



## Implementasi Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Pada Kelas V Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Tahun Ajaran 2023/2024

Dwi Rejeki Utami<sup>1✉</sup>, Ricko Irawan<sup>2</sup>, Harry Pramono<sup>3</sup>, Agus Pujianto<sup>4</sup>

<sup>14</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

<sup>23</sup>Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Article History

Received : 31 Maret 2024

Accepted : April 2024

Published : Juni 2024

### Keywords

Learning, Rhythmic Movement, Merdeka Curriculum.

### Abstrak

Terdapat perbedaan materi gerak berirama yang diberikan dan kesulitan mempersiapkan perencanaan pembelajaran pada kurikulum merdeka. Tujuan penelitian untuk mengetahui perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V SD Negeri kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024. Menggunakan metode penelitian kualitatif dengan subjek 4 guru penjas melalui teknik pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian yaitu kemampuan guru dalam proses pembelajaran meliputi perencanaan dilakukan dengan persiapan ATP dan Modul Ajar dari pemerintah lalu dimodifikasi didahului asesmen diagnostik, pelaksanaan pembelajaran melalui senam kreasi atau senam baku yang berpusat kepada peserta didik, dan penilaian proses pembelajaran dilakukan secara formatif selama pembelajaran serta sumatif di akhir pembelajaran namun membuat instrumen penilaian sendiri yang diambil dari indikator pada modul ajar. Kesimpulannya yaitu kemampuan guru dalam proses pembelajaran aktivitas gerak berirama meliputi perencanaan telah dilakukan 3 guru, pelaksanaan oleh 3 guru, dan penilaian formatif oleh 4 guru serta penilaian sumatif oleh 3 guru. Penelitian selanjutnya diharapkan menambah kriteria sumber informan yang lebih spesifik dan lebih meluas tidak hanya pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V tingkat sekolah dasar.

### Abstract

*There are differences in the rhythmic movement material provided and difficulties in preparing learning plans in the merdeka curriculum. The aim of the research is to determine the planning, implementation and assessment of the learning process for rhythmic movement activities in class V of the State Elementary School in Gunungpati sub-district for the 2023/2024 academic year. Using qualitative research methods with the subject of 4 physical education teachers through observation, interview and documentation data collection techniques. The results of the research are the teacher's ability in the learning process, including planning carried out by preparing ATP and Teaching Modules from the government, then modified, preceded by a diagnostic assessment, implementing learning through creative gymnastics or standard gymnastics which is centered on students, and assessment of the learning process carried out formatively during learning and summatively. at the end of learning but create their own assessment instruments taken from the indicators in the open module. The conclusion is that the teacher's ability in the learning process of rhythmic movement activities includes planning carried out by 3 teachers, implementation by 3 teachers, and formative assessment by 4 teachers and summative assessment by 3 teachers. Future research is expected to add*

✉ Corresponding author :  
E-mail: [uut32001@students.unnes.ac.id](mailto:uut32001@students.unnes.ac.id)

*more specific and broader criteria for informant sources, not just learning rhythmic movement activities in class V at the elementary school level.*

**How to cite:**

Utami, D, R., Irawan, R., Pramono, H., & Pujiyanto, A., (2024). Implementasi Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Pada Kelas V Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Tahun Ajaran 2023/2024. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 5 (1), 164-174

## PENDAHULUAN

Menurut UU Sisdiknas No. 20 tahun 2003 menyatakan Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Dari sekian banyak unsur sumber daya pendidikan, kurikulum merupakan salah satu unsur yang memberikan kontribusi yang signifikan untuk mewujudkan proses berkembangnya kualitas potensi peserta didik (Raharjo, 2015). Peningkatan pendidikan salah satu dengan hadirnya Kurikulum Merdeka Belajar sebagai terobosan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nadiem Makarim pada Februari 2022 (Sumarsih et al., 2022).

Kurikulum Merdeka merupakan pembelajaran intrakurikuler beraneka ragam karena memiliki konten yang lebih maksimal bagi peserta didik untuk memiliki waktu memperdalam konsep dan meningkatkan kompetensinya (Indarta et al., 2022). Kurikulum merdeka memberikan keleluasaan bagi guru memilih perangkat ajar disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik, karena berbeda dari kurikulum sebelumnya yang dipusatkan pada guru (Isa et al., 2022). Penerapan kurikulum merdeka didukung dengan adanya platform merdeka mengajar, sebuah aplikasi yang dapat diakses dengan akun belajar id secara mandiri di HP/Laptop (Priantini et al., 2022). Aplikasi PMM berisikan perangkat ajar yang diperlukan oleh siswa dan guru dalam mempermudah pelaksanaan pembelajaran. Keberhasilan program pendidikan pada proses belajar mengajar dipengaruhi adanya tenaga pendidik berkompentensi, berkualitas dan cakap, serta mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki. Tenaga kependidikan adalah sumber daya penting dalam mewujudkan kualitas pendidikan dan pembelajaran di sekolah (Nurchayani et al., 2021).

Berdasarkan Keputusan Kepala BSKAP No. 022/H/KR/2023 tentang Satuan Pendidikan Pelaksana Implementasi Kurikulum Merdeka pada Tahun Ajaran 2023/2024 dinyatakan bahwa di Sekolah Dasar dilaksanakan pada kelas I, II, IV, dan V. Dengan tahun ajaran 2022/2023 pelaksana kurikulum merdeka pada sekolah dasar adalah kelas I dan IV dan tahun ajaran 2023/2024 implementasi kurikulum merdeka tahun pertama bagi kelas II dan V. Secara umum guru mendukung perluasan kurikulum merdeka, namun akibat faktor struktur, individu, dan kebudayaan pada realita pembelajaran yang dirancang belum bisa dilaksanakan karena masih mengadopsi metode pembelajaran kurikulum sebelumnya (Nur et al., 2023). Menurut Permendikbud Ristek No. 16 Tahun 2022. menyatakan bahwa Standar Proses digunakan sebagai pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran yang efektif dan efisien untuk mengembangkan potensi, prakarsa, kemampuan, dan kemandirian Peserta Didik secara optimal. Standar proses meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian proses pembelajaran.

Belajar adalah sebuah proses perubahan seseorang dari segi kognitif, psikomotorik, dan afektif sebagai hasil dari latihan dan pengalaman yang lebih permanen (Mustafa, 2022). Guru memiliki peran penting pada kegiatan pembelajaran sebagai demonstrator, pengelolaan kelas, mediator, memfasilitasi, dan evaluator. Hendaknya seorang guru dapat mempersiapkan metode mengajar yang tepat disesuaikan pada kemampuan peserta didiknya dan materi yang akan diberikan harus dikuasai oleh guru agar tidak terjadi kesalahan pada saat mengajar (Saputro & Raharjo, 2023). Interaksi dalam proses belajar mengajar dipengaruhi oleh lingkungan seperti siswa, guru, kepala sekolah, pustakawan, materi (buku, modul, majalah, rekaman video, audio, dan lain sebagainya), sumber belajar apa saja (Adi S et al., 2018). Oleh karena itu, guru diharapkan mampu melaksanakan kegiatan pembelajaran sesuai dengan standar proses pendidikan yang telah ditetapkan pada kurikulum merdeka belajar.

Guru pendidikan jasmani di sekolah dasar diwajibkan untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan materi sesuai kurikulum pendidikan yang berlaku (Akbar, 2021). Pendidikan jasmani di sekolah dijadikan bagian pendidikan secara keseluruhan meliputi pendidikan karakter dengan upayakan penerapan perilaku yang baik agar individu dapat memahami (kognitif), merasakan dan tentukan pilihannya (afektif), serta diterapkan pada perilaku keseharian (psikomotor) (Suherman, 2018). Menurut Permendikbud Ristek nomor 7 tahun 2022 tentang standar isi pada pendidikan dikemukakan bahwa "Pendidikan jasmani dan olahraga adalah muatan wajib dalam kurikulum Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah yang meliputi permainan dan olahraga, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama serta aktivitas permainan dan/atau olahraga air (kondisional)".

Senam merupakan salah satu olahraga yang melibatkan banyak seluruh otot dan persendian dalam melakukan suatu gerakan. Gerakan-gerakan dalam senam merupakan gerakan-gerakan yang luas dan indah dengan kriteria tertentu atau bebas (Putra et al., 2023). Senam irama merupakan suatu corak senam dengan penekanan terhadap irama pada pelaksanaan gerakannya (Zari & Rizka, 2022). Senam ritmik atau senam irama adalah suatu gerakan senam yang dilakukan dalam irama musik, atau latihan secara bebas yang dilakukan secara berirama (Rizqianti et al., 2018). Senam ritmik adalah serangkaian gerakan senam yang dilakukan dengan rangkaian langkah, ayunan lengan, dan postur tubuh yang diiringi irama atau ketukan teratur yang juga memenuhi persyaratan ritme, kontinuitas, dan durasi tertentu (Luthfi et al., 2021). Aktivitas ritmik atau senam irama adalah mata pelajaran yang penting untuk dipelajari karena di sekolah rutin menyelenggarakan pembiasaan senam pagi sebelum mengawali pembelajaran (Babang et al., 2022). Rangkaian senam irama dapat dilakukan dengan jalan, lari, lompat, lompat, mengayun, dan tangan (Yuwono et al., 2022). Kehadiran aktivitas berirama dalam kurikulum pendidikan jasmani dianggap oleh sebagian guru penjas sesuatu yang memberatkan karena kurangnya pemahaman materi (Herlambang, 2017).

Dengan kehadiran kurikulum merdeka adanya kebebasan memilih materi dan perangkat ajar oleh guru terutama pada aktivitas gerak berirama, mengakibatkan pembelajarannya kurang disesuaikan pada kebutuhan dan karakteristik peserta didik. Minimnya informasi dan sosialisasi penerapan kurikulum merdeka, serta guru penjas kurang memahami materi aktivitas gerak berirama

menyebabkan penyusunan perangkat pembelajaran dan pelaksanaan pembelajaran tidak sesuai tuntutan kurikulum. Dibutuhkan perencanaan yang rinci dalam memberikan pembelajaran penjas kepada peserta didik, serta guru harus bisa menentukan metode dan strategi sesuai dengan karakter peserta didik sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi awal yang dilakukan peneliti kepada pegawai Dinas Pendidikan Kota Semarang didapatkan bahwa di Kecamatan Gunungpati terdapat 32 SD Negeri terdaftar dalam Depdiknas, namun baru 19 SD Negeri telah terakreditasi A. Peneliti akan melakukan penelitian mengenai pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V terhadap 4 guru penjas di SD Negeri Kecamatan Gunungpati yang telah menerapkan kurikulum Merdeka pertama di tahun ajaran 2023/2024. Penelitian dilakukan kepada guru penjas SD Negeri yang telah terakreditasi A.

Peneliti menemukan bahwa guru menggunakan ATP dan Modul Ajar materi aktivitas gerak berirama pada kelas V yang bersumber dari Platform Merdeka Mengajar. Peneliti menemukan guru memberikan pembelajaran aktivitas gerak berirama langkah gerak dan ayunan lengan sebatas materi pengantar di awal pembelajaran, namun lebih berfokus pada senam baku. Dengan guru memberikan aktivitas gerak berirama lebih berfokus pada senam baku dikhawatirkan pembelajaran tidak berpusat kepada peserta didik sehingga hanya berpusat kepada guru saja seperti pada kurikulum sebelumnya. Hal ini dapat mengurangi kesempatan peserta didik untuk aktif mengkreasikan aktivitas gerak berirama sesuai kemampuannya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal ditemukan bahwa terdapat perbedaan pelaksanaan pembelajaran dari guru penjas pada aktivitas gerak berirama kelas V SD Negeri di Kecamatan Gunungpati dan kesulitan dalam menyiapkan perencanaan pembelajaran karena belum sepenuhnya memahami materi aktivitas gerak berirama serta tahun pertama implementasi kurikulum merdeka. Maka dari itu, peneliti ingin menggali lebih mendalam bagaimana tahap perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V apakah sudah diberikan dengan berpusat pada peserta didik. Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama, mengetahui pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama.

Penelitian mengenai pembelajaran penjas di Sekolah sudah pernah dilakukan sebelumnya, namun belum ada yang benar-benar sama dengan penelitian ini, dilihat dari tujuan penelitian, maupun subjeknya. Penelitian yang relevan diantaranya yaitu Kemampuan Guru Penjasorkes dalam Perencanaan Pelaksanaan dan Evaluasi Pembelajaran Pada SMK Negeri Se-kabupaten Purbalingga (Purnomo & Sulaiman, 2022). Penelitian tersebut meneliti mengenai kemampuan guru dalam proses pembelajaran penjasorkes yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pada SMK Negeri Se Kabupaten Purbalingga.

Penelitian ini memiliki aspek orisinalitas dilihat dari tujuan maupun subjek yang digunakan. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian menggunakan kurikulum merdeka pada pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V Sekolah Dasar Negeri kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024. Berbeda dengan peneliti sebelumnya yang menggunakan kurikulum 2013 dan subjek yang digunakan adalah siswa SMK. Kajian penelitian yang relevan di atas dapat dijadikan sebagai acuan dan gambaran mengenai kajian teori yang akan digunakan, pendekatan penelitian maupun hasil dan kesimpulan yang akan dikemukakan sehingga dapat menunjang penelitian ini.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif yaitu penelitian yang menggambarkan fenomena atau kondisi objek secara alamiah artinya berkembang apa adanya tanpa dimanipulasi dengan kehadiran peneliti dalam mendapatkan sebuah data/informasi (Sugiyono, 2022). Peneliti sebagai instrumen kunci, sehingga harus memiliki bekal teori dan pengetahuan untuk bertanya, menganalisis, mendokumentasikan, dan koordinasikan situasi sosial penelitian agar lebih jelas dan bermakna.

Fokus dalam penelitian yang akan dibahas terkait implementasi pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V SD Negeri se-kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024. Proses pembelajaran meliputi perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian proses pembelajaran Penelitian dilaksanakan di 4 SD Negeri di Kecamatan Gunungpati yaitu SD Negeri Sekaran 02, SD Negeri Sadeng 02, SD Negeri Nongkosawit 02, dan SD Negeri Pakintelan 01. Penelitian dilaksanakan bulan Januari s.d Februari 2024 dengan memperoleh data atau hasil penelitian dari 4 narasumber yaitu guru penjas.

Sumber data pada penelitian ini adalah primer dan sekunder, maksud dari data primer yaitu sumber daya secara langsung memberikan data terhadap pengumpul data sedangkan sumber sekunder yaitu sumber yang secara tidak langsung memberikan data pada pengumpul data seperti melalui orang lain ataupun dalam bentuk dokumen (Sugiyono, 2022). Sumber data dalam penelitian ini yaitu sumber primer yang didapatkan melalui wawancara kepada guru penjas, dan data sekunder dengan menyertakan dokumen pendukung data primer yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dokumentasi atau foto yang berisikan kegiatan saat penulis melaksanakan pengamatan pembelajaran aktivitas gerak berirama, perangkat pembelajaran (ATP, modul ajar, buku teks, alat, dan media pembelajaran), arsip sekolah untuk mendeskripsikan profil sekolah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi teknik dimana teknik pengumpulan data untuk memperoleh hasil data dari sumber yang sama melalui metode observasi partisipasi pasif, wawancara terstruktur, dan dokumentasi (Sugiyono, 2022).

Menurut Miles dan Huberman dalam (Sugiyono, 2022) analisis data meliputi pengumpulan data/*data collection*, reduksi data/*data reduction*, penyajian data/*data display*, dan penarikan kesimpulan/*conclusion drawing* terkait implementasi pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V SD Negeri Kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan di 4 SD Negeri kecamatan Gunungpati Kota Semarang yaitu SD Negeri Sekaran 02, SD Negeri Sadeng 02, SD Negeri Nongkosawit 02, SD Negeri Pakintelan 01 pada kelas V. Penelitian dilaksanakan pada Januari 2024 s.d Februari 2024. Penelitian ini berfokus untuk mengetahui penerapan pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V di SD Negeri Kecamatan Gunungpati. Berikut merupakan penjabaran perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, dan penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas v di 4 SD Negeri Kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024.

### **HASIL**

#### **Perencanaan Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Kelas V**

Perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sekaran 02

ditemukan bahwa guru penjas telah mempersiapkan TP, ATP, dan Modul Ajar bersumber dari pemerintah lalu dimodifikasi sesuai pelaksanaan pembelajaran yang akan dilakukan tanpa didahului asesmen awal. Tujuan pembelajaran yaitu mempraktikkan dan menganalisis variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan. ATP dimodifikasi guru dengan menentukan sendiri pelaksanaan pembelajarannya yaitu aktivitas gerak berirama pada kelas V dilaksanakan di semester 2 dengan 2 kali pertemuan dan waktu yang diberikan 35 x 3 karena berjumlah 6 JP. Guru modifikasi modul ajar dengan mengubah informasi umum saja. Materi diberikan melalui pengenalan gerak dasar dan Senam Kebugaran Jasmani 2018. Digunakan metode demonstrasi, simulasi penugasan, dan proyek. Asesmen akan dilakukan secara formatif dan sumatif saat pembelajaran berlangsung. Sumber dan media belajar ada LKS, laptop, HP, LCD proyektor, video senam SKJ 2018, dan speaker. Guru telah memberi tugas pahami LKS, dan video SKJ 2018. Guru kesulitan mempersiapkan media pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sadeng 02 ditemukan bahwa guru penjas telah mempersiapkan TP, ATP, dan Modul Ajar bersumber dari pemerintah lalu dimodifikasi sesuai pelaksanaan pembelajaran yang didahului asesmen awal. Tujuan Pembelajaran adalah agar anak memiliki kemampuan mempraktikkan dan menganalisis variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan. ATP dimodifikasi guru dengan mengubah waktu pelaksanaan pembelajaran yaitu aktivitas gerak berirama dilaksanakan di semester 2 ada 2 kali pertemuan dengan jamnya 3 x 35 menit karena ada 6 JP. Materi diberikan melalui senam dasar kreasi dan Senam Ria Indonesia. Digunakan metode ceramah, demonstrasi, simulasi, penugasan, dan proyek. Guru merencanakan asesmen formatif selama proses belajar dan sumatif di akhir. Sumber belajar ada LKS, dan video senam Ria Indonesia. Guru persiapkan video Senam Ria Indonesia, speaker dan HP sebelum pembelajaran dan telah diberi tugas untuk memahami LKS, dan video senam Ria Indonesia secara mandiri. Guru kesulitan mengoperasikan video pembelajaran pada speaker.

Perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Nongkosawit 02 ditemukan bahwa guru penjas telah mempersiapkan TP, ATP, dan Modul Ajar bersumber dari pemerintah lalu dimodifikasi sesuai pelaksanaan pembelajaran yang didahului asesmen awal. Tujuan pembelajaran yaitu menjelaskan dan

mempraktikkan kombinasi gerak langkah dan ayunan lengan sesuai irama. ATP dimodifikasi guru dengan mengubah waktu pelaksanaannya pada kelas V dilaksanakan di semester 2 ada 2 kali pertemuan, waktu 3 x 35 menit setiap pertemuan karena 6 JP. Guru modifikasi modul ajar dengan mengubah informasi umum dan komponen inti. Materi diberikan melalui senam kreasi dengan metode demonstrasi, penugasan, dan proyek. Terdapat asesmen formatif dan sumatif. Sumber dan media belajar ada LKS, video senam, laptop, dan speaker. Guru telah menugaskan anak untuk mempelajari LKS dan menyimak video senam sebelumnya. Guru kesulitan mempersiapkan media pembelajaran.

Perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Pakintelan 01 ditemukan bahwa guru penjas telah mempersiapkan TP, ATP, dan Modul Ajar bersumber dari pemerintah lalu dimodifikasi sesuai pelaksanaan pembelajaran yang didahului asesmen awal. Tujuan pembelajarannya yaitu mempraktikkan dan menganalisis variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan. Guru memodifikasi ATP dengan menentukan sendiri waktu pelaksanaan pembelajaran di semester 2 ada 2 kali pertemuan karena 6 JP, waktu 3 X 35 menit. Guru memodifikasi modul ajar pada bagian informasi umum dan komponen inti disesuaikan kegiatan yang akan dilakukan. Metode belajar ceramah, demonstrasi, simulasi, penugasan, dan proyek melalui asesmen formatif dan sumatif. Sumber dan media belajar LKS, Video Senam Jateng Gayeng, HP, dan speaker. Sebelum pembelajaran guru menugaskan anak pahami LKS, dan video Senam Jateng Gayeng. Guru kesulitan dalam operasikan media.

#### **Pelaksanaan Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Kelas V**

Pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sekaran 02 sudah melakukan kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup meskipun ada indikator yang belum terpenuhi dan belum berpusat kepada peserta didik. Dari kegiatan awalan hingga pemanasan dipimpin oleh guru sendiri tanpa melibatkan aktif peserta didik. Guru tidak menanyakan materi yang sudah atau akan dipelajari dan tidak menjelaskan penilaian yang akan dilakukan. Pada kegiatan inti guru demonstrasikan materi variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan meliputi 1) langkah ke depan, 2) langkah ke samping 3) langkah silang. Guru mempraktikkan langkah kaki lalu gerakan lengan dan peserta didik mempraktikkan bersamaan guru dan mandiri hanya dengan hitungan manual tanpa musik. Lalu guru

memutar video SKJ 2018 di tembok dan guru ikut praktik di awal saja selebihnya peserta didik. Kegiatan penutup diakhiri dengan pendinginan yang dipimpin oleh guru, membuat kesimpulan, serta menyampaikan kesalahan yang masih terjadi ketika pembelajaran dan memberikan tugas penilaian untuk pertemuan kedua.

Pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sadeng 02 sudah melakukan kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup meskipun ada indikator yang belum terpenuhi dan sudah berpusat kepada peserta didik. Kegiatan pendahuluan diawali dengan pembelajaran di dalam kelas untuk berdoa, melakukan presensi, menyampaikan kompetensi materi variasi pola langkah gerak dan ayunan lengan yang akan dipelajari, dan pemanasan oleh peserta didik. Guru tidak menanyakan pemahaman materi dan tidak disampaikan teknik penilaian. Pada kegiatan inti guru mendemonstrasikan materi variasi pola langkah gerak dan ayunan lengan meliputi 1) langkah ke samping 2) langkah ke depan dan ke belakang, 3) langkah dorong ke belakang, 4) langkah V. Praktik dimulai dari gerakan langkah kaki lalu disertai gerakan lengan yang sekaligus peserta didik praktikkan bersama guru dan tanpa guru secara berulang kali hanya dengan hitungan tanpa musik. Guru bersama peserta didik mencoba merangkai 2 gerakan yang telah dipelajari secara berurutan dan akhirnya setiap peserta didik ditugaskan untuk praktik merangkai gerak secara bebas sekaligus guru mengamati dengan memberi umpan balik. Praktik senam Ria Indonesia sebagai senam yang biasa didengar satu kelas dan berkelompok berulang kali sekaligus penilaian akhir. Ditutup dengan pendinginan dipimpin peserta didik, menyimpulkan materi, informasikan gerakan yang salah, diberikan tugas pertemuan selanjutnya.

Pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Nongkosawit 02 sudah melakukan kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup meskipun ada indikator yang belum terpenuhi dan sudah berpusat kepada peserta didik. pendahuluan dengan berbaris, berdoa, presensi, menyampaikan kompetensi materi kombinasi gerak langkah dan ayunan lengan sesuai irama, dan pemanasan oleh peserta didik. Guru tidak bertanya dan beritahu teknik penilaian. kegiatan inti guru mendemonstrasikan materi variasi dan kombinasi gerak langkah dan ayunan lengan meliputi 1) langkah ke depan 2) langkah ke samping, 3) langkah V, 4) langkah diagonal. Praktik dari langkah kaki lalu gerakan lengan bersama guru dan tanpa guru berulang kali selanjutnya

penggabungan gerak sambil berhitung manual. Lalu berkelompok membuat senam kreasi dengan lagu yang familiar. Ditutup dengan pendinginan oleh peserta didik, kesimpulan materi dan kesalahannya, serta penugasan selanjutnya.

Pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Pakintelan 01 sudah melakukan kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup meskipun ada indikator yang belum terpenuhi dan sudah berpusat kepada peserta didik. Kegiatan pendahuluan dengan berbaris, berdoa, mengecek kehadiran dan menanyakan kabar peserta didik, memberi motivasi, menyampaikan kompetensi materi variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan yang akan dipelajari, serta melakukan pemanasan oleh peserta didik. Guru tidak memberikan informasi penilaian. kegiatan inti pembelajaran guru mendemonstrasikan materi variasi pola gerak langkah dan ayunan lengan meliputi 1) gerak langkah kaki ke depan dan ke belakang, 2) gerak langkah biasa ke samping kanan dan kiri, 3) gerak langkah menekuk kaki ke samping kanan dan kiri, 4) gerak menggeser tumit ke kanan dan kiri tanpa berpindah tempat, 5) gerak langkah V, 6) gerakan langkah memutar. Guru praktik selanjutnya peserta didik ikuti dimulai langkah kaki lalu gerakan lengan dan penggabungan gerak dengan berhitung manual. Peserta didik berkelompok membuat senam kreasi dengan iringan musik senam Jateng Gayeng yang biasa didengar. Ditutup dengan pendinginan oleh peserta didik, kesimpulan dan perbaikan, serta tugas selanjutnya.

#### **Penilaian Proses Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama Kelas V**

Penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sekaran 02 telah melakukan penilaian formatif selama pembelajaran namun belum dilaksanakan asesmen sumatif di akhir sesuai rencana pada modul. Asesmen formatif dilaksanakan secara langsung oleh guru tanpa adanya lembar catatan untuk setiap peserta didik. Dilakukan selama peserta didik praktik dengan memantau dan mengarahkan gerak yang belum sesuai namun hanya berupa kalimat. Guru melakukan penilaian sumatif tanpa memberi nilai pada peserta didik di akhir pembelajaran sesuai pada modul ajar. Penilaian dilakukan secara berkelompok Senam Kebugaran Jasmani 2018 tanpa melihat video.

Penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak berirama kelas v pada SD Negeri Sadeng 02 telah melakukan penilaian formatif selama pembelajaran dan asesmen sumatif di akhir pembelajaran. Pada asesmen formatif guru tidak

membuat catatan penilaian terhadap peserta didik, tetapi memperhatikan perkembangan belajarnya selama proses pembelajaran, baik dari sikap, pemikiran, dan praktiknya jika kurang sesuai guru akan langsung memberikan perbaikan umpan balik. Pada asesmen Sumatif guru menggunakan catatan penilaian setiap peserta didik dengan istilah tertentu dan hasilnya akan dimasukkan pada buku penilaian sebagai bahan nilai raport. Penilaian praktik senam Ria Indonesia secara berkelompok di akhir pertemuan sebagai penilaian psikomotor. Daya ingat pada gerakan saat praktik sebagai penilaian kognitif, dan sikap serta semangat dalam praktik sebagai penilaian afektif. Dalam pelaksanaan asesmen sumatif guru tidak menggunakan sesuai lembar penilaian pada modul ajar namun membuat sendiri lembar penilaian dengan indikator yang sama.

Penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Nongkosawit telah melakukan penilaian formatif selama pembelajaran dan asesmen sumatif di akhir pembelajaran. Guru melakukan asesmen formatif tanpa membuat catatan penilaian setiap peserta didik, namun dilakukan secara langsung dengan mengawasi dan adanya umpan balik ketika anak mengalami kesulitan selama proses pembelajaran terutama ketika berdiskusi untuk membuat kreasi gerakan senam. Guru melakukan asesmen sumatif dengan langsung menilai berbentuk angka pada lembar penilaian. Penilaian afektif diamati dari bagaimana sikap dan bentuk kerja sama peserta didik ketika melaksanakan senam, aspek kognitif dinilai dengan hafal tidaknya peserta didik melakukan senam di dalam kelompoknya, serta aspek psikomotor dinilai dari sudah sesuaikah gerak kaki atau tangannya. Instrumen penilaian yang ada pada modul tidak guru gunakan tetapi membuat sendiri lembar penilaian sesuai dengan indikator yang ada pada modul.

Penilaian proses pembelajaran aktivitas gerak gerak berirama kelas v pada SD Negeri Pakintelan 01 telah melakukan telah melakukan penilaian formatif selama pembelajaran dan asesmen sumatif diakhir pembelajaran. Penilaian formatif dilakukan tanpa ada catatan tertulis dari guru hanya dengan memperhatikan setiap peserta didik selama proses pembelajaran aktivitas gerak berirama. Guru akan melihat perkembangan secara bertahap dari setiap anak apakah adanya peningkatan dari awal hingga akhir pembelajaran. Guru melakukan penilaian sumatif dengan memberikan nilai ketercapaian setiap peserta didik langsung di buku penilaian yang akan dimasukkan sebagai bahan raport. Penilaian dilakukan pada akhir pertemuan dengan praktikkan senam kreasi

diiringi musik senam Jateng Gayeng secara berkelompok. Aspek kognitif dinilai dengan peserta didik mampu merealisasikan daya ingatnya dari rencana gerak ketika praktik, aspek psikomotor dinilai ketepatan pada gerak kaki dan tangannya, dan aspek sikap dilihat dari tingkat kerjasama peserta didik di dalam kelompoknya. Guru tidak menggunakan lembar penilaian yang telah disusun pada modul ajar namun membuat sendiri lembar penilaian sesuai pada indikator.

## PEMBAHASAN

### Perencanaan Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai perencanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V di SDN Kecamatan Gunungpati Tahun ajaran 2023/2024 ditemukan bahwa terdapat 3 guru penjas yaitu SDN Sadeng 02, SDN Nongkosawit 02, SDN Pakintelan 01 telah melakukan perencanaan pembelajaran sesuai tahapan dari pemerintah karena didahului asesmen diagnostik, namun terdapat 1 guru penjas yaitu SDN Sekaran 02 belum maksimal dalam menyusun perencanaan pembelajaran karena belum didahului asesmen diagnostik.

Ke 3 guru penjas telah melakukan tahapan perencanaan pembelajaran dari pemahaman CP, TP, ATP, dan Modul Ajar sesuai dengan prosedur pemerintah. Sebelum menyusun pembelajaran guru melakukan asesmen diagnostik di awal tahun ajaran 2023/2024 dengan praktik olahraga untuk mengidentifikasi karakter, dan kesiapan peserta didik agar dapat menyesuaikan rencana pelaksanaan pembelajaran sesuai kebutuhannya. Guru memodifikasi ATP dan Modul Ajar yang disediakan pemerintah dari Platform Merdeka Mengajar. Guru memodifikasi ATP dengan menentukan sendiri waktu pelaksanaan pembelajaran. Guru memodifikasi modul ajar pada informasi umum dan komponen inti sesuai pada materi yang akan diberikan melalui kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Kemudian guru menentukan metode dan teknik penilaian disesuaikan dengan karakteristik peserta didik. Guru juga menentukan dan mempersiapkan sumber belajar terutama video aktivitas gerak berirama atau LKS sebelum pembelajaran dimulai agar peserta didik dapat belajar memahaminya secara mandiri.

Namun berdasarkan penelitian yang telah dilakukan ternyata masih terdapat 1 guru penjas belum maksimal dalam perencanaan pembelajaran sesuai aturan pemerintah karena tidak didahului asesmen diagnostik. Tanpa adanya asesmen

diagnostik maka dalam merencanakan kegiatan pembelajaran pada modul ajar tidak disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik. Guru hanya melakukan modifikasi pada modul ajar dengan mengganti identitas sekolah. Guru menganggap bahwa apa yang sudah diyakininya dapat diterapkan langsung kepada peserta didik sehingga tidak diperlukan asesmen diagnostik. Dalam hal ini berarti guru masih pada tahap perencanaan pembelajaran pada kurikulum sebelumnya yang berpusat kepada guru saja dan menganggap tidak adanya perbedaan dengan hadirnya kurikulum yang baru. Perencanaan pelaksanaan pembelajaran seperti ini akan menghambat peserta didik dan guru juga dalam meningkatkan kualitas pembelajaran.

### **Pelaksanaan Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V di SDN Se-Kecamatan Gunungpati Tahun ajaran 2023/2024 ditemukan bahwa terdapat 3 guru penjas telah sesuai rancangan modul ajar karena pembelajaran berpusat kepada peserta didik, dan terdapat 1 guru penjas belum sesuai modul ajar karena pembelajaran belum berpusat kepada peserta didik.

Dalam kegiatan pembelajaran aktivitas gerak berirama guru telah melakukan pendahuluan, inti, dan penutup yang berpusat kepada peserta didik. Guru memberikan kesempatan peserta didik untuk mengembangkan kemampuannya supaya lebih aktif berkontribusi dalam kegiatan belajar dan guru sebagai pendamping dalam mengarahkan pembelajaran. Pada kegiatan pendahuluan peserta didik memimpin barisan, berdoa, pemanasan dari statis lalu ke dinamis, dan dilanjutkan presensi oleh guru. Guru menyampaikan kompetensi lingkup materi yang akan dipelajari kepada peserta didik. Pada kegiatan inti guru memberikan materi dengan mendemonstrasikan gerak berirama terkait gerak langkah dan ayunan lengan kepada peserta didik. Sebelum pembelajaran, guru menugaskan anak agar belajar mandiri dari LKS dan video gerak berirama sehingga lebih aktif dalam proses belajar untuk menyerap materi yang diberikan. Guru mendemonstrasikan setiap gerak dan penggabungan gerakan diawali dari langkah kaki dilanjutkan dengan gerakan lengan sambil berhitung 1x8 secara berulang kali. Guru memberikan kesempatan kepada semua peserta didik untuk mempraktikkan gerakan yang telah dipelajari secara berulang kali tanpa pendampingan oleh guru.

Selanjutnya guru mendorong agar peserta didik aktif baik dari tugas individu dan berkelompok dengan membuat senam kreasi atau menghafalkan senam baku. Guru memberikan waktu diskusi untuk membuat senam kreasi dengan musik yang sering didengar sehingga tidak menjadi kesulitan bagi peserta didik meskipun gerakan baru. Media dan sumber belajar yang guru persiapkan sudah sesuai pada rencana modul ajar agar mempermudah proses pembelajaran. Ketika peserta didik berdiskusi dan praktik, guru tetap mengawasi serta mendampingi untuk mengarahkan kegiatan belajar dengan memberikan semangat ataupun umpan balik jika kesulitan. Pada kegiatan penutup guru juga mendorong peserta didik aktif memandu pendinginan, menanyakan materi yang telah dipelajari namun tetap diberikan umpan balik dengan memberikan informasi kesalahan-kesalahan gerakan yang masih terjadi agar diperbaiki, dan adanya tindak lanjut tugas di pertemuan selanjutnya.

Guru menyampaikan materi yang telah disusun pada modul ajar meski beberapa belum diberikan karena keterbatasan waktu dan hanya diberikan gerakan dasar yang lebih mudah dipelajari. Peneliti menemukan bahwa guru telah memenuhi cara mengajar dan belajar aktivitas gerak berirama dengan metode *paket, season, set*, dan rangkaian gerak. Peserta didik aktif mempraktikkan satu gerakan diulangi beberapa kali, lalu menggabungkan satu persatu gerakan dengan diulangi juga, dan akhirnya merangkai gerak. Namun guru belum menggali kemampuan peserta didik dengan pertanyaan, dan belum menyampaikan teknik penilaian yang akan dilakukan. Demonstrasi gerakan sebelum praktik berkelompok belum terdapat sentuhan irama musik sehingga sedikit menghambat penerapan ketika bergerak menyesuaikan irama lagu. Penerapan prinsip mengikuti irama, kelentukan tubuh, dan gerakan secara berkelanjutan sudah mulai guru berikan kepada peserta didik dalam gerak berirama. Pemberian konten berupa materi gerak langkah dan ayunan lengan melalui metode pembelajaran yang berdiferensiasi agar peserta didik mampu menampilkan hasil karyanya baik senam kreasi ataupun senam baku.

Namun masih terdapat 1 guru penjas dalam pelaksanaan pembelajaran gerak berirama pada kelas V belum sesuai modul ajar karena pembelajaran belum berpusat kepada peserta didik. Dalam pelaksanaan kegiatan pendahuluan, inti, dan penutup lebih diberikan sesuai keinginan guru saja, karena peserta didik sebatas mengikuti apa yang guru berikan karena masih minimnya

keterlibatan aktif anak untuk mengembangkan kemampuannya dalam proses pembelajaran.

Pada kegiatan pendahuluan dari berbaris, berdoa, presensi, dan pemanasan dipimpin sendiri oleh guru tanpa melibatkan peserta didik untuk aktif. Guru memberi informasi materi Senam Kebugaran Jasmani 2018 yang akan dipelajari. Guru belum memberikan pertanyaan di awal dan belum menyampaikan teknik penilaian. Pada kegiatan inti peserta didik hanya menirukan demonstrasi gerak berirama langkah kaki dan lengan yang guru berikan dengan hitungan manual dan tidak mendemonstrasikan penggabungan gerak. Guru hanya memberikan beberapa gerak dasar saja, justru guru lebih banyak memberikan senam baku SKJ 2018. Sebelumnya guru sudah memberikan tugas peserta didik untuk mempelajari LKS dan Senam Kebugaran Jasmani 2018 secara mandiri. Ketika peserta didik praktik gerak berirama guru hanya sekadar memberi umpan balik berupa kalimat semangat dan memberi tahu nama anak yang masih salah tanpa mendampingi lebih dekat lagi untuk beri solusi. Pada kegiatan penutup pendinginan dipimpin guru dan memberi informasi kesalahan gerakan. Lalu guru memberikan info tindak lanjut terkait tugas gerak Senam Kebugaran Jasmani 2018 akan dijadikan sebagai penilaian pada pertemuan minggu depan.

Lebih banyak materi aktivitas gerak berirama yang belum guru berikan kepada peserta didik sesuai pada rancangan modul ajar. Peneliti menemukan guru belum memenuhi tuntutan kurikulum merdeka mengajar dalam pelaksanaan pembelajaran harus berpusat kepada peserta didik. Karena melalui materi SKJ 2018 yang diberikan dengan cara mengajar agar peserta didik mampu menghafal sesuai perintah guru sebagai hasil belajarnya. Prinsip-prinsip gerak berirama untuk mengikuti irama, berusaha bergerak lincah, dan secara terus menerus sudah diberikan, tetapi guru hanya memberikan metode mengajar gerak berirama pada tahap paket dan set saja.

#### **Penilaian Proses Pembelajaran Aktivitas Gerak Berirama**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai penilaian proses pembelajaran pada aktivitas gerak berirama kelas V di SDN Kecamatan Gunungpati Tahun ajaran 2023/2024 ditemukan bahwa terdapat 4 guru penjas telah melakukan penilaian formatif selama proses pembelajaran, dan terdapat 3 guru penjas telah melakukan penilaian sumatif pada akhir pembelajaran. Walaupun telah melaksanakan asesmen yang dibutuhkan, tetapi masih ada ketidaksesuaian pada praktik dan prosedur

asesmen yang digunakan karena guru tidak konsisten menggunakan instrumen penilaian ketika pembelajaran berlangsung. Aspek penilaian yang guru lakukan selama penilaian meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik.

Terdapat 4 guru penjas yaitu SDN Sekaran 02, SDN Sadeng 02, SDN Pakintelan 01, dan SDN Nongkosawit 02 telah melakukan penilaian formatif pada saat proses pembelajaran secara konsisten. Pada guru SDN Sekaran 02 belum melakukan asesmen diagnostik pada awal tahun. Berdasarkan asesmen diagnostik pada awal tahun untuk mencapai tujuan pembelajaran sesuai dengan kebutuhan peserta didik, selanjutnya guru tetap melakukan penilaian selama proses pembelajaran secara berkelanjutan mengamati perkembangan kemajuan setiap peserta didik. Guru melakukan penilaian formatif ketika peserta didik mempraktikkan gerakan berulang kali setelah diberikan materi dan memberikan umpan balik secara langsung ketika peserta didik kurang sesuai. Namun pada penilaian formatif guru tidak menggunakan lembar catatan observasi untuk menilai perkembangan setiap peserta didik.

Terdapat 3 guru penjas yaitu SDN Sadeng 02, SDN Nongkosawit 02, dan SDN Pakintelan 01 telah melakukan penilaian sumatif sesuai indikator penilaian di modul ajar namun membuat lembar penilaiannya sendiri. Penilaian sumatif dilakukan oleh guru pada pertemuan terakhir. Guru memberikan penilaian praktik senam kreasi ataupun senam baku secara berkelompok. Pada penilaian aspek kognitif guru melihat dari pemahaman peserta didik dalam merencanakan dan mengingat gerakan senam yang dilakukan. Pada penilaian aspek psikomotor guru melakukan penilaian berdasarkan keterampilan dan kemampuan peserta didik dalam mempraktikkan aktivitas gerak berirama dari kesesuaian langkah kaki dan ayunan lengannya. Pada penilaian aspek afektif guru melihat semangat serta kerjasama peserta didik saat penilaian praktik dan sikapnya selama pelaksanaan pembelajaran berlangsung.

Pada hasil penelitian di lapangan peneliti masih menemukan 1 guru penjas belum melakukan penilaian sumatif pada akhir pembelajaran aktivitas gerak berirama. Guru melakukan penilaian sumatif praktik SKJ 2018 tanpa memberikan nilai pada buku penilaian hanya sekadar mengamati peserta didik kembali sampai akhir pembelajaran. Guru tidak melaksanakan penilaian pada ruang lingkup aktivitas gerak berirama sehingga tidak dapat mengetahui secara pasti ketercapaian setiap peserta didik. Dengan adanya guru belum aplikasikan indikator penilaian

pada pembelajaran dapat menunjukkan kurang siapnya pendidik melaksanakan proses penilaian pembelajaran sesuai rencana di modul ajar. Oleh karena itu sangat penting bagi guru agar dapat menerapkan proses penilaian pembelajaran sesuai indikator kepada peserta didik. Perlunya peningkatan pemahaman guru pada perencanaan dan pelaksanaan penilaiannya sehingga terdapat tindak lanjut agar guru dapat memiliki kompetensi menilai perkembangan peserta didik kedepannya

## SIMPULAN

Kesimpulan penelitian bahwa pelaksanaan pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V di SDN kecamatan Gunungpati tahun ajaran 2023/2024 (1) Perencanaan pembelajaran terdapat 3 guru telah menyiapkan ATP, dan modul ajar didahului asesmen diagnostik dan 1 guru belum didahului asesmen diagnostik, (2) Pelaksanaan pembelajaran terdapat 3 guru telah melaksanakan sesuai modul ajar karena berpusat ke peserta didik dan terdapat 1 guru belum melakukan sesuai modul ajar karena belum berpusat ke peserta didik, (3) Penilaian proses pembelajaran terdapat 4 guru telah melakukan penilaian formatif dan terdapat 3 guru telah melakukan penilaian sumatif. Saran dari peneliti adalah agar guru penjas dapat meningkatkan pemahaman pelaksanaan pembelajaran gerak berirama pada kurikulum merdeka, dinas terkait mampu memfasilitasi peningkatan kompetensi guru sehingga pembelajaran dapat berpusat kepada peserta didik. Penelitian selanjutnya diharapkan menambah kriteria sumber informan yang lebih spesifik dan lebih meluas tidak hanya pembelajaran aktivitas gerak berirama pada kelas V tingkat sekolah dasar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi S, Soenyoto, T., & Sulaiman. (2018). Implementasi Media dalam Proses Belajar Mengajar Fisik, Olahraga, dan Mata Pelajaran Pendidikan Kesehatan. *Journal of Physical Education and Sports (JPES)*, 7(1), 13–21. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/19740>
- Akbar, J. F. (2021). Kemampuan Kreativitas Guru Penjas terhadap Proses Pembelajaran Penjas di SMA. *Journal of Education and Sport Science (JESS)*, 2(1), 34–43.
- Babang, V. M. M. F., Ladjar, M. A. B., & Fobia, R. E. (2022). Strategi Pembelajaran Aktivitas Ritmik di SD Kristen Anugerah Haukota Kota Kupang. *JPEHSS (Journal of Physical Education Health And Sport Sciences)*, 3(1), 64–70.
- Herlambang, T. (2017). Aerobic Gymnastics Sebagai Pembelajaran Aktivitas Ritmik Pada Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jendela Olahraga*, 2(1), 92–98. <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1286>
- Indarta, Y., Jalinus, N., Waskito, W., Samala, A. D., Riyanda, A. R., & Adi, N. H. (2022). Relevansi Kurikulum Merdeka Belajar dengan Model Pembelajaran Abad 21 dalam Perkembangan Era Society 5.0. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(2), 3011–3024. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i2.2589>
- Isa, I., Asrori, M., & Muharini, R. (2022). Peran Kepala Sekolah dalam Implementasi Kurikulum Merdeka di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(6), 9947–9957. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i6.4175>
- Kemendikbud Ristek RI. (2023). *Keputusan Kepala Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kemendikbud Ristek, Nomor 022/H/KR/2023 TENTANG SATUAN PENDIDIKAN PELAKSANA IMPLEMENTASI KURIKULUM MERDEKA PADA TAHUN AJARAN 2023/2024*.
- Luthfi, A., Rumini, & Priyono, B. (2021). Creativity of Physical Education Teachers in Learning Rhythmic and Floor Gymnastics at Senior High Schools in Kebumen Regency. *Journal of Physical Education and Sports*, 10(4), 407–412. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/53690>
- Mustafa, P. S. (2022). Characteristics of Learners and Their Implications in Learning. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 14(4), 7043–7056. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v14i4.2751>
- Nur, L., Hidayat, T., & Malik, A. A. (2023). Physical Education Teacher Perspective On Kurikulum Merdeka and Sport Education Model: A Rasch Model Analysis. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 8(2), 277–287. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v8i2.61431>
- Nurchayani, A., Rahayu, S., & Hartono, M. (2021). Competency of PJOK Teachers in Elementary Schools in East Ungaran District, Semarang Regency. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 10(3), 155–163.
- Permendikbud Ristek RI. (2022). *Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2022 Tentang*

- Standar Isi Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah* (p. 14).
- Permendikbud Ristek RI. (2022). *Peraturan Menteri Pendidikan Kebudayaan Riset Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2022 Tentang Standar Proses Pendidikan Anak Usia Dini Jenjang Pendidikan Dasar Dan Jenjang Pendidikan Menengah* (Vol. 1, Issue 69, pp. 5–24).
- Priantini, D. A. M. M. O., Suarni, N. K., & Adnyana, I. K. S. (2022). Analisis Kurikulum Merdeka Dan Platform Merdeka Belajar Untuk Mewujudkan Pendidikan Yang Berkualitas. *Jurnal Penjaminan Mutu*, 8(02), 243–250.  
<https://doi.org/10.25078/jpm.v8i02.1386>
- Purnomo, F. A., & Sulaiman. (2022). Kemampuan Guru Penjasorkes dalam Perencanaan Pelaksanaan dan Evaluasi Pembelajaran Pada SMK Negeri Se kabupaten Purbalingga. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(2), 479–488.  
<https://doi.org/10.15294/inapes.v3i2.60720>
- Putra, R. B., Priyono, B., Soenyoto, T., Darmawan, A., & Supaat, S. (2023). *Dominant Motion Patterns of Gymnastics Activities for Elementary School. 2010*. <https://doi.org/10.4108/eai.29-6-2022.2326131>
- Raharjo, H. P. (2015). Penerapan Pendekatan Saintifik Dalam Membentuk Karakter Positif Anak. *Journal of Teaching in Physical Education*, 2(1), 28–31.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jp ehs.v2i1.3939>
- Republik Indonesia. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional* (Vol. 4, pp. 1–33).
- Rizqianti, Y. S., Setiawan, I., & Hartono, M. (2018). Korelasi Antara Denyut Nadi Dan Indeks Massa Tubuh (Imt) Terhadap Hasil Penampilan Atlet Senam Ritmik Popda Sd Kota Semarang Tahun 2017. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2(1), 67.  
<https://doi.org/10.17977/um040v2i1p67-74>
- Saputro, A., & Raharjo, H. P. (2023). Proses Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan SD Negeri di Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 4(2), 529–538.  
<https://doi.org/10.15294/inapes.v4i2.54786>
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Sutopo (ed.); Cetakan ke). ALFABETA, cv.
- Suherman, A. (2018). The Implementation Of Character Education Values In Integrated Physical Education Subject In Elementary School. *SHS Web of Conferences*, 42, 00045.  
<https://doi.org/10.1051/shsconf/20184200045>
- Sumarsih, I., Marliyani, T., Hadiyansah, Y., Hernawan, A. H., & Prihantini. (2022). Analisis Implementasi Kurikulum Merdeka di Sekolah Penggerak Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8248–8258.  
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i5.3216>
- Yuwono, C., Rahayu, T., Sulaiman, & Rustiadi, T. (2022). Increasing Students' Gymnastic and Rhythmic Activities through Locomotor, Non-locomotor, and Manipulative Movement Patterns. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 10(1), 57–73.  
<https://doi.org/10.46328/ijemst.2164>
- Zari, N., & Rizka, F. (2022). *Analisis Penerapan Senam Irama Berbasis Kearifan Lokal*. 14(1), 177–184.