

**TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN GULING
BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1
KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Feisal Afriadi
14604221006

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1 KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA

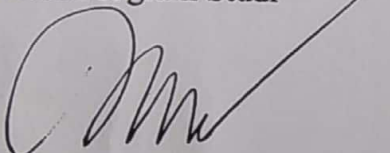
Disusun Oleh:

Feisal Afriadi
14604221006

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

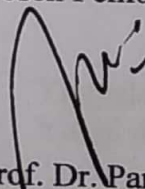
Yogyakarta, April 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd.
NIP. 19561107 198203 1 002

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
NIP. 19620806 198803 1 001

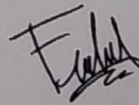
SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Feisal Afriadi
NIM : 14604221006
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN
GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI
KOTAGEDE 1 KECAMATAN KOTAGEDE KOTA
YOGYAKARTA

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri *). Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, April 2018
Yang Menyatakan,



Feisal Afriadi
NIM. 14604221006

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1 KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA

Disusun Oleh:



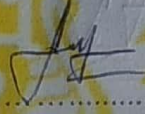
Feisal Afriadi
14604221006

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program

Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 26 April 2018

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		28/6 2018
Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes. Sekertaris		28/6 2018
Saryono, S.Pd. Jas., M.Or. Penguji		4/6 2018

Yogyakarta, Juli 2018

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed

NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. “Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (QS. Al Insyirah 5-6)
2. Belajarlah untuk mensyukuri atas apa yang kamu miliki bukan mengharap atas apa yang tidak kamu miliki.
3. Janganlah berputus asa, dan jangan menyesali untung, janganlah hilang kepercayaan hidup. Kesengsaraan itu membawa nikmat. Tidak ada yang terjadi berlawanan dengan rasa kasih. Yang hari ini serasa kutuk, besoknya ternyata rahmat. Cobaan itu adalah usaha pendidikan Tuhan. (Kartini)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tuaku, Bapak Istiarto dan Ibu Endang Srimiyati yang senantiasa mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan padaku. Untuk ibu dan bapak
Maafkan anakmu ini yang belum bisa membahagianmu dan selalu membuatmu beban. Anakmu kini sebentar lagi mendapat gelar sarjana impian yang dari dulu ingin di raih
2. Untuk Adiku tersayang, Dinda Anissa Ramadani yang baik hati, dan yang selalu peduli, terima kasih banyak atas dorongan serta dukungan yang sangat berarti, sehingga selalu termotivasi untuk cepat menyelesaikan tugas akhir ini.

**TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN GULING
BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1
KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA**

Oleh:

Feisal Afriadi

14604221006

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang selain itu guru juga belum dapat menerapkan pembelajaran senam lantai guling belakang sesuai kurikulum K13. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei dan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1. Sebanyak 60 siswa. Uji validitas instrumen menggunakan korelasi bagian total dan uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kota Yogyakarta.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan siswa kelas V dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SD N Kotagede 1 Kota Yogyakarta adalah terdapat 4 siswa (6,7%) yang mengalami kesulitan pembelajaran guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 13 siswa (21,7%) berada pada kategori tidak sulit, 25 siswa (41,7%) berada pada kategori sedang, 12 siswa (20%) pada kategori sulit dan 6 siswa (10%) pada kategori sangat sulit. Apabila di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa kesulitan pembelajaran guling belakang siswa memiliki tingkat kesulitan pada kategori sedang dalam pembelajaran senam guling belakang.

Kata kunci: *kesulitan, siswa, kategori, sedang*

KATA PENGANTAR

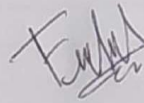
Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kesulitan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Dr. Guntur dan Dr. Subagyo, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani dan Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Kepala Sekolah SD Negeri Kotagede 1 Yogyakarta, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf SD Negeri Kotagede 1 Yogyakarta, yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa* dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Juni 2018

Penulis,



Feisal Afriadi

NIM. 14604221006

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Hasil Penelitian	8
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	9
1. Hakikat Tingkat Kesulitan Belajar	9
2. Hakikat Guling Belakang Sekolah Dasar	10
3. Hakikat Pendidikan Jasmani.....	10
4. Hakikat Senam	11
5. Hakikat Senam di Sekolah Dasar	14
6. Karakteristik Perkembangan dan Pertumbuhan Siswa	14
B. Penelitian Yang Relevan	15
C. Kerangka Berfikir	16
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	18
B. Definisi Operasional Variabel penelitian	18
C. Populasi dan Sampel Penelitian	19
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	20
E. Teknik Pengumpulan Data	33
F. Teknik Analisis Data	34

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian	36
B. Deskripsi Data dan Hasil Penelitian	36
1. Faktor intern	38
2. Faktor Eksternal	40
a. Deskripsi Data Indikator Guru	40
b. Deskripsi Data Indikator Lingkungan Sekolah	42
c. Deskripsi Data Indikator Materi Guling Belakang.....	44
C. Pembahasan	45
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	50
B. Implikasi Hasil Penelitian	50
C. Keterbatasan Penelitian	51
D. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Grafik Distribusi dan Kategori Frekuensi Tingkat Kesulitan Pembelajaran Senam Guling Belakang Siswa Kelas V	40
Gambar 2. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Siswa	42
Gambar 3. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Guru	44
Gambar 4. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Lingkungan Sekolah	46
Gambar 5. Grafik Distribusi Frekuensi Indikator dan Kategori Materi Guling Belakang	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Daftar Populasi Siswa Kelas V SD Negeri Kotagede 1	20
Tabel 2. Subjek Penelitian.....	20
Tabel 3. Kisi-Kisi Angket Faktor Kesulitan Siswa Belajar Guling Belakang SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.	25
Tabel 4. Penskoran Nilai Pernyataan Angket.....	26
Tabel 5. Hasil Uji Validitas.....	30
Tabel 6. Pengkategorian Tingkat Kesulitan.....	35
Tabel 7. Distribusi Frekuensi dan Kategori Tingkat Kesulitan Pembelajaran Senam Guling Belakang Siswa Kelas v SD Negeri Kotagede 1.....	37
Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Indikator Siswa	39
Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Kategori Guru	41
Tabel 10. Distribusi Frekuensi dan Kategori Lingkungan Sekolah	43
Tabel 11. Distribusi Frekuensi dan Materi Guling Belakang	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian	56
Lampiran 2. Surat Keterangan Melakukan Uji Coba di SD.....	57
Lampiran 3. Surat Keterangan Melakukan Penelitian di SD	58
Lampiran 4. Angket Uji Coba.....	61
Lampiran 5. Uji Validitas dan reliabilitas Angket Penelitian	64
Lampiran 6. Angket Penelitian	79
Lampiran 7. Tabulasi Data Penelitian.....	82
Lampiran 8. Standar Kompetensi & Kompetensi Dasar kelas V.....	85
Lampiran 9. Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i>	87
Lampiran 10. Dokumentasi.....	88

;

‘

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani memiliki peran penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Selain itu pendidikan jasmani juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar tersebut diarahkan pada pembekalan sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Oleh karena itu penyelenggaraan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus dikembangkan lebih optimal sehingga peserta didik lebih inovatif, terampil kreatif, memiliki kesehatan jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Dalam mencapai keberhasilan pembelajaran, sesungguhnya ditentukan oleh beberapa unsur. Diantaranya sebagian ditentukan oleh kemampuan siswa itu sendiri, unsur lingkungan termasuk unsur guru. Guru selalu dihadapkan pada berbagai hal yang memerlukan pengambilan keputusan sehubungan dengan tugasnya baik sebelum, selama maupun sesudah terjadinya proses atau situasi belajar mengajar. Guru harus mengambil keputusan-keputusan tentang apa, bagaimana, kapan, untuk apa dan sebagainya mengenai setiap situasi atau kondisi belajar yang perlu diciptakan. Termasuk mengambil

keputusan mengenai pelaksanaan rencana yang telah dibuat, dan mengenai berhasil atau tidaknya pelaksanaan rencana. Berhasil tidaknya pelaksanaan kegiatan belajar mengajar dapat diketahui setelah dilakukan kegiatan evaluasi. Disamping itu, hasil evaluasi bisa juga digunakan sebagai masukan dalam penyusunan dan pelaksanaan program selanjutnya.

Keberhasilan dalam kegiatan belajar mengajar merupakan tujuan yang paling diharapkan oleh semua guru. Untuk itu guru harus mampu menciptakan situasi belajar yang efektif. Karena suatu proses belajar mengajar merupakan tujuan yang paling diharapkan oleh semua guru. Untuk itu guru guru harus mampu menciptakan situasi belajar yang efektif. Karena suatu proses belajar mengajar yang efektif dan bermakna dapat berlangsung apabila memberikan keberhasilan serta memberikan rasa puas bagi siswa maupun guru seorang guru merasa puas jika siswanya dapat mengikuti proses belajar mengajar dengan sungguh-sungguh, bersemangat dan penuh kesadaran yang tinggi. Hal itu dapat tercapai apabila guru memiliki sikap dan kemampuan secara profesional serta mempunyai kemampuan mengelola proses belajar yang menyenangkan dan efektif.

Dari sekian banyak kemampuan yang harus dimiliki dengan baik oleh seorang guru adalah kemampuan membuat perencanaan pembelajaran dengan baik, mampu menyajikan rencana pembelajaran secara tepat, mampu mengadakan evaluasi terhadap hasil proses pembelajaran serta mampu melaksanakan tindak lanjut.

Sekolah merupakan salah satu tempat belajar, pembinaan dan pembentukan gaya hidup sehat bagi para siswa. Melalui pendidikan jasmani siswa diberi kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembekalan pengalaman belajar hidup sehat melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana.

Pemberian materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah memiliki banyak tantangan dan hambatan. Hambatan pemberian materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga dialami di tingkat sekolah dasar (SD). Hal ini terlihat di SD Negeri Kotagede 1 dengan munculnya beberapa fenomena. Siswa sekolah dasar umumnya cenderung suka terhadap olahraga.

Fungsi guru adalah mempermudah siswa untuk belajar memahami, mengetahui, dan mengingat materi pembelajaran dan fungsinya dalam praktik kehidupan nyata. Guru memberikan kondisi yang mampu menciptakan pembelajaran yang bermakna bagi diri siswa yang pada akhirnya bermain pada kualitas sumber daya manusia (Sudikin, Basrowi, Suranto, 2008: 155)

Berdasarkan Agus Mahendra (2000:19) “ Senam merupakan kegiatan fisik yang paling kaya struktur gerakannya, diwakili oleh gerak-gerak dasar yang membangun pola gerak lokomotor sekaligus manipulatif”. Ada beberapa jenis senam, salah satunya adalah senam lantai yang gerakannya dilakukan di lantai yang dialasi dengan matras atau serabut.

Standar kompetensi dalam pembelajaran senam lantai di SD untuk mempraktikkan rangkaian gerakan senam dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. Kompetensi dasar yang diharapkan tercapai dari pembelajaran senam lantai kelas V adalah dapat mempraktikkan rangkaian gerakan senam lantai tanpa alat, menumbuhkan rasa percaya diri, kerjasama, tanggung jawab dan saling menghargai.

Pada umumnya senam lantai disebut *Floor Exercises*, tetapi ada juga yang menamakan *tumbling*. *Tumbling* itu sendiri berasal dari kata *tombolon* (bahasa Italia), *tommelen* (Belanda), *tomber* (Perancis), yang artinya melompat disertai melenting dan berjungkir balik secara berirama. Sedangkan pengertian *tumbling* adalah gerakan yang cepat dan eksplosif dan merupakan gerak yang pada umumnya dirangkaikan pada satu garis lurus. Adapun cirinya adalah adanya unsur melompat, melayang bebas di udara dan dilakukan dengan cepat. Antara lain adalah tumbling seperti *kip*, *handspring*, atau *salto*. Pembelajaran senam lantai dilakukan pada matras. Unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada waktu meloncat ke depan maupun ke belakang. Bentuk-bentuk latihannya juga merupakan gerakan dasar dari senam perkakas.

Berdasarkan Muhajir (2006: 70), yang dimaksud “Guling belakang ialah menggulingkan badan ke belakang dengan posisi badan tetap harus membulat yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukkan samping, samping dagu melekat di dada”. Seperti halnya unsur keterampilan senam

lantai lainnya guling belakang merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai.

Pembelajaran senam lantai guling belakang di SD Negeri Kotagede 1 mengacu pada kurikulum 13 tapi pada pelaksanaannya pembelajaran masih menggunakan kurikulum tingkat satuan pendidikan. Dengan mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani terutama pada materi senam lantai guling belakang. Siswa di SD Negeri Kotagede 1 kurang termotivasi dalam pembelajaran senam guling belakang. Di samping itu pembelajaran ini juga menumbuhkan solidaritas, toleransi, stabilitas emosi, sportivitas, kedisiplinan, tanggung jawab, kejujuran, dan interaksi sosial, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat.

Sehubungan dengan beberapa faktor seperti faktor keluarga, faktor alat dan fasilitas serta faktor relasi, maka idealnya sekolah memiliki sarana dan prasarana yang mendukung serta memiliki guru atau pengajar yang berkualitas. Peralatan yang mendukung pembelajaran senam lantai diantaranya hall senam, matras, papan tolak, dan lain-lain.

Dengan memaksimalkan faktor-faktor pendukung pembelajaran senam lantai diharapkan pembelajaran dapat berlangsung dengan baik dan lancar. Guru pun sangat berpengaruh dalam pembelajaran guling belakang dimana guru harus lebih efektif dalam menggunakan metode pembelajar supaya anak lebih bisa melakukan guling belakang tidak hanya guling belakang tetapi model

pembelajaran lainnya. Minimnya keretampilan guru dalam melatih guling belakang menjadi hambatan bagi siswa untuk bisa melakukan.

Sistem komando yang dilakukan oleh guru tidaklah efektif, guru terus menerus mengukanya dalam pembelajaran sedikit dalam melakukan praktek dan motivasi. Pembelajaran dengan menyesuaikan karakteristik siswa yaitu suka bermain sehingga siswa lebih tertarik dan aktif dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran senam.

Selama pembelajaran praktik yang dilakukan terlihat masih terdapat kendala-kendala yang dialami siswa. Bahkan hambatan tampak begitu jelas ketika siswa yang memiliki berat badan berlebih merasa ragu-ragu dan takut melakukan gerakan guling belakang. Beberapa keluhan yang muncul dari para siswa diantaranya seperti rasa takut, malu, kurang terlatih, peralatan atau matras yang kurang lengkap.

Berdasarkan hasil belajar rendah, maka peneliti ingin meneliti tentang tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 .

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan tersebut diatas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa di SD Negeri Kotagede 1 kurang termotivasi dalam pembelajaran senam guling belakang.

2. Keberhasilan dalam kegiatan belajar merupakan tujuan yang paling diharapkan oleh semua guru, oleh karena itu guru harus mampu menciptakan situasi belajar yang efektif.
3. Proses pembelajaran pendidikan jasmani di SD Negeri Kotagede 1 masih menggunakan model tradisional dan sistem komando.
4. Pembelajaran dengan menyesuaikan karakteristik siswa yaitu suka bermain sehingga siswa lebih tertarik dan aktif dan berpartisipasi dalam proses pembelajaran senam.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada masalah-masalah yang ada dan agar tidak menimbulkan pemahaman yang salah, maka masalah yang akan diteliti dibatasi hanya pada permasalahan “Tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 ”.

D. Rumusan Masalah

Bedasarkan Latar Belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas, diajukan rumusan masalahnya adalah sebagai berikut: “Pada kategori manakah tingkat kesulitan yang dialami oleh siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 dalam belajar senam lantai guling belakang?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui kategori tingkat kesulitan yang dialami oleh siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis

1. Secara teoritis:

- a. Dapat menambah dan mengembangkan ilmu pengetahuan serta lebih mendukung teori-teori yang telah ada hubungannya dengan masalah-masalah yang diteliti.
- b. Memberikan sumbangan keilmuan pada pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam lantai guling belakang.
- c. Sebagai masukan dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan khususnya prestasi belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa sekolah dasar.

2. Manfaat praktis bagi:

- a. Dapat diketahuinya kategori kesulitan siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Hakikat Tingkat Kesulitan Belajar

Pada umumnya kesulitan merupakan suatu kondisi tertentu yang ditandai dengan adanya hambatan-hambatan dalam kegiatan mencapai suatu tujuan, sehingga memerlukan usaha yang lebih berat lagi untuk dapat mengatasinya. Kesulitan belajar dapat diartikan sebagai suatu kondisi dalam proses belajar yang ditandai oleh adanya hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar. Hambatan-hambatan ini mungkin di sadari dan mungkin tidak disadari oleh siswa yang bersangkutan. Hambatan ini mungkin bersifat psikologis, sosiologis maupun fisiologis dalam keseluruhan proses belajar. Orang yang mengalami hambatan dalam proses mencapai hasil belajarnya, sehingga hasil yang dicapai berada dibawah potensi yang dimiliki.

Berdasarkan Baharudin dan Esa Nur Wahyuni (2010: 18), informasi yang telah terdapat digunakan untuk menunjukkan prestasi yang merupakan hasil belajar. Hasil belajar dapat berupa keterampilan mengerjakan sesuatu, kemampuan menjawab soal, dan menyelesaikan tugas.

Dengan demikian, yang dimaksud dengan siswa mengalami kesulitan belajar identik prestasi belajar yang rendah. Kesulitan belajar yang dihadapi oleh para siswa disebabkan oleh faktor baik yang terdapat dalam maupun luar dirinya.

2. Hakikat Guling Belakang di Sekolah Dasar

Berdasarkan Muhajir (2006: 70) yang "dimaksud guling belakang ialah menggulingkan badan kebelakang dengan posisi badan tetap harus membulat, yaitu kaki lipat, lutut tetap melekat didada, kepala ditundukkan samping dagu melekat didada" seperti unsur keterampilan senam lantai lainnya guling belakang merupakan salah satu keterampilan yang harus dikuasai.

Berdasarkan Roji (2006: 113) berguling kebelakang ialah gerakan badan berguling kebelakang melalui bagian belakang badan mulai dari pinggul bagian belakang, punggung dan tengkuk. Selanjutnya Roji (2006: 69) menjelaskan "latihan guling belakang dapat dilakukan dengan dua cara yaitu guling belakang dengan sikap awal jongkok dan guling kebelakang dengan sikap awal berdiri.

Penelitian ini hanya dibatasi pada senam lantai guling belakang (*backward roll*), dengan sikap awal jongkok. Satrio Ahmad Y (2007:15), adalah "berguling ke belakang merupakan kebalikan dari guling ke depan. Gerakan dimulai dari sikap jongkok, telapak tangan ke atas, jari menunjuk ke belakang. Bergulinglah ke belakang dengan cara menggelinding kedua kaki luruskan ke belakang. Jaga agar badan tetap bertekuk dengan kedua tangan menekan matras.

3. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani Berdasarkan Depdiknas (2003: 16) adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang direncanakan secara sistematis

guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan berpikir emosional, sosial dan moral.

Berdasarkan Sukintaka (2004: 21) bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya.

Dari definisi di atas dapat penulis simpulkan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas, emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani olahraga dan kesehatan.

4. Hakikat Senam

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Disamping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga.

Senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga, merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *Gymnastics*, atau bahasa Belanda *Gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan dari bahasa Yunani, *Gymnos*, yang berarti telanjang. Kata *gymnastiek* tersebut, dipakai untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak, sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal ini bisa terjadi, karena pada waktu itu teknologi pembuatan bahan pakaian belum semaju sekarang, sehingga belum memungkinkan membuat pakaian yang bersifat lentur mengikuti gerak pemakainya.

Dalam bahasa Yunani sendiri, *gymnastics* diturunkan dari kata kerja *gymnazein*, yang artinya, berlatih atau melatih diri. Latihan-latihan ini diperlukan bagi para pemuda Yunani Kuno (sekitar tahun 1000 SM hingga kira-kira tahun 476) untuk menjadi warga negara yang baik, sesuai cita-cita negara serta untuk menjadikan penduduknya sebagai manusia harmonis. Para filosof seperti *Socrates*, *Plato*, dan *Aristoteles* mendukung program-program latihan fisik ini, yang dimaksud untuk meningkatkan keindahan dan kecantikan, kekuatan, serta efisiensi gerak. Dari jaman itulah mulai muncul tanda-tanda berkembangnya senam medis, *massage* dan senam untuk kebugaran jasmani. Dengan pendekatan sejarah, perkembangannya dapat ditelusuri kembali.

Manfaat senam Berdasarkan Agus Mahendra (2001: 12), meliputi:

1). Manfaat fisik

Lewat berbagai kegiatan, anak yang terlibat dalam senam akan berkembang daya tahan otot nya, kekuatannya, kelentukannya, koordinasinya dan kelincahannya serta keseimbangannya. Apalagi jika kegiatannya yang menuntut sistem kerja jantung dan paru-paru, program senam akan menyumbang, bagi perkembangan fisik yang seimbang.

2). Manfaat mental dan sosial

Ketika mengikuti program senam, anak dituntut untuk berpikir sendiri tentang perkembangan keterampilannya. Untuk itu anak harus mampu menggunakan kemampuan berpikirnya secara kreatif melalui pemecahan masalah gerak. Dengan demikian anak akan berkembang kemampuan mentalnya.

Berdasarkan Agus Mahendra (2001: 14) ciri-ciri gerakan senam adalah:

- a). Apik, rapih, pasti dan anggun
- b). Gerakannya ritmis dan harmonis
- c). Banyak menggunakan kemampuan fisik
- d). Menggunakan gerkan-gerakan yang melatih kelenturan
- e). Menggunakan kegiatan yang menantang anak untuk berjuang melawan dirinya sendiri.
- f). Menggunakan kegiatan-kegiatan gerak yang ekspresif

5. Pembelajaran Senam di Sekolah Dasar

Pembelajaran senam di sekolah memiliki sasaran pedagogis. Berdasarkan Agus Mahendra (2001: 10) pembelajaran senam di sekolah dikenal sebagai senam pendidikan, merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan, artinya pembelajaran senam hanyalah alat. Sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam.

6. Karakteristik Perkembangan dan Pertumbuhan Siswa SD Kelas V

Berdasarkan Siti Rahayu Haditomo (2006: 176) karakteristik anak usia sekolah dasar dilihat dari perkembangan jasmani dan psikomotorik adalah sebagai berikut:

- 1). Perkembangan jasmani
 - a). Keadaan jasmani anak menjadi lebih stabil dan lebih kuat
 - b). Kekuatan badan dan tangan pada anak laki-laki bertambah dengan pesat.
 - c). Pada umumnya ada hubungan yang tetap dalam perkembangan tulang dan jarinya.
 - d). Sampai umur 12 tahun anak akan bertambah panjang 1-6 cm tiap tahunnya.
 - e). Pada umur 10 tahun anak laki-laki agak lebih besar sedikit daripada anak perempuan, sesudah itu anak laki-laki lebih unggul daripada

anak perempuan.

2). Perkembangan Psikomotorik

- a). Keseimbangan relative berkembang dengan baik
- b). Koordinasi mata dengan tangan berkembang lebih baik
- c). Ada perubahan dalam sifat dan frekuensi motorik kasar dan halus
- d). Kecakapan motorik lebih tergantung dari aturan formal dan aturan yang telah ditentukan dan bersifat kurang spontan.

B. Penelitian Yang Relevan

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 persentase 51,09%. Penghambat dari faktor intern masuk kategori sedang dan faktor ekstern juga masuk 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. Kemudian yang kedua hasil penelitian Retno Listyani (2010) yang berjudul “Faktor Kendala dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Siswi Kelas IV dan V SD Negeri Bekelan Kota Kulon Progo” menunjukkan bahwa kendala siswi kelas IV dan V dalam proses pembelajaran senam lantai guling belakang di SD Negeri Bekelan Kota

Kulon Progo dalam kategori kendala baik ada 9,1% siswa, disusul kategori kendala cukup ada 27,3% siswa, dan kategori kendala kurang ada 22,7% siswa, kategori kendala kurang sekali ada 27,3% siswa, dan kategori kendala sangat baik ada 13,6% siswa. Dari hasil tersebut faktor *intern* masuk dalam kategori cukup dan faktor *ekstern* kendala siswa dalam proses pembelajaran senam lantai guling belakang masuk dalam kategori cukup.

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan latar belakang dan kajian teori di atas, maka dapat dikemukakan bahwa dalam pelaksanaan pendidikan jasmani terdapat banyak faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa. Khususnya dalam pembelajaran guling belakang sangat ditentukan oleh faktor internal yang berasal dari tiap-tiap individu (siswa) yang terdiri dari faktor psikologis, dan faktor eksternal terdiri dari: guru, materi, sarana prasarana, serta lingkungan yang mendukung.

Dengan adanya prestasi atau hasil belajar yang rendah dimungkinkan siswa masih mengalami kesulitan dalam belajar guling belakang. Untuk dapat mengatasi tingkat kesulitan ini perlu diketahui penyebab kesulitan siswa dalam pembelajaran guling belakang dapat dilakukan dengan mencari faktor-faktor penyebab kesulitan belajar siswa yaitu yang berasal dari luar tiap-tiap individu psikologi dan fisiologis, faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu psikologis dan

fisiologis, faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu meliputi guru, sarana dan prasarana, lingkungan sekolah dan materi yang dipelajari.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini termasuk penelitian survei dan teknik pengambilan data menggunakan angket. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta dan berusaha mencari informasi, gambaran secara teratur singkat dan jelas mengenai suatu peristiwa, sehingga dapat ditarik makna dari gambaran tentang tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif.

Berdasarkan Suharsimi Arikunto (2005: 234) “Penelitian deskriptif adalah penelitian yang tidak bermaksud menguji hipotesis tetapi lebih menggambarkan keadaan seperti apa adanya tentang suatu variabel, gejala atau keadaan. Disebutkan juga oleh Suharsimi Arikunto (2000: 86), “Survei yaitu mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status suatu gejala”.

B. Definisi Operasional Variabel penelitian

Berdasarkan Suharsimi Arikunto (2002: 96) Variabel adalah segala yang akan menjadi obyek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kesulitan

pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta. Secara operasional tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 yaitu sesuatu yang mengganggu kelancaran siswa dalam pembelajaran guling belakang yang terdiri dari 2 faktor yang memungkinkan penyebab siswa mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang.

Faktor yang berasal dari dalam tiap-tiap individu atau siswa (*intern*), yang terdiri dari fisik dan psikologis. Faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu atau siswa (*ekstern*), yang meliputi: guru, lingkungan sekolah dan materi guling belakang. Faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut akan diungkap menggunakan angket untuk dijadikan bahan penelitian.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 90 siswa SD Kotagede Negeri 1, yaitu : terdiri dari 3 kelas A, B, dan C tiap kelas terdiri dari 30 siswa sama rata. Kelas A sudah digunakan untuk Uji Coba Penelitian dan kelas B C digunakan untuk Penelitian sesuai dengan tabel dibawah ini .

Tabel 1. Daftar Populasi Siswa Kelas V SD Negeri Kotagede 1

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	V A	30
2	V B	30
3	V C	30
Total		90

Tabel 2. Subjek Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Siswa
1	V B	30
2	V C	30
Total		60

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Berdasarkan Suharsimi Arikunto (2005: 101) Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Dalam penelitian ini jenis metode yang digunakan adalah angket.

Instrumen penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah berupa angket. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup yang berupa sejumlah pertanyaan dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Teknik angket ini digunakan untuk mengungkap tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

Angket adalah kumpulan dari pertanyaan yang diajukan secara tertulis kepada seseorang (yang dalam hal ini disebut responden), dan cara menjawab juga dilakukan dengan tertulis (Suharsimi Arikunto, 2005: 101). Angket dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa besar

tingkat kesulitan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

Langkah-langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrumen yang baik adalah:

- a. Perencanaan, meliputi perumusan tujuan, menentukan variabel, kategorisasi variabel.
- b. Penulisan butir soal atau item kuesioner, penyusunan skala dan penyusunan pedoman wawancara.
- c. Penyuntingan, yaitu melengkapi instrumen dengan pedoman mengerjakan, surat pengantar, kunci jawaban, dan lain-lain yang perlu.
- d. Uji coba, baik dengan skala kecil maupun besar.
- e. Penganalisaan hasil, analisis item, melihat pola peninjauan saran-saran dan sebagainya (Suharsimi Arikunto, 2002: 142)

Angket mempunyai bentuk dan macam angket itu sendiri yang di dasarkan pada beberapa hal. Macam angket berdasarkan keleluasaan responden memberikan jawaban Berdasarkan Suharsimi Arikunto (2005: 103-104) terdiri atas angket terbuka, angket campuran. Sedangkan macam angket itu berdasarkan jawaban atau informasi yang diberikan kepada responden Berdasarkan Sugiono (2010) adalah:

- a. Angket langsung, daftar pertanyaan dikirimkan langsung kepada yang ingin dimintai pendapat, keyakinan atau diminta menceritakan tentang keadaan dirinya sendiri.
- b. Angket tidak langsung, daftar pertanyaan dikirim langsung kepada seseorang yang diminta menceritakan tentang keadaan orang lain.

Berdasarkan Sutrisno Sugiono (2010) ada 3 langkah pokok yang harus diperhatikan dalam menyusun instrumen yaitu mendefinisikan konstruk, menyidik faktor dan menyusun butir-butir pertanyaan atau pernyataan.

- a. Mendefinisikan Konstruk

Konstruk dalam penelitian merupakan suatu tahapan yaitu bertujuan untuk memberikan batasan arti dari konstruk yang akan diteliti, dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian. Konstruk dalam penelitian ini adalah tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

- b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor adalah suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka kemudian diyakini menjadi komponen dari konstruk yang akan diteliti. Faktor-faktor yang

menyebabkan kesulitan pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta dalam pembelajaran senam guling belakang yaitu:

1). Faktor yang berasal dari dalam tiap-tiap individu atau siswa (*intern*), yang terdiri dari:

a). Fisik

b). Psikologis

2). Faktor yang berasal dari luar tiap-tiap individu atau siswa (*ekstern*), yang meliputi:

a). Guru yang terdiri dari penguasaan materi dan cara mengajar.

b). Lingkungan sekolah yang terdiri dari kelengkapan fasilitas, lokasi dan hubungan sosial

c). Materi guling belakang yang terdiri dari sikap awal, pelaksanaan dan sikap akhir.

c. Menyusun butir-butir pertanyaan

Menyusun butir pertanyaan merupakan langkah terakhir dari penyusunan angket yaitu penjabaran dari faktor ke faktor didalam angket, sehingga dapat membatasi butir-butir soal yaitu disusun dari suatu faktor yang bersangkutan.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu dengan angket yang disesuaikan dengan butir-butir tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta yaitu pernyataan positif dan negatif.

Tabel 3. Kisi-Kisi Angket Faktor Kesulitan Siswa Belajar Guling Belakang SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Angket	Jumlah	
Tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.	1. <i>Intern</i>	Siswa:			
		a. Fisik	1,2,3,4,5,	5	
	b. Psikologis	6,7,8,	3		
	2. <i>Ekstern</i>	Guru:			
		c. Simpatik cakap mengajar	9,10,	2	
		Lingkungan sekolah:	11,12,13	3	
		d. Kelengkapan fasilitas			
		e. Lokasi	14,	1	
Gerakan Guling belakang					
f. Sikap awal	15,16,17	3			
g. Pelaksanaan	18,19,20	3			
h. Sikap akhir	21,22	2			
Jumlah				22	

Data yang diperlukan dalam penelitian ini berupa pernyataan atau jawaban yang diperoleh dari siswa pada proses pembelajaran guling belakang. Adapun teknik pengumpulan data berupa angket, yang sudah tersedia jawabannya sehingga responden tinggal memilih salah satu. Skala yang digunakan dalam angket ini adalah skala *Likert* yang telah dimodifikasi dengan alternatif jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). (Sutrisno Hadi, 1991: 19-20). Skor yang dipergunakan untuk masing-masing pertanyaan yang positif yaitu 1,2,3,4 sedangkan untuk pertanyaan negatif yaitu 4,3,2,1 sehingga pertanyaan skor positif dan negatif terbalik. Pemberian keterangan skor dari masing-masing pernyataan adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Penskoran Nilai Pernyataan Angket

No.	Pernyataan	Skor			
		SS	S	TS	STS
1.	Positif	1	2	3	4
2.	Negatif	4	3	2	1

2. Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dimaksudkan untuk mengetahui apakah instrumen yang disusun benar-benar valid (Suharsimi Arikunto, 2005: 167). Instrumen yang disusun uji validitasnya menggunakan rumus

statistik bagian total dan uji reliabilitas menggunakan *Alpha Crobbach*, Sugiono (2010).

a. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas ini untuk mengetahui apakah instrumen itu mampu mengukur apa yang hendak diukur. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Suharsimi Arikunto, 2002: 145). Berdasarkan Sugiono (2010) dalam menguji validitas dalam penelitian ini dipergunakan korelasi momen tangkar, rumusnya yaitu:

$$r_{pq} = \frac{(r_{xy})(SBy):SBx}{\sqrt{(SBx^2)+(SBy^2)-2(r_{xy})(SBx)(SBy)}}$$

Keterangan:

r_{pq} : Koefisien korelasi bagian total

r_{xy} : Koefisien korelasi momen tangkar

SBy : Simpang baku skor faktor

SBx : Simpang baku skor butir

Langkah berikutnya adalah menghitung SB (Simpangan Baku), SB diperoleh dengan rumus:

$$SB = \sqrt{\left(\frac{JK}{N-1}\right)}$$

Setelah menghitung SB kemudian menghitung JK

Jk = jumlah kuadrat, diperoleh dengan rumus :

$$Jk = \sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}$$

Untuk mencari rxy dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

r_{xy} : Korelasi momen tangkar

N : Cacah subyek uji coba

$\sum X$: Sigma atau jumlah X (skor butir)

$\sum X^2$: Sigma X kuadrat

$\sum Y$: Sigma Y (skor faktor)

$\sum Y^2$: Sigma Y kuadrat

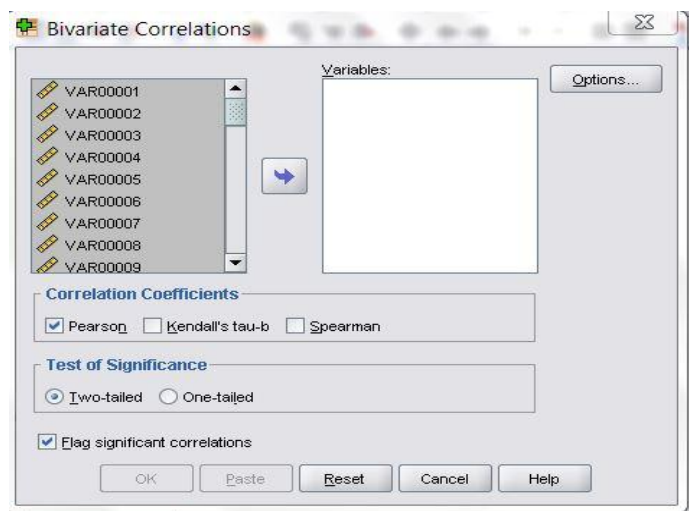
$\sum XY$: Sigma tangkar (perkalian) X dengan Y

Perhitungan validitas instrument dalam penelitian ini dengan menggunakan rumus person produk momen yang kemudian dikorelasikan dengan bagian total (Sutrisno Hadi, 1991: 26-27)

Dengan menggunakan SPSS 17.0

Uji Validitas:

1. Input data yang ada pada *data view*
2. Lalu klik *analyze* → *correlate* → *Bivariate*



Masukkan semua variabel lalu OK.

Hasil Output: (Hasil nya yang di data yang tabel VAR00023)

Dari gambar di atas, untuk "Item X ke 1" nilai korelasi pearsonnya adalah 0,404*, dengan probabilitas korelasi [sig. (2-tailed)] sebesar 0,333. Sesuai kriteria sebelumnya, item instrumen nomor 1 adalah Valid, karena nilai korelasi pearson > dari r tabel yaitu 0,374/0,478. Hasil lengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Hasil Uji Validitas

Korelasi antar item ke- dengan Total	Nilai Korelasi Pearson	Probabilitas Korelasi [sig.(2-tailed)]	r tabel	Kesimpulan
1	0,404*	0,333	> 0,374/0,478	Valid
2	621**	000	>0,374/0,478	Valid
3	349*	.343	>0,374/0,478	Valid
4	424*	025	>0,374/0,478	Valid
5	349*	0,333	<0,374/0,478	Valid
6	518**	005	>0,374/0,478	Valid
7	595**	001	>0,374/0,478	Valid
8	743**	000	>0,374/0,478	Valid
9	448*	414	>0,374/0,478	Valid
10	769*	761	>0,374/0,478	Valid
11	768**	000	>0,374/0,478	Valid
12	489**	008	>0,374/0,478	Valid
13	768**	000	>0,374/0,478	Valid
14	408*	031	>0,374/0,478	Valid
15	791**	000	>0,374/0,478	Valid
16	619**	000	>0,374/0,478	Valid
17	685**	000	>0,374/0,478	Valid
18	842**	000	>0,374/0,478	Valid
19	608**	001	>0,374/0,478	Valid
20	662**	000	>0,374/0,478	Valid
21	782**	000	>0,374/0,478	Valid
22	801**	000	>0,374/0,478	Valid

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Syarat dari suatu instrumen yang baik adalah menuntut keajegan atau stabilitas hasil pengamatan dengan instrumen (pengukuran). Penghitungan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *Alpha Cronbach* Sugiono (2010) yaitu:

$$r_{tt} = \frac{M}{M-1} \left(\frac{Vt-Vx}{Vt} \right) = \frac{M}{M-1} \left(1 - \frac{Vx}{Vt} \right)$$

Keterangan:

r_{tt} : Reliabilitas yang dicari

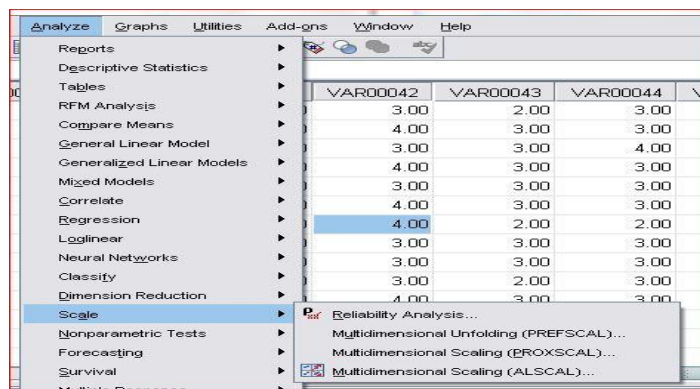
Vt : Varians total (faktor)

Vx : Varians butir

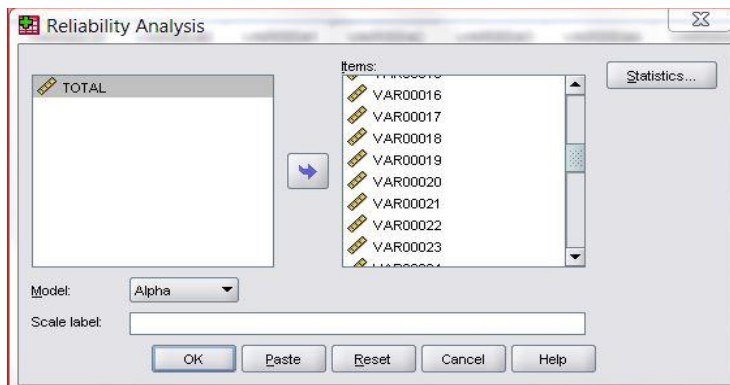
M : Jumlah butir pernyataan

Masih dengan skor-skor seperti pada pengujian validitas di atas, maka pengujian reliabilitas dapat dilanjutkan, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Klik menu *Analyze* → *Scale* → *Reliability Analysis*



Lalu masukkan semua variabel, kemudian klik OK



Sehingga menghasilkan output sebagai berikut

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	28	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.747	23

Karena nilai dari reliabilitas yaitu 0,747 lebih dari 0,670.. Sehingga memenuhi kepercayaan yaitu 74 % dari data angket tersebut.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode survey dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket tertutup yang berupa sejumlah pertanyaan dengan alternatif jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Teknik angket ini digunakan untuk mengungkapkan hambatan pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

Angket tertutup adalah angket yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. (Suharsimi Arikunto, 2002: 129). Dipilihnya angket sebagai alat untuk mengumpulkan data dikarenakan mempunyai keuntungan sebagai berikut:

1. Tidak memerlukan hadirnya peneliti.
2. Dapat dibagikan secara serentak kepada responden.
3. Dapat dijawab responden Berdasarkan kecepatannya masing-masing dan Berdasarkan waktu senggang responden.
4. Dapat dibuat *anonym* sehingga responden bebas, jujur dan tidak malu-malu dalam menjawab.

5. Dapat dibuat terstandar sehingga bagi responden dapat diberi pertanyaan yang benar-benar sama (Suharsimi Arikunto, 2002: 11-29)

Cara yang dilakukan yaitu dengan memberikan langsung angket ke semua siswa melalui guru pendidikan jasmani SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

F. Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan statistik deskriptif. Adapun teknik penghitungannya untuk masing-masing butir dalam angket menggunakan persentase. Berdasarkan Sugiono (2010) dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi Pengamatan

N : Jumlah responden

Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikannya dalam bentuk histogram. Pengkategorian disusun dengan 5 kategori yaitu

menggunakan teknik kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang dan kurang sekali (Handoko Riwidikdo, 2009: 17). Rumus yang digunakan dalam menyusun kategori yaitu:

Tabel 6. Pengkategorian Tingkat Kesulitan Siswa

No.	Rentang Norma	Kategori
1.	$X > M + 1,5 SD$ ke atas	Sangat Tidak Sulit
2.	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tidak Sulit
3.	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Sulit
5.	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Sulit

Keterangan:

X : Skor responden (nilai yang dihasilkan siswa)

M : Mean/ rata-rata (\bar{x})

SD : Standar Deviasi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subjek dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Kotagede 1 yang beralamatkan di kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta pada tanggal 09 Februari 2018. Subjek dalam penelitian ini adalah pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta dengan subjek sebanyak 60 siswa.

B. Deskripsi Data dan Hasil Penelitian

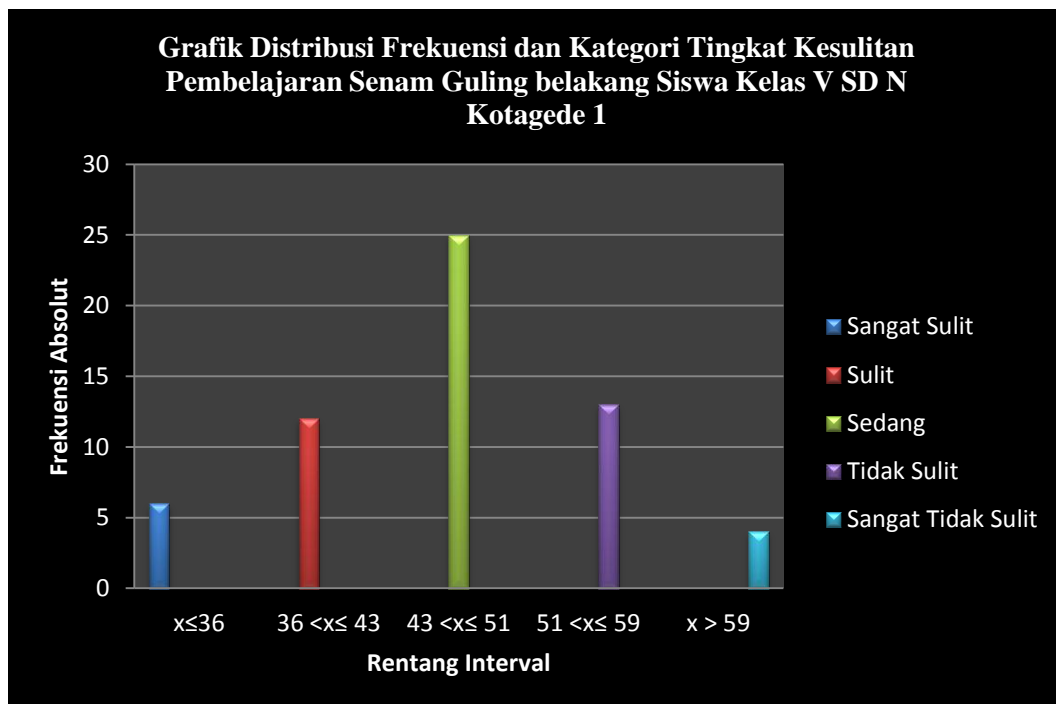
Untuk mempermudah pendeskripsian data maka dilakukan pengkategorian yang meliputi pengkategorian seluruh tingkat kesulitan yang dihadapi siswa saat melakukan senam lantai guling belakang. Identifikasi tingkat kesulitan pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta diukur dengan angket yang berjumlah 22 butir pernyataan yang telah divalidasi. Jumlah soal sah atau valid adalah sebanyak 22 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai empat (4).

Hasil pengujian deskriptif statistik kategori tingkat kesulitan pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD N Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta secara keseluruhan mendapatkan nilai minimum 31, maksimum 68 mean sebesar 16.56, median 16, modus 16, standar deviasi 3,12. Distribusi frekuensi keadaan siswa tersaji sebagai berikut.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi dan Kategori Tingkat Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta.

No.	Kategori	Interval	Frekuensi	
			Absolut	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Sulit	$x > 59$	4	6,7
2	Tidak Sulit	$51 < x \leq 59$	13	21,7
3	Sedang	$43 < x \leq 51$	25	41,7
4	Sulit	$36 < x \leq 43$	12	20,0
5	Sangat Sulit	$x \leq 36$	6	10,0
Jumlah			60	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa terdapat 4 siswa (6,7%) yang mengalami kesulitan pembelajaran guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 13 siswa (21,7%) berada pada kategori tidak sulit, 25 siswa (41,7%) berada pada kategori sedang, 12 siswa (20%) pada kategori sulit dan 6 siswa (10%) pada kategori sangat sulit. Apabila di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa kesulitan pembelajaran guling belakang siswa memiliki tingkat kesulitan pada kategori sedang dalam pembelajaran senam guling belakang.



Gambar 1. Grafik Distribusi dan Kategori Frekuensi Tingkat Kesulitan Pembelajaran Senam Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta

Identifikasi tingkat kesulitan siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta dalam pembelajaran guling belakang terdiri dari 4 faktor. Faktor-faktor yang digunakan sebagai identifikasi tingkat kesulitan pembelajaran senam lantai guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta selengkapnya dideskripsikan sebagai berikut.

1. Faktor intern

a. Deskripsi Data Indikator Siswa

Data mengenai keadaan siswa dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid sebanyak 22

butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4).

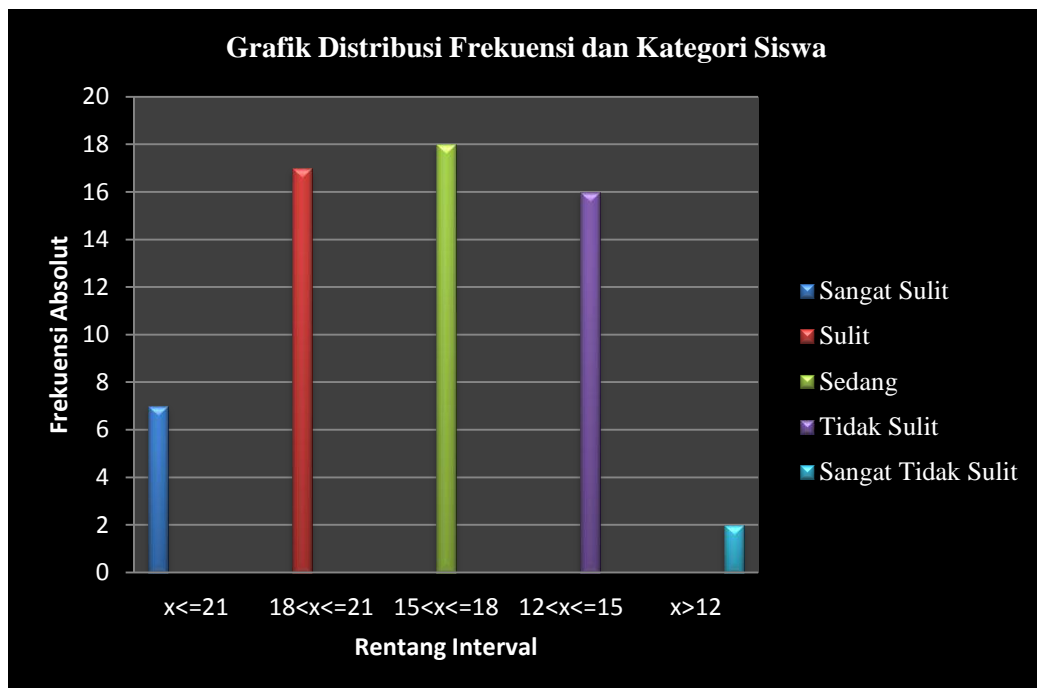
Hasil pengujian deskriptif statistik indikator keadaan siswa mendapatkan nilai minimum 11, maksimum 24 mean sebesar 16,52, median 16, modus 16, standar deviasi 3,12. Distribusi frekuensi keadaan siswa tersaji berikut.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi dan Kategori Indikator Siswa

No.	Kategori	Interval	Frekuensi	
			Absolut	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Sulit	$x \leq 21$	2	3,3
2	Tidak Sulit	$18 < x \leq 21$	16	26,7
3	Sedang	$15 < x \leq 18$	18	30
4	Sulit	$12 < x \leq 15$	17	28,3
5	Sangat Sulit	$x > 12$	7	11,7
Jumlah			60	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari diri sendiri pada kategori sangat tidak sulit terdapat 2 siswa (3,3%), kemudian 16 siswa (26,7%) berada pada kategori tidak sulit, 18 siswa (30%) berada pada kategori sedang, 17 siswa (28,3%) pada kategori sulit, dan 7 siswa (11,7%) berada pada kategori sangat sulit.

Apabila di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator siswa memiliki tingkat kesulitan yang sedang dalam pembelajaran senam guling belakang.



Gambar 2. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Siswa.

2. Faktor Eksternal

a. Deskripsi Data Indikator Guru

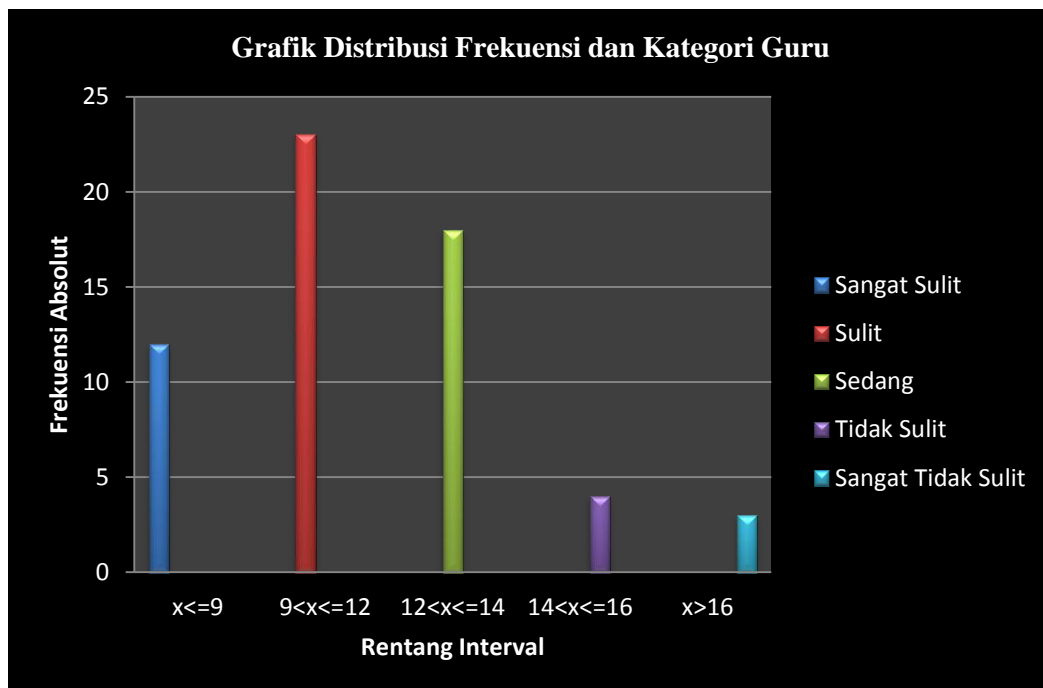
Data keadaan guru dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid adalah sebanyak 22 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4).

Hasil pengujian deskriptif statistik keadaan guru mendapatkan nilai mean sebesar 3,38, median 3, modus 3, standar deviasi 1,04. Distribusi frekuensi keadaan guru tersaji berikut ini.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi dan Kategori Indikator Guru

No.	Kategori	Interval	Frekuensi	
			Absolut	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Sulit	$x > 5$	3	5,0
2	Tidak Sulit	$4 < x \leq 5$	4	6,7
3	Sedang	$3 < x \leq 4$	18	30,0
4	Sulit	$2 < x \leq 3$	23	38,3
5	Sangat Sulit	$x \leq 2$	12	20,0
Jumlah			60	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat 3 siswa (5%) siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari guru pada kategori sangat tidak sulit, 4 siswa (6,7%) berada pada kategori tidak sulit, 18 siswa (30,0%) berada pada kategori sedang, 23 siswa (38,3%) pada kategori sulit dan 12 siswa (20,0%) pada kategori sangat sulit. Apabila di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator guru memiliki kesulitan yang sedang dalam pembelajaran guling belakang.



Gambar 3. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Guru

b. Deskripsi Data Indikator Lingkungan Sekolah

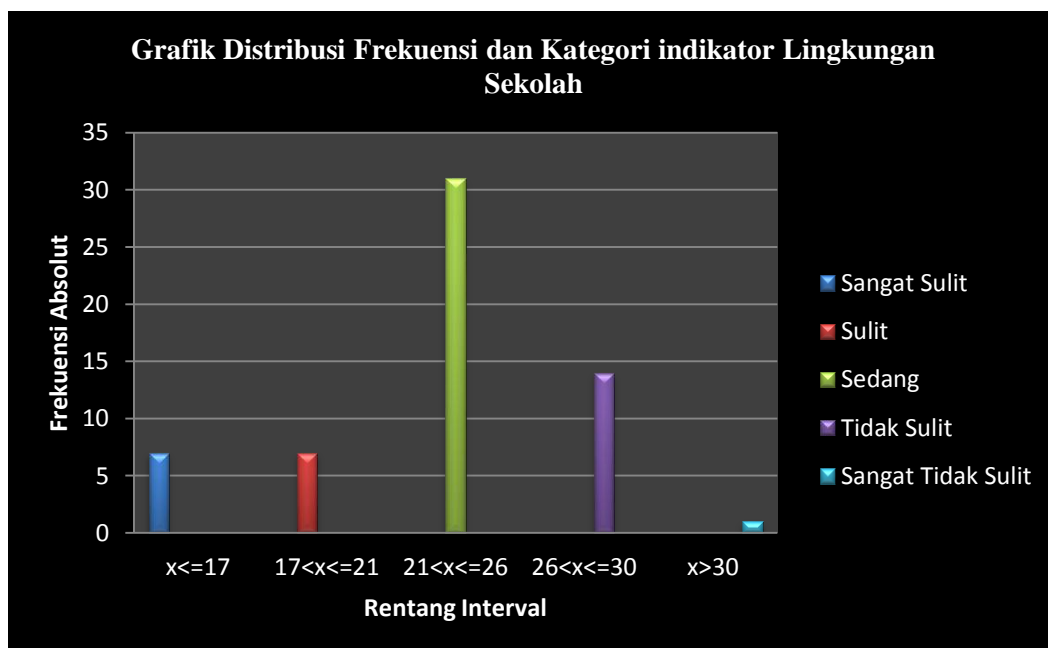
Data keadaan lingkungan sekolah dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal shahih atau valid adalah sebanyak 9 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai dengan empat (4).

Hasil pengujian deskriptif statistik indikator lingkungan sekolah mendapatkan nilai minimum 4, maksimum 12, mean sebesar 8,27, median 8, modus 8, standar deviasi 1,75. Distribusi frekuensi data lingkungan sekolah tersaji berikut ini.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Indikator dan Kategori Lingkungan Sekolah

No.	Kategori	Interval	Frekuensi	
			Absolut	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Sulit	$x > 11$	1	1,7
2	Tidak Sulit	$9 < x \leq 11$	14	23,3
3	Sedang	$7 < x \leq 9$	31	51,7
4	Sulit	$6 < x \leq 7$	7	11,7
5	Sangat Sulit	$x \leq 6$	7	11,7
Jumlah			30	100

Berdasar tabel diatas diketahui bahwa terdapat 7% siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari lingkungan sekolah pada kategori sangat tidak sulit, 20% berada pada ketegori tidak sulit, 43% berada pada kategori sedang, 27% pada kategori sulit dan 3% pada kategori sangat sulit. Apabila dilihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator lingkungan sekolah memiliki tingkat kesulitan yang sedang dalam pembelajaran guling belakang.



Gambar 4. Grafik Distribusi Frekuensi dan Kategori Lingkungan Sekolah

c. Deskripsi Data Indikator Materi Guling Belakang

Data mengenai materi guling belakang dikumpulkan dengan menggunakan angket yang telah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal sah atau valid adalah sebanyak 8 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor bertingkat satu (1) sampai empat (4).

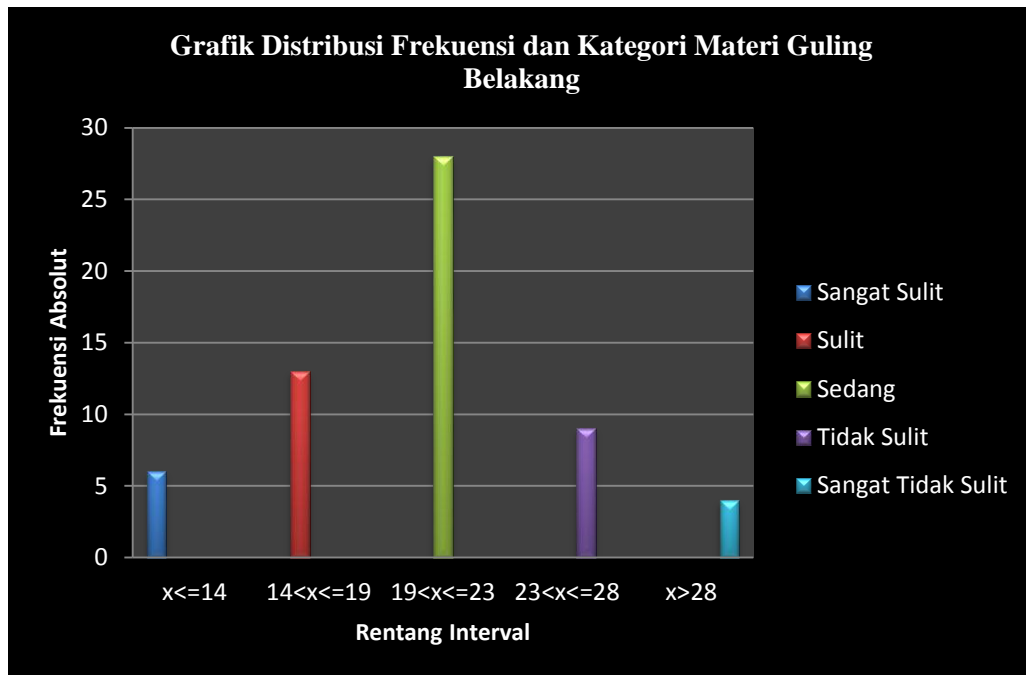
Hasil pengujian deskriptif statistik indikator materi guling belakang mendapatkan nilai minimum 9, maksimum 32, mean sebesar 19,05, median 19, modus 18, standar deviasi 4,56. Distribusi frekuensi data materi guling belakang tersaji berikut ini.

Tabel 10. Distribusi Frekuensi Indikator dan kategori Materi Guling Belakang

No.	Kategori	Interval	Frekuensi	
			Absolut	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Sulit	$x > 26$	4	6,7
2	Tidak Sulit	$21 < x \leq 26$	9	15
3	Sedang	$17 < x \leq 21$	28	46,7
4	Sulit	$12 < x \leq 17$	13	21,7
5	Sangat Sulit	$x \leq 12$	6	10
Jumlah			60	100

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 1 siswa (3%) yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari materi guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 7 siswa (23%) berada pada kategori tidak sulit, 11 siswa (37%) berada pada kategori sedang, 8 siswa (27%) berada pada kategori sulit, 3 siswa (10%) pada kategori sangat sulit. Apabila dilihat dari frekuensi tiap

kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator materi guling belakang memiliki tingkat kesulitan yang sedang dalam pembelajaran guling belakang.



Gambar 5. Grafik Distribusi Frekuensi Indikator dan Kategori Materi Guling Belakang

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan pembelajaran guling belakang siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sedang. Indikator-indikator yang mendukung kesimpulan di atas dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Intern

Faktor intern yang menjadi tingkat kesulitan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sedang. Hal ini

terlihat dari masuknya indikator penyusunnya yaitu fisiologi dan psikologi yang masuk dalam kategori sedang. Secara rinci, penjelasan tiap indikator yaitu:

Indikator siswa

Tingkat kesulitan yang berasal dari indikator siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sedang. Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari diri sendiri pada kategori sangat tidak sulit terdapat 2 siswa (3,3%), kemudian 16 siswa (26,7%) berada pada kategori tidak sulit, 18 siswa (30%) berada pada kategori sedang, 17 siswa (28,3%) pada kategori sulit, dan 7 siswa (11,7%) berada pada kategori sangat sulit.

Berdasarkan Agus Mahendra (2001: 12) Lewat berbagai kegiatan, anak yang terlibat dalam senam akan berkembang daya tahan otot nya, kekuatannya, kelentukannya, koordinasinya dan kelincahannya serta keseimbangannya. Apalagi jika kegiatannya yang menuntut sistem kerja jantung dan paru-paru, program senam akan menyumbang, bagi perkembangan fisik yang seimbang.

Berdasarkan observasi, sebagian besar siswa kelas V memiliki bentuk tubuh yang tidak mendukung pelaksanaan guling belakang (mengalami obesitas). Siswa juga yang kurang bersemangat karena tidak

menyukai materi senam guling belakang sehingga siswa hanya semaunya sendiri dalam mengikuti pembelajaran tersebut.

2. Faktor Ekstern

Faktor ekstern yang menjadi tingkat kesulitan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SD Negeri Kotagede 1 kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sedang. Hal ini terlihat dari masuknya indikator penyusunannya yaitu guru, lingkungan sekolah dan materi guling belakang yang masuk dalam kategori sulit. Secara rinci, penjelasan tiap indikator yaitu:

a. Indikator Guru

Kesulitan yang berasal dari indikator guru kelas V di SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sulit. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat 3 siswa (5%) siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari guru pada kategori sangat tidak sulit, 4 siswa (6,7%) berada pada kategori tidak sulit, 18 siswa (30,0%) berada pada kategori sedang, 23 siswa (38,3%) pada kategori sulit dan 12 siswa (20,0%) pada kategori sangat sulit.

Berdasarkan Agus Mahendra (2001: 10) pembelajaran senam di sekolah dikenal sebagai senam pendidikan, merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan, artinya pembelajaran senam hanyalah alat. Sedangkan yang menjadi tujuan

adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam.

Guru belum mampu menciptakan kondisi agar siswa tidak jenuh selama proses pembelajaran. Contohnya adalah dalam pembelajaran senam lantai guling belakang guru belum mampu membuat permainan yang mengarah pada pembelajaran senam lantai guling belakang selain itu guru tidak memberikan contoh gerakan senam lantai guling belakang.

b. Indikator Lingkungan Sekolah

Kesulitan yang berasal dari indikator lingkungan sekolah pada siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 1 berada pada kategori sedang. Berdasar tabel diatas diketahui bahwa terdapat 7% siswa yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari lingkungan sekolah pada kategori sangat tidak sulit, 20% berada pada ketegori tidak sulit, 43% berada pada kategori sedang, 27% pada kategori sulit dan 3% pada kategori sangat sulit.

Berdasarkan Depdiknas (2003: 16) adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan berpikir emosional, sosial dan moral.

Hal ini terlihat dengan kondisi ruangan yang digunakan dalam pembelajaran senam guling belakang dekat dengan ruang kelas, sehingga mengganggu konsentrasi belajar guling belakang.

c. Indikator Materi Guling Belakang

Kesulitan yang berasal dari indikator materi guling belakang pada siswa kelas V di SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta berada pada kategori sedang. Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa terdapat 1 siswa (3%) yang mengalami kesulitan belajar yang berasal dari materi guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 7 siswa (23%) berada pada kategori tidak sulit, 11 siswa (37%) berada pada kategori sedang, 8 siswa (27%) berada pada kategori sulit, 3 siswa (10%) pada kategori sangat sulit. Apabila di lihat di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator materi guling belakang memiliki tingkat kesulitan yang sedang dalam pembelajaran guling belakang.

Berdasarkan Sukintaka (2004: 21) bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya.

Hal ini disebabkan karena olahraga guling belakang tidak populer dalam kehidupan masyarakat. Bahkan tidak mengenal sama sekali bahwa guling belakang merupakan salah satu olahraga senam lantai. Tetapi ada beberapa siswa juga menunjukkan mampu menguasai materi dalam melakukan pembelajaran senam guling belakang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang siswa SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta pada kategori sedang. Hal ini karena berdasarkan hasil penelitian menunjukkan 4 siswa (6,7%) yang mengalami kesulitan pembelajaran guling belakang pada kategori sangat tidak sulit, 13 siswa (21,7%) berada pada kategori tidak sulit, 25 siswa (41,7%) berada pada kategori sedang, 12 siswa (20%) pada kategori sulit dan 6 siswa (10%) pada kategori sangat sulit. Apabila di lihat dari frekuensi tiap kategori, dapat disimpulkan bahwa kesulitan pembelajaran guling belakang siswa memiliki tingkat kesulitan pada kategori sedang dalam pembelajaran senam guling belakang.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk mengetahui tingkat kesulitan pembelajaran guling belakang pada siswa kelas V SD Negeri Kotagede 1 Kecamatan Kotagede Kota Yogyakarta. Dengan diketahuinya tingkat kesulitan siswa dalam melakukan guling belakang dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak guru dan sekolah untuk mengurangi kesulitan yang dialami siswa pada saat pembelajaran guling belakang demi tercapainya tujuan pembelajaran yang diinginkan.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan antara lain kesulitan analisis gerak untuk siswa kelas V. Keterbatasan waktu dikarenakan hanya dilakukan satu kali pengambilan data pada saat proses pembelajaran guling belakang berlangsung. Keterbatasan subjek karena subjek yang diambil hanya satu kelas saja yaitu kelas V. hal ini memungkinkan untuk dilakukan penelitian lain dengan sampel dari kelompok responden lainnya untuk mengetahui tingkat kesulitan dalam pembelajaran guling belakang secara lebih terperinci.

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 dapat menyediakan lingkungan atau tempat olahraga yang representatif.

2. Bagi Guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam mengatasi tingkat kesulitan yang dialami siswa sehingga dapat diambil cara penanganan secara tepat dalam kaitannya dengan peningkatan prestasi dan motivasi 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 kesulitan-kesulitan yang dialami siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.


DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mahendra. (2001). *Pembelajaran Senam Di Sekolah Dasar*. Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Agus Mahendra dan Adang Suherman. (2004). *Pedoman Pelaksanaan Kurikulum Pendidikan Jasmani untuk Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Pendidikan lanjutan Pertama.
- Amelia Hutasaaid. (2010). *Komponen Pembelajaran*. (Callmeamel.blogspot.com)
- Baharudin dan Esa Nur Wahyuni. (2010). *Teori Belajar & Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Depdiknas.(2003). *Kompetensi Pedoman Khusus Pengembangan Silabus Berbasis Sekolah Menengah Pertama Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdiknas
- Handoko Riwidikdo, (2009). *Metoda Belajar dan Kesulitan-kesulitan Belajar*. Bandung: Tarsito
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik Untuk SMA*. Jakarta: Erlangga
- Oemar Hamalik. (2005). *Kurikulum dan pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- _____. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani Filsafat, Pembelajaran dan Masa Depan*. Bandung: nuansa
- Purwanto. (2010). *Instrumen Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Roji. (2006). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Untuk SMP kelas VII*. Jakarta: Erlangga
- Siti R. Haditomo. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____.(2005). *Manajemen Penelitian (Edisi Revisi)*. Jakarta : PT. Rineka Cipta

- Sukintaka. (2004). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- _____. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani*. Bandung: Nuansa
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Sunarti (2008) “Faktor-Faktor penghambat dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Siswa Kelas VII SMP N 2 Piyungan Bantul. ”*Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sutrismi (2008) “Tingkat Kesulitan Belajar Guling Depan Siswa Kelas IV Dan VI SD Negeri Surokriyan” *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY

LAMPIRAN

Lampiran 1.


PEMERINTAHAN KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN
Jl. Kenari No. 56 Yogyakarta 55165 Telepon 565241, 515805, 502682
Fax (0274) 555241
E-MAIL pmperizinan@yogyakarta.go.id
HOTLINE SMS 081227625000 HOT LINE EMAIL unit@yogyakarta.go.id
WEBSITE www.pmperizinan.jogjakota.go.id

SURAT IZIN

NOMOR 070/0253
0064/34


Membaca Surat : Dari Surat Izin/ Rekomendasi dari Kepala Badan Kembangpol DIY Nomor : 074/1314/Kesbangpol/2018 Tanggal : 6 Februari 2018


Mengingat : 1. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor : 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta
2. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 5 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Yogyakarta
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 77 Tahun 2016 tentang Susunan Organisasi, Kedudukan, Tugas Fungsi dan Tata Kerja Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Kota Yogyakarta
5. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 14 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta

Dijinkan Kepada : Nama : FEISAL AFRIADI
No Mhs/ NIM : 14604221006
Pekerjaan : Mahasiswa Fak Ilmu Keolahragaan - UNY
Alamat : Jl Colombo No 1 Yogyakarta
Penanggungjawab : Prof Dr Pamuji Sukoco, M.Pd
Keperluan : MELAKUKAN PENELITIAN DENGAN JUDUL PROPOSAL : TINGKAT KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING BELAKANG SISWA KELAS V SD NEGERI 1 KOTAGEDE KECAMATAN KOTAGEDE YOGYAKARTA

Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta
Waktu : 6 Februari 2018 s/d 6 Mei 2018
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberikan Laporan hasil Penelitian berupa CD kepada Walikota Yogyakarta (Cq Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Kota Yogyakarta)
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kesetabilan pemerintahan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan-ketentuan tersebut diatas

Kemudian diharap para Pejabat Pemerintahan setempat dapat memberikan bantuan seperlunya

Tanda Tangan Pemegang Izin : 
FEISAL AFRIADI

Dikeluarkan di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 06-02-2018
An. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Perizinan Sekretaris

Dra CHRISTY DEWAYANI, MM
NIP. 196205081988032019

Tembusan Kepada :
Yth 1. Walikota Yogyakarta (sebagai laporan)
2. Kepala Badan Kesbangpol DIY
3. Ka Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta
4. Kepala SD Negeri Kotagede 1 Yogyakarta
5. Ybs.



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

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

31 Januari 2018.

Nomor : 08.3/UN.34.16/PP/2018.

Lamp. : 1 Eks

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Daerah Istimewa Yogyakarta.

Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahraagaan 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 : Faisal Afriadi
NIM : 12604221006
Program Studi : PGSD Penjas
Dosen Pembimbing : Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
NIP : 196208061988031001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 1 s/d 15 Februari 2018.

Tempat/Objek : SD Negeri 1 Kotagede Yogyakarta.

Judul Skripsi : Tingkat Kesulitan Dalam Senan Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD Negeri 1 Kotagede.

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. Kepala SD Soropan Dlingo Kab. Bantul.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH TIMUR
SEKOLAH DASAR NEGERI KOTAGEDE 1

Jl. Kemasan no. 49 Kotagede Yogyakarta Kode Pos 55173 Telp. (0274) 376 130

E-MAIL : sdkotagede1@yahoo.co.id, HOT LINE SMS : 0877-3924-2000

HOT LINE E-MAIL : upik@yahoo.com

WEB SITE : <http://www.sdnkotagede1.sch.id>.

SURAT KETERANGAN

NO : 070 / 041

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Kartana, S.Ag
NIP : 196011261982021005
Pangkat/Gol Ruang : Pembina / IV A
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa dibawah ini :

Nama : Feisal Afriadi
NIM : 14604221006
Prodi : PGSD Penjaskes

Nama tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan penelitian di SD Negeri Kotagede 1 kelas V B an C dengan judul "KESULITAN SISWA BELAJAR GULING BELAKANG KELAS V SD 1 KOTAGEDE KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA" pada tanggal 09 Februari 2018.

Demikian surat keterangan ini, Semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 Februari 2018

Kepala Sekolah





PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH TIMUR
SEKOLAH DASAR NEGERI KOTAGEDE 1

Jl. Kemasan no. 49 Kotagede Yogyakarta Kode Pos 55173 Telp. (0274) 376 130

E-MAIL : sdkotagede1@yahoo.co.id HOT LINE SMS : 0877-3924-2000

HOT LINE E-MAIL : upik@yahoo.com

WEB SITE : <http://www.sdnkotagede1.sch.id>

SURAT KETERANGAN

NO : 070 / 042

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Kartana, S.Ag
NIP : 196011261982021005
Pangkat/Gol Ruang : Pembina / IV A
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa dibawah ini :

Nama : Feisal Afriadi
NIM : 14604221006
Prodi : PGSD Penjaskes

Nama tersebut di atas benar-benar telah melaksanakan uji coba penelitian di SD Negeri Kotagede 1 kelas V A dengan judul "**KESULITAN SISWA BELAJAR GULING BELAKANG KELAS V SD 1 KOTAGEDE KECAMATAN KOTAGEDE KOTA YOGYAKARTA**" pada tanggal 01 Februari 2018.

Demikian surat keterangan ini, Semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 Februari 2018

Kepala Sekolah



Lampiran 4.

Angket Uji Coba

Penelitian

ANGKET

**TINGKAT KESULITAN SISWA BELAJAR GULING
BELAKANG KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1
KECAMATAN KOTAGEDE KABUPATEN YOGYAKARTA**

Identitas

Nama : _____

No. Absen : _____

Petunjuk Pengisian Angket

1. Berdo'a dan bacalah setiap pertanyaan dengan seksama sebelum mengisi angket.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang menurut saudara paling tepat dan sesuai dengan keadaan adik-adik.
3. Berilah tanda cek list (\checkmark) pada kolom jawaban yang telah tersedia dengan cara memilih:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Pada saat guru menjelaskan materi, siswa tidak memperhatikan tetapi berbicara dengan temannya				\checkmark

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
	Faktor Intern				
A.	Siswa				
	Fisiologi				
1.	Saya cepat merasa lelah setelah belajar guling belakang.				
2.	Kekuatan otot lengan saya mengganggu dalam melakukan pembelajaran guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya kurang baik, sehingga mengganggu pembelajaran guling belakang.				
4.	Saya memiliki berat badan yang berlebihan sehingga sulit untuk melakukan guling belakang.				
5.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung dalam melakukan guling belakang.				
	Psikologi				
6.	Belajar guling belakang kurang menarik.				
7.	Saya kurang semangat mengikuti pembelajaran guling .belakang				
8.	Saya kurang percaya diri bila melakukan guling belakang tanpa dibantu guru.				
	Faktor Ekstern				
B.	Guru				
	Penguasaan Materi dan Cara Mengajar				
9.	Guru menarik dalam mengajar guling belakang .				
10.	Guru mempunyai keahlian mengajar guling belakang.				

C.	Lingkungan Sekolah	SS	S	TS	STS
	Kelengkapan Fasilitas				
11.	Matras kurang mencukupi untuk belajar guling belakang.				
12.	Matras kurang nyaman untuk belajar guling belakang.				
13.	Matras kurang aman dalam belajar guling belajar.				
	Lokasi				
14.	Lingkungan belajar mengganggu konsentrasi guling belakang.				
D	Gerakan Guling Belakang				
	Sikap Awal				
15.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat sikap awal kaki sedikit rapat posisi jongkok.				
16.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat sikap awal posisi jongkok.				
17.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat posisi awal saat menempelkan dagu ke dada.				
	Pelaksanaan				
18.	Saya mengalami kesulitan pada saat mendorong badan ke Belakang.				
19.	Setelah mengguling ke belakang saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras di atas kepala.				
	Sikap Akhir				
20.	Saya mengalami kesulitan pada sikap akhir gerakan.				
21.	Saya mengalami kesulitan irama gerakan guling belakang,dari sikap awal sampai sikap akhir.				
22.	Saya mengalami kesulitan pada sikap akhir posisi berdiri setelah melakukan gerakan guling belakang.				

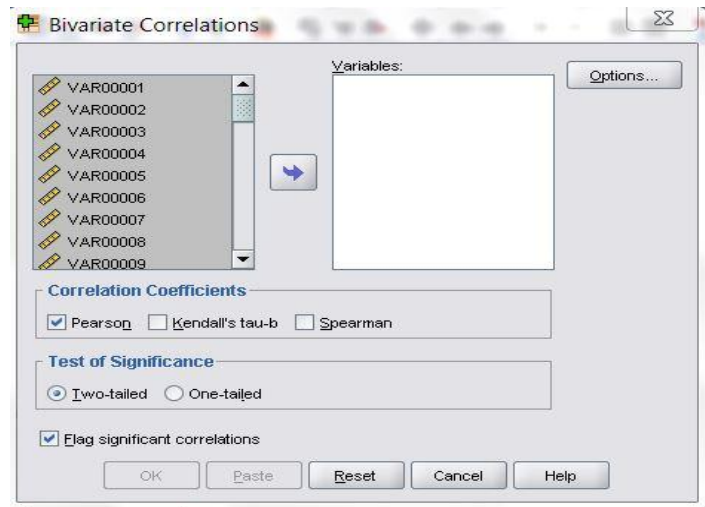
Lampiran 5.

1. UJI VALIDASI

Dengan menggunakan SPSS 17.0

Uji Validitas:

1. Input data yang ada pada *data view*
2. Lalu klik *analyze* → *correlate* → *Bivariate*



Masukkan semua variabel lalu OK.

Hasil Output: (Hasil nya yang di data yang tabel VAR00023)

Dari gambar di atas, untuk "Item X ke 1" nilai korelasi pearsonnya adalah 0,404*, dengan probabilitas korelasi [sig. (2-tailed)] sebesar 0,333. Sesuai kriteria sebelumnya, item instrumen nomor 1 adalah Valid, karena nilai korelasi pearson > dari r tabel yaitu 0,374/0,478. Hasil lengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Korelasi antar item ke- dengan Total	Nilai Korelasi Pearson	Probabilitas Korelasi [sig.(2-tailed)]	r tabel	Kesimpulan
1	0,404*	0,333	> 0,374/0,478	Valid
2	621**	000	>0,374/0,478	Valid
3	349*	.343	>0,374/0,478	Valid
4	424*	025	>0,374/0,478	Valid
5	349*	0,333	<0,374/0,478	Valid
6	518**	005	>0,374/0,478	Valid

7	595 ^{**}	001	>0,374/0,478	Valid
8	743 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
9	448*	414	>0,374/0,478	Valid
10	769*	761	>0,374/0,478	Valid
11	768 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
12	489 ^{**}	008	>0,374/0,478	Valid
13	768 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
14	408*	031	>0,374/0,478	Valid
15	791 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
16	619 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
17	685 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
18	842 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid
19	608 ^{**}	001	>0,374/0,478	Valid
20	662 ^{**}	000	>0,374/0,478	Valid

21	782**	000	>0,374/0,478	Valid
22	801**	000	>0,374/0,478	Valid

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009
VAR00001	Pearson Correlation	1	.238	-.047	.086	.120	.218	.274	.160	.404*
	Sig. (2-tailed)		.223	.814	.665	.543	.265	.158	.417	.033
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.238	1	.153	.234	.215	.275	.477*	.380*	.621**
	Sig. (2-tailed)	.223		.436	.231	.273	.157	.010	.046	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	-.047	.153	1	.368	-.016	.075	-.198	.086	.349
	Sig. (2-tailed)	.814	.436		.054	.937	.704	.312	.663	.343
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.086	.234	.368	1	.305	-.179	-.046	.313	.424*
	Sig. (2-tailed)	.665	.231	.054		.115	.361	.817	.105	.025
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.120	.215	-.016	.305	1	.124	.252	.494**	.349

	Sig. (2-tailed)	.543	.273	.937	.115		.529	.195	.008	.068
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00006	Pearson Correlation	.218	.275	.075	-.179	.124	1	.671**	.403*	.518**
	Sig. (2-tailed)	.265	.157	.704	.361	.529		.000	.033	.005
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00007	Pearson Correlation	.274	.477*	-.198	-.046	.252	.671**	1	.437*	.595**
	Sig. (2-tailed)	.158	.010	.312	.817	.195	.000		.020	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00008	Pearson Correlation	.160	.380*	.086	.313	.494**	.403*	.437*	1	.743**
	Sig. (2-tailed)	.417	.046	.663	.105	.008	.033	.020		.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00009	Pearson Correlation	.404*	.621**	.186	.424*	.349	.518**	.595**	.743**	1
	Sig. (2-tailed)	.033	.000	.343	.025	.068	.005	.001	.000	
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009
VAR00001	Pearson Correlation	1	.763**	.148	.132	.379*	-.020	.047	-.225	.448
	Sig. (2-tailed)		.000	.453	.502	.047	.918	.810	.249	.414
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.763**	1	.096	.027	.253	.118	-.005	-.202	.769
	Sig. (2-tailed)	.000		.626	.893	.194	.549	.981	.304	.761
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.148	.096	1	.477*	.599**	.420*	.487**	.212	.768**
	Sig. (2-tailed)	.453	.626		.010	.001	.026	.009	.279	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.132	.027	.477*	1	.636**	.215	.108	.142	.489**
	Sig. (2-tailed)	.502	.893	.010		.000	.271	.585	.473	.008
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.379*	.253	.599**	.636**	1	.336	.542**	.297	.768**
	Sig. (2-tailed)	.047	.194	.001	.000		.081	.003	.124	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00006	Pearson Correlation	-.020	.118	.420*	.215	.336	1	.383*	.120	.408*
	Sig. (2-tailed)	.918	.549	.026	.271	.081		.044	.544	.031

	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00007	Pearson Correlation	.047	-.005	.487**	.108	.542**	.383*	1	.750**	.791**
	Sig. (2-tailed)	.810	.981	.009	.585	.003	.044		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00008	Pearson Correlation	-.225	-.202	.212	.142	.297	.120	.750**	1	.619**
	Sig. (2-tailed)	.249	.304	.279	.473	.124	.544	.000		.000
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28
VAR00009	Pearson Correlation	.161	.060	.768**	.489**	.768**	.408*	.791**	.619**	1
	Sig. (2-tailed)	.414	.761	.000	.008	.000	.031	.000	.000	
	N	28	28	28	28	28	28	28	28	28

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007
VAR00001	Pearson Correlation	1	.534**	.281	.446*	.324	.447*	.685**
	Sig. (2-tailed)		.003	.148	.017	.093	.017	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.534**	1	.428*	.718**	.613**	.559**	.842**
	Sig. (2-tailed)	.003		.023	.000	.001	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.281	.428*	1	.365	.885**	.692**	.608**
	Sig. (2-tailed)	.148	.023		.056	.000	.000	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.446*	.718**	.365	1	.521**	.551**	.662**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.056		.004	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.324	.613**	.885**	.521**	1	.763**	.782**
	Sig. (2-tailed)	.093	.001	.000	.004		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00006	Pearson Correlation	.447*	.559**	.692**	.551**	.763**	1	.801**

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007
VAR00001	Pearson Correlation	1	.534**	.281	.446*	.324	.447*	.685**
	Sig. (2-tailed)		.003	.148	.017	.093	.017	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.534**	1	.428*	.718**	.613**	.559**	.842**
	Sig. (2-tailed)	.003		.023	.000	.001	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.281	.428*	1	.365	.885**	.692**	.608**
	Sig. (2-tailed)	.148	.023		.056	.000	.000	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.446*	.718**	.365	1	.521**	.551**	.662**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.056		.004	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.324	.613**	.885**	.521**	1	.763**	.782**
	Sig. (2-tailed)	.093	.001	.000	.004		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
	Sig. (2-tailed)	.017	.002	.000	.002	.000		.000
N	28	28	28	28	28	28	28	

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007
VAR00001	Pearson Correlation	1	.534**	.281	.446*	.324	.447*	.685**
	Sig. (2-tailed)		.003	.148	.017	.093	.017	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.534**	1	.428*	.718**	.613**	.559**	.842**
	Sig. (2-tailed)	.003		.023	.000	.001	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.281	.428*	1	.365	.885**	.692**	.608**
	Sig. (2-tailed)	.148	.023		.056	.000	.000	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.446*	.718**	.365	1	.521**	.551**	.662**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.056		.004	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.324	.613**	.885**	.521**	1	.763**	.782**
	Sig. (2-tailed)	.093	.001	.000	.004		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00007	Pearson Correlation	.685**	.842**	.608**	.662**	.782**	.801**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.001	.000	.000	.000	

Correlations

		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007
VAR00001	Pearson Correlation	1	.534**	.281	.446*	.324	.447*	.685**
	Sig. (2-tailed)		.003	.148	.017	.093	.017	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.534**	1	.428*	.718**	.613**	.559**	.842**
	Sig. (2-tailed)	.003		.023	.000	.001	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.281	.428*	1	.365	.885**	.692**	.608**
	Sig. (2-tailed)	.148	.023		.056	.000	.000	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.446*	.718**	.365	1	.521**	.551**	.662**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.056		.004	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.324	.613**	.885**	.521**	1	.763**	.782**
	Sig. (2-tailed)	.093	.001	.000	.004		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
	N	28	28	28	28	28	28	28

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Correlations

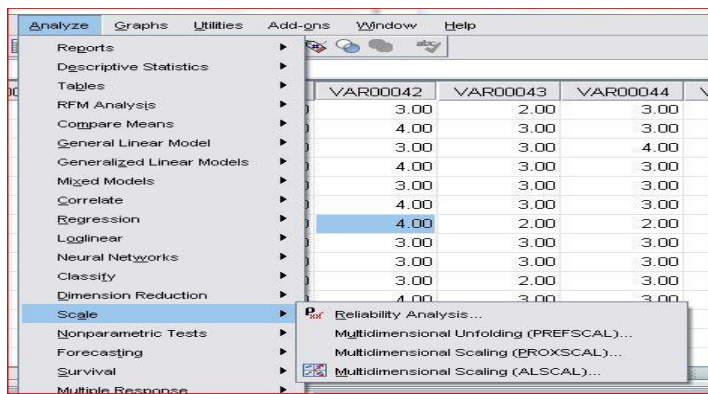
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007
VAR00001	Pearson Correlation	1	.534**	.281	.446*	.324	.447*	.685**
	Sig. (2-tailed)		.003	.148	.017	.093	.017	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00002	Pearson Correlation	.534**	1	.428*	.718**	.613**	.559**	.842**
	Sig. (2-tailed)	.003		.023	.000	.001	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00003	Pearson Correlation	.281	.428*	1	.365	.885**	.692**	.608**
	Sig. (2-tailed)	.148	.023		.056	.000	.000	.001
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00004	Pearson Correlation	.446*	.718**	.365	1	.521**	.551**	.662**
	Sig. (2-tailed)	.017	.000	.056		.004	.002	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28
VAR00005	Pearson Correlation	.324	.613**	.885**	.521**	1	.763**	.782**
	Sig. (2-tailed)	.093	.001	.000	.004		.000	.000
	N	28	28	28	28	28	28	28

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

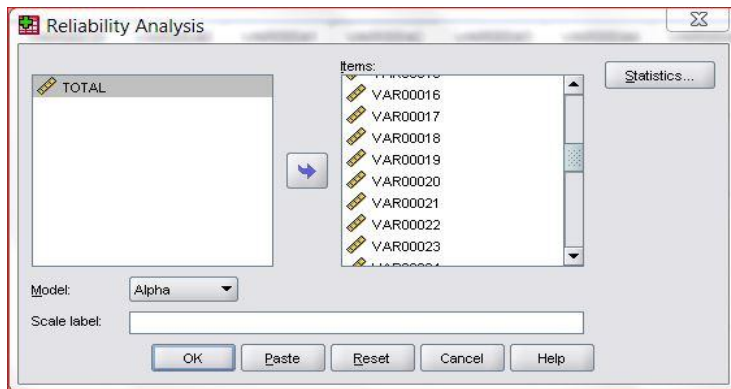
2. Uji Reliabilitas

Masih dengan skor-skor seperti pada pengujian validitas di atas, maka pengujian reliabilitas dapat dilanjutkan, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

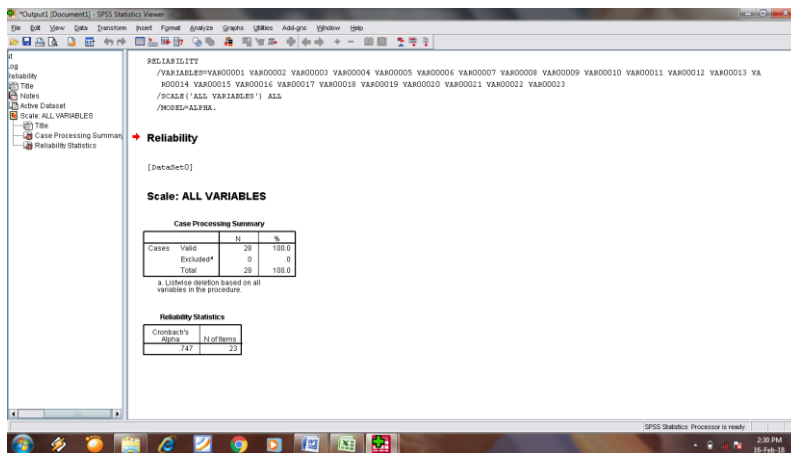
1. Klik menu *Analyze* → *Scale* → *Reliability Analysis*



Lalu masukkan semua variabel, kemudian klik OK



Sehingga menghasilkan output sebagai berikut:



Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	28	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.747	23

Karena nilai dari reliabilitas yaitu 0,747 lebih dari 0,670.. Sehingga memenuhi kepercayaan yaitu 74 % dari data angket tersebut.

Lampiran 6.

Angket Penelitian

ANGKET

TINGKAT KESULITAN SISWA BELAJAR GULING BELAKANG KELAS V SD NEGERI KOTAGEDE 1 KECAMATAN KOTAGEDE KABUPATEN YOGYAKARTA

Identitas

Nama : _____

No. Absen : _____

Petunjuk Pengisian Angket

1. Berdo'a dan bacalah setiap pertanyaan dengan seksama sebelum mengisi angket.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang menurut saudara paling tepat dan sesuai dengan keadaan adik-adik.
3. Berilah tanda cek list (\checkmark) pada kolom jawaban yang telah tersedia dengan cara memilih:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh:

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Pada saat guru menjelaskan materi, siswa tidak memperhatikan tetapi berbicara dengan temannya				\checkmark

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
Faktor Intern					
A.	Siswa				
	Fisiologi				
1.	Saya cepat merasa lelah setelah belajar guling belakang.				
2.	Kekuatan otot lengan saya mengganggu dalam melakukan pembelajaran guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya kurang baik, sehingga mengganggu pembelajaran guling belakang.				
4.	Saya memiliki berat badan yang berlebihan sehingga sulit untuk melakukan guling belakang.				
5.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung dalam melakukan guling belakang.				
Psikologi					
6.	Belajar guling belakang kurang menarik.				
7.	Saya kurang semangat mengikuti pembelajaran guling .belakang				
8.	Saya kurang percaya diri bila melakukan guling belakang tanpa dibantu guru.				
Faktor Ekstern					
B.	Guru				
	Penguasaan Materi dan Cara Mengajar				
9.	Guru menarik dalam mengajar guling belakang .				
10.	Guru mempunyai keahlian mengajar guling belakang.				

C.	Lingkungan Sekolah	SS	S	TS	STS
	Kelengkapan Fasilitas				
11.	Matras kurang mencukupi untuk belajar guling belakang.				
12.	Matras kurang nyaman untuk belajar guling belakang.				
13.	Matras kurang aman dalam belajar guling belajar.				
	Lokasi				
14.	Lingkungan belajar mengganggu konsentrasi guling belakang.				
D	Gerakan Guling Belakang				
	Sikap Awal				
15.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat sikap awal kaki sedikit rapat posisi jongkok.				
16.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat sikap awal posisi jongkok.				
17.	Saya mengalami kesulitan dalam pembelajaran guling belakang pada saat posisi awal saat menempelkan dagu ke dada.				
	Pelaksanaan				
18.	Saya mengalami kesulitan pada saat mendorong badan ke Belakang.				
19.	Setelah mengguling ke belakang saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras di atas kepala.				
	Sikap Akhir				
20.	Saya mengalami kesulitan pada sikap akhir gerakan.				
21.	Saya mengalami kesulitan irama gerakan guling belakang,dari sikap awal sampai sikap akhir.				
22.	Saya mengalami kesulitan pada sikap akhir posisi berdiri setelah melakukan gerakan guling belakang.				

Lampiran 7.

Tabulasi Data Penelitian Tingkat Kesulitan Pembelajaran Guling Belakang

No	Nama	Indikator																						Jml	Kategori
		Fisiologi					Psikologi			Penguasaan Materi		Lingkungan Sekolah				Materi Awal			Pelaksanaan		Sikap Akhir				
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22		
1	AS	3	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	39	Sangat Sulit
2	DA	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	2	3	2	4	3	4	4	4	3	2	3	56	Tidak Sulit
3	DF	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	41	Sulit
4	FF	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	45	Sedang
5	MF	3	1	3	2	3	2	3	4	2	1	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	54	Tidak Sulit
6	BD	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	53	Tidak Sulit
7	SS	3	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	4	3	3	55	Tidak Sulit	
8	ZZ	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	39	Sulit	
9	ZA	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	45	Sedang	
10	AZ	3	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	4	51	Sedang
11	AD	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	31	Sangat Sulit
12	AH	3	3	2	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	Sulit
13	JK	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	40	Sulit
14	KK	1	1	2	4	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	3	3	2	3	42	Sulit
15	LL	3	3	3	3	1	1	1	4	2	1	2	3	1	1	2	2	1	3	2	3	3	3	48	Sedang
16	LA	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	3	4	4	4	3	2	1	1	3	1	48	Sedang
17	RE	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	45	Sedang
18	RR	3	3	3	3	3	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	53	Tidak Sulit
19	RAS	2	1	1	1	3	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	2	34	Sangat Sulit
20	NN	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	32	Sangat Sulit

21	BN	3	2	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	47	Sedang
22	ND	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	53	Tidak Sulit
23	GH	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	48	Sedang
24	DD	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	3	1	2	4	2	1	2	1	2	2	1	41	Sulit
25	EK	2	1	2	1	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	51	Sedang
26	KU	1	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	3	2	1	1	37	Sulit
27	KI	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	47	Sedang
28	PO	3	3	3	2	1	2	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	47	Sedang
29	LL	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	46	Sedang
30	LM	2	2	2	4	3	4	4	2	1	1	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	68	Sangat Tidak Sulit
31	MM	2	2	2	2	4	2	2	4	1	1	3	3	3	2	2	2	4	2	2	4	3	4	56	Tidak Sulit
32	ML	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	3	2	4	3	4	3	3	53	Tidak Sulit
33	CC	3	2	3	3	3	2	2	3	1	1	2	2	1	2	4	4	4	4	4	4	3	4	61	Sangat Tidak Sulit
34	AB	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	2	3	3	3	4	1	2	2	2	4	2	3	45	Sedang
35	DU	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	39	Sulit
36	DE	1	3	3	1	1	2	2	4	1	2	2	1	1	2	4	3	2	4	2	3	2	1	47	Sedang
37	GH	1	1	2	2	2	3	2	2	4	2	1	3	2	3	1	2	1	2	1	2	3	1	43	Sulit
38	YA	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	35	Sangat Sulit
39	RZ	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	48	Sedang
40	RW	2	3	2	1	1	1	1	2	1	1	2	4	1	2	2	4	2	3	2	2	3	2	44	Sedang
41	WK	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	52	Tidak Sulit
42	KO	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	43	Sulit
43	KL	1	3	1	1	1	2	4	1	2	4	4	1	2	3	1	3	1	4	2	1	4	2	48	Sedang
44	LP	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	54	Tidak Sulit
45	YY	2	3	3	2	3	2	1	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	50	Sedang
46	NK	2	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	3	3	1	35	Sangat Sulit

47	MS	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	2	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	4	60	Sangat Tidak Sulit	
48	GG	2	2	1	1	1	1	1	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	33	Sangat Sulit	
49	TL	2	2	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	49	Sedang	
50	GT	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	45	Sedang	
51	RT	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	50	Sedang	
52	JL	2	1	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	44	Sedang	
53	PA	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	4	4	2	2	4	3	58	Tidak Sulit	
54	AN	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	53	Tidak Sulit	
55	AR	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	55	Tidak Sulit	
56	SW	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	49	Sedang	
57	AS	4	2	3	3	1	2	1	4	1	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	51	Sedang	
58	DAF	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	43	Sulit	
59	FF	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	3	2	3	4	4	3	2	4	4	3	4	3	64	Sangat Tidak Sulit	
60	JF	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	47	Sedang

Lampiran 8.

KELAS V

Kompetensi Inti 1
Menerima, menjalankan, dan menghargai ajaran agama yang dianutnya.
Kompetensi Inti 2
Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, guru, dan tetangganya serta cinta tanah air.
Kompetensi Inti 3
Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, menanya dan mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.

Kompetensi Dasar :

3.1	Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *
3.2	Menerapkan prosedur kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *
3.3	Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.
3.4	Menerapkan prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri. **
3.5	Memahami prosedur aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (<i>cardio respiratory</i>) untuk pengembangan kebugaran jasmani.
3.6	Menerapkan prosedur kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/loko-motor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.
3.7	Menerapkan prosedur kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
3.8	Menerapkan prosedur salah satu gaya renang pada jarak tertentu secara terkoordinasi (***)
3.9	Memahami perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi.
3.10	Memahami bahaya merokok, minuman keras, dan narkoba, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya terhadap kesehatan tubuh.

Kompetensi Inti 4

Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Kompetensi Dasar :

4.1	Mempraktikkan kombinasi gerak lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola besar sederhana dan atau tradisional. *
4.2	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam berbagai permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*
4.3	Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/ olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.
4.4	Mempraktikkan variasi gerak dasar lokomotor dan non lokomotor untuk membentuk gerak dasar seni beladiri. **
4.5	Mempraktikkan aktivitas latihan daya tahan jantung dan paru (<i>cardiorespiratory</i>) untuk pengembangan kebugaran jasmani.
4.6	Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/ lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat.
4.7	Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama.
4.8	Mempraktikkan salah satu gaya renang pada jarak tertentu secara terkoordinasi (***)
4.9	Memaparkan cara memelihara kebersihan alat reproduksi.
4.10	Memaparkan bahaya merokok, meminum minuman keras, dan mengonsumsi narkotika, zat-zat aditif (NAPZA) dan obat berbahaya lainnya terhadap kesehatan tubuh.

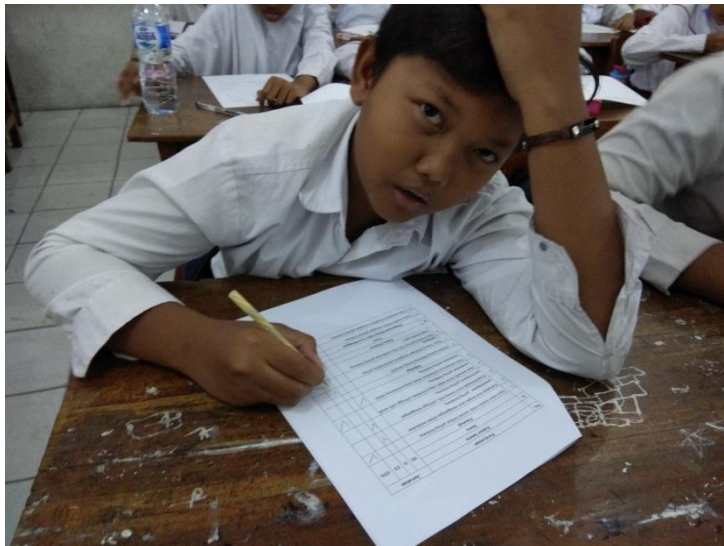
Lampiran 10.

Uji Coba Penelitian

A. Pemberitahuan cara pengerjaan angket



B. Siswa pada saat mengerjakan angket



C. Semua siswa pada saat mengerjakan angket



Hasil Penelitian

A. Pemberitahuan cara pengerjaan angket



B. Siswa mengerjakan angket penelitian

