

**HAMBATAN SISWA KELAS VII BELAJAR SENAM LANTAI GULING  
DEPAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SMP  
MUHAMMADIYAH 2 DEPOK TAHUN AJARAN 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



**Oleh:**  
**Ade Prasetyo**  
**13601241125**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2017**

## PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling  
Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun  
Ajaran 2016/2017" yang disusun oleh Ade Prasetyo, NIM 13601241125 ini telah  
disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, April 2017  
Pembimbing



Drs. F. Suharjana, M.Pd  
19580706 19803 1 002

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali dengan acuan dan kutipan dengan mengikuti penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yadisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, April 2017  
Yang menyatakan,



Ade Prasetyo  
NIM. 13601241125

## HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**HAMBATAN SISWA KELAS VII BELAJAR SENAM LANTAI GULING  
DEPAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES  
DI SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK  
TA 2016/2017**

Disusun oleh:

Ade Prasetyo  
NIM. 13601241125

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 15 Mei 2017

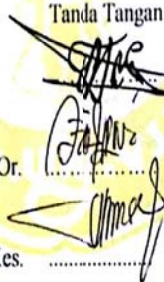
### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Drs. F. Suharjana, M.Pd.  
Ketua Penguji/Pembimbing



23/5 2017

Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas, M.Or.  
Sekretaris Penguji

22/5 2017

Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.  
Penguji Utama

22/5 2017

Yogyakarta, Mei 2017

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP 196407071988121 001

## **MOTTO**

1. Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan  
(Q.S Al-Insyiroh, ayat 6).
2. Jangan mudah putus asa, berusaha dengan maksimal itu lebih baik  
( penulis )
3. Belajarlah mensyukuri atas nikmat yang telah diberikan hari ini, esok  
dan yang akan datang ( penulis )

## **PERSEMBAHAN**

Ketika aku hadapi perjalanan hidup yang penuh tantangan ini, aku tahu bahwa aku takkan mampu dan aku tahu takkan sanggup, namun aku tahu bahwa aku tak sendirian, oleh karena itu karya yang sangat sederhana ini secara khusus penulis persembahkan untuk orang-orang yang punya makna istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. Kedua orang tuaku, bapak Mat Abrori dan ibu Nur Kolimah, yang telah melahirkan, merawat, membimbing dengan penuh kesayangan dan kesabaran yang begitu luar biasa dari kecil sampai dewasa, itu tidak lain hanya untuk mencapai cita-cita yang indah. Terimakasih atas segala ketulusan yang telah engkau berikan, serta doa-doa yang selalu mengiringi langkahku.
2. Kakak kandungku mas Andri dan adekku Arva, yang selalu menjadi motivasi, semangat yang luar biasa.

**HAMBATAN SISWA KELAS VII BELAJAR SENAM LANTAI GULING  
DEPAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SMP  
MUHAMMADIYAH 2 DEPOK TAHUN AJARAN 2016/2017**

Oleh:  
**Ade Prasetyo**  
**13601241125**

**ABSTRAK**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah ada 40% atau 30 siswa belum tuntas pada materi senam lantai guling depan berdasarkan nilai KKM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif menggunakan metode survey. Teknik pengambilan data menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok, Sleman yang terdiri dari kelas VII A 9 siswa, kelas VII B 11 siswa, kelas VII C 10 siswa sehingga secara keseluruhan berjumlah 30 responden. Nilai validitas dari 35 item tes terdapat 26 pernyataan yang dinyatakan valid. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase dibagi menjadi 5 kategori.

Hasil penelitian secara keseluruhan diperoleh 3 siswa atau sebesar (10%) mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori sangat tinggi, 3 siswa atau sebesar (10%) mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori tinggi, 16 siswa atau sebesar (53,333%) mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori cukup, 7 siswa atau sebesar (23,333%) mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori rendah dan 1 siswa atau sebesar (3,334%) mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori sangat rendah, sehingga dapat disimpulkan bahwa hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok secara keseluruhan mempunyai kategori cukup/kesulitan sedang.

***Kata kunci: hambatan, senam lantai, guling depan, siswa kelas VII***

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017” dengan lancar.

Dalam penyusunan skripsi ini pasti penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd, Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan menempuh pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S.Suherman, M.Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Prodi PJKR yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan dalam melaksanakan penelitian.
4. Ibu Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., Dosen Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan studi dan motivasi selama pendidikan di Universitas Negeri Yogyakarta..



5. Bapak Drs. F. Suharjana, M.Pd, Dosen Pembimbing, yang telah memberikan bimbingan dan arahan sekaligus motivasi selama penelitian berlangsung.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah dan telah membantu peneliti dalam membuat surat perijinan.
7. Bapak dan Ibu Guru SMP Muhammadiyah 2 Depok, yang telah memberikan arahan, dorongan, dan bimbingan.
8. Teman-teman seperjuangan, yang telah membantu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kelengkapan skripsi ini. Penulis berharap semoga hasil karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya dan bagi semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, April 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
A. Deskripsi Teori .....	10
1. Hakikat Hambatan .....	10
2. Hakikat Belajar .....	11
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar .....	12
4. Hakikat Senam Lantai .....	19
5. Hakikat Guling Depan .....	21
6. Hakikat Pembelajaran .....	22
7. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	23
8. Karakteristik Siswa Kelas VII .....	25
B. Penelitian Yang Relevan .....	28
C. Kerangka Berpikir .....	30
<b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Desain Penelitian .....	32
B. Definisi Operasional Variabel .....	32
C. Tempat Penelitian .....	33
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	33
1. Populasi Penelitian .....	33
2. Sampel Penelitian .....	33
E. Instrumen Penelitian .....	34
F. Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	41

1. Teknik Pengumpulan Data.....	41
2. Teknik Analisis Data.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
A. Hasil Penelitian .....	43
B. Pembahasan .....	60
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>66</b>
A. Kesimpulan .....	66
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	66
C. Keterbatasan Penelitian .....	67
D. Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Subjek Penelitian .....	34
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba .....	36
Tabel 3. Pemberian Skor Jawaban .....	37
Tabel 4. Hasil Uji Validitas.....	39
Tabel 5. Nomor Soal Gugur.....	39
Tabel 6 Kisi-kisi Angket Hambatan Siswa Belajar Guling Depan .....	40
Tabel 7. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Data Keseluruhan.....	44
Tabel 8. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Faktor Internal.....	45
Tabel 9. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Indikator Fisik.....	47
Tabel 10. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Indikator Psikologis.....	49
Tabel 11. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Faktor Eksternal.....	51
Tabel 12. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Relasi Guru dengan Siswa.....	53

Tabel 13. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Relasi Antar Siswa.....	55
Tabel 14. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Keadaan Gedung.....	57
Tabel 15. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Keadaan Ekonomi Keluarga .....	59

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Rangkaian Gerakan Guling Depan.....	22
Gambar 2. Kerangka Berfikir.....	31
Gambar 3. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Data Keseluruhan.....	44
Gambar 4. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Faktor Internal.....	46
Gambar 5. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Indikator Fisik.....	48
Gambar 6. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Indikator Psikologis.....	50
Gambar 7. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Faktor Eksternal.....	52
Gambar 8. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Indikator Relasi Guru dengan Siswa.....	54
Gambar 9. Diagram Batang FHambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Indikator Relasi antar Siswa.....	56
Gambar 10. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Keadaan Gedung.....	58
Gambar 11. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasarkan Keadaan Ekonomi Keluarga.....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.....	72
Lampiran 2. Surat Rekomendasi Dekan FIK UNY .....	73
Lampiran 3. Surat Rekomendasi KESBANGPOL KAB. SLEMAN.....	74
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian BAPPEDA.....	75
Lampiran 5. Surat Keterangan Uji Coba Penelitian.....	76
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian .....	77
Lampiran 7. Surat Pembimbing Proposal TAS.....	78
Lampiran 8. Kartu Bimbingan TAS.....	79
Lampiran 9. Surat Permohonan Expert Judgement.....	80
Lampiran 10. Angket Uji Coba Penelitian.....	85
Lampiran 11. Angket Penelitian .....	89
Lampiran 12. Uji Validitas-Reliabilitas.....	93
Lampiran 12. Data Penelitian.....	96
Lampiran 13. Dokumentasi.....	100

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu aktivitas untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kesehatan, kestabilan emosional dan kecerdasan individu melalui aktivitas olahraga. Pengembangan kemampuan dan keterampilan jasmani seseorang dapat dikembangkan melalui mata pelajaran ini. Pendidikan jasmani sebagai proses perkembangan motorik dan psikomotor anak melalui berbagai aktivitas fisik. Pendidikan jasmani ini dapat mengembangkan anak baik secara keterampilan motorik, kecerdasan, tingkat emosional serta mental dari masing-masing individu. Menurut Baley dan Field dalam Yusuf Adisasmita (1992: 2) pendidikan jasmani sebagai proses yang menguntungkan dalam penyesuaian dan belajar *organic*, *neuro-muscular*, intelektual, sosial, kebudayaan, emosional dan etika sebagai akibat dan timbul melalui pilihan dan aktivitas kekuatan otot yang agak baik. Pada kenyataan aktivitas pendidikan jasmani masih jarang dilakukan secara rutin. Pendidikan jasmani yang dilakukan secara rutin dapat memberikan banyak manfaat, baik itu dari kemampuan motorik dan keterampilan gerak yang meningkat, kesehatan terjaga serta kebugaran tubuh meningkat.

Menurut Depdikbud (1993: 2), tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kesegaran jasmani melalui pengertian, pengembangan sikap positif dan



keterampilan gerak serta berbagai aktivitas jasmani agar dapat: (1) memacu pertumbuhan termasuk bertambahnya tinggi badan dan berat badan secara harmonis; (2) mengembangkan kesehatan dan kesegaran jasmani, keterampilan gerak dan cabang olahraga; (3) mengerti akan pentingnya kesehatan, kesegaran jasmani dan olahraga terhadap perkembangan jasmani dan mental; (4) mengerti peraturan dan dapat mewasiti pertandingan cabang-cabang olahraga; (5) mengerti dan dapat menerapkan prinsip-prinsip pengutamaan pencegahan penyakit dalam kaitannya dengan kesehatan dan keselamatan dalam kehidupan sehari-hari; dan (6) menumbuhkan sikap positif dan mampu mengisi waktu luang dengan bermain.

Pendidikan jasmani dapat mengembangkan kemampuan dasar berolahraga yang sudah dimiliki. Seseorang yang melakukan aktivitas jasmani tubuhnya akan merasa segar. Pendidikan jasmani dan kesehatan juga bertujuan untuk kesehatan seseorang. Seorang individu yang rutin melakukan aktivitas jasmani dapat terhindar dari berbagai penyakit karena mempunyai sistem kekebalan tubuh yang baik. Pendidikan jasmani dan kesehatan dapat dilakukan dengan bermain yaitu melakukan aktivitas yang menyehatkan tubuh tetapi dengan cara bersenang-senang. Tujuan dari pendidikan jasmani ini dapat tercapai dengan mudah apabila dalam pelaksanaannya dilakukan secara sistematis, dimulai dari hal yang ringan ke hal yang berat atau dari olahraga dasar yang ringan ke olahraga yang berat.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ini sangat penting untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan menciptakan pola hidup yang

sehat. Melalui berbagai aktivitas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat meningkatkan keterampilan, mental, emosi para peserta didik sehingga materi pendidikan jasmani diberikan sejak usia anak-anak, yaitu dari tingkat SD, SMP, SMA, bahkan sampai Perguruan Tinggi. Materi pendidikan jasmani wajib ditempuh oleh siswa dan wajib lulus KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Penyampaian materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga berbeda untuk anak SD dengan SMP, SMP dengan SMA maupun Perguruan Tinggi. Penyampaian materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan disesuaikan dengan tingkatan usia anak-anak tersebut. Melalui pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan anak dapat berkembang baik psikomotor, kognitif, afektif serta kemampuan fisiknya.

Mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian dari kurikulum dan disampaikan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kepada peserta didik. Proses pelaksanaan pembelajaran harus sesuai dengan kurikulum yang diterapkan oleh masing-masing sekolah. Materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang disampaikan kepada peserta didik harus sesuai dengan kurikulum dan silabus masing-masing sekolah.

Ruang lingkup mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk tingkat sekolah menengah berdasarkan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan), meliputi permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, pendidikan luar kelas dan kesehatan. Dalam permainan dan olahraga yang dipelajari antara lain olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-

lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya. Sementara itu dalam aktivitas pengembangan yang dipelajari antara lain mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya. Senam ketangkasan dan senam lantai merupakan materi yang ada di aktivitas senam. Senam aerobik merupakan salah satu pelajaran yang ada di aktivitas ritmik. Dalam aktivitas air yang dipelajari antara lain renang dan keterampilan bergerak di air. Mendaki gunung dan menjelajah merupakan pelajaran yang ada di pendidikan luar kelas serta penanaman budaya hidup sehat merupakan salah satu pelajaran yang ada di kesehatan.

Di SMP Muhammadiyah 2 Depok masih menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP). Materi pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang disampaikan di SMP Muhammadiyah 2 Depok bermacam-macam, antara lain bola basket, bola voli, sepak bola, senam, lompat jauh, pendidikan kesehatan. Berbagai materi pelajaran tersebut disampaikan secara berurutan dari proses penyampaian materi sampai penilaian dan evaluasi. Dari berbagai materi pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah 2 Depok kelas VII yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah aktivitas senam karena ada 40 % atau 30 siswa yang belum tuntas pada materi senam lantai guling depan berdasarkan nilai KKM.

Senam merupakan latihan tubuh yang dilakukan dengan gerakan yang sistematis untuk meningkatkan kebugaran jasmani seseorang, kesehatan tubuh serta mengembangkan keterampilan gerak. Senam terbagi menjadi beberapa macam dan diantaranya adalah senam lantai. Senam lantai mempunyai tujuan selain peningkatan melakukan bentuk-bentuk latihan senam lantai sendiri adalah juga sebagai latihan yang kelak mempermudah melakukan bentuk latihan/gerakan senam dengan alat. Beberapa bentuk senam lantai yang dipelajari berdasarkan kurikulum KTSP di jenjang SMP kelas VII adalah sikap lilin, setimbang, berdiri dengan dahi secara berpasangan, guling depan, dan guling belakang. Dari berbagai bentuk senam lantai yang akan dibahas pada penelitian ini adalah gerakan guling depan.

Guling depan merupakan gerakan berguling ke depan yang dilakukan menggunakan tengkuk, punggung, pinggang serta diakhiri dengan gerakan lanjutan. Gerakan guling ke depan juga dapat dilakukan dengan berbagai variasi antara lain dari sikap jongkok, guling ke depan tanpa bantuan tangan. Atau dari sikap berdiri kaki kangkang, guling ke depan dengan tangan/tanpa tangan. Gerakan guling ke depan juga dapat dibantu oleh temannya dengan cara mendorong pada punggungnya secara perlahan.

Materi pelajaran senam lantai guling depan tercantum dalam standar kompetensi SMP Muhammadiyah 2 Depok Kelas VII berdasarkan kurikulum KTSP. Siswa wajib mendapatkan pembelajaran senam lantai guling depan yang disampaikan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Pada saat proses pembelajaran senam lantai guling depan siswa Kelas VII SMP

Muhammadiyah 2 Depok masih banyak siswa yang takut melakukan gerakan tersebut. Mereka banyak mengeluh tidak bisa melakukan, sakit kepala atau punggungnya takut sakit sebelum melakukan gerakan guling ke depan tersebut. Padahal apabila mendengarkan panduan dari guru resiko terjadinya cedera dapat dihindari. Selain itu, dalam melakukan guling depan tidak sesuai dengan panduan buku atau teknik dasar. Misalnya dalam melakukan guling ke depan dagu tidak ditempelkan ke dada dan posisi tangan salah sehingga berdampak pada nilai senam lantai guling depan. Sementara itu, matras yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai guling depan tersebut hanya ada 2 dengan jumlah siswa perkelas antara 21-28 siswa sehingga satu matras untuk 11-14 siswa. Batasan nilai KKM mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kelas VII adalah 75 termasuk pada materi senam lantai guling depan. Ada 40% atau 30 siswa kelas VII yang mendapatkan nilai di bawah KKM pada materi senam lantai guling depan dan siswa yang lainnya gerakannya belum benar.

Metode yang digunakan guru dalam proses pembelajaran sudah cukup jelas. Baik itu dari metode demonstrasi dan ceramah yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai guling ke depan. Selain itu, guru juga sudah menggunakan media gambar guling depan yang sederhana untuk membantu peserta didik dalam proses pembelajaran supaya peserta didik lebih mudah memahami materi yang disampaikan dan meminta siswa yang dianggap sudah bisa dalam melakukan gerakan guling ke depan untuk memberikan contoh kepada teman-temannya supaya lebih mudah memahami gerakan tersebut.

Akan tetapi masih banyak siswa yang tidak mau melakukan gerakan guling ke depan dengan berbagai alasan sehingga berdampak pada nilai di bawah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) pada materi senam lantai guling depan.

Oleh karena itu, penulis ingin mengetahui dan mengidentifikasi faktor-faktor yang menghambat belajar dalam materi senam lantai guling ke depan dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok tersebut sehingga guru pendidikan jasmani dapat mengatasi permasalahan tersebut supaya siswa mampu melakukan gerakan guling ke depan dengan teknik yang baik dan benar sehingga siswa mampu mendapatkan nilai sesuai KKM atau di atasnya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut.

1. Ada 40% atau 30 siswa kelas VII yang belum lulus berdasarkan nilai KKM pada materi senam lantai guling depan.
2. Kurangnya sarana dan prasarana dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan.
3. Masih banyak siswa yang takut melakukan gerakan guling depan.
4. Belum adanya ketersediaan media gambar permanen dalam pembelajaran senam lantai guling depan yang sangat diperlukan bagi siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok.
5. Belum diketahui hambatan siswa kelas VII dalam belajar senam lantai guling depan.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut di atas maka perlu pembatasan masalah agar permasalahan tidak meluas dan lebih terfokus pada satu permasalahan serta keterbatasan peneliti. Adapun masalah dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII yang mengalami hambatan belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut di atas, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut: Seberapa Besar Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes Di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/ 2017?

### **E. Tujuan Penulisan**

Tujuan penulis melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat baik itu secara teoritis maupun manfaat secara praktis, diantaranya adalah :

#### **1. Manfaat Secara Teoritis**

Penelitian ini dapat menjadi salah satu kajian di bidang pembelajaran guling depan, diantaranya dapat menunjukkan data ilmiah

tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar senam lantai guling depan.

## 2. Manfaat Secara Praktis

### a. Bagi Guru Olahraga

Dapat sebagai masukan dan gambaran bagi guru pendidikan jasmani guna mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar senam lantai guling ke depan, serta sebagai bahan evaluasi terhadap program yang telah ditentukan.

### b. Bagi Siswa

Siswa dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar senam lantai guling depan saat proses pembelajaran berlangsung, sehingga siswa dapat menimbulkan kesadaran untuk mengantisipasi faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut.

### c. Bagi Sekolah

Bagi sekolah dari hasil penelitian ini sekolah dapat mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kesulitan belajar siswa kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Depok dalam pembelajaran senam lantai guling depan, sehingga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi dan mencari solusi sehingga siswa mau dan mampu melakukan gerakan senam lantai guling ke depan serta tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik dan maksimal



## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Pengertian Hambatan**

Hambatan sering dikenal dengan istilah halangan dalam kehidupan sehari-hari. Hambatan ini yang akan menghambat laju suatu pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang. Hambatan memiliki arti yang penting dalam setiap melakukan suatu tugas atau pekerjaan. Hambatan atau rintangan dapat menyebabkan pelaksanaan suatu pekerjaan menjadi terganggu.

Menurut Rochman Natawijaya dalam Sutriyanto (2009: 7), hambatan belajar adalah suatu hal atau peristiwa yang ikut menyebabkan suatu keadaan yang menghambat dalam mengaplikasikannya pada saat proses pembelajaran berlangsung. Hambatan cenderung bersifat negatif, yaitu memperlambat laju suatu pekerjaan yang dilakukan oleh seseorang.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa hambatan adalah suatu hal yang akan menghambat laju pekerjaan seseorang. Hambatan ini menjadi suatu tantangan atau rintangan terhadap seseorang saat melakukan suatu pekerjaan tertentu. Hambatan juga mempengaruhi proses dan hasil belajar seorang siswa sehingga hasilnya tidak maksimal.

## 2. Pengertian Belajar

Belajar dapat terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Proses kegiatan belajar dapat terjadi melalui pengalaman yang didapat oleh seseorang. Menurut Morgan dalam Muhammad Thobroni dan Arif Mustofa (2013: 19), belajar adalah setiap perubahan yang relatif menetap dalam tingkah laku yang terjadi sebagai suatu hasil dari latihan atau pengalaman. Menurut Witherington dalam Muhammad Thobroni dan Arif Mustofa (2013: 20), belajar adalah suatu perubahan di dalam kepribadian yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru daripada reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, kepandaian, atau suatu pengertian.

Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya (Slameto, 1995: 2). Menurut Suprijono dalam Muhammad Thobroni dan Arif Mustofa (2013: 22), tujuan belajar yang eksplisit diusahakan untuk dicapai dengan tindakan instruksional yang dinamakan *instructional effects*, yang biasanya berbentuk pengetahuan dan keterampilan. Belajar merupakan proses untuk mendapatkan pengetahuan dan keterampilan psikomotorik yang dapat digunakan dalam aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses perubahan tingkah laku seseorang yang terjadi melalui pengalaman. Melalui kegiatan belajar seseorang dapat memiliki

kecakapan, keterampilan serta pengetahuan yang lebih. Belajar dapat terjadi dimana saja dan kapan saja dalam kehidupan sehari-hari.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Belajar**

Menurut Slameto (1995: 54-72), faktor-faktor yang mempengaruhi belajar banyak jenisnya, tetapi dapat digolongkan menjadi dua golongan saja, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang ada diluar individu.

#### **a. Faktor Internal**

##### **1) Faktor Kesehatan**

Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya/bebas dari penyakit. Kesehatan sangat berpengaruh terhadap belajar seseorang. Agar proses dan hasil belajar baik seseorang harus mempunyai kesehatan yang baik juga dengan cara makan, tidur, olahraga serta istirahat yang teratur dalam melakukan berbagai aktivitas.

##### **2) Cacat Tubuh**

Cacat tubuh adalah sesuatu yang menyebabkan kurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh/badan. Cacat itu dapat berupa buta, setengah buta, tuli, setengah tuli, patah kaki, patah tangan, lumpuh dan lain-lain. Keadaan cacat tubuh juga mempengaruhi belajar. Siswa yang cacat belajarnya juga terganggu. Jika hal ini terjadi, hendaknya ia belajar pada lembaga pendidikan khusus atau

diusahakan alat bantu agar dapat menghindari atau mengurangi pengaruh kecacatannya itu.

### 3) Intelegensi

Intelegensi adalah kecakapan yang terdiri dari tiga jenis yaitu kecakapan untuk menghadapi dan menyesuaikan ke dalam situasi yang baru dengan cepat dan efektif, mengetahui/menggunakan konsep-konsep yang abstrak secara efektif, mengetahui relasi dan mempelajarinya dengan cepat. Siswa yang mempunyai tingkat intelegensi yang normal dapat berhasil dengan baik dalam belajar, jika ia belajar dengan baik, artinya belajar dengan menerapkan metode belajar yang efisien dan faktor-faktor yang mempengaruhi belajarnya memberi pengaruh yang positif (faktor jasmaniah, psikologi, keluarga, sekolah, masyarakat). Jika siswa memiliki intelegensi yang rendah, dia perlu mendapat pendidikan di lembaga pendidikan khusus.

### 4) Perhatian

Perhatian menurut Gazali adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu pun semata-mata tertuju kepada suatu objek atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka siswa harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya. Jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian siswa, maka timbullah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar. Agar siswa dapat belajar dengan baik, usahakanlah bahan pelajaran selalu

menarik perhatian dengan cara mengusahakan pelajaran itu sesuai dengan hobi atau bakatnya.

#### 5) Minat

Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus-menerus yang disertai dengan rasa senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ diperoleh kepuasan. Jika terdapat siswa yang kurang berminat terhadap belajar, dapatlah diusahakan dengan cara menjelaskan hal-hal yang menarik dan berguna bagi kehidupan serta hal-hal yang berhubungan dengan cita-cita serta kaitannya dengan bahan pelajaran yang dipelajari itu.

#### 6) Bakat

Bakat atau aptitude menurut Hilgard adalah: "*the capacity to learn*". Dengan perkataan lain bakat adalah kemampuan untuk belajar. Kemampuan itu baru akan terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Bakat mempengaruhi belajar siswa, jika bahan pelajaran yang dipelajari siswa sesuai dengan bakatnya maka hasil belajarnya lebih baik.

#### 7) Motif

Dalam proses belajar haruslah diperhatikan apa yang dapat mendorong siswa agar dapat belajar dengan baik atau padanya mempunyai motif untuk berfikir dan memusatkan perhatian,

merencanakan dan melaksanakan kegiatan yang berhubungan dengan belajar. Motif-motif diatas juga dapat ditanamkan kepada diri siswa dengan cara memberikan latihan-latihan, kebiasaan-kebiasaan yang kadang-kadang dipengaruhi oleh keadaan lingkungan. Dari uraian diatas jelaslah bahwa motif sangatlah perlu dalam belajar, didalam membentuk motif yang kuat itu dapat dilaksanakan dengan adanya latihan/kebiasaan dan pengaruh lingkungan yang memperkuat, jadi latihan atau kebiasaan itu sangat perlu dalam belajar.

#### 8) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru. Kematangan belum berarti anak dapat melaksanakan kegiatan secara terusmenerus, untuk itu diperlukan latihan-latihan dan pelajaran. Dengan kata lain anak yang sudah siap (matang) belum dapat melaksanakan kecakapannya sebelum belajar. Belajarnya akan lebih berhasil jika anak sudah siap (matang). Jadi kemajuan baru untuk memiliki kecakapan itu tergantung dari kematangan dan belajar.

#### 9) Kesiapan

Kesiapan adalah kesediaan untuk memberi respon atau bereaksi. Kesediaan itu timbul dari dalam diri seseorang dan juga berhubungan dengan kematangan, karena kematangan berarti kesiapan untuk melaksanakan kecakapan. Kesiapan ini perlu diperhatikan

dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

## **b. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal yang berpengaruh terhadap belajar, dapat dikelompokkan menjadi 3 faktor, yaitu: faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

### **1) Faktor Keluarga**

Cara orang tua mendidik anaknya besar pengaruhnya terhadap belajar anaknya. Orang tua yang kurang/tidak memperhatikan pendidikan anaknya dapat menyebabkan anak tidak/kurang berhasil dalam belajarnya. Mungkin anak sendiri sebetulnya pandai, tetapi karena cara belajarnya tidak teratur, akhirnya kesukaran-kesukaran menumpuk sehingga mengalami ketinggalan dalam belajarnya dan akhirnya anak malas belajar. Mendidik anak dengan cara memanjakannya adalah cara mendidik yang tidak baik. Mendidik anak dengan cara memperlakukannya terlalu keras, memaksa dan mengejar-ngejar anaknya untuk belajar, adalah cara mendidik yang salah. Disinilah bimbingan dan penyuluhan memegang peranan yang penting. Anak/siswa yang mengalami kesukaran-kesukaran diatas dapat ditolong dengan memberikan bimbingan belajar yang sebaik-baiknya. Relasi antaranggota keluarga yang terpenting adalah relasi orang tua dengan anaknya akan mempengaruhi belajar anak. Selain itu, suasana rumah juga mempengaruhi belajar siswa. Suasana rumah

yang ramai/gaduh dan semrawut tidak akan memberi ketenangan kepada anak yang belajar.

## 2) Faktor Sekolah

Menurut Slameto (1995: 64), metode mengajar adalah suatu cara/jalan yang harus dilalui di dalam mengajar. Metode mengajar itu mempengaruhi belajar siswa. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar siswa yang tidak baik pula. Metode mengajar yang kurang baik itu dapat terjadi misalnya karena guru kurang persiapan dan kurang menguasai bahan pelajaran sehingga guru tersebut menyajikannya dengan tidak jelas atau sikap guru terhadap siswa atau terhadap mata pelajaran itu sendiri tidak baik, sehingga siswa kurang senang terhadap pelajaran atau gurunya. Akibatnya siswa malas untuk belajar. Selain itu, bahan pelajaran yang terdapat dalam kurikulum juga mempengaruhi belajar siswa. Kurikulum yang kurang baik berpengaruh tidak baik terhadap belajar. Proses belajar juga dipengaruhi oleh relasi guru dengan siswa dan relasi siswa dengan siswa. Apabila kedua relasi tersebut dapat berjalan dengan baik berpengaruh terhadap belajar yang baik juga.

## 3) Faktor Masyarakat

Masyarakat merupakan faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Pengaruh ini terjadi karena keberadaannya siswa dalam masyarakat. Kegiatan siswa dalam masyarakat dapat menguntungkan terhadap perkembangan pribadinya. Tetapi jika siswa



ambil bagian dalam kegiatan masyarakat yang terlalu banyak, misalnya berorganisasi, kegiatan-kegiatan sosial, keagamaan dan lain-lain, belajarnya akan terganggu, lebih-lebih jika tidak bijaksana dalam mengatur waktunya. Hal lain yang mempengaruhi belajar siswa adalah mass media. Mass media yang baik memberi pengaruh yang baik terhadap siswa dan juga terhadap belajarnya. Sebaliknya mass media yang jelek juga berpengaruh jelek terhadap siswa.

Pengaruh-pengaruh dari teman bergaul siswa lebih cepat masuk dalam jiwanya. Teman bergaul yang baik akan berpengaruh baik terhadap diri siswa, begitu pula sebaliknya, teman bergaul yang jelek pasti mempengaruhi yang bersifat buruk juga. Kehidupan masyarakat di sekitar juga berpengaruh terhadap belajar siswa. Masyarakat yang terdiri dari orang-orang yang tidak terpelajar, penjudi, suka mencuri dan mempunyai kebiasaan yang tidak baik, akan berpengaruh jelek kepada anak (siswa) yang berada disitu.

Menurut Sugihartono dkk (2013: 76), terdapat 2 faktor yang mempengaruhi pembelajaran, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang belajar, sedang faktor eksternal adalah faktor yang ada di luar individu. Faktor internal meliputi: faktor jasmaniah dan faktor psikologis. Faktor jasmaniah meliputi faktor kesehatan dan cacat tubuh, sedangkan faktor psikologis meliputi intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kelelahan. Faktor eksternal yang berpengaruh dalam belajar meliputi faktor

keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat. Faktor keluarga dapat meliputi cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua, dan latar belakang kebudayaan. Faktor sekolah yang mempengaruhi belajar meliputi metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, disiplin sekolah, pelajaran dan waktu sekolah, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas rumah. Faktor masyarakat dapat berupa kegiatan siswa dalam masyarakat, teman bergaul, bentuk kehidupan dalam masyarakat, dan media massa.

#### **4. Hakikat Senam Lantai**

Pembelajaran senam lantai harus diberikan secara tepat kepada siswa. Para siswa harus diberi pemahaman dan pengetahuan tentang senam lantai. Menurut Imam Hidayat dalam Agus Mahendra (2000: 9), senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai spiritual. Senam dapat diartikan sebagai bentuk latihan tubuh pada lantai pada alat yang dirancang untuk meningkatkan daya tahan, kekuatan, kelentukan, kelincahan, koordinasi serta kontrol tubuh (Peter H. Werner dalam Agus Mahendra, 2000: 9).

Menurut FIG (Federation Internationale de Gymnastique) dalam Agus Mahendra (2000: 12) senam dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu:

- a. senam artistik
- b. senam ritmik sportif
- c. senam akrobatik
- d. senam akrobatik sport
- e. senam trampoline
- f. senam umum

Menurut Roji (2007: 112), senam lantai adalah salah satu rumpun senam. Disebut senam lantai, karena gerakan senam dilakukan di matras. Senam lantai disebut juga latihan bebas, karena saat melakukannya tidak menggunakan benda atau perkakas lain (alat lain). Menurut Panggabean dan Imam Hidayat (1978: 11) senam lantai adalah satu dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah lantai, maka gerakan-gerakan/bentuk latihan-latihannya dilakukan di lantai. Jadi lantailah (yang beralaskan permadani atau sebangsanya) yang merupakan “alat” yang dipergunakan. Beberapa bentuk senam lantai antara lain sikap lilin, setimbang, splits, hand stand, guling depan, guling belakang, lompat harimau, *walk over* dan lain-lain. Berdasarkan kurikulum KTSP di SMP/MTs materi yang diajarkan pada senam dasar adalah latihan keseimbangan bertumpu pada satu kaki dan latihan keseimbangan bertumpu selain kaki pada semester satu. Materi senam lantai yang diberikan kepada siswa pada semester dua adalah latihan

guling depan dan guling belakang serta nilai keberanian, kedisiplinan dan tanggung jawab.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa senam lantai adalah suatu bentuk latihan tubuh dalam bentuk gerakan yang tersusun secara terencana, teratur dan sistematis atau berurutan dan dilakukan di lantai. Gerakan dalam senam lantai dilakukan secara sadar dan terencana untuk mengembangkan keterampilan dan sikap sportif.

## **5. Pengertian Guling Depan**

Pembelajaran guling depan pada siswa harus diberikan secara hati-hati. Siswa harus diberikan pemahaman, pengetahuan dan pengertian guling depan terlebih dahulu. Dalam pembelajaran guling depan ada tiga tahap gerakan, yaitu sikap awalan, perkenaan dan sikap akhiran. Menurut Panggabena dan Imam Hidayat (1978: 40), guling depan ialah berguling ke depan atas bagian belakang badan ( tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang). Menurut Roji (2007: 112), berguling ke depan ialah gerakan badan berguling ke arah depan melalui bagian belakang badan (tengkuk), pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang. Guling depan adalah gerak berguling yang halus dengan menggunakan bagian tubuh yang berbeda untuk kontak dengan lantai, dimulai dari kedua kaki, kedua tangan, ke tengkuk, lalu ke bahu, ke punggung, pinggang dan pantat, sebelum akhirnya ke kaki kembali (Agus Mahendra dalam Ciptoning, 2001: 257).

Langkah-langkah guling depan dari sikap jongkok menurut Roji (2007: 112) yaitu:

a. Tahap persiapan

Lakukan sikap jongkok menghadap arah gerakan, kemudian kedua telapak tangan diletakkan di atas matras.

b. Tahap gerakan

Angkat pinggul ke atas hingga kedua kaki lurus. Masukkan kepala diantara kedua lengan hingga pundak menempel di matras. Kemudian gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang menyentuh matras.

c. Akhir gerakan

Kembali pada sikap jongkok, kedua lengan lurus ke depan, pandangan kearah depan.



**Gambar 1. Rangkaian Gerakan Guling Depan (Roji, 2007: 113)**

## **6. Pengertian Pembelajaran**

Pembelajaran berkaitan erat dengan proses belajar. Kegiatan pembelajaran dapat terjadi melalui interaksi. Menurut Gagne, Briggs, dan Wagner dalam Dini Rosdiani (2008: 40 ), pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada siswa. Menurut UU Nomor 20 tahun 2003 tentang Sisdiknas dalam

Dini Rosdiani (2013: 73), pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan proses belajar yang terjadi interaksi antara peserta didik dengan guru.

Menurut Rombepajung dalam Muhammad Thobroni dan Arif Mustofa (2013: 18), pembelajaran adalah pemerolehan suatu mata pelajaran atau pemerolehan suatu keterampilan melalui pelajaran, pengalaman atau pengajaran. Pembelajaran adalah suatu perubahan perilaku yang relatif tetap dan merupakan hasil praktik yang diulang-ulang (Kimble dan Garnezy dalam Muhammad Thobroni dan Arif Mustofa, 2013: 18).

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan proses interaksi yang terjadi antara peserta didik dengan guru melalui kegiatan belajar. Proses pembelajaran ini terjadi secara berurutan atau sistematis dan terjadi sepanjang hidup seseorang. Dalam pembelajaran dipengaruhi oleh lingkungan belajar, sumber belajar serta subjek yang akan menunjang keberhasilan pembelajaran tersebut. Melalui kegiatan pembelajaran seorang individu dapat meningkatkan keterampilan serta terjadi perubahan tingkah laku dalam individu.

## **7. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pembelajaran pendidikan jasmani wajib disampaikan dijenjang sekolah. Melalui pendidikan jasmani siswa dapat meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani dan rohani, kestabilan emosional. Menurut Dini Rosdiani (2013: 137), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang

memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara *organic, neuromuskuler*, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka system pendidikan nasional. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Melalui pendidikan jasmani anak dapat mengembangkan kemampuan psikomotor untuk mengembangkan pola hidup yang sehat, berkembang secara sosial, mental dan stabilitas emosional. Menurut Siedentop dalam Dini Rosdiani (2013: 140), pendidikan jasmani sebagai “*education through and of physical activities*’. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses keseluruhan proses pendidikan.

Menurut Nixon dan Cozen dalam Yusuf Adisasmita (1992: 2), pendidikan jasmani sebagai bagian dari pendidikan keseluruhan dengan melibatkan penggunaan sistem aktivitas otot untuk belajar, sebagai akibat peran serta dalam kegiatan ini. Pendidikan jasmani sebagai sebuah aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang menggunakan dorongan aktivitas untuk mengembangkan *fitness organic, control neuro-muscular*, kekuatan, intelektual, dan kontrol emosi (Nash dalam Yusuf Adisasmita (1992: 2).

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan menggunakan aktivitas jasmani atau fisik yang dilakukan secara sistematis untuk mengembangkan ketrampilan, aspek sosial, kestabilan emosional dan kesehatan tubuh seseorang. Melalui pendidikan jasmani dapat mengembangkan kemampuan dasar seseorang

yang sudah dimiliki dalam berolahraga. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan seutuhnya sehingga mata pelajaran pendidikan jasmani diberikan dari jenjang sekolah dasar bahkan sampai ke perguruan tinggi.

#### **8. Karakteristik Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok**

Masa remaja merupakan salah satu fase dalam rentang perkembangan manusia yang terentang sejak anak masih dalam kandungan sampai meninggal dunia (*life span development*). Kata remaja dari kata dalam bahasa Inggris *adolescence* atau *adolecere* (bahasa latin) yang berarti tumbuh atau tumbuh untuk masak, menjadi dewasa. Dalam pemakaiannya istilah remaja dengan *adolecen* disamakan. *Adolecen* maupun remaja menggambarkan remaja baik perkembangan fisik, intelektual, emosi, dan sosial. Istilah lain untuk menunjukkan pengertian remaja yaitu pubertas. Pubertas berasal dari kata *puber* (dalam bahasa latin) yang berarti rambut kelamin, yaitu yang merupakan tanda kelamin sekunder yang menekankan pada perkembangan seksual. Menurut Hurlock dalam Rita Eka Izzaty (2013: 122), menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai 18 tahun, yaitu usia mata secara hukum.



Hurlock dalam Rita Eka Izzaty (2013: 122-124) menjelaskan ciri-ciri masa remaja sebagai berikut :

1. Masa remaja sebagai periode penting, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku dan akibat jangka panjangnya, juga akibat fisik dan akibat psikologis.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, sehingga mereka harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan serta mempelajari pola perilaku dan sikap baru untuk menggantikan perilaku dan sikap yang sudah ditinggalkan.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan, selama masa remaja terjadi perubahan fisik yang sangat pesat, juga perubahan perilaku dan sikap yang berlangsung pesat.
4. Masa remaja sebagai masa mencari identitas, pada masa ini mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti pada masa sebelumnya.
5. Usia bermasalah, karena pada masa remaja pemecahan masalah sudah tidak seperti pada masa sebelumnya yang dibantu oleh orangtua dan gurunya.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan/ kesulitan, karena pada masa remaja sering timbul pandangan yang kurang baik atau bersifat negatif.

7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik, pada masa ini remaja cenderung memandang dirinya dan orang lain sebagaimana yang diinginkan bukan sebagaimana adanya, lebih-lebih cita-citanya.

8. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Dalam perkembangan remaja, kecerdasan (kognisi) juga mengalami perkembangan baik secara kuantitatif maupun secara kualitatif. Menurut Bloom dkk dalam Rita Eka Izzaty (2013: 130), mengadakan penelitian secara longitudinal terhadap anak sampai berusia 17 tahun. Hasilnya bahwa sampai usia 1 tahun kecerdasan berkembang sampai 20%, usia 4 tahun berkembang sampai 50%, usia 8 tahun berkembang 80%, usia 13 tahun berkembang 92% dan usia 13 tahun ke atas tinggal penyempurnaan. Dimana laju perkembangan tersebut relatif stabil dan proporsional.

Karakter siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok sebagai berikut:

1. Siswa aktif dalam berbagai kegiatan seperti tapak suci.
2. Siswa sering bercanda saat proses pembelajaran berlangsung.
3. Masih banyak siswa yang malu bertanya kepada guru saat proses pembelajaran berlangsung.
4. Masih banyak siswa yang ribut atau hiperaktif saat pembelajaran.
5. Masih banyak siswa yang belum bisa mengontrol emosi saat temannya melakukan kesalahan.
6. Banyak siswa mencoba hal-hal yang baru saat pembelajaran untuk mendapatkan perhatian dari temannya.

7. Siswa sudah mulai malu dengan lawan jenisnya saat proses pembelajaran.

Berdasarkan karakteristik tersebut di atas mengenai perkembangan masa remaja atau anak usia 13-16 tahun telah banyak mengalami perubahan baik dari fisik, sosial, emosi, kognitif, afektif, maupun psikomotornya. Dalam hal ini guru pendidikan jasmani harus kreatif saat menyampaikan materi pembelajaran baik itu dari metode mengajar, sarana dan prasarana yang digunakan serta evaluasi terhadap proses pembelajaran yang berlangsung karena usia anak SMP atau memasuki usia remaja berbeda dengan usia anak SD ( 6-12 tahun).

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Hasil penelitian Sri Heriyanti (2008) yang berjudul “Identifikasi Kesulitan Siswa Kelas VII SMP N 24 Purworejo dalam Pembelajaran Guling Belakang”, menunjukkan bahwa tingkat kesulitan belajar guling belakang adalah sedang dengan presentase 51,09%. Penghambat dari faktor intern masuk kategori sedang dan faktor ekstern juga dalam kategori sedang. Secara rinci sebanyak 8,76% siswa kelas VII selama mengikuti pembelajaran guling belakang dalam kategori sangat sulit, 5,84% dalam kategori sulit, 51,09% siswa dalam kategori sedang, 27,74% siswa dalam kategori tidak sulit, dan 6,57% dalam kategori sangat tidak sulit.
2. Penelitian yang dilakukan Ciptoning pada tahun 2015 dengan judul “Identifikasi Faktor-faktor Kesulitan Belajar Guling KeDepan Siswa Kelas IV SD Negeri EX Gugus Kreatif Kecamatan Secang Kabupaten

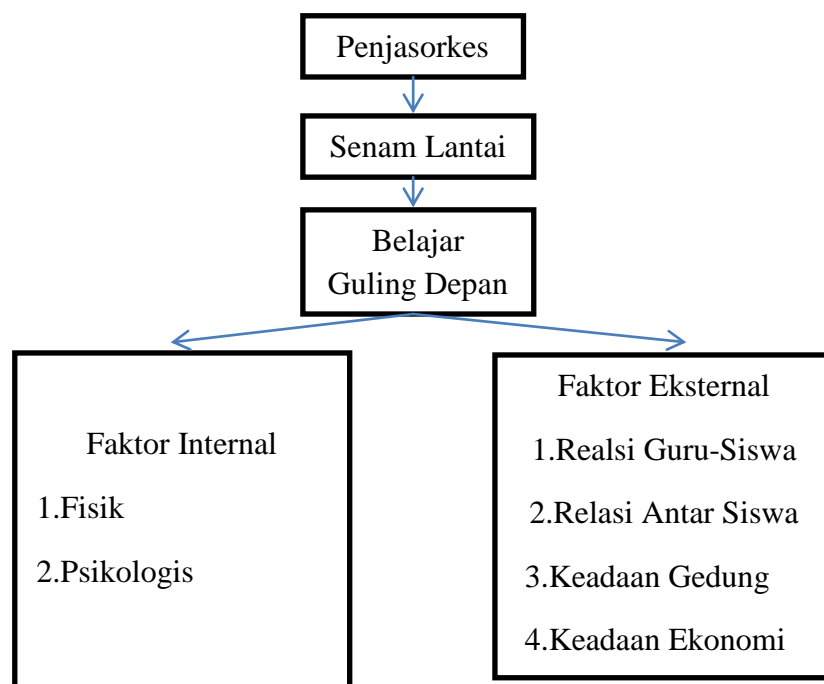
Magelang". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan kesulitan belajar guling ke depan siswa kelas IV SD Negeri Ex Gugus Kreatif Kecamatan Secang Kabupaten Magelang. Penelitian ini menggunakan dekriptif kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh SD Negeri di Gugus Kreatif Kecamatan Secang yang berjumlah 104 siswa kelas IV dan semua populasi dijadikan sebagai sampel, yang terdiri dari SD Negeri Jambewangi 17 siswa, SD Negeri 1 Payaman 30 siswa, SD Negeri Kalijoso 29 siswa dan SD Negeri Pancuranmas 28 siswa. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa identifikasi faktor-faktor kesulitan belajar senam lantai guling ke depan siswa kelas IV Gugus Kreatif Kecamatan Secang Kabupaten Magelang diketahui sebanyak 4 siswa (4%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "sangat tinggi/sangat tidak kesulitan". Sebanyak 24 siswa (23%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "tinggi/ tidak kesulitan". Sebanyak 50 siswa (48%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "sedang/kesulitan sedang" dan sebanyak 18 siswa (17%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "rendah/kesulitan". Sebanyak 8 siswa (8%) siswa mengalami kesulitan belajar kategori "sangat rendah/sangat kesulitan". Dengan rata-rata klasikal tingkat kesulitan belajar guling ke depan sebesar 87.38% dalam kategori sedang/ kesulitan sedang

### **C. Kerangka Berfikir**

Berdasarkan latar belakang masalah dan kajian teori di atas, maka dapat dikemukakan bahwa dalam pelaksanaan pendidikan jasmani terdapat banyak faktor yang mempengaruhi belajar siswa. Khususnya dalam pembelajaran senam lantai guling depan sangat ditentukan oleh faktor internal yang terdiri dari faktor jasmaniah (faktor kesehatan, cacat tubuh), faktor psikologis ( inteligensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, kesiapan), serta faktor kelelahan. Sementara itu, faktor ekstern yang mempengaruhi belajar siswa adalah faktor keluarga (cara orang tua mendidik, relasi antar anggota keluarga, suasana rumah, keadaan ekonomi keluarga, pengertian orang tua dan latar belakang kebudayaan), faktor sekolah (metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, disiplin sekolah, alat pengajaran, waktu sekolah, keadaan gedung, metode belajar dan tugas rumah), faktor masyarakat (kegiatan siswa dalam masyarakat, mass media, teman bergaul, bentuk kehidupan masyarakat). Faktor internal dan eksternal itu yang akan mempengaruhi hasil belajar siswa kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling depan.

Guling depan tercantum dalam standar kompetensi (SK) SMP kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok kurikulum KTSP yaitu 9. Mempraktikan teknik dasar senam lantai dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya, serta dalam kompetensi dasar (KD) SMP Muhammadiyah 2 Depok kelas VII kurikulum KTSP yaitu 9.1. Mempraktikkan teknik dasar gerak guling depan serta nilai-nilai disiplin, keberanian dan tanggung jawab. Pembelajaran senam

lantai guling depan diberikan oleh guru pendidikan jasmani kepada siswanya. Siswa kelas VII SMP merupakan peralihan dari jenjang Sekolah Dasar (SD) sehingga memiliki tingkat emosional yang masih labil. Pembelajaran senam lantai guling depan ada yang sudah mendapatkan di SD dan ada yang belum sama sekali sehingga kemampuan siswa kelas VII dalam melakukan gerakan guling depan bervariasi. Terdapat beberapa siswa yang sudah bisa melakukan gerakan guling depan, akan tetapi masih banyak siswa yang belum benar melakukan gerakan tersebut dengan berbagai alasan antara lain takut, tangannya sakit dan lain-lain. Diharapkan dengan diketahuinya faktor-faktor yang menghambat siswa belajar senam lantai guling depan siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok dapat melakukan gerakan dengan teknik yang baik dan benar sehingga dapat mendapatkan nilai sesuai KKM atau di atasnya.



**Gambar 2. Kerangka Berfikir**

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi objek sesuai dengan apa adanya (Best dalam Sukardi, 2003: 157). Peneliti ingin mengetahui seberapa besar hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes. Desain dalam penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif untuk mengetahui kemampuan dan gambaran senam lantai guling depan pada siswa serta bermaksud untuk menemukan informasi yang banyak dalam mengidentifikasi hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok yang berjumlah 30 siswa.

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

Berdasarkan rumusan masalah dan batasan masalah yang telah ditetapkan, maka variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes. Secara operasional hambatan belajar senam lantai guling depan adalah sesuatu yang mengganggu kelancaran siswa dalam belajar senam lantai guling depan yang terdiri dari 2 faktor yang memungkinkan penyebab siswa mengalami hambatan belajar senam lantai guling depan.

1. Faktor yang berasal dari dalam diri tiap individu (internal), yang terdiri dari  
: fisik dan psikologis

2. Faktor yang berasal dari luar individu (eksternal), yang terdiri dari : relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, keadaan gedung dan keadaan ekonomi keluarga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut akan diungkap menggunakan angket.

### **C. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Depok pada siswa Kelas VII dengan pertimbangan pada kelas tersebut 40% atau 30 siswa kesulitan dalam melakukan gerakan senam lantai guling ke depan, dengan pencapaian rata-rata nilai psikomotor jauh di bawah ketuntasan belajar yang ditetapkan yaitu 75.

### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian populasi, maka akan meneliti seluruh populasi yang ada. Menurut Ary, dkk dalam Sukardi (2003: 53) *Population is all members of well defined class of people, events or objects.* Menurut Babbie dalam Sukardi (2003: 53), populasi tidak lain adalah elemen penelitian yang hidup dan tinggal bersama-sama dan secara teoritis menjadi target hasil penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok dengan jumlah 30 siswa yang belum tuntas berdasarkan nilai KKM pada materi senam lantai guling depan dan semua populasi dijadikan sampel, yang terdiri dari siswa kelas VII A 9 siswa, kelas VII B 11 siswa dan kelas VII C 10 siswa.



**Tabel 1. Jumlah Subjek Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	Kelas VII A	9
2	Kelas VII B	11
3	Kelas VII C	10
Jumlah		30

### **E. Instrumen Penelitian**

Suatu instrumen dikatakan valid jika instrumen yang digunakan dapat mengukur apa yang hendak diukur (Gay dalam Sukardi (2003: 121). Menurut Sutrisno Hadi dalam (2015: 29), ada tiga langkah pokok yang harus diperhatikan dalam penyusunan instrumen yaitu mendefinisikan kontrak, menyidik faktor, dan menyusun butir pertanyaan.

#### **1. Mendefinisikan Konstrak**

Konstrak dalam penelitian ini merupakan suatu tahapan yang bertujuan untuk memberikan batasan yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini. Langkah pertama adalah mendefinisikan kontrak, berarti membatasi ubah atau variabel yang akan diukur. Konstrak dalam penelitian ini adalah hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman.

## 2. Menyidik Faktor

Langkah kedua yaitu menyidik unsur atau faktor-faktor yang menyusun konstruk. Dari ubah diatas dijabarkan menjadi faktor-faktor yang akan diukur, faktor itu dijadikan titik tolak ukur menyusun instrumen berupa pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan ke responden. Faktor-faktor yang akan diukur meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisik dan faktor psikologis. Faktor eksternal meliputi relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, keadaan gedung dan keadaan ekonomi keluarga.

## 3. Menyusun Butir-Butir Pertanyaan

Langkah yang ketiga yaitu menyusun butir-butir pertanyaan berdasarkan faktor-faktor yang menyusun konstruk. Butir-butir pernyataan harus merupakan penjabaran dari isi faktor. Tiap butir pernyataan harus spesifik untuk faktornya sendiri guna menghindari terjadinya *overlapping*. Dari faktor-faktor yang telah diuraikan diatas, disusun butir-butir soal yang dapat memberikan gambaran tentang keasaan faktor-faktor tersebut. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu dengan angket yang disesuaikan dengan butir-butir identifikasi hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan.

Sebelum butir-butir pernyataan disusun ke dalam angket, pada tabel berikut ini akan dijabarkan mengenai kisi-kisi yang terdapat pada penelitian tentang hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten

Sleman. Kisi-kisi ini yang nantinya akan dijadikan oleh peneliti sebagai dasar untuk membuat instrument penelitian yaitu kuesioner yang berbentuk angket.

**Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba Tentang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok.**

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan
(1)	(2)	(3)	(4)
Faktor-faktor yang menghambat belajar senam lantai guling depan	Faktor Internal	1. Fisik 2. Psikologis	1, 2*, 3, 4*, 5, 6*, 7 8, 9, 10, 11, 12*, 13*, 14*, 15*
	Faktor Eksternal	1. Relasi Guru dengan Siswa 2. Relasi Antar Siswa 3. Keadaan Gedung 4. Keadaan Ekonomi	16, 17, 18, 19, 20, 21, 22 23, 24, 25*, 26* 27, 28, 29, 30*, 31* 32, 33, 34*, 35*

Keterangan :

Tanda \* = Pernyataan negatif

Setelah butir-butir pernyataan selesai disusun, langkah selanjutnya adalah mengkonsultasikan kepada ahli (*Expert Judgement*) atau kalibrasi ahli yang kompeten khususnya dalam bidang senam lantai. Jumlah ahli terdiri dari 2 orang dosen di luar dosen pembimbing yaitu Pak Heri Purwanto dan Ibu Farida Mulyaningsih. Sesudah melakukan serangkain konsultasi dan diskusi mengenai instrument penelitian yang digunakan (angket penelitian), maka instrument tersebut dinyatakan layak dan siap untuk digunakan dalam uji coba penelitian.

Instrument untuk data penelitian ini disusun dengan memodifikasi skala likert dengan empat alternatif jawaban (Sutrisno Hadi, 1991: 19-20), empat alternatif jawaban tersebut yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Cara pemberian skor untuk masing-masing butir pernyataan jenis positif yaitu: SS=1 S=2 TS=3 STS=4. Sedangkan skor untuk butir pernyataan jenis negatif yaitu: SS=4 S=3 TS=2 dan STS=1.

**Tabel 3. Pemberian Skor Jawaban**

Alternatif Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	1	4
Setuju (S)	2	3
Tidak Setuju (TS)	3	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	4	1

a. Uji Coba Instrument

Uji coba angket penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 3 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman pada tanggal 13 Maret 2017. Sampel/subjek dalam uji coba tersebut adalah siswa kelas VII B yang berjumlah 34 siswa. Uji coba instrument tersebut dilakukan untuk menguji validitas dari setiap butir pernyataan yang telah disusun di dalam angket uji coba.

b. Uji Validitas

Dalam menguji validitas setiap butir, maka skor-skor yang ada pada butir yang dimaksud dikorelasikan dengan skor total. Satu butir

dikatakan valid apabila memperoleh indeks korelasi yang lebih dari r tabel dengan taraf signifikan 5% atau 0.05. Uji validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program SPSS 16 dengan rumus korelasi *product moment* dari Pearson (Suharsimi Arikunto. 2007: 171) yaitu:

$$r_{xy} = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{XY}$  = Koefisien validitas

$n$  = Jumlah obyek

$\sum X$  = Jumlah skor item

$\sum Y$  = Jumlah skor total

$\sum XY$  = Jumlah hasil kali skor item dengan skor total

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor item

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor total

Sumber: Suharsimi Arikunto (2007: 171)

Untuk menguji tingkat signifikansi koefisien korelasi (r) yang diperoleh menggunakan perbandingan antara r hitung dan r tabel, dengan tingkat signifikansi 5%.

Berdasarkan dari uji coba diperoleh nilai validitas dengan  $N=34$  maka  $Df = N-2 = 32$  jadi  $r_{\text{tabel}} = 0.349$  oleh karenanya terdapat 9 butir pernyataan yang gugur, yaitu pernyataan dari indikator fisik pada butir nomor 3 dengan nilai  $r = 0.221$ , nomor 4 dengan nilai  $r = 0.078$ , nomor 7 dengan nilai  $r = 0.288$ , indikator psikologis pada butir nomor 11

dengan nilai  $r = 0.204$ , nomor 12 dengan nilai  $r = 0.225$  dan nomor 15 dengan nilai  $r = 0.331$ , indikator relasi guru dengan siswa pada nomor 16 dengan nilai  $r = 0.128$ , sementara itu, indikator keadaan gedung pada butir nomor 30 dengan nilai  $r = 0.080$  dan indikator keadaan ekonomi keluarga pada butir nomor 33 dengan nilai  $r = 0.289$ . Sehingga tersisa 26 butir pernyataan yang dinyatakan valid dan selanjutnya digunakan dalam penelitian.

**Tabel 4. Hasil Uji Validitas**

Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan	
		Valid	Gugur
Faktor Internal	1. Fisik	1,2,5,6	3,4,7
	2. Psikologis	8,9,10,13,14	11,12,15
Faktor Eksternal	1.Relasi Guru dengan Siswa	17,18,19,20,21,22	16
	2.Relasi Antar Siswa	23,24,25,26	
	3.Keadaan Gedung	27,28,29,31	30
	4.Keadaan Ekonomi	32,34,35	33
Jumlah		26	9

**Tabel 5. Nomor Butir Soal Gugur**

Faktor	Indikator	Nomor Soal Gugur
Faktor Internal	1. Fisik	3,4,7
	2. Psikologis	11,12,15
Faktor Internal	1.Relasi Guru dengan Siswa	16
	2.Relasi Antar Siswa	
	3.Keadaan Gedung	30
	4.Keadaan Ekonomi	33
Jumlah		9

**Tabel 6. Kisi-kisi Angket Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok.**

<b>Variabel</b>	<b>Faktor</b>	<b>Indikator</b>	<b>Butir Pertanyaan</b>
(1)	(2)	(3)	(4)
Faktor-faktor yang menghambat belajar senam lantai guling depan	Faktor Internal	1. Fisik 2. Psikologis	1, 2*, 3, 4* 5, 6, 7, 8*, 9*
	Faktor Eksternal	1. Relasi Guru dengan Siswa 2. Relasi Antar Siswa 3. Keadaan Gedung 4. Keadaan Ekonomi	10, 11, 12, 13, 14, 15 16, 17, 18*, 19* 20, 21, 22, 23* 24, 25*, 26*

Keterangan :

Tanda \* = Pernyataan negatif

Setelah dilakukan uji coba, angket tersebut digunakan sebagai instrument dalam pengambilan data sesungguhnya, artinya pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan butir yang sah dari instrument uji coba, sedangkan untuk butir yang gugur tidak diikuti pada instrument yang akan digunakan dalam penelitian yang sesungguhnya.

#### c. Uji Reliabilitas

Instrumen dikatakan reliabel apabila instrument tersebut mampu mengungkapkan data yang bisa dipercaya dan sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya. Uji reliabilitas ini menggunakan program SPSS.16 dengan rumus *Alpha Cronbach*, Suharsimi Arikunto (2007: 180), yaitu:

$$r_{11} = \left[ \frac{k}{k-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  = Reliabilitas instrumen

$k$  = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$  = Jumlah varians butir

$\sigma_t^2$  = Varians total

Sumber: Suharsimi Arikunto (2007: 180)

Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan subjek penelitian sebanyak 34 anak. Dari hasil uji coba tersebut diperoleh koefisien *Alpha Cronbach* pada minat siswa diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0.738. Oleh karena hasil uji reliabilitas diperoleh koefisien reliabilitas lebih besar dari 0.6 maka dapat disimpulkan bahwa instrumen minat siswa ini dapat diterima.

## **F. Teknik Pengumpulan Data dan Analisis Data**

### **1. Teknik pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini, menggunakan deskriptif kuantitatif. Peneliti ingin mengetahui masalah-masalah apa saja yang dihadapi siswa dalam pembelajaran senam lantai guling ke depan, serta bermaksud untuk menemukan informasi yang sebanyak-banyaknya dari suatu fenomena dalam mengidentifikasi kesulitan belajar siswa dimana peneliti ingin mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi pembelajaran senam lantai guling ke depan. Adapun teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan angket.



## 2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik kuantitatif. Hasil dari pertanyaan yang tertera pada angket atau kuesioner dinyatakan dalam persentase. Menurut Anas Sudijono (2011: 43), rumus mencari prosentase faktor-faktor yang mempengaruhi belajar senam lantai guling ke depan adalah :

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

Keterangan:

P : Angka Persentase

F : Frekuensi yang sedang dicari

N: Banyaknya individu

(Sumber : Anas Sudijono, 2011: 43)

Menurut Slameto dalam Ciptoning (2001: 186) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala yang dimodifikasi sebagai berikut:

- a.  $X + 1,5 Sd$  ke atas Sangat Tinggi
- b.  $X + 1,5 Sd - < X + 0,5 Sd$  Tinggi
- c.  $X - 0,5 Sd - < X + 0,5 Sd$  Sedang
- d.  $X - 1,5 Sd - < X - 0,5 Sd$  Rendah
- e. Kurang dari  $X - 1,5 Sd$  Sangat Rendah

Keterangan :

X = Rata-rata

Sd = Standar Deviasi

(Sumber: Slameto dalam Ciptoning, 2001: 186)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Untuk mendeskripsikan hasil penelitian tentang hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok, perlu dideskripsikan terlebih dahulu faktor-faktor yang membentuk konstruk identifikasi faktor-faktor yang menghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok tersebut. Faktor-faktor tersebut adalah faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal yang berasal dari luar.

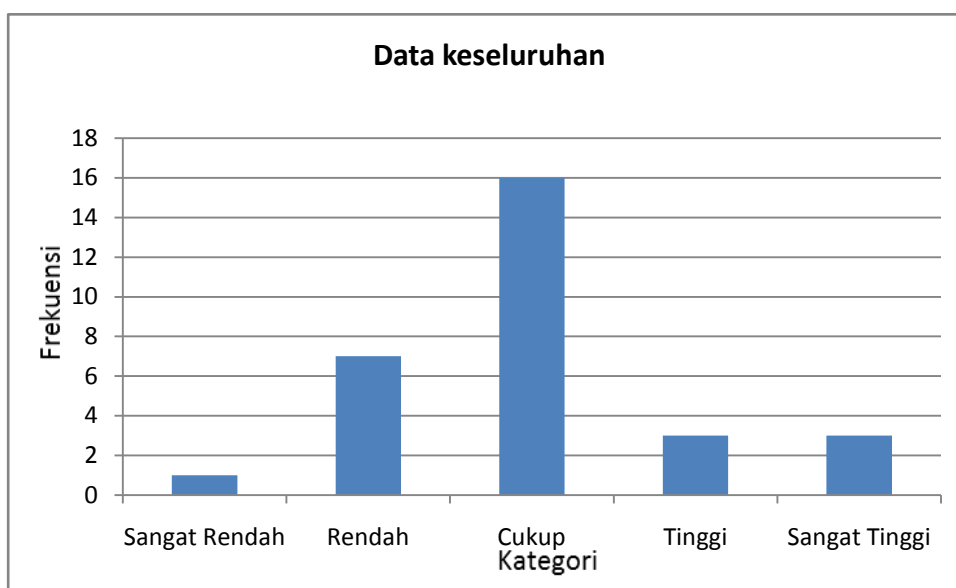
Faktor internal terdiri atas 2 indikator utama yaitu faktor fisik dan faktor psikologis. Sedangkan faktor eksternal terdiri atas 4 indikator utama yaitu : faktor relasi guru dengan siswa, faktor relasi antar siswa, faktor keadaan gedung, dan faktor keadaan ekonomi keluarga. Untuk memperjelas keadaan tersebut, dibuatlah bentuk kategori yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Untuk pengkategorian data dalam penelitian ini digunakan patokan mean (M) dan standar deviasi (SD) dalam lima kategori.

Pada penelitian ini, secara keseluruhan diperoleh hasil skor maksimal sebesar = 82; skor minimal sebesar = 54. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel seperti berikut.

**Tabel 7. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Secara keseluruhan.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	73.56	Sangat Tinggi	3	10
67.56	$\leq X <$	73.56	Tinggi	3	10
61.57	$\leq X <$	67.56	Cukup	16	53,333
55.58	$\leq X <$	61.57	Rendah	7	23,333
	$X <$	55.58	Sangat Rendah	1	3,334
				<b>30</b>	<b>100</b>

Untuk memperjelas distribusi frekuensi tersebut, dapat dilihat pada gambar seperti di bawah ini.



**Gambar 3 .Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Secara Keseluruhan.**

Identifikasi faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depandalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok terdiri dari 6 indikator. Faktor-faktor penghambat siswa kelas VII

belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok selengkapnya dideskripsikan sebagai berikut:

### 1. Faktor Internal

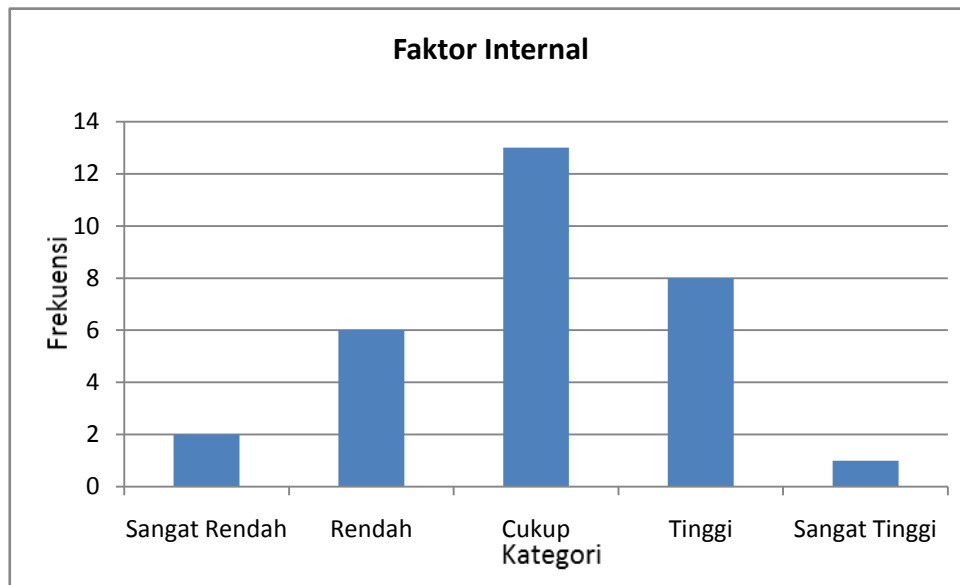
Data mengenai faktor internal dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 9 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 12 dan nilai maksimum 28.

**Tabel 8. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Berdasarkan Faktor Internal.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq$	27.32		Sangat Tinggi	1	3,333
24.20	$\leq X <$	27.32	Tinggi	8	26,667
21.07	$\leq X <$	24.20	Cukup	13	43,333
17.95	$\leq X <$	21.07	Rendah	6	20
	$X <$	17.95	Sangat Rendah	2	6,667
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar faktor internal dalam kategori cukup. Secara rinci, 1 siswa (3,333%) berada pada kategori sangat tinggi, 8 siswa (26,667%) berada pada kategori tinggi, 13 siswa (43,333%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 6 siswa (20%) pada kategori rendah, dan 2 siswa (6,667%) pada kategori sangat rendah.

Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator faktor internal memiliki tingkat kesulitan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 4 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Faktor Internal.**

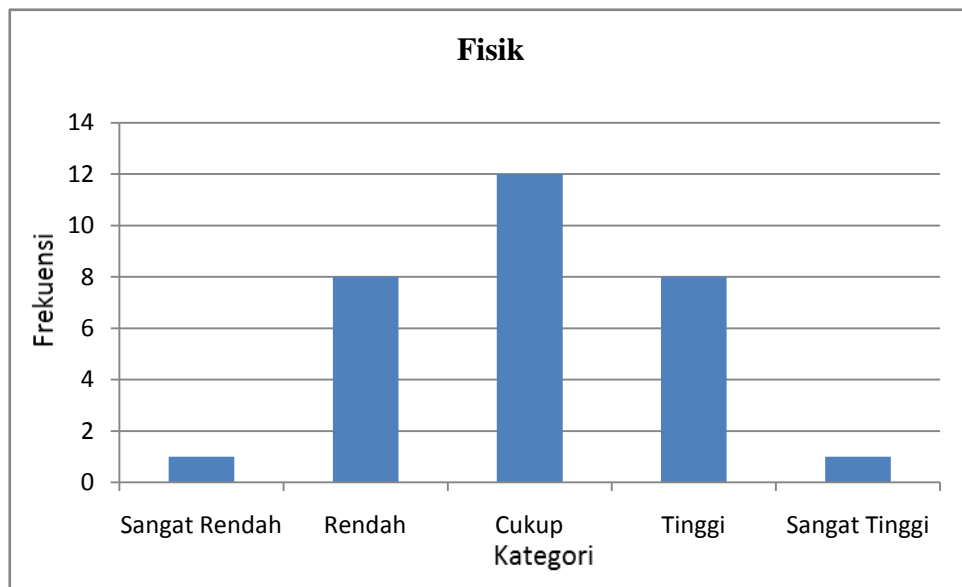
a. Fisik

Data mengenai indikator fisik dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 4 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 14.

**Tabel 9. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Tahun Ajaran 2016/2017 Depok Berdasarkan Indikator Fisik.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
10.90	$X \geq$	12.71	Sangat Tinggi	1	3,333
	$\leq X <$	12.71	Tinggi	8	26,667
	$\leq X <$	10.90	Cukup	12	40
	$\leq X <$	9.10	Rendah	8	26,667
	$X <$	7.29	Sangat Rendah	1	3,333
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar faktor fisik dalam kategori cukup. Secara rinci, 1 siswa (3,333%) berada pada kategori sangat tinggi, 8 siswa (26,667%) berada pada kategori tinggi, 12 siswa (40%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 8 siswa (26,667%) pada kategori rendah, dan 1 siswa (3,333%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator fisik memiliki tingkat kesulitan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 5 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Fisik.**

**b. Psikologis**

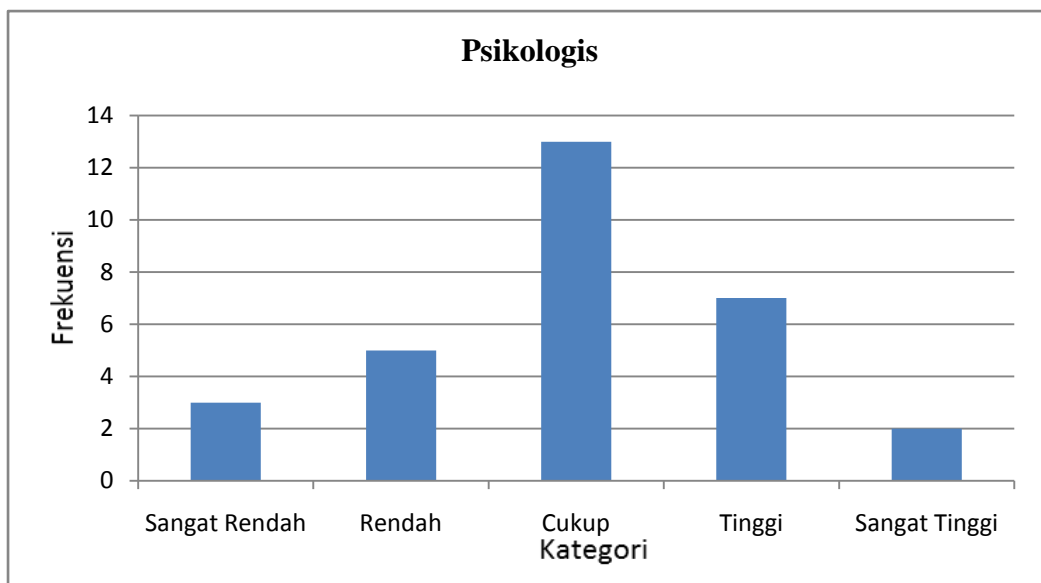
Data mengenai indikator psikologis dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 5 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 17.

**Tabel 10. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Psikologis.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	15.67	Sangat Tinggi	2	6,667
13.65	$\leq X <$	15.67	Tinggi	7	23,333
11.62	$\leq X <$	13.65	Cukup	13	43,333
9.60	$\leq X <$	11.62	Rendah	5	16,667
	$X <$	9.60	Sangat Rendah	3	10
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar faktor psikologis dalam kategori cukup. Secara rinci, 2 siswa (6,667%) berada pada kategori sangat tinggi, 7 siswa (23,333%) berada pada kategori tinggi, 13 siswa (43,333%) berada pada kategori cukup/ kesulitan sedang, 5 siswa (16,667%) pada kategori rendah, dan 3 siswa (10%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator psikologis memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.





**Gambar 6 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Psikologis.**

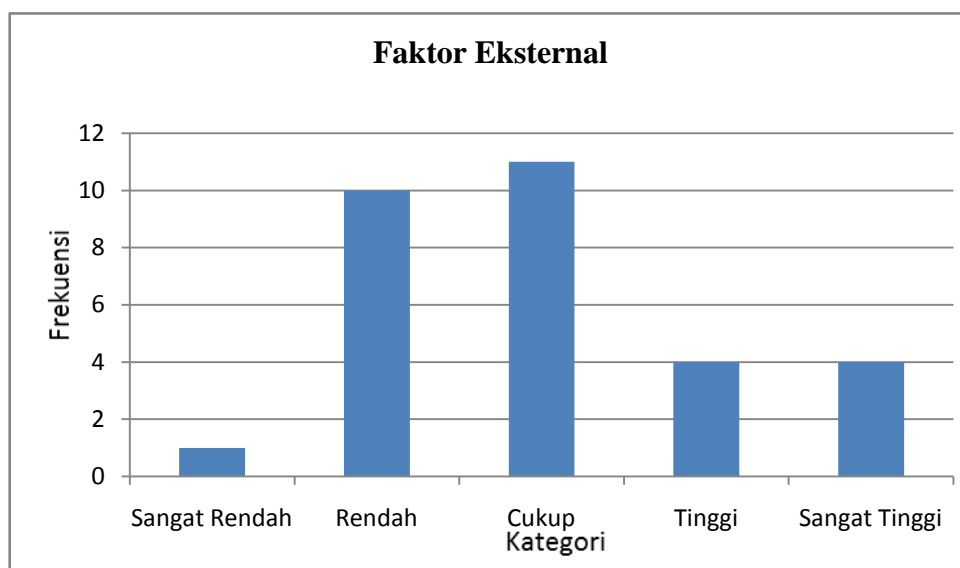
## 2. Faktor Eksternal

Data mengenai faktor eksternal dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 17 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 32 dan nilai maksimum 55.

**Tabel 11. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Faktor Eksternal.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	49.85	Sangat Tinggi	4	13,333
44.57	$\leq X <$	49.85	Tinggi	4	13,333
39.29	$\leq X <$	44.57	Cukup	11	36,667
34.02	$\leq X <$	39.29	Rendah	10	33,333
	$X <$	34.02	Sangat Rendah	1	3,334
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar faktor eksternal dalam kategori cukup. Secara rinci, 4 siswa (13,333%) berada pada kategori sangat tinggi, 4 siswa (13,333%) berada pada kategori tinggi, 11 siswa (36,667%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 10 siswa (33,333%) pada kategori rendah, dan 1 siswa (3,334%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa faktor eksternal memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 7 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Faktor Eksternal.**

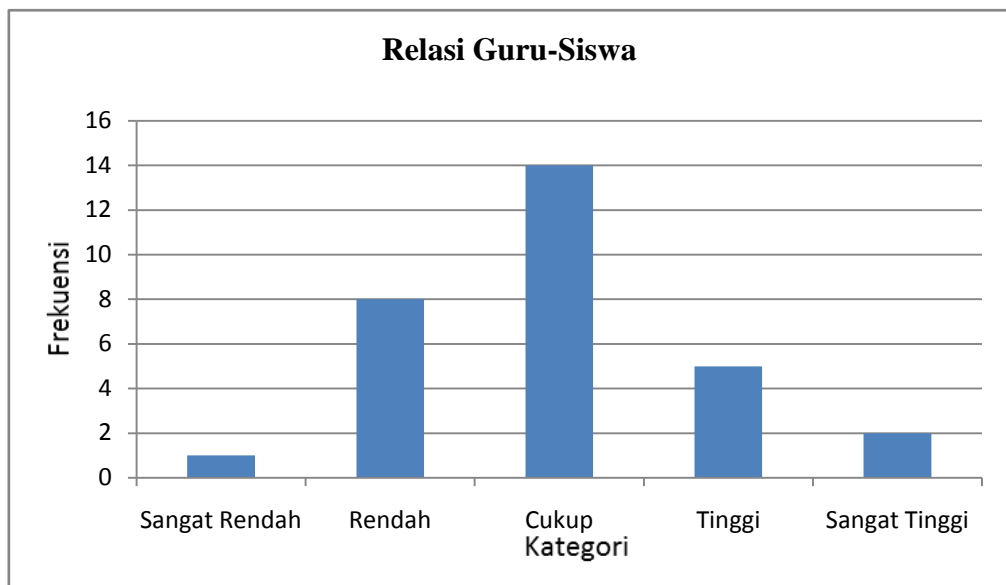
a. Relasi Guru dengan Siswa

Data mengenai indikator relasi guru dengan siswa dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 6 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 24.

**Tabel 12. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Relasi Guru dan Siswa.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	19.49	Sangat Tinggi	2	6,667
16.21	$\leq X <$	19.49	Tinggi	5	16,667
12.93	$\leq X <$	16.21	Cukup	14	46,667
9.64	$\leq X <$	12.93	Rendah	8	26,666
	$X <$	9.64	Sangat Rendah	1	3,333
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar indikator relasi guru dengan siswa dalam kategori cukup. Secara rinci, 2 siswa (6,667%) berada pada kategori sangat tinggi, 5 siswa (16,667%) berada pada kategori tinggi, 14 siswa (46,667%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 8 siswa (26,666%) pada kategori rendah, dan 1 siswa (3,333%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator relasi guru dengan siswa memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 8 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Relasi Guru dan Siswa.**

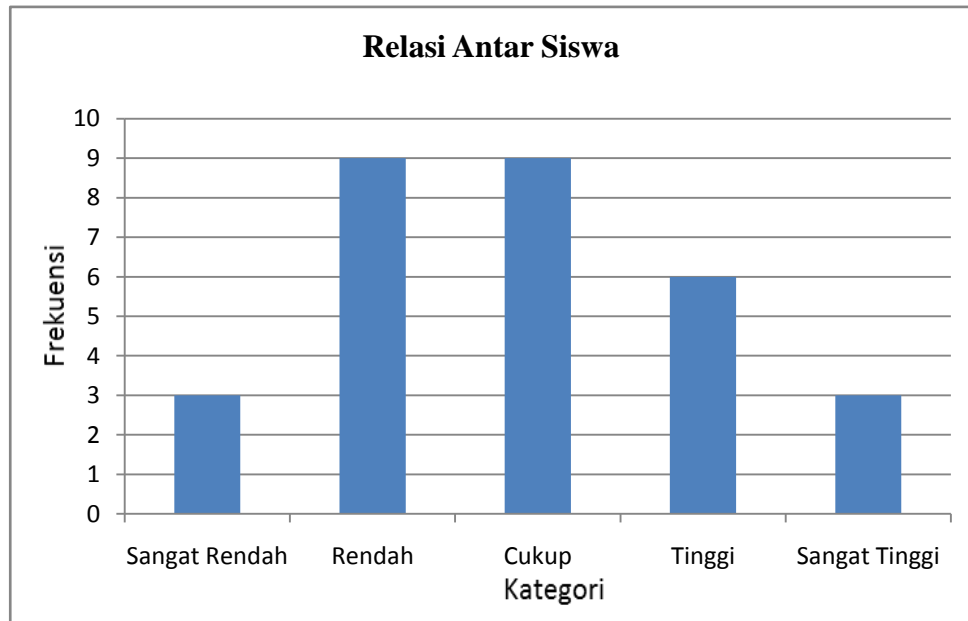
b. Relasi antar Siswa

Data mengenai indikator relasi antar siswa dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 4 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 8 dan nilai maksimum 16.

**Tabel 13. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Relasi Antar Siswa.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	13.87	Sangat Tinggi	3	10
11.96	$\leq X <$	13.87	Tinggi	6	20
10.04	$\leq X <$	11.96	Cukup	9	30
8.13	$\leq X <$	10.04	Rendah	9	30
	$X <$	8.13	Sangat Rendah	3	10
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar indikator relasi antar siswa dalam kategori cukup. Secara rinci, 3 siswa (10%) berada pada kategori sangat tinggi, 6 siswa (20%) berada pada kategori tinggi, 9 siswa (30%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 9 siswa (30%) pada kategori rendah, dan 3 siswa (10%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator relasi antar siswa memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dan rendah dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 9 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Relasi Antar Siswa.**

c. Keadaan Gedung

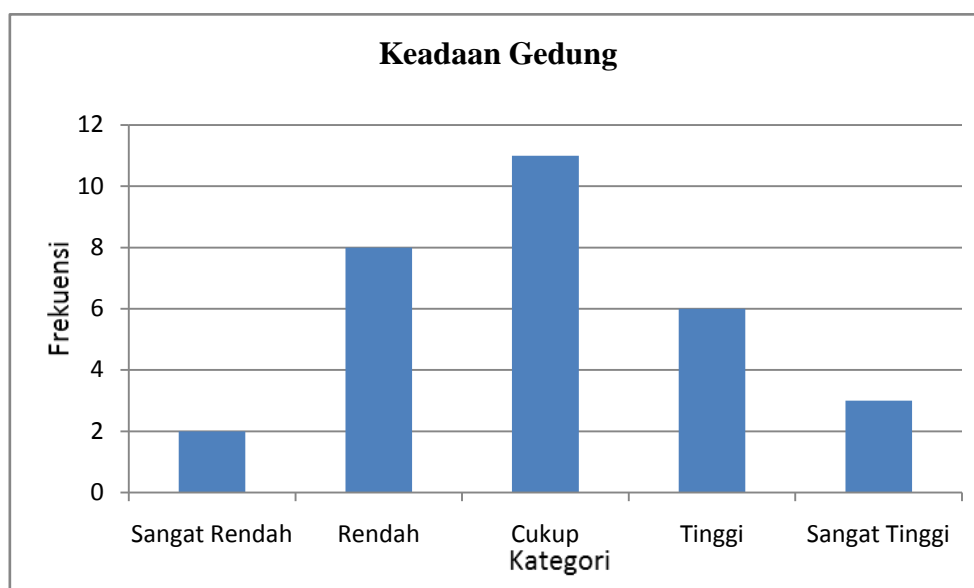
Data mengenai indikator keadaan gedung dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 4 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 4 dan nilai maksimum 16.

**Tabel 14. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Keadaan Gedung.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
10.99	$X \geq$	13.78	Sangat Tinggi	3	10
	$\leq X <$	13.78	Tinggi	6	20
	$\leq X <$	10.99	Cukup	11	36,667
	$\leq X <$	8.21	Rendah	8	26,666
	$X <$	5.42	Sangat Rendah	2	6,667
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar faktor keadaan gedung dalam kategori cukup. Secara rinci, 3 siswa (10%) berada pada kategori sangat tinggi, 6 siswa (20%) berada pada kategori tinggi, 11 siswa (36,667%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 8 siswa (26,666%) pada kategori rendah, dan 2 siswa (6,667%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator keadaan gedung memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.





**Gambar 10 . Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Keadaan Gedung.**

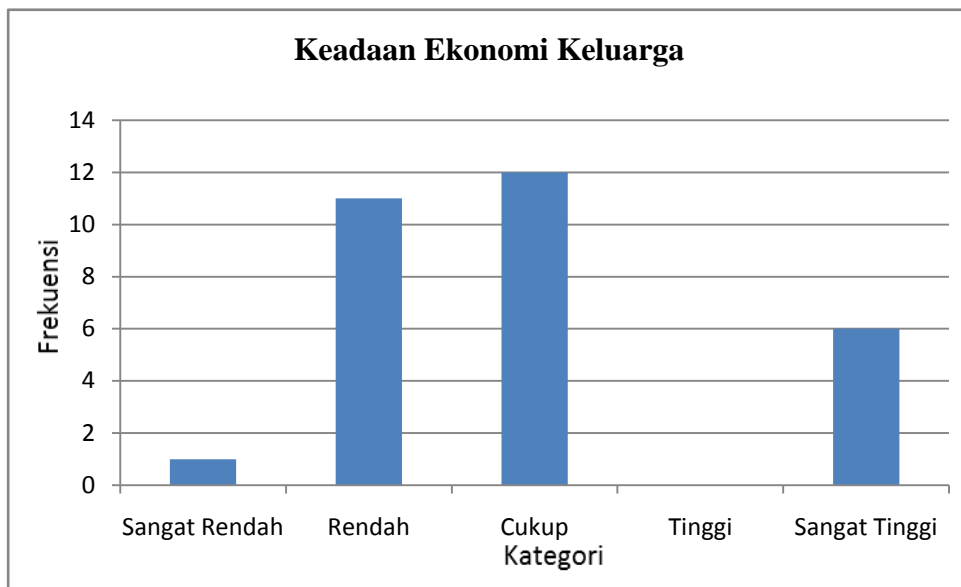
d. Keadaan Ekonomi Keluarga

Data mengenai indikator keadaan ekonomi keluarga dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 3 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4). Dari data yang didapatkan nilai minimum 5 dan nilai maksimum 8.

**Tabel 15. Pengkategorian Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Keadaan Ekonomi Keluarga.**

Interval			Kategori	Frekuensi	Persentase
	$X \geq$	7.97	Sangat Tinggi	6	20
7.17	$\leq X <$	7.97	Tinggi	0	0
6.36	$\leq X <$	7.17	Cukup	12	40
5.56	$\leq X <$	6.36	Rendah	11	36,667
	$X <$	5.56	Sangat Rendah	1	3,333
				<b>30</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor penghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok berdasar indikator keadaan ekonomi keluarga dalam kategori cukup. Secara rinci, 6 siswa (20%) berada pada kategori sangat tinggi, 0 siswa (0%) berada pada kategori tinggi, 12 siswa (40%) berada pada kategori cukup/kesulitan sedang, 11 siswa (36,667%) pada kategori rendah, dan 1 siswa (3,333%) pada kategori sangat rendah. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator keadaan ekonomi keluarga memiliki hambatan yang cukup/kesulitan sedang dalam belajar senam lantai guling depan.



**Gambar 11. Diagram Batang Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017 Berdasarkan Indikator Keadaan Ekonomi Keluarga.**

## **B. Pembahasan**

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, faktor yang menghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan di SMP Muhammadiyah 2 Depok frekuensi terbanyak pada kategori cukup/kesulitan sedang sebesar 53,333% serta 10% dalam kategori tinggi dan sangat tinggi. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa masih mempunyai hambatan dalam belajar senam guling depan. Hambatan yang dialami siswa tersebut berkaitan dengan faktor internal dan faktor eksternal dalam belajar senam lantai guling depan.

Hasil analisis juga diketahui bahwa 23,333% siswa mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori rendah dan 3,334% siswa mengalami hambatan belajar guling depan dalam kategori sangat rendah. Hasil

ini dapat diartikan bahwa sebagian kecil siswa tidak mengalami hambatan yang berarti dalam belajar senam lantai guling depan. Siswa yang tidak mengalami hambatan belajar guling depan karena faktor internal siswa yang telah siap baik secara fisik maupun psikologis. Siswa juga telah merasakan bahwa faktor eksternal seperti relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, keadaan gedung dan keadaan ekonomi keluarga telah mendukung dalam proses pembelajaran guling depan.

Materi guling depan merupakan salah satu bagian dari senam lantai. Senam lantai guling ke depan dirasakan sulit oleh sebagian siswa karena gerakannya membutuhkan kekuatan otot dan kelenturan tubuh yang baik. Dalam proses pembelajaran guling depan diperlukan faktor pendukung pembelajaran yang baik agar proses pembelajaran berjalan dengan baik dan dapat membentuk kemampuan siswa dalam melakukan gerakan guling depan dengan baik juga. Faktor tersebut meliputi faktor internal yang berasal dari dalam diri tiap individu/siswa itu sendiri dan faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu/siswa.

Hasil penelitian berdasarkan faktor internal diketahui bahwa hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman dalam kategori cukup/kesulitan sedang sebesar 43,333% dan 26,667% dalam kategori tinggi serta 3,333% dalam kategori sangat tinggi. Hasil analisis juga diketahui bahwa sebesar 20% siswa dalam kategori rendah dan 6,667% dalam kategori sangat rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar

siswa mengalami hambatan belajar guling depan. Hal ini dapat diartikan juga bahwa sebagian besar siswa belum mempunyai kesiapan yang baik secara fisik dan psikologis dalam mengikuti belajar senam lantai guling depan.

Kesiapan fisik siswa diantaranya kekuatan otot lengan yang kurang baik dan tubuh yang tidak lentur membuat sebagian siswa mengalami hambatan dalam belajar senam lantai guling depan. Kesiapan psikologis siswa diantaranya siswa tidak bersungguh-sungguh dalam mengikuti belajar guling depan, minat siswa yang kurang dalam mengikuti pembelajaran dan keberanian siswa yang kurang dalam mengikuti belajar guling depan sehingga mengakibatkan sebagian besar siswa mengalami hambatan belajar guling depan.

Hasil penelitian berdasarkan faktor eksternal diketahui bahwa hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman dalam kategori cukup/kesulitan sedang sebesar 36,667%, sebanyak 13,333% dalam kategori tinggi dan sangat tinggi, sebesar 33,333% dalam kategori rendah dan 3,334% dalam kategori sangat rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar siswa mengalami hambatan belajar guling depan yang disebabkan oleh faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa. Faktor eksternal tersebut meliputi relasi guru dengan siswa, relasi antar siswa, keadaan gedung dan keadaan ekonomi keluarga.

Dilihat dari faktor eksternal berdasarkan indikator relasi guru dengan siswa menurut hasil jawaban kuesioner siswa diketahui bahwa dalam belajar

guling depan, guru kurang memberikan pujian kepada siswa saat kesulitan melakukan gerakan guling ke depan. Hal ini dapat dijelaskan karena pada proses pembelajaran guru tidak memberikan pujian kepada siswa yang kesulitan melakukan gerakan guling ke depan dan hanya memberikan pengarahan mengenai rangkaian gerakan guling depan tersebut. Sebagian siswa mungkin perlu pujian dari guru saat kesulitan melakukan gerakan guling depan. Indikator relasi guru dengan siswa yang juga dinilai menjadi hambatan bagi siswa dalam belajar guling depan adalah guru kurang memberikan semangat kepada siswa saat pembelajaran senam lantai guling depan. Hal ini seringkali diperlukan agar dapat memberikan motivasi kepada siswa saat gagal melakukan gerakan guling ke depan.

Dilihat dari faktor eksternal berdasarkan indikator relasi antar siswa menurut hasil jawaban kuesioner siswa diketahui bahwa teman tidak memberikan pujian saat siswa yang lain berhasil melakukan gerakan guling depan. Hal ini dapat dijelaskan bahwa pada saat pembelajaran guling depan teman tidak memperhatikan teman yang lain saat melakukan gerakan guling depan dan tidak memberikan pujian baik berupa tepuk tangan, acungan jempol ketika teman yang lain berhasil melakukan gerakan guling ke depan. Indikator relasi antar siswa yang juga dinilai menjadi hambatan dalam belajar guling depan adalah teman sering menertawakan atau mengejek ketika siswa yang lain gagal dalam melakukan gerakan guling ke depan. Hal ini akan membuat siswa menjadi malu dalam melakukan/mencoba gerakan guling ke depan sehingga siswa akan merasa kesulitan dalam melakukan gerakan tersebut.

Dilihat dari faktor eksternal berdasarkan indikator gedung menurut hasil jawaban kuesioner siswa dapat diketahui bahwa matras yang tersedia ukurannya kecil/tidak standar. Hal ini dapat dijelaskan bahwa pada saat proses pembelajaran guling ke depan siswa mengalami hambatan saat melakukan gerakan karena ukuran matras yang terlalu kecil, bahkan siswa yang memiliki ukuran tubuh yang besar akan mengalami hambatan yang berarti karena matras yang tersedia ukurannya kecil. Indikator keadaan gedung yang dinilai juga menjadi hambatan bagi siswa dalam belajar senam lantai guling depan adalah tempat/gedung yang digunakan dalam pembelajaran guling ke depan di halaman sekolah. Hal ini dibuktikan pada saat proses pembelajaran guling depan dilaksanakan di halaman sekolah karena tidak mempunyai gedung olahraga. Hal ini akan berpengaruh terhadap sebagian besar siswa karena mereka akan merasa kepanasan saat proses pembelajaran guling depan berlangsung.

Dilihat dari faktor eksternal berdasarkan indikator keadaan ekonomi keluarga menurut hasil jawaban kuesioner siswa dapat diketahui bahwa sebagian besar orang tua mereka berpendidikan akan tetapi tidak mendukung/memperhatikan anaknya dalam kegiatan belajar khususnya senam lantai guling depan. Orang tua siswa seharusnya lebih memperhatikan dan mendukung anak dalam mengikuti proses kegiatan belajar di sekolah. Keadaan ekonomi keluarga siswa yang berasal dari keluarga yang berpendidikan seperti guru seharusnya mampu membimbing dan mengarahkan anak agar dapat mengikuti proses belajar baik di rumah maupun di sekolah dengan baik

sehingga tidak menghambat siswa dalam belajar khususnya gerakan guling ke depan.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Kecamatan Depok Kabupaten Sleman dalam kategori cukup/kesulitan sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih mengalami hambatan dalam belajar guling depan. Faktor yang menghambat siswa dalam belajar guling depan tersebut kebanyakan dari faktor internal yaitu kesiapan fisik dan psikologis siswa yang kurang baik saat mengikuti pembelajaran.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan tabel di atas, faktor yang menghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok secara keseluruhan termasuk dalam kategori cukup/kesulitan sedang. Secara rinci, 3 siswa atau sebesar (10%) dalam kategori sangat tinggi, 3 siswa atau sebesar (10%) dalam kategori tinggi, 16 siswa atau sebesar (53,333%) dalam kategori cukup/kesulitan sedang, 7 siswa atau sebesar (23,333%) dalam kategori rendah dan 1 siswa atau sebesar (3,334%) dalam kategori sangat rendah, sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menghambat siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok secara keseluruhan mempunyai kategori cukup/kesulitan sedang.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk mengetahui seberapa besar hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok. Dengan diketahuinya seberapa besar hambatan siswa dalam belajar senam lantai guling depan dapat digunakan masukan untuk siswa dengan mengetahui faktor apa yang paling menghambat dalam belajar guling depan serta dapat menjadi reaksi bagi siswa untuk mengatasi/mengurangi hambatan tersebut. Bagi pihak guru dan sekolah untuk mengurangi hambatan yang

dialami siswa pada saat belajar guling depan demi tercapainya tujuan pembelajaran yang diinginkan.

### **C. Keterbatasan Hasil Penelitian**

Pelaksanaan penelitian ini diupayakan semaksimal mungkin sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun demikian masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari antara lain : Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan hasil isian angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam proses pengisian seperti adanya saling bersamaan dalam pengisian angket. Selain itu, faktor yang digunakan untuk mengungkap seberapa besar hambatan siswa kelas VII belajar senam lantai guling depan dalam pembelajaran penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok sangat terbatas sehingga perlu dilakukan penelitian lain yang lebih luas untuk mengungkap hambatan siswa belajar senam lantai guling depan secara menyeluruh. Kemudian keterbatasan yang lainnya adalah dalam menyidik faktor, terutama faktor eksternal peneliti mengalami kesulitan menemukan kajian teori yang berhubungan dengan belajar guling depan dan penulisan beberapa pernyataan dalam angket kurang benar sehingga siswa sulit untuk menjawabnya.

### **D. Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan, kesimpulan, implikasi, serta keterbatasan penelitian yang telah dikemukakan tersebut diatas, saran yang dapat dikemukakan bagi pihak-pihak yang terkait antara lain:

### 1. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk pihak sekolah agar dapat menyediakan lingkungan atau tempat olahraga yang representatif sehingga mengurangi hambatan siswa belajar senam lantai guling depan.

### 2. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam mengatasi hambatan siswa dalam belajar senam lantai guling depan sehingga dapat diambil cara penanganan secara tepat dan tepat dalam kaitannya dengan peningkatan prestasi hasil belajar siswa.

### 3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor-faktor lain yang memberikan kontribusi terhadap seberapa besar hambatan siswa yang dialami dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan .

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (2000). *Senam*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataan Guru SLTP Setara D-III.
- Anas Sudijono. (2011). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Ciptoning. (2015). Identifikasi Faktor-faktor Kesulitan Belajar Guling Ke Depan Siswa Kelas IV SD Negeri Ex Gugus Kreatif Kecamatan Secang Kabupaten Magelang. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Dini Rosdiani. (2013). *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Loken Newton C dan Willouhby Robert J. (1986). *Petunjuk Lengkap Gimnastik*. Semarang: Dahara Prize.
- Panggabean dan Hidayat Imam. (1987). *Senam dan Metodik Ib*. Jakarta: PT Sinar Hudaya.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Roji. (2004). *Pendidikan Jasmani Untuk SMP Kelas VII*. Jakarta : Erlangga.
- Slameto. (1995). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sri Heriyanti. (2008). Identifikasi Kesulitan Siswa Kelas VII SMP N 24 Purworejo dalam Pembelajaran Guling Belakang. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugihartono, dkk. (2013). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.
- Suharsimi Arikunto. (2007). *Manajemen Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi.(2003). *Metodologi Penelitian Pendidikan*.Yogyakarta : PT Bumi Aksara.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir Untuk Instrumen Angket, Tes Skala Nilai dengan Basica*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Sutriyanto. (2009). Faktor Penghambat Pembelajaran Bolavoli Siswi Kelas X MAN 3 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta : FIK UNY.

Thobroni dan Mustofa Arif. (2013). *Belajar dan Pembelajaran: Pengembangan Wacana dan Praktik Pembelajaran Dalam Pembangunan Nasional*. Yogyakarta : Ruzz Media.

Yusuf Adisasmita. (1989). *Hakekat, Filsafat dan Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Masyarakat*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Perguruan Tinggi Proyek Pembangunan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Uji Coba Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Colombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541  
Email : humas\_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor : 034.a/UN.34.16/PP/2017.

02 Maret 2017.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.

Yth. : Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Depok  
Jl. Rajawali 10 Demangan Baru, Caturtunggal, Depok,  
Sleman, Yogyakarta.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin untuk keperluan uji coba penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Ade Prasetyo.  
NIM : 13601241125.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Drs. F. Suharjana M.Pd.  
NIP : 195807061984031002.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s.d April 2017.  
Tempat/Objek : SMP Muhammadiyah 3 Depok, Sleman.  
Judul Skripsi : Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PJKR.
2. Pembimbing TAS.
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 2. Surat Rekomendasi Dekan FIK UNY



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psu : 282, 299, 291, 541  
Email : humas\_fik@uny.ac.id Website : fik.uny.ac.id

Nomor: 131/UN.34.16/PP/2017.

21 Maret 2017.

Lamp. : 1Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

**Kepada :**

**Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Sleman.**

**Jl. Candi Gebang, Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta.**

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Ade Prasetyo.  
NIM : 13601241125.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).  
Dosen Pembimbing : Drs. F. Suharjana M.Pd.  
NIP : 195807061984031002.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s.d April 2017.  
Tempat/Objek : SMP Muhammadiyah 2 Depok, Sleman.  
Judul Skripsi : Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Nawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

**Tembusan :**

1. Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 2 Depok.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.



Lampiran 3. Surat Rekomendasi KESBANGPOL KAB. SLEMAN



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN  
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta, 55511  
Telepon (0274) 864650, Faksimile (0274) 864650  
Website: www.slemankab.go.id, E-mail: kesbang.sleman@yahoo.com

Sleman, 22 Maret 2017

Nomor : 070 /Kesbangpol/ /SO /2017  
Hal : Rekomendasi  
Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala Bappeda  
Kabupaten Sleman  
di Sleman

REKOMENDASI

Memperhatikan surat :  
Dari : Dekan FIK UNY  
Nomor : 131/UN.34.16/PP/2017  
Tanggal : 21 Maret 2017  
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan rekomendasi dan tidak keberatan untuk melaksanakan penelitian dengan judul "HAMBATAN SISWA KELAS VII BELAJAR SENAM LANTAI GULING DEPAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK TAHUN AJARAN 2016/2017" kepada:

Nama : Ade Prasetyo  
Alamat Rumah : Tunggalan Wuwuharjo Kajoran Magelang  
No. Telepon : 085643435862  
Universitas / Fakultas : UNY / FIK  
NIM / NIP / NIDN : 13601241125  
Program Studi : S1  
Alamat Universitas : Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta  
Lokasi Penelitian : SMP Muhammadiyah 2 Depok  
Waktu : 22 Maret 2017 - 22 Juni 2017

Yang bersangkutan berkewajiban menghormati dan menaati peraturan serta tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian. Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik  
Kabupaten Sleman



Drs. Agus Soesilo Endiarto, M.Si  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP 19580803 198303 1 011

## Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian BAPPEDA



### PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511  
Telepon (0274) 868800, Faksimile (0274) 868800  
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail: bappeda@slemankab.go.id

#### SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 1207 / 2017

#### TENTANG PENELITIAN

#### KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata,  
Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.  
Menunjuk : Surat dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Sleman  
Nomor : 070/Kesbangpol/1150/2017 Tanggal : 22 Maret 2017  
Hal : Rekomendasi Penelitian

#### MENGIZINKAN :

Kepada :  
Nama : ADE PRASETYO  
No.Mhs/NIM NIP/NIK : 13601241125  
Program/Tingkat : SI  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta  
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Colombo No. 1 Sleman Yogyakarta  
Alamat Rumah : Tunggungan Wuwuharjo Kajoran Magelang  
No. Telp / HP : 085643435862  
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / ~~PKL~~ dengan judul  
HAMBATAN SISWA KELAS VII BELAJAR SENAM LANTAI GULING  
DEPAN DALAM PEMBELAJARAN PENJASORKES DI SMP  
MUHAMMADIYAH 2 DEPOK TAHUN AJARAN 2016/2017  
Lokasi : SMP Muhammadiyah 2 Depok  
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 22 Maret 2017 s/d 21 Juni 2017

#### Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 22 Maret 2017

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Penelitian, Pengembangan dan



Ir. RATNANI HIDAYATI, MT

S. Pembina (IV/a)  
NPM.9460828 199303 2 012

#### Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Sleman
3. Kabid. Kesejahteraan Rakyat & Pemerintahan Bappeda
4. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Depok
5. Kepala SMP Muhammadiyah 2 Depok
6. Dekan FIK UNY
7. Yang Bersangkutan

Lampiran 5. Surat Keterangan Uji Coba Penelitian



**MUHAMMADIYAH MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA  
SMP MUHAMMADIYAH 3 DEPOK  
STATUS : TERAKREDITASI A**

Alamat : Jl. Rajawali 10 Demangan Baru, Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281. Telp/Fax (0274) 560135  
Email : moegadeta\_sch@yahoo.com | website : www.smpmugadeta.info

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 444/KET/III.4.AU/D/2017

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **WAKHID EFFENDI, S.Pd**  
NBM : 765.572  
Jabatan : Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Depok

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama Mahasiswa : **ADE PRASETYO**  
Nomor Induk Mahasiswa : 13601241125  
Program Pendidikan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : FIK  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan uji coba penelitian pada tanggal 13 Maret 2017, dengan judul :

**" Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran  
Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 3 Depok Tahun Pelajaran 2016/2017 "**

Demikianlah Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Depok, 05 April 2017.  
Kepala Sekolah,  
  
**Wakhid Effendi, S.Pd**  
NBM. 765.572



Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian

 **MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KABUPATEN SLEMAN**  
**SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK**  
Jl. Swadaya IV Karangasem, Condongcatur, Depok, Sleman Telp. (0274) 4462295  
Website: www.smpmuh2depok.sch.id Email: smpmuh2depok@gmail.com

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 231/III.4.AU/F/2017



Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Diyah Puspitarini, M.Pd  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Sekolah : SMP Muhammadiyah 2 Depok Sleman  
Alamat : Jl. Swadaya IV Karangasem, Condongcatur, Depok, Sleman

menerangkan bahwa :

Nama : Ade Prasetyo  
No. Mahasiswa : 13601241125  
Jenjang : S1  
Prodi : PJKR  
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah selesai melakukan penelitian di SMP Muhammadiyah 2 Depok dengan judul  
"Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran  
Penjasorkse Di Smp Muhammadiyah 2 Depok Tahun Pelajaran 2016/2017" pada  
tanggal 22 dan 23 Maret 2017

Demikian Surat Keterangan ini kami sampaikan kepada yang berkepentingan untuk  
dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 13 April 2017  
Kepala Sekolah  
SMP Muhammadiyah 2 Depok

  
Diyah Puspitarini, M.Pd  
NBM. 1047 907  
KABUPATEN SLEMAN

## Lampiran 7. Surat Pembimbing Proposal TAS



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 282

Nomor : 157/POR/XI/2016  
Lamp. : 1 bendel  
Hal : Pembimbing Proposal TAS

11 November 2016

Kepada : Yth. Drs. F. Suharjana, M.Pd.  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : ADE PRASETYO  
NIM : 13601241125  
Judul Skripsi : FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING KE DEPAN SISWA KELAS KELAS VII  
SMP MUHAMMADIYAH 2 DEPOK TAHUN AJARAN 2016/2017.

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Plt. Ketua Jurusan POR,









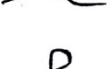

Ahmad Rithaudin, M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001.



Lampiran 8. Kartu Bimbingan TAS

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Ade Prasetyo  
 NIM : 13601241125  
 Program Studi : PJKR  
 Pembimbing : Drs. F. Suharjana, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	7-12-2016	Bab I Pendahuluan	
2.	21-12-2016	Bab I Sumarah	
3.	5-01-2017	Bab II Kegiatan Teror	
4.	18-01-2017	Bab II Hambatan	
5.	26-01-2017	Bab II Sistem dan Pengelolaan	
6.	8-02-2017	Bab III Metode Penelitian	
7.	1-03-2017	Bab III Instrumen Penelitian	
8.	13-04-2017	Bab IV Analisis Data	
9	28-04-2017	Bab V. Kesimpulan dan	
10.	02-05-2017	Lanjut Ujian	

Ketua Jurusan POR,



Dr. Guntur, M.Pd.  
 NIP. 19810926 200604 1 001.



## Lampiran 9. Surat Permohonan Expert Judgement

### Permohonan Expert Judgement

Kepada

Yth. Drs. Heri Purwanto, M.Pd.

Di tempat

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ade Prasetyo

NIM : 13601241125

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi

Memohon dengan hormat kepada bapak Drs. Heri Purwanto, M.Pd berkenan sebagai expert judgement instrumen saya yang berupa angket dengan judul “Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok, Kec. Depok, Kab. Sleman Tahun Ajaran 2016/2017” sebagai alat pengambilan data penelitian yang akan saya lakukan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya agar bapak berkenan dengan permohonan ini. Atas terkabulnya permohonan ini saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 22 februari 2017

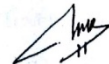
Mengetahui,

Dosen Pembimbing Skripsi



Drs. F. Suharjana, M.Pd  
NIP. 19580706 19803 1 002

Peneliti



Ade Prasetyo  
NIM. 13601241125

### Surat Pernyataan Expert Judgement

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Heri Purwanto, M.Pd

NIP : 19531216 198103 1 001

Menyatakan bahwa instrumen yang berupa angket dengan judul “Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok, Kec. Depok, Kab. Sleman Tahun Ajaran 2016/2017” layak digunakan untuk pengambilan data penelitian.

Demikian pernyataan ini dibuat agar dapat digunakan semestinya.

Expert Judgement,



Drs. Heri Purwanto, M.Pd

NIP. 19531216 198103 1 001







### KARTU BIMBINGAN EXPERT JUDGEMENT

Nama Mahasiswa : Ade Prasetyo

NIM : 13601241125

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & rekreasi

Pembimbing : Drs. Heri Purwanto, M.Pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda – Tangan
1	27-2-17	Menyusun bahan teori	
2	22-2-17	Perbaikan penyusunan materi	
3	24-2-17	Perbaikan struktur bagian Pendahuluan dst	
4	1-3-17	Instrument dapat di gunakan dan penelitian	

Expert Judgement,



Drs. Heri Purwanto, M.Pd

NIP. 19531216 198103 1 001

## Lampiran 9. Surat Permohonan Expert Judgement

### Permohonan Expert Judgement

Hal : Surat Permohonan menjadi Expert Judgement

Lamp : Angkat Penelitian

Kepada

Yth. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.

Di tempat

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian yang akan saya lakukan dengan judul "Hambatan Siswa Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di SMP Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017", maka dengan ini saya mohon ibu untuk berkenan menjadi *Expert Judgement* terhadap angket penelitian saya. Masukan dari ibu sangat membantu tingkat kepercayaan hasil penelitian yang saya lakukan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, besar harapan saya agar ibu berkenan dengan permohonan ini. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 10 februari 2017

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Skripsi



Drs. F. Suharjana, M.Pd  
NIP. 19580706 19803 1 002

Peneliti



Ade Prasetyo  
NIM. 13601241125

Komentar :

Sudah bagus, hanya ada yang harus & benarkan (indikator)  
agar lebih bagus.

Saran :

Indikator diperbaiki / ditambahkan

Kesimpulan :

Panduan Angket Penelitian ini dinyatakan :

- a. Layak dilakukan pengambilan data ke lapangan tanpa revisi.
- ☒ b. Layak dilakukan pengambilan data ke lapangan dengan revisi sesuai saran.
- c. Belum layak dilakukan pengambilan data ke lapangan.

Expert Judgement, 2 Maret 2017



Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.

Lampiran 10. Angket Uji Coba Penelitian

ANGKET PENELITIAN UNTUK SISWA					
HAMBATAN SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA SMP					
1. Petunjuk Pengisian Angket					
a. Mohon bantuannya dalam pengisian angket ini untuk memenuhi tugas akhir skripsi!					
b. Tidak perlu dicantumkan identitas anda!					
c. Tidak berpengaruh terhadap nilai mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan!					
d. Mohon isi angket ini dengan jujur untuk mendapatkan data yang valid!					
2. Petunjuk Pengelola Angket					
a. Bacalah dengan seksama pernyataan di bawah ini kemudian berilah tanda centang (✓) pada salah satu jawaban angket berikut:					
(SS) Sangat Setuju					
(S) Setuju					
(TS) Tidak Setuju					
(STS) Sangat Tidak Setuju					
b. Selamat mengisi dan terimakasih					
Contoh :					
No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya menyenangi pembelajaran senam lantai	✓			

No	Pernyataan	Jawaban			
I	Faktor Internal				
A	Fisik	SS	S	TS	STS
1	Otot lengan saya kuat sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
2	Otot lengan saya lemah sehingga tidak mendukung dalam melakukan gerakan guling ke depan				

3	Otot lengan saya kuat tetapi saya sulit melakukan gerakan guling ke depan				
4	Otot lengan saya lemah tetapi saya dapat melakukan gerakan guling ke depan				
5	Tubuh saya lentur sehingga mendukung saya melakukan gerakan guling ke depan				
6	Tubuh saya tidak lentur sehingga tidak mendukung saya dalam melakukan gerakan guling ke depan				
7	Tubuh saya lentur tetapi saya sulit melakukan gerakan guling ke depan				
<b>B</b>	<b>Psikologis</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
8	Saya sering melakukan gerakan guling ke depan saat pembelajaran				
9	Saya sering melakukan gerakan guling ke depan sesuai dengan teknik yang diberikan oleh guru saya				
10	Saya melakukan gerakan guling ke depan tanpa bantuan dari teman saya				
11	Saya tidak takut gagal saat melakukan gerakan guling ke depan				
12	Saya jarang melakukan gerakan guling ke depan saat pembelajaran				
13	Saya melakukan gerakan guling ke depan dengan bantuan dari teman saya				
14	Saya tidak bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
15	Saya takut gagal melakukan gerakan guling ke depan karena menjadi pusat perhatian				

<b>A</b>	<b>Relasi Guru dengan Siswa</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
16	Guru memberikan pujian dengan kata "bagus" ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
17	Guru memberikan pujian dengan acungan jempol ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
18	Guru memberikan motivasi kepada saya saat pembelajaran guling ke depan				
19	Guru memberikan pujian kepada saya meskipun saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				
20	Guru membantu saya pada saat kesulitan mempelajari guling ke depan				
21	Guru memberikan koreksi kepada saya saat pembelajaran guling ke depan				
22	Guru memberikan semangat kepada saya ketika pembelajaran guling ke depan				
<b>B</b>	<b>Relasi Antar Siswa</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
23	Teman memberikan pujian dengan kata "bagus" ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
24	Teman memberikan pujian kepada saya meskipun saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				
25	Teman tidak memberikan pujian ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
26	Teman menertawakan saya ketika saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				



27	Tempat/gedung yang digunakan besar sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
28	Jumlah matras yang tersedia banyak sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
29	Matras yang digunakan ukurannya besar sehingga mendukung saya melakukan gerakan guling ke depan				
30	Jumlah matras yang tersedia sedikit sehingga tidak mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
31	Matras yang tersedia ukurannya kecil sehingga saya sulit melakukan gerakan guling ke depan				
<b>D</b>	<b>Keadaan Ekonomi Keluarga</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
32	Orang tua saya adalah guru sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
33	Orang tua saya adalah petani tetapi mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
34	Orang tua saya adalah guru tetapi tidak mendukung saya mengikuti pembelajaran guling ke depan				
35	Orang tua saya adalah petani sehingga tidak mendukung saya mengikuti pembelajaran guling ke depan				

### ANGKET PENELITIAN UNTUK SISWA

#### HAMBATAN SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA SMP

1. Petunjuk Pengisian Angket
  - a. Mohon bantuannya dalam pengisian angket ini untuk memenuhi tugas akhir skripsi!
  - b. Tidak perlu dicantumkan identitas anda!
  - c. Tidak berpengaruh terhadap nilai mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan!
  - d. Mohon isi angket ini dengan jujur untuk mendapatkan data yang valid!
2. Petunjuk Pengelola Angket
  - a. Bacalah dengan seksama pernyataan di bawah ini kemudian berilah tanda centang (✓) pada salah satu jawaban angket berikut:  
 (SS) Sangat Setuju  
 (S) Setuju  
 (TS) Tidak Setuju  
 (STS) Sangat Tidak Setuju
  - b. Selamat mengisi dan terima kasih

Contoh :

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya menyenangi pembelajaran senam lantai	✓			

No	Pernyataan	Jawaban			
I	<b>Faktor Internal</b>				
A	<b>Fisik</b>	SS	S	TS	STS
1	Otot lengan saya kuat sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
2	Otot lengan saya lemah sehingga tidak mendukung dalam melakukan gerakan guling ke depan				



3	Tubuh saya lentur sehingga mendukung saya melakukan gerakan guling ke depan				
4	Tubuh saya tidak lentur sehingga tidak mendukung saya dalam melakukan gerakan guling ke depan				
<b>B</b>	<b>Psikologis</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
5	Saya sering melakukan gerakan guling ke depan saat pembelajaran				
6	Saya sering melakukan gerakan guling ke depan sesuai dengan teknik yang diberikan oleh guru saya				
7	Saya melakukan gerakan guling ke depan tanpa bantuan dari teman saya				
8	Saya melakukan gerakan guling ke depan dengan bantuan dari teman saya				
9	Saya tidak bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
<b>II</b>	<b>Faktor Eksternal</b>				
<b>A</b>	<b>Relasi Guru dengan Siswa</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
10	Guru memberikan pujian dengan acungan jempol ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
11	Guru memberikan motivasi kepada saya saat pembelajaran guling ke depan				
12	Guru memberikan pujian kepada saya meskipun saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				
13	Guru membantu saya pada saat kesulitan mempelajari guling ke depan				

14	Guru memberikan koreksi kepada saya saat pembelajaran guling ke depan				
15	Guru memberikan semangat kepada saya ketika pembelajaran guling ke depan				
<b>B</b>	<b>Relasi Antar Siswa</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
16	Teman memberikan pujian dengan kata “bagus” ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
17	Teman memberikan pujian kepada saya meskipun saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				
18	Teman tidak memberikan pujian ketika saya berhasil melakukan gerakan guling ke depan				
19	Teman menertawakan saya ketika saya gagal melakukan gerakan guling ke depan				
<b>C</b>	<b>Keadaan Gedung</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
20	Tempat/gedung yang digunakan besar sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
21	Jumlah matras yang tersedia banyak sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
22	Matras yang digunakan ukurannya besar sehingga mendukung saya melakukan gerakan guling ke depan				
23	Matras yang tersedia ukurannya kecil sehingga saya sulit melakukan gerakan guling ke depan				

D	Keadaan Ekonomi Keluarga	SS	S	TS	STS
24	Orang tua saya adalah guru sehingga mendukung saya dalam mengikuti pembelajaran guling ke depan				
25	Orang tua saya adalah guru tetapi tidak mendukung saya mengikuti pembelajaran guling ke depan				
26	Orang tua saya adalah petani sehingga tidak mendukung saya mengikuti pembelajaran guling ke depan				

## Lampiran 12. Uji Validitas dan Reliabilitas

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	34	100.0

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	196.2059	756.229	.713	.	.729
VAR00002	196.2941	760.275	.650	.	.731
VAR00003	196.2647	773.413	.221	.	.736
VAR00004	196.6176	780.728	.078	.	.738
VAR00005	196.8235	753.786	.647	.	.728
VAR00006	196.7647	759.701	.616	.	.730
VAR00007	196.6765	769.741	.288	.	.735
VAR00008	196.6471	759.750	.471	.	.731
VAR00009	196.2059	763.684	.482	.	.732
VAR00010	196.1176	759.683	.530	.	.731
VAR00011	196.1765	772.756	.204	.	.736
VAR00012	196.6765	772.104	.225	.	.736
VAR00013	196.5588	762.315	.506	.	.732
VAR00014	196.4118	758.371	.464	.	.730
VAR00015	196.4412	767.648	.331	.	.734
VAR00016	196.3235	778.832	.128	.	.738
VAR00017	196.6176	759.577	.480	.	.731
VAR00018	196.3529	760.963	.545	.	.731
VAR00019	196.7353	754.201	.571	.	.729
VAR00020	196.2647	762.140	.439	.	.732

VAR00021	197.0882	763.113	.426	.	.732
VAR00022	196.5000	763.712	.356	.	.733
VAR00023	196.5588	754.557	.630	.	.729
VAR00024	196.8529	764.372	.374	.	.733
VAR00025	196.6765	756.225	.616	.	.729
VAR00026	196.6471	758.660	.428	.	.731
VAR00027	196.5588	757.830	.472	.	.730
VAR00028	196.5882	755.462	.551	.	.729
VAR00029	196.7647	752.428	.655	.	.728
VAR00030	196.2941	779.608	.080	.	.738
VAR00031	196.9118	748.083	.617	.	.727
VAR00032	196.8824	757.380	.448	.	.730
VAR00033	196.2647	767.958	.289	.	.734
VAR00034	196.7059	761.668	.423	.	.732
VAR00035	197.2353	742.185	.721	.	.724
VAR00036	99.7059	195.911	1.000	.	.897

Dari uji validitas terdapat 9 butir pernyataan yang gugur. Dengan  $Df = N-2$ ,  $34-2 = 32$ , maka  $r_{tabel} = 0.349$ . Maka butir pernyataan yang gugur yaitu pada butir nomor 3, 4, 7, 11, 12, 15, 16, 30 dan 33.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.738	.908	36

Didapat nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0.738 sehingga dikatakan instrument tersebut reliabel.

## 96

[illegible]

FAKTOR INTERNAL	
Nilai Tertinggi	28
Nilai terendah	12
Rata-rata	22.63
Standar Deviasi	3.1250

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 27.32$	Sangat Tinggi	1	3.333
$24.20 \leq X < 27.32$	Tinggi	8	26.667
$21.07 \leq X < 24.20$	Cukup	13	43.333
$17.95 \leq X < 21.07$	Rendah	6	20
$X < 17.95$	Sangat Rendah	2	6.667
		30	100

FAKTOR EKSTERNAL	
Nilai Tertinggi	55
Nilai terendah	32
Rata-rata	41.93
Standar Deviasi	5.2785

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 49.85$	Sangat Tinggi	4	13.333
$44.57 \leq X < 49.85$	Tinggi	4	13.333
$39.29 \leq X < 44.57$	Cukup	11	36.667
$34.02 \leq X < 39.29$	Rendah	10	33.333
$X < 34.02$	Sangat Rendah	1	3.334
		30	100

FISIK	
Nilai Tertinggi	14
Nilai terendah	4
Rata-rata	10.00
Standar Deviasi	1.8074

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 12.71$	Sangat Tinggi	1	3.333
$10.90 \leq X < 12.71$	Tinggi	8	26.667
$9.10 \leq X < 10.90$	Cukup	12	40
$7.29 \leq X < 9.10$	Rendah	8	26.667
$X < 7.29$	Sangat Rendah	1	3.333
		30	100



<b>PSIKOLOGI</b>	
Nilai Tertinggi	17
Nilai terendah	8
Rata-rata	12.63
Standar Deviasi	2.0246

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 15.67$	Sangat Tinggi	2	6.667
$13.65 \leq X < 15.67$	Tinggi	7	23.333
$11.62 \leq X < 13.65$	Cukup	13	43.333
$9.60 \leq X < 11.62$	Rendah	5	16.667
$X < 9.60$	Sangat Rendah	3	10
		30	100

<b>GURU - SISWA</b>	
Nilai Tertinggi	24
Nilai terendah	8
Rata-rata	14.57
Standar Deviasi	3.2831

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 19.49$	Sangat Tinggi	2	6.667
$16.21 \leq X < 19.49$	Tinggi	5	16.667
$12.93 \leq X < 16.21$	Cukup	14	46.667
$9.64 \leq X < 12.93$	Rendah	8	26.666
$X < 9.64$	Sangat Rendah	1	3
		30	100

<b>SISWA - SISWA</b>	
Nilai Tertinggi	16
Nilai terendah	8
Rata-rata	11.00
Standar Deviasi	1.9149

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 13.87$	Sangat Tinggi	3	10
$11.96 \leq X < 13.87$	Tinggi	6	20
$10.04 \leq X < 11.96$	Cukup	9	30
$8.13 \leq X < 10.04$	Rendah	9	30
$X < 8.13$	Sangat Rendah	3	10
		30	100

<b>GEDUNG</b>	
Nilai Tertinggi	16
Nilai terendah	4
Rata-rata	9.60
Standar Deviasi	2.7881

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 13.78$	Sangat Tinggi	3	10
$10.99 \leq X < 13.78$	Tinggi	6	20
$8.21 \leq X < 10.99$	Cukup	11	36.667
$5.42 \leq X < 8.21$	Rendah	8	26.666
$X < 5.42$	Sangat Rendah	2	6.667
		30	100

<b>EKONOMI</b>	
Nilai Tertinggi	8
Nilai terendah	5
Rata-rata	6.77
Standar Deviasi	0.8035

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 7.97$	Sangat Tinggi	6	20
$7.17 \leq X < 7.97$	Tinggi	0	0
$6.36 \leq X < 7.17$	Cukup	12	40
$5.56 \leq X < 6.36$	Rendah	11	36.667
$X < 5.56$	Sangat Rendah	1	3.333
		30	100

<b>KESELURUHAN</b>	
Nilai Tertinggi	82
Nilai terendah	54
Rata-rata	64.57
Standar Deviasi	5.9927

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 73.56$	Sangat Tinggi	3	10
$67.56 \leq X < 73.56$	Tinggi	3	10
$61.57 \leq X < 67.56$	Cukup	16	53.333
$55.58 \leq X < 61.57$	Rendah	7	23.333
$X < 55.58$	Sangat Rendah	1	3.334
		30	100

rerata F. Internal	35.05 %
rerata F. Eksternal	64.95 %
rerata fisik	44.18 %
rerata psikologi	55.82 %
rerata guru - siswa	34.74 %
rerata siswa-siswa	26.23 %
rerata bangunan	22.89 %
rerata ekonomi	16.14 %

Lampiran 14. Dokumentasi



Gambar 1. Foto Profil SMP Muhammadiyah 2 Depok



Gambar 2. Proses pembagian angket kepada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok



Gambar 3. Siswa mulai mengisi angket penelitian



Gambar 4. Siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok melakukan pengisian angket penelitian tentang hambatan belajar guling depan





Gambar 5. Siswa mengumpulkan angket penelitian



Gambar 6. Proses pengumpulan angket penelitian