masa yang akan datang", pendidikan yang bukan hanya sebagai sarana untuk menyiapkan individu bagi kehidupannya di masa depan, tetapi juga untuk kehidupan anak masa sekarang yang

sedang mengalami perkembangan menuju ke tingkat pendewasaan. Proses belajar peserta didik tidaklah sama, bergantung bakat, umur, jenis kelamin serta lingkungannya, bagi anak proses belajar diawali dengan belajar meniru.

Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan jasmani siswa, merangsang perkembangan sikap, mental, sosial, emosi yang seimbang serta keterampilan gerak siswa. Pentingnya peranan pendidikan jasmani di sekolah maka harus diajarkan secara baik dan benar Mulyasa (2008: 147) betapapun bagusnya kurikulum, tetapi hasilnya sangat tergantung pada apa yang dilakukan oleh guru dan murid dalam kelas. Peran guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai fasilitator yang memberikan berbagai materi dengan ruang lingkup pembelajaran jasmani dan membina manusia agar dapat tumbuh dan berkembang secara fisik, mental, emosional, dan sosialnya. Dengan peran yang besar dan professional dalam membangun kualitas manusia maka guru penjas dituntut untuk menguasai pengetahuan dan keterampilan yang melandasi tugasnya.

Dalam BSNP (2006) disebutkan 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*, sepakbola, bola basket, bolavoli, 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 di air, keterampilan bergerak di air, dan renang, serta aktivitaslainnya;
6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung;
7. Kesehatan, meliputi: penanaman budaya hidup sehatdalam 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.

Adanya aktivitas ritmik dalam salah satu ruang lingkup pendidikan jasmani dianggap oleh sebagian guru sebagai sesuatu yang memberatkan. Hal ini dapat diketahui dari sebagian besar guru yang tidak melaksanakan pembelajaran aktivitas ritmik bagi siswa seperti yang diharapkan oleh kurikulum. Berbagai alasan disebutkan seperti karena anak-anak lebih menyukai permainan, tidak memiliki sarana prasarana, guru yang tidak menguasai materi aktivitas ritmik, latar belakang akademis guru yang belum sesuai, terlebih adanya guru yang tidak suka membelajarkan aktivitas ritmik.

Standar Kompetensi aktivitas ritmik untuk SMP Kelas VII, yaitu: 4 Mempraktikkan senam irama tanpa alat, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi Dasar yaitu: 4.1 Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, gerak

langkah kaki mengikuti irama, serta nilai disiplin, estetika, toleransi dan keluwesan, 4.2 Mempraktikkan teknik dasar senam irama tanpa alat, gerak mengayun satu lengan mengikuti irama , serta nilai kedisiplinan, estetika, toleransi dan keluwesan.

Pembelajaran aktivitas ritmik sangat penting bagi anak seperti yang diungkapkan oleh Mahendra (2008: 14) gerakan aktivitas ritmik akan membentuk perkembangan daya tahan otot, kekuatan, kelentukan, koordinasi, kelincahan, serta keseimbangannya. Aktivitas ritmik di sekolah bertujuan untuk meningkatkan kepekaan irama serta memberikan pengalaman gerak tari sebagai alat ekspresi, maka bentuk-bentuk aktivitas ritmik yang bebas sesuai dengan hasrat siswa yang ingin selalu bergerak dapat diberikan. Di samping itu, dapat pula diberikan aktivitas ritmik yang terstruktur, yaitu gerakan-gerakan aktivitas ritmik yang sudah ada, dibuat, atau dibakukan tanpa menggunakan alat atau menggunakan alat, sehingga melalui pembelajaran aktivitas ritmik kebutuhan gerak dasar anak dapat dikembangkan.

Berdasarkan hasil observasi pada bulan Maret 2017 sebagian besar guru yang tidak melaksanakan pembelajaran aktivitas ritmik bagi anak didik seperti yang diharapkan oleh kurikulum. Alasannya bermacam-macam, seperti karena tidak memiliki *tape recorder*, kaset, serta guru yang tidak menguasai materi aktivitas ritmik, terlebih guru yang tidak suka membelajarkan aktivitas ritmik. Kenyataan yang dialami di SMP N 2 Muntilan, perhatian dan ketertarikan siswa-siswi dalam mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik masih kurang. Hal ini disebabkan siswa lebih banyak menyukai olahraga permainan, seperti sepakbola, bolavoli, dan sebagainya. Sarana dan prasarana untuk aktivitas ritmik di SMP Negeri 2 Muntilan juga kurang memadai, sehingga mengakibatkan siswa enggan untuk

mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik, dan tentunya hal ini mengakibatkan nilai aktivitas ritmik di bawah KKM yang ditetapkan.

Bertolak dari latar belakang masalah di atas maka peneliti mengadakan penelitian dengan judul “Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang Aktivitas Ritmik”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik. Menurut Hadi (1991: 3) penelitian deskriptif yaitu penelitian yang semata-mata bertujuan mengetahui keadaan objek atau peristiwa tanpa suatu maksud untuk mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes benar-salah.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri 2 Muntilan Magelang yang terletak di Jl. Wates Muntilan Kabupaten Magelang. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1-6 Agustus 2017.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan yang berjumlah 198 siswa. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006: 76). Menurut Sugiyono (2007: 35) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *total sampling*/penelitian populasi.

Tabel 2. Rincian Sampel Penelitian

| No | Kelas | Putra | Putri | Σ |
|---------------|-------|-----------|------------|------------|
| 1 | VII A | 14 | 20 | 34 |
| 2 | VII B | 14 | 20 | 34 |
| 3 | VII C | 14 | 20 | 34 |
| 4 | VII D | 14 | 18 | 32 |
| 5 | VII E | 14 | 18 | 32 |
| 6 | VII F | 11 | 21 | 32 |
| Jumlah | | 81 | 117 | 198 |

Prosedur

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mencari data siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan.
2. Peneliti menentukan jumlah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan yang menjadi subjek penelitian.
3. Peneliti menyebarkan tes kepada responden.
4. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil tes dan melakukan transkrip atas hasil pengisian tes.
5. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini didapatkan dari hasil pengisian tes oleh responden. Tes yang digunakan adalah soal pilihan benar dan salah. Menurut Mahmud (2011: 185) “tes adalah rangkaian pertanyaan atau alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan, atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.

Tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik, yang diungkapkan dengan tes benar

salah yang berjumlah 32 butir, dan terbagi dalam tiga faktor, yaitu pengertian aktivitas ritmik, manfaat aktivitas ritmik, kegiatan aktivitas ritmik

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif (Sudijono, 2009: 56). Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif persentase, dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian menggunakan rumus dari Azwar (2016: 163) dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

| No | Interval | Kategori |
|----|--------------------------------|---------------|
| 1 | $M + 1,5 S < X$ | Sangat Tinggi |
| 2 | $M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$ | Tinggi |
| 3 | $M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$ | Sedang |
| 4 | $M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$ | Rendah |
| 5 | $X \leq M - 1,5 S$ | Sangat Rendah |

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

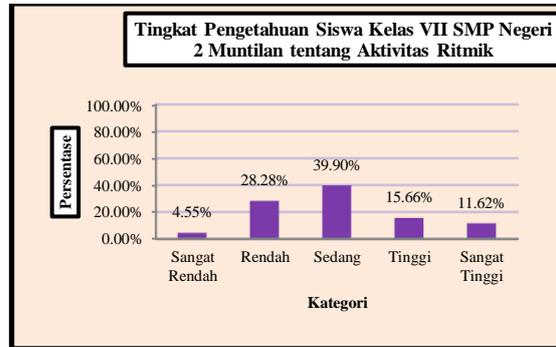
S : standar deviasi

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik didapat skor terendah (*minimum*) 11,00, skor tertinggi (*maksimum*) 29,00, rerata (*mean*) 18,41, nilai tengah (*median*) 18,00,

nilai yang sering muncul (*mode*) 18,00, standar deviasi (SD) 3,70.

Tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



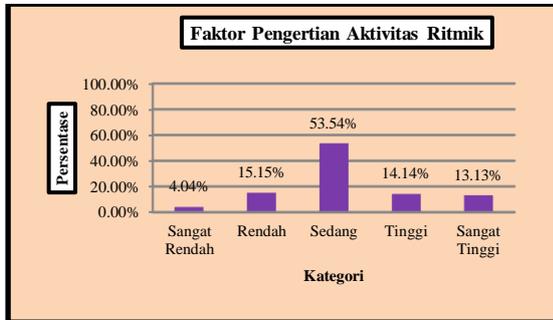
Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang Aktivitas Ritmik

Berdasarkan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (9 siswa), “rendah” sebesar 28,28% (56 siswa), “sedang” sebesar 39,90% (79 siswa), “tinggi” sebesar 15,66% (31 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 11,62% (23 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 77,63, tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik dalam kategori “sedang”.

1. Faktor Pengertian Aktivitas Ritmik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor pengertian aktivitas ritmik didapat skor terendah (*minimum*) 0,00, skor tertinggi (*maksimum*) 6,00, rerata (*mean*) 3,66, nilai tengah (*median*) 3,50, nilai yang sering muncul (*mode*) 3,00, standar deviasi (SD) 1,38.

Tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor pengertian aktivitas ritmik dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



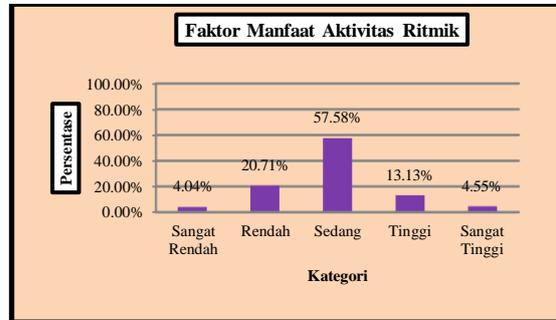
Gambar 2. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Faktor Pengertian Aktivitas Ritmik

Berdasarkan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan faktor pengertian aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,04% (8 siswa), “rendah” sebesar 15,15% (30 siswa), “sedang” sebesar 53,54% (106 siswa), “tinggi” sebesar 14,14% (28 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 13,13% (26 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 3,66, tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor pengertian aktivitas ritmik dalam kategori “sedang”.

2. Faktor Manfaat Aktivitas Ritmik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor manfaat aktivitas ritmik didapat skor terendah (*minimum*) 0,00, skor tertinggi (*maksimum*) 6,00, rerata (*mean*) 3,42, nilai tengah (*median*) 3,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 4,00, standar deviasi (*SD*) 1,21.

Tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor manfaat aktivitas ritmik dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



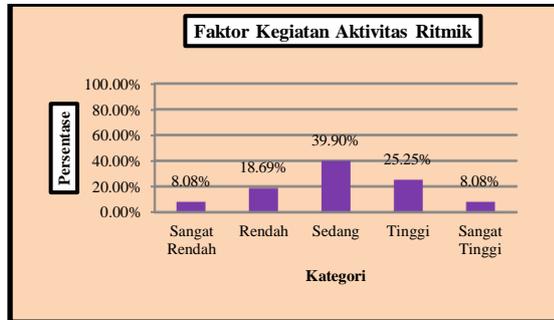
Gambar 3. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Faktor Manfaat Aktivitas Ritmik

Berdasarkan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan faktor manfaat aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,04% (8 siswa), “rendah” sebesar 20,71% (41 siswa), “sedang” sebesar 57,58% (114 siswa), “tinggi” sebesar 13,13% (26 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4,55% (9 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 3,42, tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor manfaat aktivitas ritmik dalam kategori “sedang”.

3. Faktor Kegiatan Aktivitas Ritmik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor kegiatan aktivitas ritmik didapat skor terendah (*minimum*) 5,00, skor tertinggi (*maksimum*) 18,00, rerata (*mean*) 11,33, nilai tengah (*median*) 11,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 10,00, standar deviasi (*SD*) 2,84.

Tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor kegiatan aktivitas ritmik dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Faktor Kegiatan Aktivitas Ritmik

Berdasarkan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa motivasi siswa kelas VIII dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes di SMP Negeri 2 Gamping Tahun Ajaran 2016/2017 berdasarkan faktor manfaat aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8,08% (16 siswa), “rendah” sebesar 18,69% (37 siswa), “sedang” sebesar 39,90% (79 siswa), “tinggi” sebesar 25,25% (50 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 8,08% (16 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 11,33 tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor kegiatan aktivitas ritmik dalam kategori “sedang”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berdasarkan faktor pengertian aktivitas ritmik, manfaat aktivitas ritmik, kegiatan aktivitas ritmik. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik dalam kategori

sedang. Paling besar mempunyai tingkat pengetahuan yang sedang, yaitu sebesar 39,09% (79 siswa), berikutnya ada 56 siswa dari jumlah 198 siswa atau 28,28% mempunyai pengetahuan yang rendah terhadap senam ritmik. Hal itu diakibatkan karena pada saat pembelajaran Penjasorkes, khususnya aktivitas ritmik, guru hampir tidak pernah menjelaskan secara teori tentang aktivitas ritmik kepada siswa. Kenyataan di lapangan juga menunjukkan bahwa siswa lebih banyak menyukai olahraga permainan, seperti sepakbola, bolavoli, dan sebagainya. Sarana dan prasarana untuk aktivitas ritmik di SMP Negeri 2 Muntilan juga kurang memadai, sehingga mengakibatkan siswa enggan untuk mengikuti pembelajaran aktivitas ritmik, dan tentunya hal ini mengakibatkan nilai aktivitas ritmik di bawah KKM yang ditetapkan.

Berdasarkan hasil di atas, maka guru perlu memperhatikan dan berusaha untuk meningkatkan proses pembelajaran yang telah dilakukan, misalnya metode mengajar yang sesuai dengan karakteristik siswa, sehingga motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran Penjasorkes khususnya aktivitas ritmik dapat dipertahankan, bahkan akan meningkat. Sekolah hendaknya juga lebih meningkatkan sarana dan prasarana pembelajaran Penjasorkes khususnya aktivitas ritmik, sehingga motivasi siswa juga akan meningkat dan kegiatan pembelajaran Penjasorkes akan lebih berhasil.

Dalam kaitannya dengan Penjasorkes, motivasi belajar sangat diperlukan agar kegiatan belajar-mengajar dapat berlangsung dan tujuan pembelajaran dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. Tugas seorang guru untuk menumbuhkan motivasi belajar siswa misalnya dengan menjelaskan maksud dan tujuan tugas yang akan diberikan. Menurut Lutan (2000: 30) teknik memotivasi belajar

Penjasorkes dengan cara orientasi sukses, modifikasi cabang olahraga, motivasi dalam diri anak, pengajaran dengan menawarkan tugas, dan variasi antar tugas ajar. Untuk itu, tugas gerak disesuaikan dengan kemampuan siswa dan kriteria berhasil juga disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa.

Pembelajaran aktivitas ritmik sangat penting bagi anak, seperti yang diungkapkan oleh Mahendra (2008: 14) gerakan aktivitas ritmik akan membentuk perkembangan daya tahan otot, kekuatan, kelenturan, koordinasi, kelincahan, serta keseimbangannya. Aktivitas ritmik adalah rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo, atau semat-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan di luar musik. Mengingat aktivitas ritmik sama-sama memiliki karakteristik sebagai gerak kreatif yang lebih dekat ke seni, maka pembahasan aktivitas ritmik disandarkan pada teori tari atau dansa. Aktivitas ritmik dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat dipergunakan sebagai alat untuk mengembangkan orientasi gerak tubuh, sehingga anak-anak memiliki unsur-unsur kemampuan tubuh yang multilateral. Menurut Syahara (2004) bahwa aktivitas ritmik termasuk menari dalam pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka dapat mengungkapkan diri melalui gerakan. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik sejauh guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan melalui gerak. Setiap anak diberi kesempatan untuk mengekspresikan dirinya secara individual, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,55% (9 siswa), “rendah” sebesar 28,28% (56 siswa), “sedang” sebesar 39,90% (79 siswa), “tinggi” sebesar 15,66% (31 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 11,62% (23 siswa).

Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik.
2. Agar melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan siswa kelas VII SMP Negeri 2 Muntilan tentang aktivitas ritmik dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- BSNP. (2006). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*. Jakarta: BSNP.
- Hadi, S. (1991). *Analisis butir untuk instrument angket, tes, dan skala nilai dengan BASICA*. Yogyakarta: Andi Offset.

Lutan, R. (2000). *Strategi pembelajaran penjas*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Mahendra, A. (2008). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas.

Mahmud. (2011). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia.

Mulyasa, E. (2008). *Praktik PTK*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Sudijono, A. (2009). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.

Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.

Syahara, S. (2004). *Pembelajaran senam dan aktivitas ritmik*. Jakarta: Depdiknas.