

**MODEL PENGEMBANGAN AKTIVITAS RITMIK SENAM KREASI  
HAPPY RANDOM PADA SISWA KELAS IV DI SD NEGERI  
KALIBANTENG KIDUL KOTA SEMARANG**

Muhammad Firman Hakim  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia  
Sekaran, Gunungpati, Kota Semarang, Jawa Tengah 50229  
Email: [firmanhakim73@gmail.com](mailto:firmanhakim73@gmail.com)

**Abstract**

The goal that wants to be achieved by the writer through this research is to produce a development model of happy random creation gymnastics activities at SD Negeri Kalibanteng Kidul. The method used in this research is the development from Borg & Gall. The data collection was carried out through the use of questionnaire from a physical education expert and five learning experts, as well as questionnaire data collection and observations obtained from trial I (42 students) and trial II (149 students). The data analysis technique used is descriptive percentage to reveal students' cognitive, affective, and psychomotor aspects after the product trial. The result of this research is a development product in the form of gymnastics namely Happy Random which can be used as an alternative for rhythmic learning activity. Based on the questionnaire result of Trial I, cognitive aspect obtained 75%, while the observation result of first trial obtained 78% for the affective aspect and 77% for the psychomotor aspect. Therefore, the average percentage of trial I is 77%. The questionnaire result of trial II showed that cognitive aspect obtained 90.3%, while the observation result of second trial obtained 87.2% for the affective aspect and 87.0% for the psychomotor aspect. Therefore, the average percentage of trial II is 88.2%. From the result of this research, it can be concluded that Happy Random Creation Gymnastics model can be applied to physical and sport education learning, especially in teaching rhythmic learning activity at SD Negeri Kalibanteng Kidul.

**Keywords:** *development, Happy Random creation gymnastics, learning, rhythmic activities.*

**MODEL PENGEMBANGAN AKTIVITAS RITMIK SENAM KREASI  
HAPPY RANDOM PADA SISWA KELAS IV DI SD NEGERI  
KALIBANTENG KIDUL KOTA SEMARANG**

**Abstrak**

Penelitian ini memiliki tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti yaitu untuk menghasilkan model pengembangan senam kreasi *Happy Random* di SD Negeri Kalibanteng Kidul. Metode penelitian ini adalah pengembangan dari Borg & Gall. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner yang diperoleh dari satu ahli penjas dan lima ahli pembelajaran, serta perolehan data kuisioner dan pengamatan yang didapat dari uji coba I (42 siswa) dan uji coba II (149 siswa). Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase untuk mengungkap aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik siswa setelah uji coba produk. Hasil penelitian produk pengembangan berupa senam dengan nama kreasi *Happy Random* yang dapat digunakan sebagai alternatif pembelajaran aktivitas ritmik. Berdasarkan hasil kuisioner uji coba I diperoleh 75% untuk aspek kognitif, sedang dari hasil pengamatan uji coba I diperoleh 78% untuk aspek afektif dan 77% untuk aspek psikomotorik. Sehingga diperoleh rata-rata prosentase uji coba I yaitu 77%. Hasil kuisioner uji coba II diperoleh 90,3% untuk aspek kognitif, sedang dari hasil pengamatan uji coba II diperoleh 87,2% untuk aspek afektif dan 87,0% untuk aspek psikomotorik. Sehingga diperoleh rata-rata prosentase uji coba II yaitu 88,2%. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa model senam kreasi *Happy Random* dapat diterapkan pada pembelajaran PJOK, khususnya pada pembelajaran aktivitas ritmik di SD Negeri Kalibanteng Kidul.

**Kata Kunci:** *pengembangan, senam kreasi Happy Random, pembelajaran, aktivitas ritmik.*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan hal yang sangat dekat dengan manusia kapan dan dimana saja berada. Olahraga tidak dapat dipisahkan dari kegiatan rutin yang dilakukan oleh manusia karena olahraga bisa dijadikan indikator untuk menjaga, meningkatkan atau mengukur kebugaran jasmani seseorang. Pemerintah telah menimbang dalam Undang-Undang Republik Indonesia nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada poin ketiga bahwa mencerdaskan kehidupan bangsa melalui instrumen pembangunan nasional di bidang keolahragaan merupakan upaya meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia secara jasmaniah, rohaniah, dan sosial dalam mewujudkan masyarakat yang maju, adil, makmur, sejahtera, dan demokratis berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Tahun 1945.

Ini menunjukkan bahwa pemerintah memiliki tugas untuk menjamin, mendukung dan memfasiliasi setiap kegiatan yang berkaitan dalam bidang olahraga. Khususnya sebagai upaya membantu meningkatkan kualitas hidup masyarakat dengan menyediakan ruang dan kesempatan bagi seluruh masyarakat Indonesia untuk beraktivitas olahraga berdasarkan Pancasila dan Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Tahun 1945.

Aktivitas ritmik merupakan rangkaian gerak manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo atau semata-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti iringan musik atau ketukan di luar musik. Kesesuaian antara gerakan tubuh dengan irama sangat diutamakan dalam aktivitas ritmik (F. Suharjana, 2010).

Aktivitas ritmik dahulu sebelum muncul di dunia pendidikan sering disebutkan dengan istilah senam irama, yaitu gerak-gerak senam, seperti yang dikemukakan oleh Toho Cholik dan Rusli Lutan (1997: 58), bahwa senam irama merupakan sebuah corak senam yang menekankan irama dalam pelaksanaan gerakannya. Senam irama sangat erat hubungannya dengan bidang seni yaitu seni musik dan seni tari, seperti dikemukakan oleh Aip Syarifuddin dan Muhadi (1992:118), bahwa perkembangan senam irama itu mulai timbul bersamaan dengan adanya perubahan di dalam bidang seni panggung, seni musik, dan seni tari. Pengertian aktivitas ritmik lebih luas, yaitu mencakup semua rangkaian gerakan manusia yang dilakukan dalam ikatan pola irama, disesuaikan dengan perubahan tempo atau semata-mata gerak ekspresi tubuh mengikuti irama musik atau ketukan diluar musik (Agus Mahendra, 2008). Aktivitas ritmik memiliki karakteristik sebagai gerak kreatif yang lebih

dekat ke wilayah seni, sehingga pembahasan aktivitas ritmik disandarkan pada teori tari atau dansa. Menurut Sayuti Syahara (2004) bahwa aktivitas ritmik termasuk menari dalam pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembentukan dasar gerak anak. Anak akan selalu tertantang bagaimana mereka mengekspresikan diri melalui gerakan. Proses pembelajaran akan berjalan dengan baik selama guru mampu memberikan kegiatan ini secara tepat, maksudnya memberikan kebebasan kepada anak untuk dapat mengekspresikan pikiran dan perasaan melalui gerak, sehingga dapat memberikan kepuasan bagi anak. (F. Suharjana. 2010).

Jadi dari teori aktivitas ritmik dengan senam irama yang telah disebutkan dalam *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* pada paragraf di atas bisa diartikan sebagai senam yang mengutamakan kesamaan gerak, bisa musik atau lagu, hitungan bahkan ketukan. Gerakan senam ini beda tentunya beda dari senam yang lain. Memang benar senam irama sebenarnya dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau keindahan gerak tubuh. Senam irama merupakan gerakan yang dilakukan secara bersama atau berbarengan menyesuaikan irama ketukan pada musiknya.

Aktivitas ritmik melalui senam irama sudah lama masuk dalam dunia pendidikan dari berbagai kurikulum dan yang saya ketahui dari kurikulum ktsp 2006 materinya yaitu gerak dan lagu dan kurikulum 2013 yaitu aktivitas gerak ritmik untuk sekolah dasar. Pemerintah juga rajin setiap 4 tahun sekali untuk memberikan dukungannya pada masyarakat dengan mempopulerkan Senam Kebugaran Jasmani (SKJ) yang berbeda, agar masyarakat bisa memperoleh referensi olahraga rekreasi dan tercapainya visi “Mengolahragakan Masyarakat dan Memasyarakatkan Olahraga” yang diambil dari perkataan Presiden RI pertama Bapak Ir. Soekarno.

Universitas negeri Semarang (UNNES) sebagai salah satu instansi Pendidikan perguruan negeri yang telah banyak mencetak tenaga kependidikan yang profesional telah memberikan banyak pembelajaran secara teori maupun praktik, yang sangat membantu untuk mengembangkan potensi diri yang ada dalam setiap mahasiswa sehingga nantinya dapat berperan dan berkontribusi maksimal dalam dunia kerja atau masyarakat untuk ikut memajukan pendidikan di Indonesia. Senam “sipong” misalnya adalah senam bernuansa musik kawasan amerika latin yang menarik, sering kali diajarkan kepada kami mahasiswa jurusan PJKR dari awal semester hingga akhir semester sebelum praktik pengalaman lapangan (PPL) sebagai bekal kami untuk turun di

masyarakat. Peneliti tak menyangka bahwa senam sipong ini sering kali mendapat antusias lebih saat mengisi senam di masyarakat. Karena gerakan yang lucu atau musiknya yang asing, menarik masyarakat untuk bergerak lebih semangat. Hal ini yang awal mulanya melatar belakangi saya untuk melakukan penelitian ini pada masyarakat khususnya anak sekolah dasar sesuai dengan prodi yang saya pelajari di UNNES. Usia sekolah merupakan masa peka (*critical period*) saat dimana anak mulai belajar berbagai cabang olahraga seperti senam, atletik, dan tenis. Masa peka merujuk pada pengertian bahwa untuk memberikan rangsangan, perlakuan atau pengaruh kepada anak perlu mempertimbangkan saat yang tepat kapan rangsangan itu harus diberikan. Jika seseorang telah siap menerima rangsangan maka akan terjadi hubungan yang positif. Orang tersebut akan bertumbuh dan berkembang secara optimal. Sebaliknya jika belum siap, karena umurnya belum sesuai, maka tidak akan terjadi hubungan apapun, bahkan adakalanya berdampak negatif (Ali Maksum, 2008:31).

Pemerintah memang sudah memasukkan aktivitas ritmik melalui senam irama atau tanpa irama kedalam setiap kurikulum pembelajaran yang memang menarik bagi peserta didik, akan tetapi bagaimana tingkat ketertarikan atau minat peserta didik akan aktivitas ritmik melalui senam irama tersebut masih kurang dan belum banyak. Hal ini terjadi karena beberapa faktor yang mempengaruhi minat anak-anak yaitu guru/instruktur senam, musik dan tingkat kreatifitas gerakan yang digunakan kurang banyak. Karena anak usia dasar merupakan masa-masa emas untuk belajar dan mengembangkan gerak tubuhnya. Dari beberapa hal tersebut peneliti mengangkat sebuah permasalahan yang ditemukan di SD Negeri Kalibanteng Kidul 01 yang merupakan sekolah dasar favorit di daerah Semarang Barat dengan kelas paralel. Dari hasil observasi dan wawancara dengan guru-guru pejasorkes disana, peneliti menemukan permasalahan dalam pembelajaran aktivitas gerak ritmik. Salah satu guru hanya memberikan senam SKJ 2012 pada anak-anak, sehingga anak-anak menjadi jenuh karena sudah lama serta sering digunakan dan beberapa guru malah mengganti pembelajaran aktivitas ritmik ke materi lain, yang harusnya materi senam gerak ritmik di ganti dengan senam ketangkasan atau materi permainan lain. Jika diganti dengan materi lain, selain materi gerak ritmik yang seharusnya diperoleh, maka akan mengurangi pengalaman belajar gerak anak terhadap materi aktivitas gerak ritmik di sekolah dasar.

Dari beberapa permasalahan tersebut peneliti mencoba memberikan alternatif

pembelajaran dengan mengembangkan model senam kreasi yang berbeda dan inovasi yang diberi nama “Senam Kreasi *Happy Random*”. Arti dari *Happy* adalah senang/bahagia, sedang *Random* adalah acak atau tak beraturan, makna dari nama *Happy Random* adalah kesenangan yang acak, karena senam ini terbagi menjadi 4 senam yaitu senam kreasi *Happy Random* ke-1, ke-2, ke-3 dan ke-4, dimaksudkan untuk bebas memilih atau memulai dari urutan beberapa senam ini ingin dilaksanakan. Senam kreasi tersebut diperoleh dari instruktur senam Nur Achamd Faris untuk senam kreasi *Happy Random* ke-1 dan [website youtube.com](http://www.youtube.com) untuk senam kreasi *Happy Random* ke-2, ke-3, dan ke-4 yang dikompilasi dan dimodifikasi, untuk selanjutnya peneliti kembangkan dan berikan kembali dengan memodifikasi gerak dan tempo lagunya lagi sesuai dengan kebutuhan gerak anak sekolah dasar untuk meningkatkan rasa ketertarikan mereka akan aktivitas gerak ritmik melalui senam kreasi ini. Dengan menggunakan berbagai jenis musik, diantaranya lagu anak-anak, lagu daerah, lagu berbahasa inggris, dan lagu dari negara lain, yang intinya menyenangkan bagi mereka dan menarik mereka untuk lebih semangat dalam melakukan senam irama, karena aktivitas yang dilakukan dengan hati senang akan lebih memberikan kepuasan lebih dan tidak membuat anak-anak merasa lelah dalam melakukannya. Dari latar belakang tersebut, maka peneliti perlu melakukan penelitian pengembangan yang menarik dengan judul “Model Pengembangan Aktivitas Ritmik Senam Kreasi *Happy Random* Pada Siswa Kelas IV Di SD Negeri Kalibanteng Kidul Kota Semarang Tahun 2016”

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Metode penelitian dan pengembangan adalah penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut (Sugiyono, 2010: 407). Penelitian atau *research* adalah suatu upaya secara sistematis untuk memberikan jawaban terhadap fenomena yang dihadapi (Punaji S., 2010:28). Penelitian ini mengembangkan produk Model Pengembangan Senam Kreasi *Happy Random* yang merupakan media pembelajaran aktivitas ritmik materi senam irama untuk siswa kelas IV tingkat sekolah dasar

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Pengambilan data mengenai pengembangan senam kreasi *Happy Random* pada siswa kelas IV di SDN Kalibanteng Kidul 01, 02, dan 03 Kota Semarang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2016 sampai dengan bulan Januari 2017 di masing-masing sekolah yang sudah ditentukan.

### Target/Subjek Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Sasaran populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN Kalibanteng Kidul 01, 02, dan 03 Kota Semarang.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Jadi sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN Kalibanteng Kidul 01, 02, dan 03 Kota Semarang.

### Prosedur

Pengumpulan data merupakan sebuah proses yang dilaksanakan guna mendapatkan data penelitian yang akan digunakan. Dalam pengambilan data pada penelitian menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes benar salah yang diberikan kepada responden yang menjadi subyek penelitian.

Berikut ini langkah-langkah yang digunakan oleh peneliti untuk pengumpulan:

1. Peneliti mencari data siswa kelas IV SDN Kalibanteng Kidul 01, 02, dan 03 Kota Semarang.
2. Peneliti menentukan jumlah siswa yang akan menjadi subjek penelitian.
3. Peneliti menyebarkan soal multiple choice kepada responden.
4. Peneliti mengumpulkan soal multiple choice dan melakukan koreksi atas hasil siswa dalam menjawab soal yang diberikan.
5. Peneliti melakukan tabulasi data.
6. Setelah proses tabulasi data peneliti melakukan proses pengolahan data dan analisis data secara deskriptif prosentase.
7. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

### Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan

#### Data, Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah presentase untuk menganalisis dan penilaian subyek pengembangan dalam menilai tingkat kelayakan, efektivitas dan keterimaan produk terhadap produk pengembangan. Sedangkan data yang berupa kritik, saran di analisis menggunakan teknik analisis kualitatif. Dalam pengolahan data presentase diperoleh dengan rumus dari Sukirman,dkk (2003 : 879) yaitu:

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

Keterangan:

$F$  = Angka persentase

$f$  = Nilai yang diperoleh

$N$  = Jumlah seluruh data

**Tabel 1. Klasifikasi Persentase**

Persentase	Klasifikasi	Makna
0 – 20%	Tidak baik	Dibuang
20,1 – 40%	Kurang baik	Diperbaiki
40,1 – 70%	Cukup baik	Digunakan (Bersyarat)
70,1 – 90%	Baik	Digunakan
90,1 – 100%	Sangat baik	Digunakan

Sumber: Guildford dalam M. Mubarizi (2016)

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data diperoleh dengan mengukur angket yang berjumlah 42 siswa.

**Tabel 2. Nilai Keseluruhan Siswa dalam Uji Coba I ke-1**

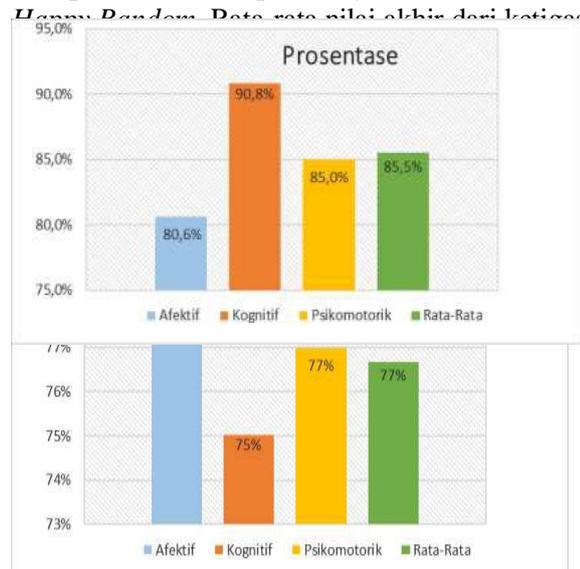
No	Aspek	Prosentase	Kriteria	Makna
1	Afektif	78 %	Baik	Digunakan
2	Kognitif	75 %	Baik	Digunakan
3	Psikomotor	77 %	Baik	Digunakan
	Rata-rata	77 %	Baik	Digunakan

Berdasarkan diagram tersebut, diketahui hasil uji coba I aspek afektif diperoleh dari pengamatan rata-rata prosentase adalah 78%, maka masuk dalam kriteria “**baik**” karena siswa mampu menunjukkan sikap yang diharapkan saat pembelajaran berlangsung maka dapat digunakan. Sebagian besar siswa menunjukkan sikap yang cukup sesuai dengan apa yang diharapkan dalam kurikulum 2013 terhadap pembelajaran aktivitas gerak ritmik dengan *Happy Random* sehingga siswa siap menerima dan melakukan pembelajaran tersebut.

Aspek kognitif dalam uji coba I didapatkan jawaban yang sesuai dari rata-rata keseluruhan sebesar 75%, sehingga masuk dalam kriteria “**baik**” karena sebagian besar siswa sudah memahami pembelajaran senam kreasi *Happy Random* maka dapat digunakan. Siswa-siswi cukup banyak yang mengetahui dan memahami dalam menangkap penjelasan dan arahan dalam senam kreasi *Happy Random*.

Aspek psikomotorik didapati rata-rata prosentase sebesar 77%, sehingga termasuk dalam kriteria “**baik**” dan dapat digunakan karena siswa mampu melakukan senam kreasi *Happy Random* hanya saja dalam melakukan gerakan sedikit terlambat dalam perpindahan gerakannya karena masih awal dan butuh banyak

pengulangan dalam adaptasi gerakan, agar mampu melakukan pembelajaran senam kreasi *Happy Random*. Data rata-rata nilai akhir dari kegiatan

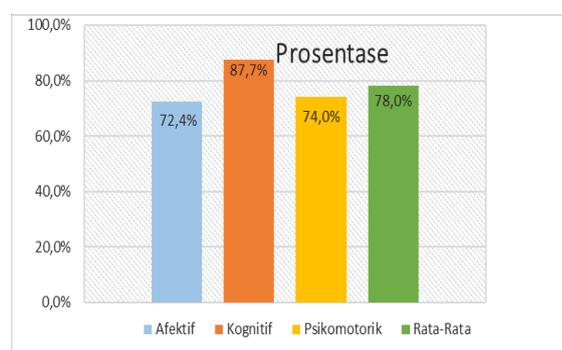


Data diperoleh dengan mengukur angket yang berjumlah 42 siswa.

**Tabel 3. Nilai Keseluruhan Siswa dalam Uji Coba I ke-2**

No	Aspek	Prosentase
1	Afektif	72,4 %
2	Kognitif	87,7 %
3	Psikomotor	74,0 %
	Rata-rata	78,0 %

Berdasarkan hasil yang didapat dari uji coba I ke-2, maka diperoleh nilai rata-rata dari semua siswa adalah 78,0% hasil tersebut masuk dalam kriteria baik maka dapat digunakan. Berikut adalah diagram hasil uji coba I ke-2.



Data diperoleh dengan mengukur angket yang berjumlah 42 siswa.

**Tabel 4. Nilai Keseluruhan Siswa dalam Uji Coba II ke-1**

No	Aspek	Prosentase
1	Afektif	80,6 %
2	Kognitif	90,8 %
3	Psikomotor	85,0 %
	Rata-rata	85,5 %

Berdasarkan hasil yang didapat dari uji coba II ke-1, maka diperoleh nilai rata-rata dari semua siswa adalah 85,5% hasil tersebut masuk dalam kriteria “baik” karena dalam tiga ranah

aspek pembelajaran didapatkan hasil yang diharapkan maka dapat digunakan.

Data diperoleh dengan mengukur angket yang berjumlah 42 siswa.

**Tabel 5. Nilai Keseluruhan Siswa dalam Uji Coba II ke-2**

No	Aspek	Prosentase
1	Afektif	91,6 %
2	Kognitif	92,3 %
3	Psikomotor	92,0 %
	Rata-rata	91,9 %

Berdasarkan hasil yang didapat dari uji coba II ke-2, maka diperoleh nilai rata-rata dari semua siswa adalah 91,9% hasil tersebut masuk dalam kriteria “sangat baik” karena dalam tiga ranah aspek pembelajaran didapatkan hasil yang diharapkan maka dapat digunakan.

Data diperoleh dengan mengukur angket yang berjumlah 42 siswa.

**Tabel 6. Nilai Keseluruhan Siswa dalam Uji Coba II**

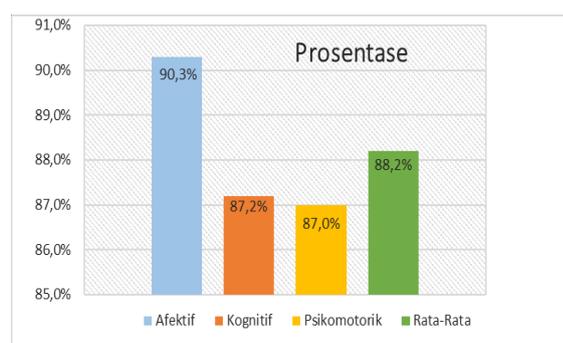
No	Aspek	Prosentase	Kriteria	Makna
1	Afektif	90,3 %	Sangat Baik	Digunakan
2	Kognitif	87,2 %	Baik	Digunakan
3	Psikomotor	87 %	Baik	Digunakan
	Rata-rata	88,2 %	Baik	Digunakan

Berdasarkan diagram tersebut, diketahui hasil uji coba II aspek afektif diperoleh dari pengamatan rata-rata prosentase adalah 90,3%, maka masuk dalam kriteria “sangat baik” karena dalam tiga ranah aspek pembelajaran didapatkan hasil yang diharapkan maka dapat digunakan. Sebagian besar siswa menunjukkan sikap yang cukup sesuai dengan apa yang diharapkan dalam kurikulum 2013 terhadap pembelajaran aktivitas gerak ritmik dengan *Happy Random* sehingga siswa siap menerima dan melakukan pembelajaran tersebut.

Aspek kognitif dalam uji coba II didapatkan jawaban yang sesuai dari rata-rata keseluruhan sebesar 87,2%, sehingga masuk dalam kriteria “baik” maka dapat digunakan karena dilakukan secara berulang dua kali maka siswa-siswi sudah cukup mengetahui dan

memahami dalam menangkap pembelajaran senam kreasi *Happy Random*.

Aspek psikomotorik diperoleh rata-rata prosentase sebesar 87,0%, sehingga termasuk dalam kriteria “baik” maka dapat digunakan karena dilakukan dua kali pengulangan siswa-siswi mampu melakukan senam kreasi *Happy Random*. Rata-rata nilai akhir dari ketigas aspek tersebut dalam uji coba II atau uji skala besar sebesar 88,2% masuk dalam kriteria “baik” maka dapat digunakan. Dalam keseluruhan aspek ini siswa mampu melakukan senam kreasi *Happy Random* sesuai dengan apa yang diharapkan peneliti.



## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil akhir dari kegiatan penelitian ini adalah berupa produk model pengembangan Senam Kreasi *Happy Random* yang **layak** digunakan untuk pembelajaran materi aktivitas gerak ritmik siswa kelas IV sekolah dasar.

Hal ini berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan skripsi pengembangan ini, maka disimpulkan bahwa:

1. Produk model pengembangan pembelajaran aktivitas ritmik sudah dapat dipraktikkan oleh subyek saat uji coba. Hal itu berdasarkan hasil analisis ahli penjas dan ahli pembelajaran.
2. Produk dapat digunakan oleh siswa kelas IV SD Negeri Kalibanteng Kidul 01, SD Negeri Kalibanteng Kidul 02, dan SD Negeri Kalibanteng Kidul 03. Hal itu berdasarkan hasil data uji coba I dan uji coba II yang diperoleh sebesar 77% dan 88,2% yang masuk dalam kriteria “baik” karena seluruh siswa dapat memahami, mengikuti, dan bersikap riang dalam melaksanakan pembelajaran senam kreasi *Happy Random*.
3. Siswa sangat tertarik dan antusias dengan pengembangan model senam kreasi *Happy Random* yang telah diajarkan. Hal ini ditunjukkan dari semangat mereka dengan mengikuti seluruh rangkaian Senam Kreasi *Happy Random* yang berdurasi 22 menit lebih dengan riang dan berkeringat.

### Saran

Beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk proses pelaksanaan produk pembelajaran senam kreasi *Happy Random* siswa kelas IV sekolah dasar adalah:

1. Model pengembangan senam kreasi *Happy Random* dapat menggunakan produk ini di sekolah sebagai alternatif dalam menyampaikan materi pembelajaran aktivitas gerak ritmik.
2. Bagi guru penjasorkes sekolah dasar diharapkan dapat mengembangkan model-model senam irama yang lebih menarik dengan senam *Happy Random* dijadikan sebagai salah satu referensi bagi guru untuk mengembangkan sebuah model senam pembelajaran.
3. Bagi peserta didik, kesulitan dan kesalahan dalam melakukan senam kreasi *Happy Random*, diharapkan tidak mengurangi motivasi dalam berlatih dan belajar. Sebaliknya peserta didik diharapkan dapat terus mencoba dan belajar dalam menguasai gerak dalam senam kreasi *Happy Random* yang benar.
4. Peneliti mengharapka berbagai masukan dari para pengguna untuk menyempurnakan produk senam kreasi *Happy Random* apabila masih diperlukan.
5. Menyebarluaskan informasi senam kreasi *Happy Random* dengan memberikan video senam produk ini ke guru-guru penjas sekolah dasar atau dalam kegiatan KKG (Kelompok Kerja Guru)

### DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. 2008. *Psikologi Olahraga Teori dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa. University Press
- Ega Trisna R. 2013. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta
- Erni Paslandika. 2005. "Upaya Meningkatkan Kecerdasan Kinestik Melalui Senam Irama Pada Anak Kelompok B TK Patisah Panjang Kecamatan Laweyan Kota Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015". Artikel Publikasi Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS). Surakarta
- . 2010. *Aktivitas Ritmik Dalam Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan Indonesia (Nomor 1 tahun 2010). UNY
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. *Lampiran Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No.67 Tahun 2013 tentang Kerangka Dasar dan Struktur Kurikulum SD/MI*. :http://direktori.madrasah.kemendikbud.go.id

- /media/files/Permendikbud67TH2013.pdf
- Ma'mun, Amung. dan Saputra, M. Yudha. 2000. *Perkembangan Gerak dan Belajar gerak*. Jakarta: Depdikbud
- Mubarizi, M. 2016. *Model pengembangan Model Senam Healthy Dance Dalam Aktivitas Ritmik Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri Di Kecamatan Tirto Kabupaten Pekalongan Tahun 2016*. Skripsi
- Republik Indonesia. 2005. *Undang-Undang No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Sekretariat Kabinet RI. Jakarta
- Rusli Lutan. 2003. *Menuju Sehat Bugar*. Jakarta. Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas
- Rustiadi Tri. 2013. *Praktek Laboratorium Olahraga*. Semarang: Buku Ajar Universitas Negeri Semarang
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTS*. Jakarta: Lentera
- Soetoto Pontjopoetro,dkk. 2008. *Permainan Anak Tradisional dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sugiyanto. 2003. *Perkembangan Dan Belajar Motorik*. Jakarta: Universitas Terbuka
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- , 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Suharsini Arikunto. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT.Rineka Cipta
- Agus Mahendra. 2005. *Permainan Anak Dan Aktivitas Ritmik*. Pusat Penerbitan Universitas Terbuka  
[http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR.\\_PEND.\\_OLAHRAGA/19630824199031/AGUS\\_MAHENDRA/Modul\\_Permainan\\_AnakAktivitas\\_Ritmik5\\_Agus\\_Mahendra/Modul\\_1\\_Permainan\\_dan\\_Aktivitas\\_Ritmik.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._OLAHRAGA/19630824199031/AGUS_MAHENDRA/Modul_Permainan_AnakAktivitas_Ritmik5_Agus_Mahendra/Modul_1_Permainan_dan_Aktivitas_Ritmik.pdf) (diunduh pada tanggal 17-06-2016)
- F. Suharjana. "Peran Olahraga Dalam Pembentukan Karakter". *Proceeding Seminar Olahraga ke-II*. Yogyakarta: Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, 8 November 2008  
<http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/131411081/6.%20SENAM%20DAA%20PENDIDIKAN%20JASMANI%20MERUPAKAN%20SARANA%20NATURAL%20PEMBENTUKAN%20KEMAMPUAN%20FISIK%20DAN%20EMOSIONAL%20ANAK%20SEKOLAH%20DASAR.pdf> (diunduh pada tanggal 7 Juli 2016 pukul 23.07 WIB)
- Gilang Nuari Panggraita. 2014. *Pengembangan Aktivitas Ritmik Dengan Model Senam Kreasi Untuk Pembelajaran Penjasorkes Siswa Sekolah Dasar*. Seminar Nasional Evaluasi Pendidikan. Unnes: 582-588  
<http://conf.unnes.ac.id/index.php/snep/II/paper/view/235/129> (akses 10-4-2016)