

**STUDI MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI SENAM KESEGARAN
JASMANI DI SDN SUNJU KECAMATAN MARAWOLA
KABUPATEN SIGI**

Renaldi

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi FKIP Universitas Tadulako Kampus
Bumi Tadulako Tondo Telp. 429743 Pst. 246-247-248-249-250
Palu Sulawesi Tengah

ABSTRAK

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju kecamatan marawola Kabupaten Sigi? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa yang menyebabkan minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi.

Dalam penelitian ini Metode yang digunakan adalah metode observasi dengan jenis penelitian Deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan senam kesegaran jasmani yang berjumlah 70 orang dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang yang dilakukan secara total sampling yaitu mengikutsertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel.

Ada beberapa masalah yang ditemukan peneliti yang mempengaruhi minat siswa SDN Sunju dalam mengikuti senam kesegaran jasmani dan masalah tersebut dikategorikan sebagai berikut, yaitu pengaruh dari keinginan diri sendiri melakukan senam kesegaran jasmani dengan presentase 50%, dorongan dan dukungan dari guru olahraga dengan presentase 55%, serta keinginan melakukan senam kesegaran jasmani karena teman dengan presentase 20%, serta berkeinginan mengikuti lomba senam kesegaran jasmani di luar sekolah dengan presentase 60%.

Kata kunci : Studi, Minat, Senam Kesegaran Jasmani

PENDAHULUAN

Dalam rangka pembangunan bangsa dan pembentukan manusia seutuhnya, maka olahraga mempunyai peranan yang sangat penting dalam mencapai usaha tersebut. Pembangunan yang kita laksanakan bertujuan untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang maju, sejahtera lahir dan batin, termasuk sehat jasmani dan rohani. Manusia yang sehat merupakan sumber daya yang dibutuhkan dalam pembangunan. Oleh karena itu, Pemerintah Indonesia melalui ketetapan MPR-RI nomor II tahun 1983 dalam GBHN (Garis-garis Besar Haluan Negara) mengenai olahraga menetapkan olahraga perlu makin ditingkatkan dan dimasyarakatkan sebagai cara pembinaan jasmani dan rohani bagi setiap anggota masyarakat. Kemudian didukung pula oleh anjuran pemerintah dalam gerakan panji olahraga Nasional Tahun 1984 yaitu Memasyarakatkan olahraga dan Mengolahragakan Masyarakat. Maksud kalimat tersebut adalah memperkenalkan olahraga kepada masyarakat dengan cara mensosialisasikannya, bahwa olahraga itu sangat penting dan bermanfaat bagi kesehatan, Kemudian mengajak masyarakat untuk melaksanakan senam kesegaran jasmani.

Untuk merealisasi gerakan panji olahraga Nasional itu, departemen pendidikan dan kebudayaan, bekerjasama dengan kantor menteri pemuda dan Olahraga telah menyusun suatu bentuk olahraga kesehatan untuk masyarakat yaitu dimulai dari senam pagi Indonesia (SPI) seri A, B, C dan D. Senam Kesegaran Jasmani (SKJ) 1984, 1988, sampai SKJ 1992. Senam kesegaran jasmani diperkenalkan pada awal 1984 berdasarkan surat pemerintah Menpora untuk diajarkan keseluruh lapisan masyarakat.

Latihan senam kesegaran jasmani apabila dilakukan secara teratur dan sistematis serta dengan memperhatikan prinsip-prinsip latihan, hasilnya akan berpengaruh bagi kesehatan dan kesegaran jasmani. Direktorat keolahragaan departemen pendidikan dan kebudayaan (1985 : 18) menyatakan manfaat SKJ yaitu apabila gerakan senam kesegaran jasmani ini secara keseluruhan dan dengan dosis atau takaran tertentu, sudah dapat dipastikan bahwa kesehatan dan kesegaran jasmani pelakunya akan lebih meningkat, sehingga pembangunan bangsa yang kita dambakan akan lebih terjamin.

Senam kesegaran jasmani atau disingkat dengan SKJ yaitu senam masal yang diwajibkan oleh pemerintah Indonesia. Senam ini biasanya diiringi oleh lagu berirama dari berbagai propinsi yang diaransemen ulang dan biasanya yang dilakukan oleh sekelompok peserta besar. SKJ biasanya dilakukan ditempat-tempat umum di Indonesia di hari tertentu dalam satu minggu, yaitu hari jumat pagi. Senam ini beserta musik yang mengiringinya menjadi sangat populer pada tahun 80-an dan 90-an saat massa pemerintah Orde Baru.

Pada saat ini kita dapat melihat di sekolah-sekolah yang ada di daerah kita khususnya di Sulawesi tengah, baik sekolah dikota maupun didesa, pada setiap hari jumat pagi murid-murid di sekolah tersebut melakukan aktivitas yaitu senam SKJ, tetapi kita ketahui bersama bahwa ada beberapa sebagian siswa kurang atau jarang mengikuti senam kesegaran jasmani disekolah.

Seperti di SDN Sunju, setelah peneliti melakukan observasi ada beberapa sebagian siswa kurang atau jarang melakukan senam kesegaran jasmani yang dilakukan setiap jumat paginya. Ini dikarenakan sebagian siswa masih kurang atau belum memahami manfaat dan tujuan melakukan senam kesegaran jasmani. Oleh sebab itu, maka peneliti tertarik dan bermaksud untuk melakukan penelitian tentang Studi minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi.

Berdasarkan latar fenomena yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi?. Adapun tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi.

METODE PENELITIAN

Pendekatan ini menggunakan pendekatan kualitatif, pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang dilakukan dalam situasi yang wajar (*natural setting*) dan data yang dikumpulkan bersifat kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berusaha menjelaskan secara mendalam tentang semua apa yang penelitian analisis adalah pendekatan yang berusaha memahami gagasan, cara dan sikap pengarang dalam menampilkan gagasannya serta keterkaitan setiap elemen intrinsik sehingga mampu membangun adanya keselarasan dan kesatuan bentuk dan maknanya (Suhendar dan Supiah, 1993 : 40).

Selain itu, instrument adalah si peneliti sendiri. Peneliti merupakan *key instrument*, yakni peneliti harus terjun sendiri kelapangan secara aktif (Usman, 2004: 81) dan dipertegas lagi oleh Nasution dalam (Sugiyono, 2010 : 223) dalam penelitian kualitatif tidak ada pilihan lain dari pada menjadikan manusia sebagai instrument penelitian utama. Alasannya, segala sesuatu belum mempunyai bentuk yang pasti. Masalah, fokus penelitian, hipotesis yang digunakan, bahkan hasil yang diharapkan, itu semua tidak dapat ditentukan secara pasti dan jelas sebelumnya. Dalam keadaan yang serba tidak pasti dan jelas itu, tidak ada pilihan lain dan hanya peneliti itu sendiri sebagai alat satu-satunya yang dapat mencapainya.

Rancangan Penelitian

1. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah Penelitian Observasi yaitu peningkatan siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi. Dengan jumlah populasi sebanyak 70 orang dengan sampel sebanyak 30 orang dengan tehnik total sampling yakni mengikut sertakan semua individu atau anggota populasi menjadi sampel.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan metode angket atau kuesioner.

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan memberi seperangkat pernyataan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan tehnik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tau dengan pasti variabel yang akan diukur dan tau apa yang bisa diharapkan dari responden (sugiono, 2010:199).

Metode angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui (Arikunto, 1998:128). Metode angket dalam penelitian ini adalah metode angket langsung tertutup yaitu responden menjawab semua pertanyaan yang telah disediakan dilembar soal dengan menggunakan pilihan ganda dengan jumlah angket 25 nomor. Dalam penelitian ini langkah-langkah yang dilakukan peneliti sebagai berikut:

1. Tahap persiapan
 - a. Mencari Literature
 - b. Menyusun instrumen yang digunakan dalam penelitian
 - c. Menyusun proposal penelitian
2. Tahap pelaksanaan
 - a. Menentukan lokasi, populasi dan sampel penelitian
 - b. Menyebarkan angket
3. Tahap akhir

Kegiatan yang dilakukan pada tahap akhir ini adalah pengumpulan data, pengolahan data, dan analisis data.

Observasi adalah suatu tehnik untuk mengamati secara langsung maupun tidak langsung gejala-gejala yang sedang berlangsung baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah (Djumhur, 1985: 51).

Nasution (Sugiyono, 2010: 403) menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Observasi merupakan suatu penelitian yang secara sistematis menggunakan kemampuan indera manusia. Pengamatan dilakukan pada saat terjadi kegiatan senam kesegaran jasmani.

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2010 : 422). Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*) cerita, biografi, peraturan kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain.

Pengertian dokumentasi dalam kamus besar bahasa Indonesia didefinisikan sebagai suatu tertulis, tercetak yang dipakai sebagai bukti atau keterangan.

Analisis Data

Mengacu pada jenis penelitian maka data yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan pendekatan deskriptif- kualitatif, dimana memberikan gambaran tentang minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani, setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya menganalisis data sehingga dapat menarik kesimpulan melalui perhitungan sebagai berikut.

Menurut Arikunto (1998 : 245-246) Bahwa tehnik perhitungan dalam angket menggunakan presentase yang kemudian ditafsirkan kedalam bentuk kalimat yang menggambarkan kuantitas dari data tersebut. Hal ini dapat menggambarkan studi minat siswa dalam mengikuti senam kesegaran jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi.

Tehnik analisis data mencari besarnya frekuensi relative dengan menggunakan rumus berikut:

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

Keterangan :

N = Jumlah frekuensi/jumlah anak didik

F = Frekuensi jawaban anak didik

P = Angka presentase

Pendekatan ini menggunakan pendekatan kualitatif, pendekatan kualitatif merupakan pendekatan yang dilakukan dalam situasi yang wajar (*natural setting*) dan data yang dikumpulkan bersifat kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berusaha menjelaskan secara mendalam tentang semua apa yang penelitian analisis adalah pendekatan yang berusaha memahami gagasan, cara dan sikap pengarang dalam menampilkan gagasannya serta keterkaitan setiap elemen intrinsik sehingga mampu membangun adanya keselarasan dan kesatuan bentuk dan maknanya (Suhendar dan Supiah, 1993 : 40).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mendeskripsikan atau memberikan gambaran tentang minat siswa dalam mengikuti Senam Kesegaran Jasmani di SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi. Berdasarkan analisis data yang dilakukan oleh peneliti yang menggunakan angket atau kuesioner sebagai berikut :

1. Deskripsi minat siswa dalam mengikuti Senam Kesegaran Jasmani setiap jumat pagi serta penjelasan tentang manfaat senam kesegaran jasmani.

Dari hasil penelitian tersebut siswa sangat senang mengikuti kegiatan senam kesegaran jasmani setiap jum'at pagi. dari 30 responden dengan 25 butir soal diberikan, yang senang mengikuti Senam Kesegaran Jasmani setiap jum'at pagi. Dari data tersebut 20 orang siswa atau 80% setuju, 10 orang atau 20% sangat setuju melakukan senam kesegaran jasmani setiap jumat paginya. Sedangkan siswa yang tidak setuju dan kurang setuju tdak ada atau 0%. Untuk mengikuti senam kesegaran jasmani tiap jum'at paginya. Pada dasarnya siswa senang dengan hal-hal yang menarik dan ingin melakukannya. Begitu pula dengan penjelasan guru olahraga tentang manfaat senam kesegaran jasmani dari hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 20 orang atau 80 %, siswa yang menjawab sangat setuju 10 orang atau 20%, sedangkan yang

menjawab tidak setuju dan kurang setuju tidak ada atau 0%, yang tidak senang bila guru olahraga menjelaskan manfaat senam kesegaran jasmani.

2. Deskripsi minat siswa tentang guru olahraga menjadi instruktur senam kesegaran jasmani dan rajin mengikuti kegiatan senam kesegaran jasmani.

Hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 12 orang atau 16 %, siswa yang menjawab sangat setuju 15 orang atau 60 % senang kalau guru olahraga menjadi instruktur senam, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju tidak ada atau 0 %, siswa yang menjawab kurang setuju 2 orang atau 26 % yang tidak senang bahwa guru olahraganya menjadi instruktur senam kesegaran jasmani. Dari hasil data tersebut siswa senang bila selalu dibimbing dalam proses belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 12 orang atau 35 %, 18 orang atau 65 % siswa yang menjawab sangat setuju bila guru olahraga rajin dan aktif mengikuti senam kesegaran jasmani. Sedangkan yang menjawab tidak setuju dan kurang setuju tidak ada yang memilih atau 0%. Dari hasil tersebut sudah jelas bahwa siswa yang senang bila guru olahraganya menjadi instruktur senam lebih banyak dari pada siswa yang tidak setuju atau kurang setuju bila guru olahraganya menjadi instruktur senam tersebut.

3. Deskripsi tentang apakah siswa senang bila selain guru olahraga, guru-guru yang lain ikut serta dalam melakukan kegiatan senam kesegaran jasmani.

Hasil penelitian menunjukkan dimana siswa yang menjawab setuju 14 orang atau 35 %, siswa yang menjawab sangat setuju 15 orang atau 60 %, bila guru-guru lain selain guru olahraga ikut dalam kegiatan senam kesegaran jasmani. Sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 5 %, dan siswa menjawab kurang setuju tidak ada atau 0%. Jadi bisa kita deskripsikan bahwa siswa senang bila selain guru olahraga, guru-guru lain ikut dalam kegiatan senam kesegaran jasmani.

4. Deskripsi tentang bila guru olahraga mengulangi senam 2 sampai 3 kali dan bila ada teman siswa lainnya tidak mengikuti senam kesegaran jasmani.

Seperti pada umumnya di sekolah dalam kegiatan senam kesegaran jasmani, senam diulang lebih dari 1 kali dan ada siswa yang senang dan tidak

senang dalam kegiatan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 11 orang atau 22%, siswa yang menjawab sangat setuju 15 orang atau 60 % yang senang bila guru olahraga mengulangi senam 2 sampai 3 kali, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 2 orang atau 9 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 2 orang atau 9 % yang tidak senang dengan kegiatan tersebut, kemudian selanjutnya pada tabel 7 kita bisa lihat bahwa yang senang bila teman siswa lainnya tidak melakukan senam kesegaran jasmani, siswa yang menjawab setuju 11 orang atau 8 %, siswa yang menjawab sangat setuju 2 orang atau 4 %, sedangkan yang tidak senang bila temannya tidak mengikuti senam yakni siswa yang menjawab tidak setuju berjumlah 20 orang atau 80 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 11 orang atau 8 %.

5. Deskripsi tentang siswa senang melakukan senam kesegaran jasmani di luar sekolah dan bila guru olahraga tidak dapat mempraktikkan gerakan senam kesegaran jasmani.

Dalam lingkungan sekolah siswa dituntut harus bisa melakukan kegiatan senam kesegaran jasmani. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 12 orang atau 45 %, siswa yang menjawab sangat setuju 8 orang atau 25 %, yang senang melakukan kegiatan senam kesegaran jasmani di luar sekolah, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 5 orang atau 15 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 5 orang atau 15 % tidak senang melakukan kegiatan tersebut di luar sekolah.

Hasil penelitian menunjukkan siswa yang senang bila guru olahraganya tidak bisa mempraktikkan kegiatan senam kesegaran jasmani siswa yang menjawab setuju 2 orang atau 8 %, siswa yang menjawab sangat setuju 6 orang atau 24%, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 18 orang atau 52% dan siswa yang menjawab kurang setuju 4 orang atau 16% yang tidak senang bila guru olahraganya tidak bisa mempraktikkan senam kesegaran jasmani.

6. Deskripsi siswa senang melakukan olahraga lain, selain olahraga senam kesegaran jasmani.

Pada umumnya anak-anak senang melakukan berbagai olahraga yang ia sukai. Hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 6 orang atau

12 %, siswa yang menjawab sangat setuju 10 orang atau 50 % yang senang melakukan senam kesegaran jasmani selain olahraga lain, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 8 orang atau 26 % dan siswa yang menjawab kurang setuju 6 orang atau 12 % yang tidak senang dengan mengikuti olahraga lain selain olahraga tersebut.

7. Deskripsi tentang siswa senang melakukan senam kesegaran jasmani karena guru olahraga dan melakukan senam kesegaran jasmani di sekolah serta senang bila guru olahraganya berhalangan hadir di sekolah.

Pada umumnya anak-anak senang melakukan sesuatu kegiatan atau aktifitas karena lingkungan dan orang-orang yang ia senangi, hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 9 orang atau 26 %, siswa yang menjawab sangat setuju 13 orang atau 34 % senang melakukan senam kesegaran jasmani karena guru olahraga, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 4 orang atau 20 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 4 orang atau 20 % yang tidak senang melakukan senam kesegaran jasmani karena guru olahraganya. Hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 3 orang atau 23 %, siswa yang menjawab sangat setuju 1 orang atau 10 % yang tidak senang melakukan senam di sekolah, sedangkan siswa yang senang melakukan senam di sekolah, siswa yang menjawab tidak setuju 23 orang atau 44 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 3 orang atau 23 %.

Seperti yang kita lihat bahwa siswa yang menjawab setuju 1 orang atau 6 %, siswa yang menjawab sangat setuju 2 orang atau 15 % yang senang bila guru olahraganya berhalangan hadir ke sekolah, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 21 orang atau 44 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 6 orang atau 30 % yang tidak senang bila guru olahraganya tidak hadir di sekolah.

8. Deskripsi siswa senang bila guru olahraganya memperhatikan gerakan senamnya dan siswa bertanya tentang manfaat melakukan senam kesegaran jasmani serta melakukan senam kesegaran jasmani karena teman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 12 orang atau 40 %, siswa yang menjawab sangat setuju 17 orang atau 47 %

senang bila guru olahraganya memperhatikan gerakan senamnya, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 14 % dan siswa yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0 %. Siswa yang menjawab setuju 16 orang atau 36 %, siswa yang menjawab sangat setuju 16 orang atau 32 % yang senang bertanya tentang manfaat senam, dan siswa yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 5 %, siswa yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0%. Kemudian pada tabel 16. Siswa yang menjawab setuju 3 orang atau 9 %, dan siswa yang menjawab sangat setuju 13 orang atau 41 % yang senang melakukan senam kesegaran jasmani karena temannya, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 10 orang atau 30 % dan siswa yang menjawab kurang setuju 4 orang atau 20 % yang tidak senang melakukan senam karena teman.

9. Deskripsi tentang guru olahraga selalu memberikan latihan senam kesegaran jasmani untuk persiapan lomba dan memberikan penjelasan tentang manfaat senam bagi tubuh serta bila pada saat melakukan senam siswa yang salah gerakannya, guru olahraga membenarkan gerakan senam yang salah tersebut.

Pada umumnya, sebuah kegiatan yang dilakukan harus disertai dengan latihan yang rutin sehingga menghasilkan hasil yang di inginkan serta mengetahui tujuan dan manfaatnya. Bahwa siswa yang menjawab setuju 15 atau 50 %, siswa yang menjawab sangat setuju 14 orang atau 45 % bahwa guru olahraga memberikan latihan untuk persiapan lomba, sedangkan yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 5 % bahwa guru olahraganya tidak memberikan latihan senam, dan yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0 %. Hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 20 orang atau 60 %, siswa yang menjawab sangat setuju 10 orang atau 30%, bahwa guru olahraga memberikan penjelasan manfaat senam bagi tubuh, sedangkan yang menjawab tidak setuju dan kurang setuju tidak ada atau 0%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 20 orang atau 65 %, siswa yang menjawab sangat setuju 9 orang atau 25 % bahwa bila gerakan senam siswa salah guru olahraga membenarkan gerakan senam tersebut, sedangkan

yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 10 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0%.

10. Deskripsi tentang guru olahraga menerapkan bahwa senam kesegaran jasmani dilakukan pukul 12 siang dan pada saat melakukan senam tersebut ada siswa atau murid yang jatuh pingsan serta adakah siswa yang tidak suka melakukan senam kesegaran jasmani.

Seperti yang telah kita ketahui bersama, bahwa disetiap sekolah-sekolah pada umumnya, dalam kegiatan senam kesegaran jasmani dilakukan setiap jumat paginya dan dilaksanakan pada pagi hari. Siswa yang menjawab setuju 2 orang atau 10 %, siswa yang menjawab sangat setuju 3 orang atau 20 %, bahwa guru olahraga menganjurkan senam pada pukul 12 siang, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 22 orang atau 50 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 3 orang atau 20 %, menyatakan bahwa guru olahraga tidak menerapkan senam kesegaran jasmani dilakukan pada pukul 12 siang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 5 orang atau 15 %, siswa yang menjawab sangat setuju 5 orang atau 15 % menyatakan bahwa pada saat melakukan senam ada siswa yang jatuh pingsan, dan siswa yang menjawab tidak setuju 15 orang atau 55 %, siswa yang menjawab kurang setuju 5 orang atau 15 % yang menyatakan bahwa siswa pada saat melakukan senam tidak ada yang mengalami hal tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menjawab setuju 7 orang atau 25 %, siswa yang menjawab sangat setuju 1 orang atau 10 % bahwa tidak suka melakukan senam kesegaran jasmani, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 15 orang atau 40 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 7 orang atau 25 % yang suka melakukan senam kesegaran jasmani tersebut.

11. Deskripsi tentang pada saat sebelum melakukan senam guru olah raga memberikan arahan terlebih dahulu sebelum melakukan senam kesegaran jasmani dan guru olahraga selalu datang cepat ke sekolah untuk mengatur siswa dalam melakukan senam kesegaran jasmani.

Pada dasarnya anak-anak selalu menuruti apa yang gurunya katakan dan selalu mendengarkannya. Siswa yang menjawab setuju 20 orang atau 50 %,

siswa yang menjawab sangat setuju 6 orang atau 30 % menyatakan bahwa guru olahraga selalu memberikan arahan sebelum melakukan senam kesegaran jasmani, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 4 orang atau 20 %, siswa yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0 % yang menyatakan bahwa guru olahraga tidak memberikan arahan sebelum melakukan senam tersebut. Siswa yang menjawab setuju 17 orang atau 51 %, siswa yang menjawab sangat setuju 9 orang atau 28 % menyatakan bahwa guru olahraga selalu datang cepat ke sekolah dalam mengatur siswa sebelum melakukan senam, sedangkan yang menjawab tidak setuju 3 orang atau 16 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju 1 orang atau 5 % yang menyatakan bahwa guru olahraga tidak selalu datang cepat ke sekolah dalam hal tersebut.

12. Deskripsi siswa senang dan bersungguh-sungguh melakukan senam kesegaran jasmani.

Hasil penelitian menunjukkan siswa yang menjawab setuju 12 orang atau 35 %, siswa yang menjawab sangat setuju 17 orang atau 55 %, senang dan bersungguh-sungguh mengikuti kegiatan senam kesegaran jasmani, sedangkan siswa yang menjawab tidak setuju 1 orang atau 10 %, dan siswa yang menjawab kurang setuju tidak ada atau 0 %, yang tidak senang dan bersungguh-sungguh melakukan senam kesegaran jasmani.

PENUTUP

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, maka simpulan dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Minat siswa SDN Sunju Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi dalam melakukan senam kesegaran jasmani dari faktor kemauan diri sendiri sekitar 65 % sangat berminat melakukan senam tersebut, dan dari faktor melakukan senam kesegaran jasmani karena orang lain sekitar 35 %.
2. Siswa SDN Sunju sangat senang bila melakukan senam kesegaran jasmani dibimbing dan di arahkan oleh guru olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rahman Abror. 1998. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : Tiara Wacana
- Ari Kunto. Suharsimi. 1993. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Bina Aksara
- Dewa Ketut Sukardi. 1994. *Pekembangan Minat*. Jakarta : Bumi Aksara
- Djamarah. 2000. *Guru Dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif*. Jakarta : Rineka Cipta
- Effendi. 1985. *Pengantar Psikologi*. Bandung : Pn. Transip
- Elizabeth B. Hurlock. 1993. *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta : Erlangga
- Erminawati. 2009. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta : Rikardo
- GBHN. TAP-TAP MPR No. 11/MPR/1993. *Pidato Pertanggung Jawaban Presiden/Mandataris*. Jakarta : Dirjen Dikti
- B, Usman, dkk. 2005. *Pedoman Menyusun dan Penilaian Karya Ilmiah*. Palu : FKIP Untad
- Hendra Agusta. 2009. *Pola Gerak Dalam Senam*. Jakarta : Penerbit CV. Ipa Abong
- Nasir, M. 1988. *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia
- Slameto. 1995. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sugiono. 2010. *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung : Alfabeta
- Suharsmini Arikunto. 1996. *Prosedur Penelitian Survei Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sukardi. 1987. *Bimbingan Belajar di Sekolah-sekolah*. Jakarta : Ghalia Indonesia
- _____. 1993. *Analisis Inventori Minat dan Kepribadian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Wayan Nurkencana dan Sumartana. 1982. *Evaluasi Pendidikan*. Surabaya : Usaha Nasional