

**TINJAUAN TENTANG MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI SENAM
INDONESIA SEHAT DI SEKOLAH DASAR NEGERI 01 KOTO RAJO
KECAMATAN RAO UTARA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*



Oleh:

**SYAHRIL
NIM.09773**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Tinjauan Tentang Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara

Nama : Syahril

BP/NIM : 2008 / 09773

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Syafrizar, M.Pd
NIP. 19600919 198703 1 003

Drs. Willadi Rasyid, M.Pd
NIP. 19591121 198602 1 006

Mengetahui :
Ketua Jurusan

Drs. Hendri Neldi, M.Kes AIFO
NIP. 19620520 198703 1 002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Tinjauan Tentang Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di
Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara**

**Nama : Syahril
BP/Nim : 2008/09773
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Padang, Januari 2011

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Drs. Syafrizar, M.Pd	1. _____
Sekretaris : Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	2. _____
Anggota : Drs. H. Arsil, M.Pd	3. _____
Dra. Yulifri, M.Pd	4. _____
Drs. Zarwan, M.Kes	5. _____

ABSTRAK

“Tinjauan Tentang Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.”

OLEH : SYAHRIL /2011

Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara adalah salah satu sekolah yang melaksanakan kegiatan senam Indonesia sehat, namun dalam pelaksanaan kegiatan, masih banyak mengalami hambatan. Keadaan ini dimungkinkan karena banyak faktor yang mempengaruhi, diantaranya kurangnya dukungan kepala sekolah, kurangnya minat, sarana dan prasarana, dan kurangnya peranan guru Penjas.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang bertujuan untuk mengungkapkan tentang gambaran Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2010. Populasi penelitian adalah 30 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik Total sampling, jadi sampel berjumlah 30 orang. Instrumen yang dipakai untuk mengumpulkan data adalah Angket atau kuesioner dengan menggunakan skala Guttman. Data dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dalam bentuk persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: variabel minat siswa, dari 31 pertanyaan yang diajukan peneliti tingkat capaian responden mencapai 63,01 %. Dan dari keadaan kegiatan senam Indonesia sehat, dari 14 pertanyaan yang diajukan peneliti, tingkat capaian responden mencapai 75,96%. Dari temuan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara dalam kategori baik.

Kata kunci:Minat Siswa terhadap Kegiatan Senam Indonesia Sehat

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul ” **Tinjauan Tentang Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.**”

Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui sejauh mana Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kesempurnaan dan harapan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik yang sehat dan masukan-masukan yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini.

Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya skripsi ini.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Drs. H. Syahrial Bakhtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Bapak Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Syafrizar. M.Pd, selaku pembimbing I, dan Bapak Drs. Willadi Rasyid, M.Pd selaku Pembimbing II dalam penulisan skripsi ini yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd, Drs. Zarwan, M.Kes, dan Drs. Yulifri, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dan ibu staf pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat.
6. Bapak Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Pasaman yang memberi kesempatan untuk melakukan penelitian.
7. Kepala Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara yang telah memberi izin penelitian di sekolah tersebut.
8. Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara yang telah bersedia menjadi sampel dalam penelitian ini.
9. Yang tercinta istri dan anak yang senantiasa membantu memberikan dorongan semangat untuk penulis.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan diridhoi oleh Allah SWT.

Amin...

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR GRAFIK	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Kegunaan Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	6
1. Hakikat Minat.....	6
2. Senam Indonesia Sehat	11
3. Faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa	15
B. Kerangka Konseptual.....	24
C. Pertanyaan Penelitian.....	14

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Waktu dan Tempat Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	25
D. Defenisi Operasional	26
E. Jenis dan Sumber Data.....	27
F. Instrumen Penelitian	27
G. Teknik Analisis Data.....	28

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Verifikasi Data	29
B. Deskripsi Data	29
C. Pembahasan	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	44
B. Saran	44

DAFTAR PUSTAKA	46
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan suatu aspek yang sangat penting dalam membentuk Sumber Daya Manusia Indonesia yang berkualitas baik dari segi fisik maupun mental. Hal ini sejalan dengan tujuan Pendidikan Nasional sebagaimana yang tercantum dalam UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (2003 : 11) yaitu :

”Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional tersebut dibutuhkan kerjasama yang baik antara komponen-komponen yang ikut memberikan pengaruh dalam pendidikan itu baik pemerintah, masyarakat, orangtua maupun guru.

Pada saat sekarang pemerintah telah mencanangkan dan telah merevisi kurikulum lebih baik dari pada sebelumnya yaitu kurikulum tingkat satuan pelajaran (KTSP) tahun 2006, yaitu: “membuat para siswa untuk lebih banyak belajar sendiri”. Ini merupakan pedoman mengajar bagi guru dan juga merupakan bahan kegiatan pembelajaran yang perlu di pelajari dan

dilaksanakan oleh peserta didik dengan harapan mutu pendidikan jauh lebih baik dari sebelumnya.”(Badan Nasional Standar Pendidikan, 2006:2)

Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara merupakan salah satu lembaga pendidikan yang bergerak untuk siswa siswi Sekolah dasar, salah satu dari sekian banyak bidang studi yang terdapat dari kurikulum tersebut yaitu bidang studi pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan yang harus dilaksanakan oleh para guru beserta siswanya sesuai dengan tuntutan kurikulum KTSP tersebut.

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong serta meningkatkan kesegaran jasmani, pertumbuhan dan perkembangan fisik perkembangan intelektual, prestasi belajar, perkembangan psikis, keterampilan motorik, motivasi, pengetahuan dan penalaran penghayatan nilai-nilai (sikap mental, emosional sportifitas sosial), serta kebiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk peningkatan kesegaran jasmani dan untuk pertumbuhan perkembangan fisik siswa secara normal dan wajar.

Untuk terwujudnya hal di atas maka dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Sekolah Dasar dan Menengah diajarkan berbagai materi pelajaran, sebagaimana yang ditetapkan oleh Depdiknas (2003 : 5).

”Ruang lingkup materi mata pelajaran Pendidikan Jasmani untuk jenjang SD/MI, SMP/MTS dan SMA/MA adalah sebagai berikut :1.) Permainan dan Olahraga, 2.) Aktivitas pengembangan, 3.) Uji diri / senam, 4.) Aktivitas ritmik, 4.) Akuatik (aktivitas air), 5.) Pendidikan Luar Kelas (Out door education)”

Senam Indonesia Sehat merupakan salah satu bagian dari ruang lingkup materi Senam ritmik yang terdapat dalam kurikulum Sekolah Dasar.

Senam Indonesia Sehat dimaksudkan dapat mendorong siswa berambisi secara emosional untuk mengetahui, mempelajari dan mengembangkan dengan tekun serta melaksanakan dengan pola gerak yang baik dan benar. Setiap hari waktu dan tempat selalu disediakan untuk berlatih senam baik secara perorangan, kelompok, maupun menyeluruh.

Namun jika dilihat kenyataannya di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara, sebagian besar siswa kurang berminat terhadap senam Indonesia Sehat. Ini terlihat saat siswa mengikuti kegiatan senam, siswa kurang bersemangat dan kurang berminat terhadap kegiatan ini. Jelas saja saat kegiatan berlangsung siswa lebih banyak berdiri saja dari pada gerakan yang dicontohkan. Selain itu dari segi kehadiran yang semula pada saat awal kegiatan jumlah peserta yang hadir untuk mengikuti senam cukup banyak, namun akhir-akhir ini cenderung menurun, Kemudian dari siswa yang hadir mengikuti senam masih banyak siswa yang melakukan gerakan-gerakan yang tidak beraturan, gerakan yang kurang baik dan tidak menurut prosedur senam dan sedikit sekali yang melakukan gerakan baik dan benar.

Berdasarkan kenyataan ini ada beberapa hal yang dimungkinkan menjadi penyebab dari kurang bersemangatnya siswa terhadap kegiatan ini, antara lain kurangnya dukungan dari kepala sekolah, kurangnya dukungan orang tua, sarana dan prasarana, kurangnya minat siswa itu sendiri, kurangnya peranan guru pembimbing, dan metode pembinaan ekstrakurikuler yang kurang berjalan sebagaimana mestinya.

Keadaan ini merupakan suatu faktor yang harus di perhatikan oleh semua pihak yang terkait. Pada kesempatan ini tulisan ini mencoba melihat secara mendalam sebagian permasalahan yang telah di uraikan di atas. Dengan adanya penelitian ini dapat menjawab dan mengungkapkan permasalahan tersebut, sehingga kegiatan senam Indonesia sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara dapat berjalan dengan baik dan lancar.

Berdasarkan Uraikan diatas maka penulis ingin melakukan penelitian tentang kurangnya minat siswa terhadap kegiatan tersebut. Untuk itulah penulis mengangkat judul penelitian: Tinjauan Tentang Minat Siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka yang menjadi permasalahannya adalah :

1. Dukungan kepala sekolah
2. Dukungan dari orang tua
3. Sarana dan prasarana
4. Minat siswa
5. Guru Pembimbing
6. Metode pembinaan ekstrakurikuler

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan luasnya permasalahan, maka penelitian ini hanya akan membahas tentang: Minat siswa Dalam

Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.

D. Perumusan Masalah

Bertitik tolak dari pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Sejauh manakah Minat siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana minat siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan yang dikemukakan terdahulu dan dengan memperhatikan masalah-masalah penelitian, maka diharapkan hasil penelitian ini berguna:

1. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan bagi penulis yang telah diperoleh di perguruan tinggi
3. Sebagai sumbangan ilmiah bagi perkembangan dunia pendidikan, khususnya bagi guru-guru Pendidikan Jasmani dan Olahraga di sekolah
4. Sebagai masukan bagi Kepala Sekolah dan Penilik Olahraga tentang peningkatan minat siswa terhadap Kegiatan Senam Indonesia Sehat.

BAB II

TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Hakikat Minat

Di dalam diri seseorang terdapat kekuatan yang menjadi daya penggerak atau pendorong keaktifannya. Minat dipandang sebagai salah satu unsur dasar perkembangan aktifitas manusia. Menurut Gunarsa (1989:40) mengemukakan bahwa: "Kegiatan belajar akan lebih berhasil jika minat orang yang belajar besar terhadap bahan yang dipelajarinya".

Selanjutnya Slameto dalam Usnirida (1996:8) menjelaskan: "Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan, kegiatan seseorang yang diminati, diperhatikan terus menerus yang disertai rasa senang".

Dengan demikian, berarti minat mempunyai sifat yang menetap. Jadi minat belajar senam Indonesia sehat tersebut datang dari siswa itu sendiri, antara diri dengan sesuatu di luar diri. Semakin dekat atau kuat hubungan tersebut semakin besar pula minat belajar atau senam Indonesia sehat yang ditimbulkan. Dengan kata lain minat merupakan suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada senam Indonesia sehat tersebut.

Minat merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam melakukan kegiatan apapun contohnya olahraga, selain itu minat juga merupakan suatu aspek psikis manusia dalam memandang senang dan tidak senang terhadap suatu

peristiwa atau objek tertentu. Objek tertentu yang menyenangkan akan menimbulkan minat pada manusia. Menurut Jersild dan Tach (1986:37) menerangkan bahwa minat atau interest menyangkut aktivitas-aktivitas yang dipilih secara bebas oleh individu. Sedangkan menurut Dayles Fryer yang dikutip oleh Wayan Nur Kencana (1986: 229) mengemukakan bahwa interest adalah gejala psikis yang berkaitan dengan objek atau aktivitas yang menstimulir perasaan senang bagi individu. Menurut Welgito dalam Maihanti (1977: 153) bahwa minat adalah suatu keadaan dimana seorang mempunyai perhatian terhadap suatu objek dan situasi keinginan untuk mempelajari maupun membuktikan lebih lanjut. Dari tiga pendapat di atas dapat kita simpulkan bahwa minat senantiasa erat hubungannya perasaan individu, objek, untuk melakukan aktivitas, sesuai dengan situasi dan keinginan untuk membuktikannya.

Lebih lanjut Witherington dikutip oleh Bakhtiar (1992:12) bahwa minat adalah suatu keadaan seseorang terhadap suatu objek, suatu pribadi, suatu hal atau suatu situasi yang mengandung sangkut paut dengan dirinya. Sedangkan menurut Slameto (1987:23) minat adalah kecenderungan untuk memperhatikan dan mengenal beberapa kegiatan. Sesuai dengan kutipan di atas bahwa seorang yang berminat terhadap suatu kegiatan maka ia akan cenderung untuk memperhatikan dan mengamatinya serta mencobanya.

Penjelasan di atas didukung oleh Effendi (1995: 69) menyatakan: “Minat akan mengarahkan perbuatan kepada suatu tujuan dan merupakan

dorongan bagi perubahan tertentu yang ditujukan untuk berintegrasi secara objektif dengan meningkatkan perhatian terhadap objek yang banyak sangkut pautnya dengan individu sendiri dalam mencapai tujuan.”

Seorang yang berminat terhadap suatu objek atau olahraga ia akan melakukan olahraga tersebut. Orang yang berminat dalam olahraga khususnya senam Indonesia sehat ia akan latihan secara kontinu dan teratur karena olahraga senam Indonesia sehat merupakan olahraga yang sifatnya kesehatan. Winkel dan Yupriadi (1989:15) mengatakan bahwa minat adalah kecenderungan yang menetap dalam diri objek untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu dan merasa senang berkecimpung dalam hal itu. Salah satu yang diminati akan menjadi pendorong bagi diri seseorang untuk melakukan satu kegiatan sehingga tujuan yang diinginkan tercapai.

Shadli dalam Ramanto (2000:10) juga mengemukakan bahwa seseorang yang meminati sesuatu maka ia dengan kesadaran jiwa akan menerima yang datang dari luar dirinya. Dia akan memberikan keinginan, perhatian pada sesuatu yang diminatinya tersebut sehingga kegiatan yang dilakukan terarah dengan meminati sesuatu bidang seorang akan memberikan perhatian dan keinginan untuk memperolehnya lebih baik dari apa yang dilihatnya. Minat individu terhadap suatu objek tidak mungkin dapat disalurkan apabila tidak ada usaha yang dilakukan individu terhadap objek tersebut seperti dijelaskan oleh Effendi (1995:13) sebagai berikut :

“Mengikuti, mengerjakan sesuatu dengan minat bakat lebih baik dari pada tanpa minat, minat akan timbul apabila kita tertarik pada suatu objek karena sesuai dengan kebutuhan atau merasa sesuatu yang diikuti atau dikerjakan dirasakan berguna bagi dirinya, begitu pula sebaliknya minat tanpa usaha sedikit untuk berhasil”.

Dengan ketertarikan seorang terhadap suatu objek berarti ia mempunyai kebutuhan untuk berhubungan lebih aktif dengan objek yang disenanginya tersebut. Dari kutipan di atas dapat dikatakan bahwa orang yang berminat akan melakukan suatu aktivitas dengan senang tanpa ada yang memaksa untuk melakukan hal yang disenanginya. Hal ini juga disampaikan oleh Slameto (1987:180) minat merupakan rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruhnya. Minat yang datang dalam diri individu akan lebih dekat hubungannya dengan keinginan hati nurani.

Sejalan dengan itu Alnedral (1991:156) mengemukakan bahwa minat adalah suatu aspek psikis seorang yang mendorong untuk bertindak menyenangkan, mempersoalkan, berbuat, menangani, menerima dan suatu objek tertentu. Minat juga bisa dipengaruhi oleh keturunan.

Menurut beberapa pendapat di atas dapat kita simpulkan bahwa minat pada individu untuk melakukan aktivitas atau suatu hal yang diminatinya sudah ada dalam diri individu itu sendiri. Minat juga dapat dipengaruhi dari luar diri individu seperti minat pada olahraga yang dapat menjamin kehidupannya dimasa mendatang.

Minat yang datang dari luar akan sulit untuk mendapatkan hasil yang diinginkan baik dalam belajar maupun dalam aktivitas olahraga,

dalam olahraga apabila seorang tidak mempunyai minat yang datang dari dalam sulit sekali untuk diarahkan sesuai hal yang diminatinya, apalagi olahraga yang diminatinya itu merupakan olahraga yang sifatnya tim, kenapa demikian halnya karena olahraga tim memerlukan latihan yang sifatnya kontinu dan juga kesadaran untuk memaksakan diri dalam hal latihan dan persiapan pertandingan.

Dari pendapat di atas dapat kita tarik kesimpulannya bahwa minat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Dan yang dimaksud dengan faktor penghambat yaitu suatu hal yang akan membuat minat seseorang hilang atau tidak tersalurkan dengan baik seperti: guru yang kurang berpengalaman, sarana dan prasarana yang kurang memadai, kurangnya pertandingan, tak adanya suatu penghargaan dari pihak instansi yang berkaitan, tidak adanya pelatih.

Perasaan merupakan salah satu aspek psikis yang berpengaruh terhadap semangat siswa untuk mengikuti suatu kegiatan. Dalam hal ini minat belajar / berlatih senam Indonesia sehat adalah perasaan siswa itu untuk mengadakan penilaian yang spontan terhadap kegiatan pembelajaran senam Indonesia sehat yang diikutinya. Penilaian ini bersifat positif yang terungkap dalam perasaan senang atau penilaian negatif yang terungkap dalam perasaan tidak senang. Berkaitan dengan perasaan ini sesuai dengan pengertian minat yang dikemukakan oleh Winkel dalam Usnirida (1996 : 9) yaitu : "Minat merupakan kecendrungan yang menetap dalam

diri objek untuk merasa tertarik pada bidang atau hal tertentu, dan merasa senang berkecimpung dalam bidang itu”.

Perasaan senang atau tidak senang akan mewujudkan apakah seseorang atau kelompok berminat atau tidak berminat terhadap kegiatan senam Indonesia sehat yang diikutinya.

Meskipun terhadap beberapa buah devinisi mengenai minat dari yang penulis sebutkan di atas, namun tidak ada terdapat perbedaan yang menyolok antara masing-masing devinisi tersebut. Dari keterangan-keterangan tersebut secara umum dapat diperoleh suatu gambaran bahwa minat terhadap senam Indonesia sehat adalah perasaan senang terhadap senam Indonesia sehat tersebut.

2. Senam Indonesia Sehat

Senam Indonesia sehat sama dengan olahraga senam pada umumnya yang merupakan aktifitas fisik yang mengacu pada bentuk gerak yang dilakukan dengan berbagai kombinasi terpadu dan menyeluruh dari setiap bagian anggota tubuh, dan dari komponen-komponen dari kemampuan motorik seperti kelincahan, kecempatan, keseimbangan, kelenturan, agilitas dan ketempatan dengan kondisi yang sesuai dan tata urut gerak yang selaras (Azis, 1999:43).

Senam Indonesia sehat merupakan olahraga yang terdiri dari gerakan-gerakan yang luas atau banyak dan menyeluruh yang dapat membangun, membentuk otot-otot tubuh seperti pergelangan tangan, punggung, lengan dan lain-lain (Menke C. Frank, 1960, Internet).

Atau juga merupakan latihan bentuk tubuh yang diciptakan dengan sengaja disusun secara sistematis dan dilakukan secara sadar dengan maksud membantu, mengembangkan kepribadian secara harmonis (Hidayat, 1970).

Senam ini tidak dipertandingkan untuk mencapai prestasi tetapi merupakan senam pendidikan untuk merangsang pertumbuhan tubuh, tingkat kemampuan dan perkembangannya (Azis, 1999, 40). Senam ini terdiri dari tiga (3) irama musik untuk pemanasan, empat (4) irama musik untuk inti, dan satu (1) irama musik untuk pendinginan.

Sesuai dengan identifikasi masalah, maka di bawah ini akan dibahas satu persatu sebagai berikut:

a. Gaya gerak menari

Gaya gerak ini ditemukan pada bagian inti lebih 40 %, para si siswa tidak melaksanakan gerakan-gerakan dengan baik dan benar. Terutama terhadap siswa putra, mereka cenderung menganggap gaya gerak menari lebih tepat untuk kaum putri, oleh karena itu peranan guru sangat diperlukan untuk memberi penjelasan meyakinkan, agar minat siswa tumbuh dengan baik. Sebab bentuk gerakan senam yang dilakukan siswa ini mempunyai makna dan nilai seni tersendiri serta bermanfaat terhadap kepentingan jasmani dan rohani siswa.

Adapun makna yang disampaikan lewat gaya gerak senam tersebut adalah menanamkan kehidupan yang kreatif, rekreatif dan sosial, dimana pendidikan jasmani yang baik dapat berfungsi bagi

perkembangan emosional anak yaitu perkembangan, dorongan-dorongan yang terdapat dalam diri mausia yang menghasilkan perbuatan dengan melaksanakan berbagai bentuk latihan gerak diharapkan anak akan dapat memperoleh nilai-nilai baik Disamping itu juga meningkatkan keterampilan anak disamping pertumbuhan tubuh secara menyeluruh dan kesehatan yang baik, maka akan memungkinkan anak meningkatkan keterampilan dalam bersenam (Depdikbud, 1994,3).

Dengan menanamkan rasa keyakinan tentang gaya gerak menari tersebut, sehingga akan menyadari pentingnya pertumbuhan, kesehatan jasmani di atas kepentingan lain.

b. Peralihan irama

Peralihan irama senam merupakan perantara dari irama yang satu telah berakhir dilanjutkan dengan irama yang lain dan begitu seterusnya.

Irama merupakan komponen gerak dari senam atau bagian yang dapat menimbulkan keserasian gerak menjadi lebih terpadu dan menimbulkan suatu keindahan (Tim Abdiguru, 2003, 38).

Apabila siswa belum menguasai setiap gerak-gerakan senam, maka akan lebih sukar menimbulkan gerakan senam diiringi dengan irama selanjutnya terjadi peralihan irama dengan kecepatan gerak yang cukup tinggi. Hal tersebut terjadi pada sebagian siswa, dimana pada bagian peralihan siswa tertegun beberapa saat.

Yang harus diperhatikan seperti disebutkan pada pengajaran senam di atas: "Guru harus mampu mengetahui hambatan-hambatan yang dialami siswa". Ada anak dengan mudah belajar tanpa hambatan dan adapun dengan susah payah menghadapi hambatan. Cara mengatasinya dengan jalan memberikan tugas latihan bentuk training yang punya persamaan gerak dengan latihan yang sebenarnya.

Latihan training adalah latihan pembiasaan, yang melatih bahan yang belum dikuasai dengan cara mengulang-ulang. Mengulang-ulang dalam latihan harus terus dilakukan agar kesalahan tidak dilakukan lagi. Apabila kesalahan tidak terjadi lagi, dapat diharapkan bentuk latihan gerak akan menjadi otomatis artinya gerak dapat dilakukan tanpa dipikir lagi, gerak sudah menjadi satu dengan dirinya.

c. Aba-aba Gerak

Aba-aba gerak merupakan pedoman atau ketentuan yang harus ada pada pengajaran, melakukan atau latihan senam. Sebab setiap langkah gerak yang akan dilakukan selalu diiringi dengan aba-aba. Tanpa aba-aba gerak maka tidak ada pedoman gerak secara serasi kemana gerak akan diarahkan, oleh para siswa yang mengikuti senam. Dengan mengikuti aba-aba dapat membantu siswa mengikuti gerakan senam dengan baik dan benar. Bagi siswa tidak sama sekali berpedoman pada aba-aba gerak tersebut selalu membuat, kesalahan bentuk gerak menjadi tidak tepat.

Dengan demikian berhasil atau tidaknya siswa menguasai bentuk gerakan senam akan sangat tergantung pula pada aba. Oleh karena itu penarepan aba-aba dalam kegiatan senam memungkinkan senam berjalan dengan baik dan benar. Bagi siswa yang kurang paham terhadap aba-aba dapat diatasi dengan:

- Mencoba setiap gerakan senam mulai tahap pemanasan hingga tahap pendinginan dengan mengikuti aba-aba
- Guru mengkoreksi kesalahan yang dibuat dalam latihan tersebut.
- pengulangan-pengulangan terhadap latihan dan koreksi terus dilakukan.
- bila kesalahan tidak terulang lagi, maka bentuk latihan gerak aba-aba akan menjadi otomatis. Sehingga gerakan dapat dilakukan tanpa dipikir lagi karena sudah menyatu dengan diri.

3. Faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa dalam Mengikuti Senam

1. Metode Pembelajaran Latihan Senam

a. Tahapan pengajaran latihan senam dimulai dari :

- Mengamati

Anak mula-mula mengamati apa yang dicontohkan oleh guru ada anak hanya satu kali saja, dan ada yang harus berulang-ulang kali mengamati, sebagian hanya bekerja matanya saja, sebagian lagi mengamati sambil mengerakkan anggota badannya saja, jadi mengamati tidak hanya melihat

tetapi perasaan otot ikut bekerja sehingga dapat membangun bayangan gerak.

- Mencoba

Setelah bayangan gerak tersebut kemudian latihan dapat dicoba sehingga akan terlaksana pola geraknya.

- Dikoreksi

Setelah seluruh anak mencoba, guru menghentikan latihan untuk memberikan koreksi. Kesalahan-kesalahan ditunjukkan secara umum saja dan memperjelas contoh yang diberikan baik secara individu maupun secara klasikal.

- Mengulang-ulang

Pengulangan terhadap latihan terus berjalan, meskipun koreksi terus dilakukan,, konsentrasi anak tidak boleh terganggu.

- Otomatis

Apabila kesalahan tidak terjadi lagi, dapat diharapkan bentuk latihan gerak akan menjadi otomatis. Artinya gerak dapat dilakukan tanpa dipikir lagi, gerak sudah menjadi satu dengan dirinya.

b. Latihan senam

Menurut Nideffer (1976) guru harus memahami keadaan siswanya apa yang dapat merangsang siswa saat melakukan latihan dan pada waktu yang tepat dapat mengembangkan latihan tersebut

dengan berbagai bantuan atau menimbulkan tantangan. Ini adalah salah satu menumbuhkan rangsangan agar siswa melakukan latihan dengan baik dan benar untuk mencapai suatu prestasi. (Setyobroto; 2005:45).

Keberhasilan siswa dalam melakukan berbagai bentuk latihan merupakan potensi besar, merangsang minat siswa serta menumbuhkan minat siswa yang positif terhadap berbagai kegiatan jasmani. Keberhasilan ini merupakan suatu pencapaian kepuasan. Kepuasan tersebut adalah tercapainya suatu prestasi yang tinggi atau kemenangan dalam berkompetisi. (Setyobroto; 2005:30).

Keberhasilan siswa dapat diperoleh dengan berbagai bentuk latihan, meskipun banyak tantangan yang datang dari dalam maupun luar diri. Bagi yang belum berhasil diperlukan rangsangan yang lebih baik lagi di bawah bimbingan guru. Dalam hal ini guru memberikan rangsangan bersifat koreksi yang menghambat gerakan-gerakan yang menyimpang serta menumbuhkan rasa percaya diri.

Menurut Turko dan Richards (1975) dalam salah satu tulisannya mengenai "Psychology of teaching" merasakan bahwa sebelum siswa berlatih dengan efektif atau akan memulai latihan,,minat dan kemauan siswa harus dirangsang sampai suatu titik batas tertentu, di mana siswa tidak sekedar reseptik (pemberi dorongan) terhadap instruksi, tetapi cenderung untuk belajar dan berlatih. (Setyobroto; 2005:80).

Dalam latihan perlu diperhatikan adalah nada suara guru harus dapat merangsang dan mempengaruhi suasana mengajar.

Oleh karena itu nada suara yang baik adalah harus bersifat mendorong dan mempengaruhi, harus ramah, jangan sekali-kali mengaardik. Suara harus jelas lambat dan tajam tekanannya, Dirjen Pendidikan Dasar (1994/1995: 15).

Latihan dapat dilakukan dalam bentuk bermain. Latihan ini merupakan ciri-ciri siswa sekolah dasar yang gemar bergerak dalam suasana bermain. Latihan dalam bentuk ini mempunyai nilai prinsip yaitu siswa lebih bebas, siswa merasa berbuat lebih banyak dengan inisiatif sendiri, faktor kegembiraan lebih menonjol. Siswa menghadapi latihan juga dengan maksud untuk bergembira dan bermain. Namun demikian tujuan harus tetap yaitu agar siswa bergerak dengan baik.

Adapula latihan dalam bentuk pertandingan yang dapat mendorong kemauan siswa untuk berbuat sebaik-baiknya. dalam bentuk permainan, faktor kegembiraan, prasaan tegang sangat menarik bagi siswa. Pada bentuk pertandingan akan keluar seorang atau sekelompok orang sebagai pemenang. Untuk mendapatkan kemenangan siswa kadang-kadang tidak memperhatikan lagu kesempurnaan gerak. Hal ini akan menimbulkan resiko sehingga sering timbul kecelakaan. Kesempurnaan gerak dikorbankan untuk mendapatkan kemenangan. Dalam latihan guru harus berusaha mengatasi dan menekankan kepada seluruh siswa bahwa

kesempurnakan gerak harus lebih diutamakan dari pada kemenengan.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Depdikbud dalam 10 kemampuan guru diantaranya adalah keterampilan melaksanakan program, keterampilan menilai hasil dan proses, serta ikut menyelenggarakan bimbingan (Aziz, 1999;108)

Oleh karena itu pengalaman dan pengetahuan guru sangat penting untuk menentukan kapan latihan dalam bentuk pertandingan perlu diberikan.

Latihan dalam bentuk training/latihan pembiasaan merupakan bentuk latihan terhadap bahan-bahan yang belum dikuasai dengan cara mengulang-ulang. Dalam latihan ini siswa dituntut penuh perhatian. Untuk mendapat keterampilan yang baru setiap siswa berbeda-beda cara dan lamanya menguasai latihan, dengan cara mengulang-ulang maka akan terbentuk kebiasaan.

Di samping itu ada juga latihan yang berbentuk fantasi, latihan ini sering diberikan terhadap siswa sekolah dasar kelas I dan kelas II. Motif bentuk latihan ini, agar siswa dalam permainan bebas mau meniru, namun demikian harus dalam bentuk nyata. Dalam kehidupan sehari-hari di sekolah siswa harus dapat melakukan tugas dari guru, walaupun tugas ini bentuk fantasi gerak, tetapi tidak lepas dari gerak sehari-hari. Misalnya mendorong, memanjat, mengangkat dan sebagainya.

c. Penyajian bahan pengajaran

Bahan yang baik harus berkaitan dengan program tahunan yang telah dibuat, setiap siswa harus aktif dan mendapat kesempatan bergerak secukupnya. Perhatian guru harus memberikan pelajaran berprestasi lebih baik, bahan yang disajikan harus sesuai dengan kelompok umur dan tingkat kemampuan. Siswa diberi kesempatan untuk mengulang terhadap latihan yang telah dikuasai, proses KBM harus suasana mengembarkan. Kesalahan yang dibuat siswa harus dikoreksi pada saat yang tepat, dalam Depdikbud Proyek Peningkatan Mutu SD/ TK dan SLB Jakarta (1994/ 1995 : 17).

d. Mengoreksi

Koreksi adalah memberi bayangan gerak yang benar, guru atau siswa yang terbaik (gerakannya benar) memberikan contoh beberapa kali, contoh gerakan dapat diberikan lebih dahulu atau bersama-sama dengan penjelasan, Dirjen Pendas (1994/ 1995: 18). Apabila siswa sering membuat kesalahan gerak tertentu guru dapat memberi contoh yang salah tersebut dan contoh yang benar, sehingga siswa dapat membandingkan contoh yang salah dan yang benar terhadap gerakan, dan mengerti tentang kesalahannya, untuk kelompok umur yang lebih tinggi koreksi cukup diberi secara lisan,

e. Hambatan gerak

Guru harus mengetahui hambatan-hambatan gerak yang dihadapi siswa. Adapun hambatan tersebut menurut Dirjen Pendas Proyek Peningkatan Mutu SD/ TK dan SLB Jakarta (1994/1995: 20) adalah kurang pengalaman gerak, karena tidak mempunyai kesempatan untuk mengulang gerak, sehingga tidak terjadi otomatisasi karena disebabkan oleh:

- Jumlah anak terlalu banyak, sehingga waktu mengulang terbatas atau alat yang dipergunakan tidak memadai dengan jumlah anak. Cara mengatasinya memberikan tugas latihan.
- Gerak yang tidak dimengerti. Siswa yang tidak mempunyai bayangan gerak yang diinginkan siswa sukar memahami penjelasan karena itu contoh perlu diberikan berulang-ulang.
- Siswa yang tidak berani melakukan gerak karena takut ditertawakan atau diejek akan mengakibatkan kesalahan, disini diperlukan seni guru mengajar yang menciptakan suasana kelas, sehingga siswa akan menunjukkan sikap berani Guru harus mampu membesarkan hati siswa, memberikan pertolongan dan menciptakan suasana yang kondusif terhadap siswa yang kurang percaya diri sehingga hambatan-hambatan dapat teratasi.

f. Macam-macam metode pengajaran

Metode pengajaran senam, ada beberapa macam yaitu:

- Metode ceramah

Gunanya untuk menjelaskan gerakan yang dilakukan anak mengetahui dan memahami bentuk gerak yang harus dilakukan, misalnya mengenai urutan gerak, bagian yang harus dipelajari dan merangkai gerak menjadi terpadu.

- Metode demonstrasi

Maksud dari metode ini adalah mendemonstrasikan bentuk gerak yang harus dilakukan terhadap anak yang belum mengenal betul bentuk gerak atau yang baru belajar, sehingga mendapat gambaran bagi anak untuk mempelajarinya dan lebih mudah melakukannya.

- Tanya jawab

Untuk mengetahui atau mengontrol apakah mengenal bentuk gerak yang telah dijelaskan dapat dipahami oleh anak atau tidak. Anak diberikan kesempatan untuk mengemukakan hal-hal yang ragu.

- Metode penugasan

Metode ini perlu menyatakan bentuk gerakan yang harus dilakukan siswa, dan guru mengetahui apakah gerakan yang diharapkannya itu benar-benar terkuasai dan dapat dilakukan oleh anak atau belum, sehingga guru dapat menentukan langkah berikutnya.

- Metode latihan

Metode ini diperlukan untuk mengulang bentuk gerakan yang telah diajarkan, sehingga anak dapat melakukan lebih lancar, cepat, tepat, dan luwes.

- g. Manfaat mempelajari senam

Manfaat senam dalam Depdikbud Pendas Proyek Peningkatan Mutu (1994/ 1995: 2) adalah sebagai berikut:

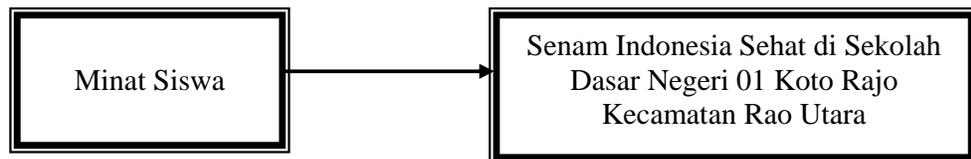
- Meningkatkan pertumbuhan anak dengan cara yang tepat, maka fungsi jantung organ penting lainnya akan menjadi baik.
- Meningkatkan kesegaran jasmani dengan pertumbuhan organ tubuh yang baik secara menyeluruh, maka anak mampu melakukan kegiatan sehari-hari yang merupakan gerak dasar.
- Meningkatkan kesehatan. Organ-organ tubuh akan bekerja lebih baik menurut fungsinya. Latihan jasmani mendidik anak pentingnya kebersihan, kebersihan badan dan pentingnya udara sehat bagi kesehatan tubuh.
- Meningkatkan ketangkasan dan keterampilan dengan pertumbuhan tubuh secara menyeluruh kesegaran jasmani yang tinggi dan kesehatan yang baik, maka akan menunjukkan anak meningkatkan ketangkasan atau keahlian dalam berolahraga.
- Meningkatkan pengetahuan dan kecedrasan dengan berbagai kegiatan dan latihan anak akan memperoleh pengalaman yang beraneka ragam yang sesuai dengan sifat kegiatan, serta

mengetahui tentang alat dan perkembangan serta peraturan peraturan yang terdapat pada masing-masing cabang olahraga.

Menanamkan kehidupan yang kreatif, rekreatif dan sosial

B. Kerangka Konseptual

Sesuai dengan rangkaian tentang kajian teori minat dan kegiatan senam Indonesia Sehat. Jadi dapat digambarkan secara sistematis keterkaitan antara minat dan kegiatan Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat gambar kerangka konseptual di bawah ini:



Gambar 1. Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

Untuk mengungkapkan hasil penelitian maka di gunakan pertanyaan penelitian yaitu sebagai berikut: Sejauh manakah Minat siswa Dalam Mengikuti Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dalam bab ini akan dikemukakan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang telah ditemui, adapun kesimpulan dan saran dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pelaksanaan kegiatan Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Tingkat capaian minat siswa berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian jawaban responden mencapai 63,01 %. Artinya bahwa minat siswa dalam mengikuti kegiatan Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara sudah baik.
2. Tingkat capaian pelaksanaan kegiatan Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara berada pada klasifikasi baik, yaitu dengan tingkat capaian sebesar 75,96 %. Artinya bahwa keadaan pelaksanaan kegiatan Senam Indonesia sehat sudah terlaksana dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yaitu kepada :

1. Kepala Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara dalam rangka menyukseskan kegiatan senam Indonesia sehat diharapkan agar memberikan dukungan, baik itu dalam penyediaan sarana dan prasarana, maupun dukungan moril, dan diharapkan juga kepala sekolah bisa bekerjasama dengan berbagai pihak dalam hal penyediaan sarana dan prasarana.
2. Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara, yang ikut kegiatan senam Indonesia sehat agar bisa mempertahankan minatnya terhadap kegiatan senam Indonesia sehat, karena itu sangat membantu dalam pencapaian prestasi yang maksimal.
3. Orang tua siswa agar lebih meningkatkan perhatian terhadap anaknya yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, baik dengan memotivasi, membantu penyediaan prasarana, dan juga dalam hal penguatan mental serta pengawasan dalam hal kesehatan dan gizi.
4. Kepada Dinas Pendidikan agar memberikan dukungan baik secara moril dan materil, yaitu dalam penyediaan sarana dan prasarana, demi kelancaran kegiatan Senam Indonesia Sehat di Sekolah Dasar Negeri 01 Koto Rajo Kecamatan Rao Utara.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnedral. (1991). *Pengaruh Metode Belajar dan Minat Mahasiswa Terhadap Prestasi Belajar Bola Voli*. Padang: FPOK IKIP Padang.
- Arikunto, Suharsimi. 1993. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz, Syamsir, (1999), *Senam Dasar*, FIKUNP: Dip. Proyek Universitas Negeri Padang.
- Depdikbud, (1984), *Pengembangan Kurikulum Metoda dan Evaluasi Pendidikan Luar Sekolah*. Jakarta: Yayasan Insani.
- Depdikbud. 1992. *Hasil Seminar Kesegaran Jasmani Nasional 1*. Jakarta: Depdikbud
- Depdikbud. 1993. *Himpunan Peraturan Tentang Pendidikan Sekolah Dasar*. Jakarta: Dirjen Dikdasmen
- Depdikbud. 1994. *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Kesiswaan*. Jakarta: Depdikbud
- Depdiknas. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta : Depdikbud.
- Dirjen Dikdasmen (1997). *Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Pengembangan diri Sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Kesiswaan*. Jakarta: Depdikbud.
- Effendi, Usman dan Praja, S. (1995). *Pengantar Psikologi*. Bandung: CV. Angkasa.
- Jabar, Maryati, (1992). *Minat Mahasiswa Terhadap Kesenian dalam Pokok Pembahasan Notasi Balok di SLTP 2 Pariaman*. Padang: FBSS UNP.
- Jersild and Tach (1986) *Psikologi Pendidikan*. Jakarat: Gramedia
- Luthan, Rusli. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta. Indonesia. Depdikbud Dirjen Dikti P₂ LPTK.
- Maiharti (1997). *Minat Siswa Terhadap Profesi Guru dan Bekerja Industri Jurusan PT Bangunan*. Padang: FPTK IKIP Padang.