

**PELAKSANAAN SENAM KEBUGARAN JASMANI 2012 DI SEKOLAH
DASAR NEGERI 11 LOLONG KECAMATAN PADANG UTARA
KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**FAUZIAH HANUM
NIM. 53536**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**PELAKSANAAN SENAM KEBUGARAN JASMANI 2012 DI SEKOLAH
DASAR NEGERI 11 LOLONG KECAMATAN PADANG UTARA
KOTA PADANG**

Nama : Fauziah Hanum
NIM : 53536
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Edwarsyah, M.Kes
NIP. 19591231 198803 1 019

Pembimbing II



Dra. Pitnawati, M.Pd
NIP. 19590513 198403 2 002

Mengetahui :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 19590705 198503 1 002

HALAMAN PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Pelaksanaan Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Nama : Fauziah Hanum

NIM : 53536

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

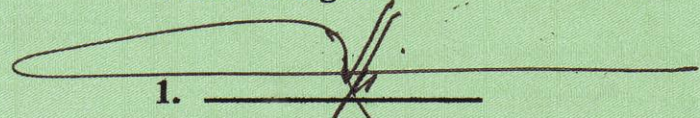
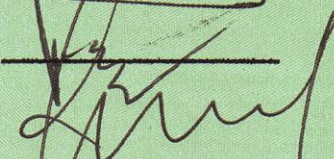
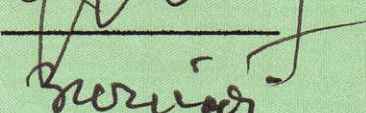
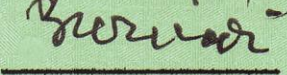
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2014

Tim Penguji :

	Nama
1. Ketua	: Drs. Edwarsyah, M.Kes
2. Sekretaris	: Dra. Pitnawati, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Nirwandi, M.Pd
4. Anggota	: Drs. Yulifri, M.Pd
5. Anggota	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd

Tanda Tangan

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Persembahkan

Persembahkan

“Allah menganugerahkan Al Hikmah (ilmu yang berguna)
kepada siapapun yang dikehendakinya.

Dan barang siapa yang dianugerahi al hikmah itu,
ia benar-benar telah dianugerahi karunia yang banyak.

Dan hanya orang-orang yang berakallah yang
dapat mengambil pelajaran.

(QS : Al-Baqarah : 269)

Allah akan meninggikan derajat orang-orang yang beriman di
antaramu dan orang-orang yang di beri ilmu pengetahuan
beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu
lakukan.

(QS : Al-'Mujadilah :11)

Terima kasih ya Allah

hari ini, telah ku raih sekeping cita-cita,

telah ku wujudkan harapan kedua orang tua yang tercinta
semoga semua yang telah aku lakukan ini tidaklah sia-sia aku
harapkan ridho dan restunya selalu abadi selama-lamanya.

Teruntuk bundaku tercinta (Aslianun)

Seorang ibu yang berhati mulia, seorang ibu yang
mengeluarkan tutur kata baik semata, seorang ibu yang tak
pernah berkeluh kesah seorang ibu yang selalu hadir di setiap
ku butuh belai darinya.

Seorang ibu yang selalu tegar menghadapi ujian hidup
seorang ibu yang senantiasa bersabar dalam setiap kesulitan
ibu betapa aku mencintaimu ibu,

Allah mengatakan bahwasanya Surganya di bawah telapak kakimu, ridomu adalah ridho Allah, dan murkamu adalah murka Allah juga. Ibu, takkan kuraih semua ini, takkan kugapai prestasi gemilang tanpa do'a dan ridhomu ibu,,,,, takan ku sia-siakan hidupmu dan apa yang telah engkau berikan padaku wahai ibu..... yakinkan hatimuibundaku tercinta.

Terima kasiku untukmu ayahku tercinta (Khairuddin)
Atas do'a, dorongan dan harapan yang selalu mengiringi langkahku tiada batas dan nasehat Mu membuat hari-hariku damai dan kuat

Setiap usaha dan do'a ayah, menjadi cambuk bagi ku
Agar bisa segera mewujudkan cita-citamu ...

Ayaah

Ibuuu.....

aku sadar selama ini aku selalu sering membantah perkataan mu,aku sering mengeluarkan suara yang keras kepadamu tapi ayah, ibu, tak pernah marah kepada ku, kalian selalu sabar dalam menghadapi sifat ku yang keras kepala nhe walaupun thu sakit tetapi kalian selalu sabar, sabar, and sabar.....

Ayaaah.....

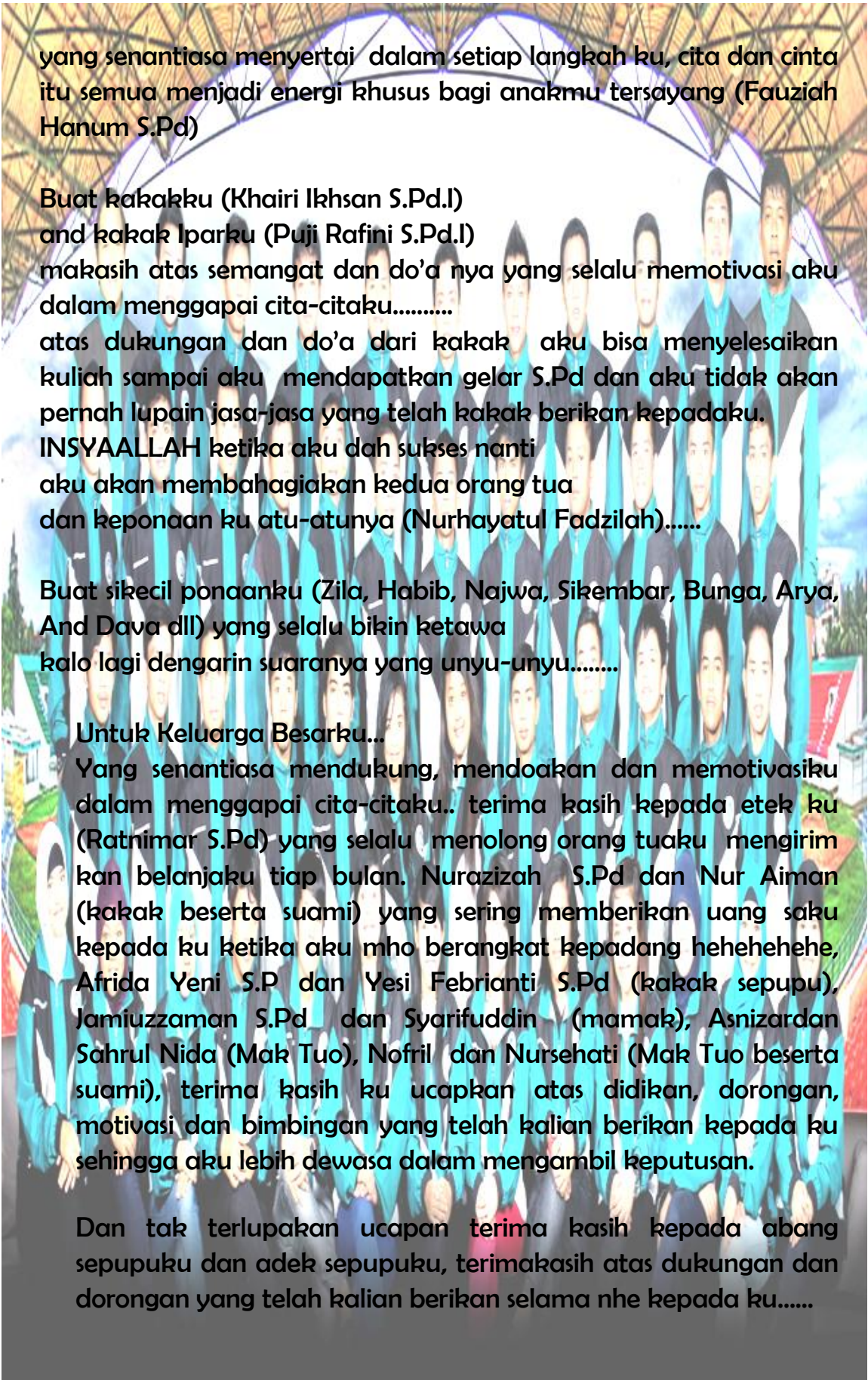
Ibuuuu.....

Panasnya terik matahari, hujan badai yang menghadapi, Kalian tak peduli,tak pernah putus asa,tak pernah berkeluh kesah, untuk menyekolahkan anakmu (Fauziah Hanum) sampai anakmu mendapatkan gelar S.Pd itu semua berkat kalian berdua.

Allah memerintahkan aku berbakti pada Ibu, Bapak dan tidak menjadikan sebagai orang yang sombong dan celaka
(QS , Maryam :31)

My Love Family...

Ibunda (Aslianun) dan ayahnda (Khairuddin) yang tersayang, profil wanita dan lelaki tegar yang kukagumi tetesan keringat perjuangan, pengorbanan serta kasih sayangmu serta doa-doa



yang senantiasa menyertai dalam setiap langkah ku, cita dan cinta itu semua menjadi energi khusus bagi anakmu tersayang (Fauziah Hanum S.Pd)

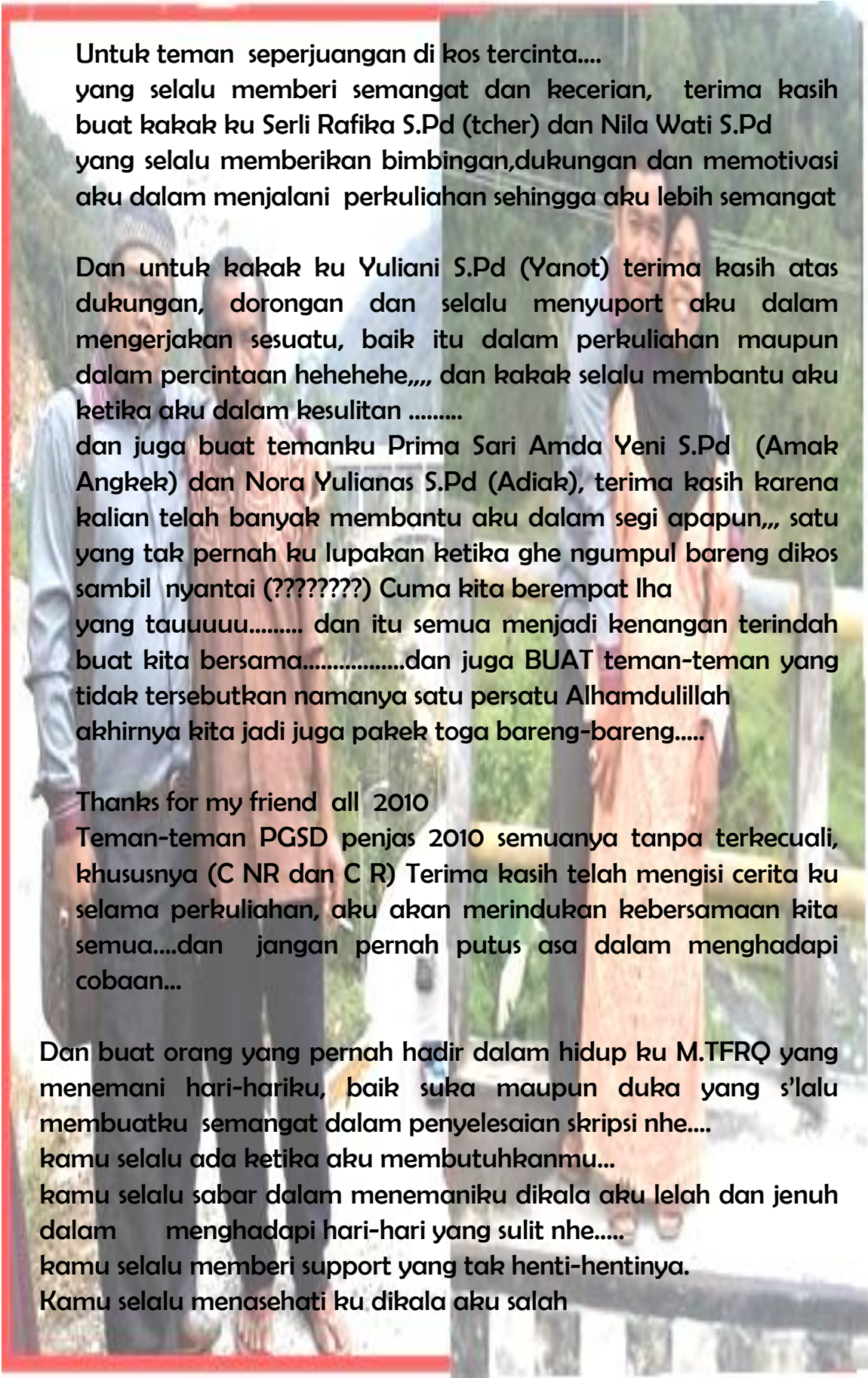
Buat kakakku (Khairi Ikhsan S.Pd.I)
and kakak Iparku (Puji Rafini S.Pd.I)
makasih atas semangat dan do'a nya yang selalu memotivasi aku dalam menggapai cita-citaku.....
atas dukungan dan do'a dari kakak aku bisa menyelesaikan kuliah sampai aku mendapatkan gelar S.Pd dan aku tidak akan pernah lupain jasa-jasa yang telah kakak berikan kepadaku.
INSYAALLAH ketika aku dah sukses nanti
aku akan membahagiakan kedua orang tua
dan keponaan ku atu-atunya (Nurhayatul Fadzilah).....

Buat sikecil ponaanku (Zila, Habib, Najwa, Sikembar, Bunga, Arya, And Dava dll) yang selalu bikin ketawa
kalo lagi dengar in suaranya yang unyu-unyu.....

Untuk Keluarga Besarku...

Yang senantiasa mendukung, mendoakan dan memotivasiku dalam menggapai cita-citaku.. terima kasih kepada etek ku (Ratnimar S.Pd) yang selalu menolong orang tuaku mengirim kan belanjaku tiap bulan. Nurazizah S.Pd dan Nur Aiman (kakak beserta suami) yang sering memberikan uang saku kepada ku ketika aku mho berangkat kepadang hehehehehe, Afrida Yeni S.P dan Yesi Febrianti S.Pd (kakak sepupu), Jamiuzzaman S.Pd dan Syarifuddin (mamak), Asnizardan Sahrul Nida (Mak Tuo), Nofril dan Nursehati (Mak Tuo beserta suami), terima kasih ku ucapkan atas didikan, dorongan, motivasi dan bimbingan yang telah kalian berikan kepada ku sehingga aku lebih dewasa dalam mengambil keputusan.

Dan tak terlupakan ucapan terima kasih kepada abang sepupuku dan adek sepupuku, terimakasih atas dukungan dan dorongan yang telah kalian berikan selama nhe kepada ku.....



Untuk teman seperjuangan di kos tercinta....

yang selalu memberi semangat dan keceriaan, terima kasih buat kakak ku Serli Rafika S.Pd (tcher) dan Nila Wati S.Pd yang selalu memberikan bimbingan, dukungan dan memotivasi aku dalam menjalani perkuliahan sehingga aku lebih semangat

Dan untuk kakak ku Yuliani S.Pd (Yanot) terima kasih atas dukungan, dorongan dan selalu menyupport aku dalam mengerjakan sesuatu, baik itu dalam perkuliahan maupun dalam percintaan hehehehe,,, dan kakak selalu membantu aku ketika aku dalam kesulitan

dan juga buat temanku Prima Sari Amda Yeni S.Pd (Amak Angkek) dan Nora Yulianas S.Pd (Adiak), terima kasih karena kalian telah banyak membantu aku dalam segi apapun,,, satu yang tak pernah ku lupakan ketika ghe ngumpul bareng dikos sambil nyantai (????????) Cuma kita berempat lha yang tauuuuu..... dan itu semua menjadi kenangan terindah buat kita bersama.....dan juga BUAT teman-teman yang tidak disebutkan namanya satu persatu Alhamdulillah akhirnya kita jadi juga pakek toga bareng-bareng.....

Thanks for my friend all 2010

Teman-teman PGSD penjas 2010 semuanya tanpa terkecuali, khususnya (C NR dan C R) Terima kasih telah mengisi cerita ku selama perkuliahan, aku akan merindukan kebersamaan kita semua....dan jangan pernah putus asa dalam menghadapi cobaan...

Dan buat orang yang pernah hadir dalam hidup ku M.TFRQ yang menemani hari-hariku, baik suka maupun duka yang s'lalu membuatku semangat dalam penyelesaian skripsi nhe....

kamu selalu ada ketika aku membutuhkanmu...

kamu selalu sabar dalam menemaniku dikala aku lelah dan jenuh dalam menghadapi hari-hari yang sulit nhe.....

kamu selalu memberi support yang tak henti-hentinya.

Kamu selalu menasehati ku dikala aku salah



Kamu selalu mengajarkan ku apa itu arti kesabaran, kesetian,
dan kasih sayang.....

Satu yang tak pernah aku lupakan kenangan yang telah kita
lalui bersama masa-masa yang telah kita jalani berdua
itu semua tak kan pernah hilang dari ingatan ku
sampai kapan pun.....
tho Cuma kita berdua dan ALLAH lha yang tau

Untuk teman2 seperjuangan ku (Mongoronyom)
Yang selalu memberikan semangat, keceriaan, dan ide2 yang
cemerlang
Terima kasih buat Rodiah Nur S.Gz (Adiak),
Guspa Yeni S.Pd (Monden), Siel S.Pd, Nisma Hayati (Ndut)
yang selalu memberikan canda, tawa ketika ghe ngumpul bareng
di kos,,, buat kalian semua cepat nyusul pakek toga nya
eeeeaaaaaaaa.....heheheheheheee.....

Kusadari.....

Keberhasilanku kali ini.....

Bukanlah akhir dari segalanya

Tapi.....

Awal menuju Cita dan Bahagia dalam hidup ini.....

Ya robbi.... begitu banyak tantangan yang telah ku hadapi
Hampir langkahku surut kembali,
namun dengan penuh ketabahan
Kutelusuri cobaan yang ada,
dengan penuh keyakinan kugapai cita
Alhamdulillah.....

Puji syukur kepada-Mu ya Allah atas segala limpahan rahmat
Karunia dan kasih sayang-Mu
Akhirnya Satu Keberhasilan Dapat Kuraih

Wassalam

Fauziah Hanum, S.Pd

ABSTRAK

Fauziah Hanum, 2014 : Pelaksanaan Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kecamatan Padang Utara Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini berawal dari kurang terlaksananya Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang yang berjumlah 178 orang siswa. Sampel diambil dengan teknik purposive *sampling*, yaitu siswa kelas IV dan V dengan jumlah 60 orang siswa. Alat pengumpul data adalah angket dengan skala Guttman. Data di analisis dengan statistik deskriptif persentase.

Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut: 1) Dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara telah melaksanakan senam kebugaran jasmani 2012 dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan total capaian responden yang menjawab “Ya” sebanyak 1123 jawaban atau sebesar 74,87% yang mana pertanyaannya menyangkut tentang minat siswa. Artinya bahwa 1123 jawaban menyatakan siswa melaksanakan senam kebugaran jasmani 2012 berdasarkan minat mereka sendiri tanpa ada paksaan dari kepala sekolah, guru, orang tua maupun pihak lain. Dan sisanya sebanyak 377 jawaban atau sebesar 25,13% yang menyatakan bahwa siswa melaksanakan senam kebugaran jasmani 2012 bukan karena minat mereka sendiri.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kecamatan Padang Utara Kota Padang”**. Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram, selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Drs. H. Arsil, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Yulifri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi ini.

4. Drs. Edwarsyah, M.Kes, selaku Pembimbing I dan Dra. Pitnawati, M.Pd, selaku Pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
5. Drs. Nirwandi, M.Pd, Drs. Yulifri, M.Pd, dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd, selaku Tim Penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Kepala Sekolah, Majelis Guru, Karyawan-karyawati dan Siswa-siswi SD Negeri 11 Lolong Kecamatan Padang Utara Kota Padang.
8. Ayahanda (Khairuddin) dan Ibunda (Aslianun) tercinta yang selalu memberikan dukungan baik moril maupun materil.
9. Buat teman-teman BP 2010 mahasiswa FIK-UNP.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, J u l i 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI	
PERSEMBAHAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	7
1. Pengertian Minat	7
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat	8
3. Minat Siswa Terhadap Senam SKJ 2012	14
4. Senam Kebugaran Jasmani 2012	18
5. Faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa dalam Mengikuti Senam Kebugaran Jasmani 2012	24

B. Kerangka Konseptual	34
C. Pertanyaan Penelitian	34

BAB METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian	35
C. Populasi dan Sampel	35
1. Populasi	35
2. Sampel	36
D. Defenisi Operasional	37
E. Jenis dan Sumber Data	37
1. Jenis Data	37
2. Sumber Data	37
F. Instrumen Penelitian	37
G. Teknik Analisa Data	38

BAB IV ANALISIS DATA DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	39
B. Pembahasan	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	48
B. Saran	48

DAFTAR PUSTAKA	50
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN	51
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian	36
2. Distribusi Frekuensi Minat Siswa	39
3. Deskripsi Minat Siswa	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	34
2. Histogram Minat Siswa	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Penelitian	51
2. Data Mentah	54
3. Pertanyaan dan Jawaban dari Minat Siswa	57
4. Distribusi Frekuensi Minat Siswa	60
5. Dokumentasi Penelitian	61
6. Surat-surat Izin Penelitian	64

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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 22 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 bertakwa 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 dalam pendidikan itu baik pemerintah, masyarakat, orangtua maupun guru.

Pada saat sekarang pemerintah telah mencanangkan dan telah merevisi kurikulum 2013 lebih baik dari pada sebelumnya kurikulum 2013 yaitu: kurikulum yang melakukan penyederhanaan, menambah jam pelajaran dan bertujuan untuk mendorong peserta didik atau siswa, mampu lebih baik dalam melakukan observasi, bertanya, bernalar, dan mengkomunikasikan (mempersentasikan), apa yang mereka peroleh atau mereka ketahui setelah

menerima materi pembelajaran dan diharapkan siswa kita memiliki kompetensi sikap, keterampilan, dan pengetahuan jauh lebih baik. Siswa akan lebih kreatif, inovatif, dan lebih produktif, sehingga nantinya siswa bisa sukses dalam menghadapi berbagai persoalan dan tantangan di zamannya, dan memasuki masa depan akan lebih baik dari sebelumnya.

Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang 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 jasmani. Pendidikan Jasmani merupakan bagian pendidikan keseluruhan yang harus dilaksanakan oleh para guru beserta siswanya sesuai dengan tuntutan kurikulum 2013 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, sportivitas 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) Akuatik (aktivitas air) 5) Pendidikan Luar Kelas (*Out door education*)”. Senam SKJ 2012 merupakan senam massal yang diwajibkan oleh pemerintah Indonesia. Senam ini biasanya diiringi oleh lagu berirama dari berbagai provinsi yang biasanya dilakukan oleh sekelompok peserta besar.

Senam SKJ 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 perorangan, kelompok, maupun menyeluruh.

Namun jika dilihat kenyataan di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang, sebagian besar siswa kurang berminat terhadap senam SKJ 2012. 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 dari pada melakukan 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 memungkinkan 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 diperhatikan oleh semua pihak yang terkait. Pada kesempatan ini penulis 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 SKJ 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang dapat berjalan dengan baik dan lancar.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin melakukan penelitian tentang kurangnya minat siswa terhadap kegiatan tersebut. Untuk itulah penulis mengangkat judul penelitian **“Pelaksanaan Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah 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 kebugaran jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang.

D. Perumusan Masalah

Bertitik tolak dari pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Sejauhmanakah minat siswa dalam mengikuti Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang?.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana minat siswa dalam mengikuti senam SKJ 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang.

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 pemilik olahraga tentang peningkatan minat siswa terhadap kegiatan senam SKJ 2012.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memaparkan dan menjelaskan tentang pelaksanaan senam kebugaran jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang telah melaksanakan senam kebugaran jasmani 2012 dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan total capaian responden yang menjawab “Ya” sebanyak 1123 jawaban atau sebesar 74,87% yang mana pertanyaannya menyangkut tentang minat siswa. Artinya bahwa 1123 jawaban menyatakan siswa melaksanakan senam kebugaran jasmani 2012 berdasarkan minat mereka sendiri tanpa ada paksaan dari kepala sekolah, guru, orang tua maupun pihak lain. Dan sisanya sebanyak 377 jawaban atau sebesar 25,13% yang menyatakan bahwa siswa melaksanakan Senam Kebugaran Jasmani 2012 bukan karena minat mereka sendiri.

B. Saran

Hasil penelitian tentang pelaksanaan Senam Kebugaran Jasmani 2012 di Sekolah Dasar Negeri 11 Lolong Kec. Padang Utara Kota Padang, maka penulis mencoba memberikan saran kepada pihak sekolah untuk dapat meningkatkan :

1. Perhatian yang lebih serius lagi terhadap siswa yang belum melaksanakan Senam Kebugaran Jasmani 2012, seperti mengadakan perlombaan antar kelas sehingga dengan demikian siswa yang melaksanakan gerakan senam dengan tidak baik akan termotivasi untuk melakukan dengan benar.
2. Bagi siswa yang telah melakukan Senam Kebugaran Jasmani 2012 dengan baik hendaklah pihak sekolah memberikan *reward* berupa sertifikat dan bentuk penghargaan lainnya agar siswa terus termotivasi untuk menjaga dan mempertahankan serta meningkatkan gerakannya ke arah yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 1993. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta. Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz, Syamsir. (1999). *Senam SKJ 2012*. FIK UNP: Dip. Proyek Universitas Negeri Padang.
- Depdikbud.(1984). *Pengembangan Kurikulum Metode 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.
- Ridwan.2003. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung: Alfa Beta.
- Singgih, Gunarsa, dkk. 1989. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.SK Mendikbud Nomor 060/U/1993.
- Sudjana. (1992). *Metode Statistik*. Bandung. Tarsito.
- Sudjiono, Anas. (1991). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Suharno. (1995). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia No 22 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Whitherington, Hc. (1991). *Psikologi Pendidikan*. Rineka Cipta