

**Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau Peserta
Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun
Pelajaran 2019/2020**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :

Jimal Arrofqi

Nim 15601241067

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jimal Arrofisiqi

NIM : 15601241067

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

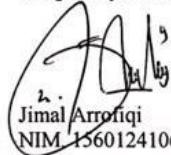
Judul TAS : Faktor Kesulitan belajar Senam Lantai Loncat Harimau

Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir

Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020.

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

Yogyakarta, Oktober 2019
Yang Menyatakan,



Jimal Arrofisiqi
NIM. 15601241067



Scanned with
CamScanner

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau
Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman
Tahun Pelajaran 2019/2020**

Disusun oleh:
Jimal Arrofiqui
NIM 15601241067

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

Yogyakarta, Oktober 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi

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

Disetujui,
Dosen Pembimbing

Farida Mulyaningsih, M. Kes.
NIP. 19630714 198812 2 001



Scanned with
CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020

Disusun oleh:
Jimal Arrofqi
NIM 15601241067

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 31 Oktober 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Farida Mulyaningsih, M.Kes.
Ketua Pengaji/Pembimbing

Ahmad Rithaudin, M.Or.
Sekretaris

Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
Pengaji I (Utama)

Tanda Tangan



Tanggal

21 November 2019

21 November 2019

21 November 2019

Yogyakarta 22 November 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan



Sumaryanto, M.Kes.
NIP. 19650301 199001 1 001



Scanned with
CamScanner

MOTTO

1. Menyesali nasib tidak akan membuat kita mengubah keadaan. Terus berkarya dan bekerjalah yang membuat kita berharga. (Abdurrahman Wahid)
2. Keputusan terbaik tidak dibuat dengan pikiranmu, tetapi dengan nalarimu.
(Lionel Messi)

PERSEMBAHAN

Tugas Akhir Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Abd Karim Thaha dan Ibu saya Siti Maryam yang sangat saya sayangi dan selalu mendoakan saya dari kampung halaman.
2. Keluarga besar yang saya sayangi dan selalu mendukung saya.
3. Sahabat saya yang selalu memberikan motivasi.

**Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau Peserta Didik Putri
Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020**

Oleh:
Jimal Arrofqi
NIM 15601241067

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman tahun pelajaran 2019/2020.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. *Setting* penelitian ini yaitu di SMP Negeri 1 Minggir Sleman. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi, dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang menyebabkan peserta didik khususnya putri mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman dikarenakan beberapa faktor. (1) faktor internal: berat badan yang berlebihan dan gemuk, merasakan tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, gerakannya dinilai terlalu sulit sehingga membuat peserta didik tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, takut cedera, dan kurang percaya diri. (2) faktor eksternal: peserta didik khususnya putri kurang memperhatikan guru ketika proses pembelajaran berlangsung, kurang minat untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, tempat pembelajaran senam lantai loncat harimau yaitu dilapangan yang terbuka membuat peserta didik putri malu ketika diamati kelas lain.

Kata kunci: faktor kesulitan belajar, pembelajaran senam lantai loncat harimau, SMP Negeri 1 Minggir.

KATA PENGANTAR

Puji syukur di panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas penyusunan skripsi dengan judul “Faktor Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau bagi Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020.”, dapat terselesaikan dengan baik.

Skripsi ini diselesaikan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari bergai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini disampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Ibu Farida Mulyaningsih, M.Kes. Selaku pembimbing skripsi yang memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan motivasi selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Guntur, M.Pd. selaku Ketua Program Studi PJKR & Pembimbing Akademik saya yang telah memberikan izin penelitian skripsi.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian skripsi serta memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bagi Guru PJOK serta Peserta didik SMP Negeri 1 Minggir yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian.
5. Teman-teman PJKR B 2015 yang memberi dukungan dan kerjasama selama masa perkuliahan sampai dengan saat ini.

6. Anak-anak Aseng yang selalu membantu menghilangkan penat ketika jemu dalam penulisan tugas akhir ini.
7. Sahabat-sahabat yang setia mendampingi dan memberikan dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan yang melimpah dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca yang budiman.

Yogyakarta, 31 Oktober 2019

Yang Menyatakan,



Jimal Arrofqi

NIM. 15601241067



Scanned with
CamScanner

HALAMAN JUDUL

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
 BAB II	9
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Kesulitan Belajar	9
2. Hakikat Pembelajaran PJOK	16
3. Senam Loncat Harimau	25
4. Karakteristik Peserta didik SMP Negeri 1 Minggir	28
B. Penelitian yang Relevan	30
C. Kerangka Berpikir	32
D. Pertanyaan Penelitian	34
 BAB III	35
A. Pendekatan Penelitian	35
B. <i>Setting</i> Penelitian	35
C. Subjek Penelitian	35
D. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data	36
1. Observasi	36
2. Wawancara	37

3. Dokumentasi	38
E. Teknik Analisis Data	38
1. Pengumpulan Data	40
2. Reduksi Data	40
3. Penyajian Data	41
4. Penarikan Kesimpulan	41
F. Uji Keabsahan Data	42
 BAB IV	44
A. Hasil Penelitian	44
1. Profil SMP Negeri 1 Minggir	44
2. Penyajian Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan	54
1. Faktor Internal	55
2. Faktor Eksternal	57
C. Keterbatasan Penelitian	61
 BAB V	62
A. Kesimpulan	62
B. Implikasi	62
C. Saran	63
 DAFTAR PUSTAKA	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar Peserta Didik Putri yang Mengalami Kesulitan	5
Tabel 2. KI dan KD Pembelajaran Senam Lantai Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama.	24
Tabel 3. Pedoman Observasi	37
Tabel 4. Pedoman Wawancara	38
Tabel 5. Data Sarana dan Prasarana SMP Negeri 1 Minggir.	46
Tabel 6. Data Jumlah Guru SMP Negeri 1 Minggir	46
Tabel 7. Data Peserta Didik SMP Negeri 1 Minggir	46
Tabel 8. Kesimpulan Hasil Wawancara	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam	21
Gambar 2. Gerakan Loncat Harimau	27
Gambar 3. Komponen dalam Analisis Data (<i>Interactive Model</i>)	39
Gambar 4. Profil Sekolah SMP Negeri 1 Minggir	44
Gambar 5. Denah Lokasi SMP Negeri 1 Minggir	45
Gambar 6. Tempat Proses Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman.	51
Gambar 7. Matras Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman.	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas	68
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMP Negeri 1 Minggir	69
Lampiran 3. RPP Loncat Harimau.....	70
Lampiran 4. Hasil Penilaian Loncat Harimau	84
Lampiran 5. Pedoman Wawancara Peserta Didik	98
Lampiran 6. Pedoman Wawancara Guru PJOK	100
Lampiran 7. Hasil Wawancara	101
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	141

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Pembelajaran PJOK tidak kalah penting dengan mata pelajaran pada umumnya, dikarenakan pembelajaran PJOK menjadi salah satu bagian yang penting dari pendidikan. Melalui pendidikan jasmani peserta didik akan mengembangkan keterampilan gerak, hidup sehat, dan mengarah kepada kesehatan fisik dan mentalnya (Rosdiana, 2012: 138).

PJOK adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan (Paturusi 2004:9). Dari pengertian tersebut mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian yang tak terpisahkan dari tujuan pendidikan umum. Pendidikan jasmani ini mempunyai tujuan yang sama seperti mata pelajaran pada umumnya, tetapi dalam pelaksanaannya berbeda, perbedaan yang mencolok adalah cara mendidik peserta didik. Dalam pendidikan jasmani sendiri mendidik peserta didik yaitu dengan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga, sehingga dengan aktivitas gerak yang diberikan guru kepada peserta didik diharapkan dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangannya dengan baik.

PJOK mempunyai pedoman dalam melaksanakan proses pembelajaran, yaitu kurikulum. Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengetahuan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran. Serta cara yang digunakan sebagai

pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Untuk mencapai tujuan pendidikan yang ditetapkan, guru harus benar-benar paham isi yang terkandung didalam kurikulum, dikarenakan kurikulum tersebut nantinya akan menjadi pedoman untuk melaksanakan proses pembelajaran.

Pembelajaran merupakan proses komunikasi antara peserta didik dengan pendidik serta antar peserta didik dalam rangka perubahan sikap. Proses komunikasi sekurang-kurangnya harus melibatkan dua pihak yakni pendidik dan peserta didik (Hamalik, 1994: 12). Proses interaksi terjadi dikarenakan adanya hubungan timbal balik antara pendidik dengan peserta didik guna untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Sedangkan materi pembelajaran yang disampaikan oleh pendidik kepada peserta didik yaitu atletik, permainan bola besar, permainan bola kecil, senam, aktivitas kebugaran jasmani.

Salah satu pembelajaran yang dipelajari dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah senam. Mahendra (2004: 2) menyatakan bahwa senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai spiritual. Fokus dalam pembelajaran senam ini adalah tubuh, bukan alatnya, bukan pula pola-pola geraknya. Karena gerak apapun yang digunakan tujuan utamanya adalah peningkatan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolnya.

Pembelajaran senam di sekolah sering disebut dengan senam kependidikan. Agusta (2019: 19) menyatakan bahwa senam kependidikan adalah

senam dengan tujuan untuk perkembangan anak melalui kegiatan-kegiatan yang bertemakan senam. Kegiatan utama dalam senam kependidikan yang paling bermanfaat adalah untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak. Berdasarkan pengertian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran senam yang ada disekolah mempunyai tujuan untuk mengembangkan fisik peserta didik dan mengasah kemampuan gerakannya. Agar tujuan itu bisa tercapai maka perlu adanya modifikasi pembelajaran, hal ini bertujuan agar materi yang disampaikan pendidik kepada peserta didik bisa diterima dengan baik. Sehingga membuat peserta didik senang dan tidak bosan dalam mengikuti pembelajaran senam. Ada beberapa teknik materi senam lantai yang diajarkan guru kepada peserta didik yaitu, teknik guling depan, guling belakang, meroda, dan juga loncat harimau.

Loncat harimau adalah pengembangan dari guling depan, secara teknis gerakan loncat harimau dan guling depan tidak jauh berbeda. Perbedaannya terletak pada gerak menolak kedepan atas sebelum melakukan gerakan mengguling (Muhajir, 2007: 70). Sedangkan di sekolah SMP Negeri 1 Minggir pembelajaran loncat harimau diajarkan kepada peserta didik kelas VIII. Proses dan sistem pembelajaran yang ada di SMP Negeri 1 Minggir Sleman berjalan dengan sangat baik, hal ini ditandai dengan fasilitas yang dimiliki oleh SMP Negeri 1 Minggir, dimana setiap kelas sudah mempunyai LCD proyektor. Sehingga membuat guru PJOK lebih mudah dalam menyampaikan pembelajaran senam lantai loncat harimau dan juga memudahkan peserta didik untuk mempelajari gerakan senam lantai loncat harimau dengan video yang ditunjukkan

guru kepada peserta didik. Setelah itu peserta didik diberikan waktu untuk bertanya terkait gerakan loncat harimau yang tidak dipahami peserta didik, hal ini bertujuan agar peserta didik ketika proses pembelajaran di lapangan berjalan sesuai dengan tujuan pembelajaran yaitu peserta didik tidak mengalami kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau.

Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir, serta hasil observasi yang dilakukan pada bulan Juni dan Agustus. Banyak dari peserta didik putri mengalami kesulitan untuk mengikuti pembelajaran PJOK materi senam lantai loncat harimau, dan yang paling banyak mengalami kesulitan adalah peserta didik putri. Dari total peserta didik putri kelas VIII yang berjumlah 126 ada 31 peserta didik putri yang masih memperoleh nilai dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu dibawah 75. Selain itu berdasarkan observasi yang dilakukan, guru sudah melakukan tugasnya dengan baik, hal ini dibuktikan dari banyaknya penjelasan yang disampaikan guru kepada peserta didik sebelum melakukan pembelajaran dilapangan. Seperti misalnya sebelum kelapangan guru menunjukkan video tentang cara melakukan senam lantai loncat harimau, serta memberikan motivasi kepada peserta didik agar semangat saat mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. Hal ini bertujuan agar peserta didik mengerti dan paham bagaimana cara melakukan gerakan senam lantai loncat harimau dengan benar, sehingga diharapkan tidak ada lagi peserta didik khususnya putri yang mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. Namun kenyataannya ketika pembelajaran di lapangan berlangsung masih terdapat 31 peserta didik putri yang masih mengalami

kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau, sehingga dari kesulitan ini 31 peserta didik putri tersebut memproleh nilai dibawah KKM.

Berikut adalah tabel peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran loncat harimau, ditandai dengan peserta didik putri yang belum mencapai nilai KKM 75, berdasarkan hasil dokumentasi:

Tabel 1. Daftar Peserta Didik Putri yang Mengalami Kesulitan

No	Kelas	Peserta Didik Putri	Hasil Nilai dibawah KKM
1.	VIII A	18	0
2.	VIII B	18	7
3.	VIII C	18	4
4.	VIII D	18	0
5.	VIII E	18	8
6.	VIII F	18	7
7.	VIII G	18	5
Total		126	31

Berdasarkan tabel diatas terdapat 31 peserta didik putri yang memperoleh nilai dibawah KKM yaitu dibawah 75, dari 7 kelas yang ada di SMP Negeri 1 Minggir terdapat 2 kelas dimana nilai peserta didik putri sudah memenuhi nilai yang sudah ditetapkan. Ada 5 kelas yang belum bisa mencapai tujuan pembelajaran senam lantai loncat harimau. Sehingga dari masalah tersebut baik guru maupun orang tua harus memberikan perlakuan yang tepat bagi peserta didik tersebut. Sehingga diharapkan dari perlakuan yang tepat peserta didik putri tidak lagi memperoleh nilai dibawah KKM, dan tidak lagi mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau.

Faktor-faktor kesulitan yang kerap dialami oleh peserta didik merupakan permasalahan yang berasal dari dalam diri peserta didik dan juga dari luar peserta didik. Dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau kesulitan adalah salah satu faktor yang membuat peserta didik putri memperoleh nilai dibawah KKM dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. Dari masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang mendalam dengan judul “Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka dapat diketahui permasalahan sebagai berikut:

1. Sebagian besar peserta didik putri merasa kesulitan dalam melakukan teknik loncat harimau.
2. Siswa putri kurang tertarik dalam belajar loncat harimau sehingga tampak tidak semangat melakukan kegiatan pembelajaran loncat harimau.
3. Belum diketahuinya cara untuk meningkatkan pembelajaran senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir.
4. Ketika mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, siswa putri merasakan rasa takut, malu dan tidak percaya diri.
5. Belum diketahuinya faktor kesulitan pembelajaran senam lantai loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman.

C. Batasan Masalah

Agar masalah yang dibahas tidak meluas dan lebih fokus terhadap apa yang menjadi tujuan penelitian ini maka perlu adanya batasan masalah. Batasan masalah dari penelitian ini yaitu tentang masalah faktor kesulitan pembelajaran senam lantai loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apa saja faktor-faktor kesulitan dalam belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020 ?”

E. Tujuan penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020.

F. Manfaat penelitian

Berikut adalah manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat teoritis
 - a. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang faktor penyebab kesulitan peserta didik putri dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau.

- b. Menjadi kajian teori untuk penelitian sejenis tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau.

2. Manfaat praktis

Dengan adanya pembelajaran senam lantai dapat diketahui tingkat kesulitan siwa putri dalam melakukan senam loncat harimau.

a. Siswa

Dengan adanya penelitian ini selain dapat mengembangkan keterampilan peserta didik putri dalam melakukan senam loncat harimau, juga berfungsi sebagai masukan serta memberikan motivasi kepada peserta didik putri agar bisa melakukan teknik loncat harimau lebih baik dari sebelumnya.

b. Guru

Dapat digunakan sebagai masukan dalam memotivasi peserta didik sehingga diharapkan peserta didik khususnya putri ketika melakukan penilaian senam loncat harimau tidak ada lagi yang memperoleh nilai dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

c. Sekolah

Dengan adanya penelitian ini digunakan sebagai masukan dalam penyelenggaraan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kehesehatan yang lebih baik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakekat Kesulitan Belajar

a. Pengertian Kesulitan Belajar

Jamaris (2015: 3) menyatakan bahwa kesulitan belajar merupakan suatu hal yang dialami oleh sebagian peserta didik di sekolah, kesulitan secara operasional dapat dilihat dari kenyataan empirik adanya peserta didik yang tinggal kelas, atau peserta didik yang memperoleh nilai kurang baik dalam beberapa mata pelajaran yang diikutinya. Peserta didik yang tinggal kelas merupakan peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, karena peserta didik tersebut mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas belajar yang harus diselesaiannya sesuai dengan periode yang telah ditetapkan oleh sistem pendidikan yang berlaku disetiap jenjang pendidikan. Sedangkan Jamal (2014: 20) mengatakan kesulitan belajar sangat berdampak terhadap prestasi belajar peserta didik itu sendiri, dikarenakan untuk memperoleh prestasi belajar haruslah memperoleh perlakuan belajar yang baik dari sekolah maupun diluar sekolah dan atas ketentuan serta usaha peserta didik dalam belajar.

Sementara itu Suryani (2010: 33) mengatakan bahwa kesulitan belajar adalah ketidakmampuan belajar peserta didik. Hal ini merupakan gangguan dimana gangguan tersebut menampakkan diri dalam bentuk kesulitan mendengarkan, berpikir, berbicara, membaca, menulis, mengeja serta berhitung.

Menurut Arief dkk (2012: 6) kesulitan belajar adalah terdapatnya suatu jarak

antara prestasi akademik yang diharapkan dengan prestasi akademik yang diperoleh. Individu yang mengalami kesulitan belajar adalah individu yang normal inteligensinya, tetapi biasanya menunjukkan beberapa kekurangan penting dalam proses belajar, baik itu persepsi, ingatan, perhatian, ataupun fungsi motoriknya.

Reid yang dikutip oleh Jamaris (2015: 4) mengemukakan bahwa kesulitan belajar biasanya tidak dapat diidentifikasi sampai anak mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang harus dilakukannya. Selanjutnya, ia mengatakan bahwa peserta didik yang teridentifikasi mengalami kesulitan belajar memiliki ciri-ciri, antara lain seperti berikut ini:

- 1) Memiliki tingkat inteligensi (IQ) normal, bahkan diatas normal, atau sedikit dibawah normal berdasarkan tes IQ. Namun, peserta didik yang memiliki IQ dibawah normal bukan karena IQ-nya yang dibawah normal, akan tetapi kesulitan belajar yang dialaminya menyebabkan ia mengalami kesulitan dalam menjalani tes IQ sehingga memperoleh nilai yang rendah.
- 2) Mengalami kesulitan dalam beberapa mata pelajaran, tetapi menunjukkan nilai yang baik pada mata pelajaran yang lain.
- 3) Kesulitan belajar yang dialami peserta didik yang berkesulitan belajar berpengaruh terhadap keberhasilan belajar yang dicapainnya sehingga siswa tersebut dapat dikategorikan kedalam *lower achiever* (siswa dengan pencapaian hasil belajar dibawah potensi yang dimilikinya).

Fadli & Ismiyati (2015: 271) berpendapat bahwa kesulitan belajar adalah suatu kondisi yang ditandai dengan hambatan-hambatan dalam mencapai tujuan, Sehingga individu tersebut harus melakukan usaha yang lebih keras lagi untuk mengatasinya. Individu juga bisa dikatakan mengalami kesulitan belajar jika yang berkaitan tersebut tidak berhasil mencapai taraf kualifikasi hasil belajar tertentu. Idris (2009: 153) berpendapat bahwa kesulitan belajar adalah hambatan gangguan belajar pada peserta didik atau remaja yang yang ditandai dengan adanya

kesenjangan yang signifikan antara taraf inteligensi dan kemampuan akademik yang seharusnya tercapai.

Secara tradisional peserta didik yang mengalami kesulitan belajar termasuk kedalam individu yang mengalami penyimpangan dalam perkembangannya, namun tidak dapat dimasukkan kedalam kelompok individu yang mengalami keterbelakangan mental atau tuna grahita karena mereka memiliki tingkat inteligensi yang normal, bahkan diatas normal. Kesadaran untuk tidak memasukkan peserta didik yang mengalami kesulitan belajar kedalam kelompok tuna grahita karena individu tersebut belum tentu dapat dikelompokkan kedalam kelompok tuna grahita. Rusilowati (2006: 100) menyatakan bahwa kesulitan belajar tidak selalu disebabkan oleh faktor intelegensi yang rendah, tetapi oleh faktor psikologi lain. Mengatasi kesulitan belajar bukanlah sesuatu yang sederhana, tidak cukup hanya dengan mengetahui taraf kecerdasan dan kemandirian peserta didik saja, tetapi perlu menyediakan prasarana dan pelayanan pendidikan yang memadai untuk beberapa mata pelajaran yang membuat mereka kesulitan dalam belajar.

Berdasarkan pedapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar adalah suatu kondisi dimana peserta didik tidak dapat belajar dengan baik, hal ini bisa dilihat dari hasil penilaian dan adanya peserta didik yang tinggal kelas. kesulitan belajar disebabkan adanya gangguan yang berasal dari faktor internal dan eksternal peserta didik. Faktor ini yang menyebabkan peserta didik tidak mampu berkembang sesuai dengan kapasitasnya.

b. Faktor-faktor Kesulitan Belajar

Faktor-faktor kesulitan belajar dapat dilihat dari segi menurunnya kualitas akademik dan prestasi belajar peserta didik. Selain itu, kesulitan belajar dapat dilihat dari perilaku peserta didik dimana mereka mempunyai perilaku yang tidak biasa (*misbehavior*) biasanya perilaku peserta didik ditandai dengan suka berteriak di kelas, mengganggu teman, berkelahi, sering tidak masuk sekolah.

Menurut Idris (2009:155-156) faktor-faktor kesulitan belajar terdiri dari sebagai berikut:

1) Faktor Intern

Faktor intern peserta didik yaitu hal-hal atau keadaan yang muncul dari dalam diri peserta didik.

2) Faktor Ekstern

Faktor ekstern peserta didik yaitu hal-hal atau keadaan yang datang dari luar diri peserta didik.

Kedua faktor ini meliputi aneka ragam hal atau keadaan yang antara lain tersebut di bawah ini:

1) Faktor Internal

Faktor internal peserta didik biasanya ditandai dengan gangguan atau kekurangmampuan psiko-fisik peserta didik, yakni:

- a) Bersifat kognitif (ranah cipta), antara lain seperti rendahnya kapasitas intelektual atau intelegensi peserta didik.
- b) Bersifat afektif (ranah rasa), antara lain seperti labilnya emosi dan sikap.
- c) Bersifat psikomotor (ranah karsa), antara lain seperti terganggunya alat-alat indera penglihat dan pendengar (mata dan telinga).

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal peserta didik biasanya meliputi semua situasi dan kondisi lingkungan sekitar yang tidak mendukung aktivitas belajar peserta didik.

Faktor ini dibagi menjadi tiga macam:

- a) Lingkungan keluarga, contohnya; ketidakharominan hubungan antara ayah dan ibu, dan rendahnya kehidupan ekonomi keluarga.
- b) Lingkungan masyarakat, contohnya; lingkungan yang kumuh dan teman sepermainan yang nakal sangat berpengaruh terhadap kesulitan belajar peserta didik.
- c) Lingkungan sekolah, contohnya; letak sekolah yang buruk seperti misalnya dekat pasar, kondisi guru serta sarana dan prasarana yang tidak memadai juga berpotensi membuat peserta didik kesulitan belajar.

Sementara itu Harwell yang dikutip oleh Suryani (2010:34) berpendapat bahwa faktor penyebab peserta didik mengalami kesulitan belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Faktor dari lahir (keturunan atau bawaan)
- 2) Mengalami gangguan saat melahirkan atau prematur.
- 3) Kondisi janin yang tidak pernah memperoleh masukan oksigen dan nutrisi yang cukup, dan juga ibu merokok, obat-obatan serta mengkonsumsi minuman alkohol saat masa kehamilan.
- 4) Trauma pasca kehamilan, biasanya hal ini disebabkan oleh kejadian yang kita alami seperti misalnya demam yang sangat tinggi, trauma kepala, atau pernah tenggelam.
- 5) Infeksi yang berulang pada masa bayi dan balita. Anak yang mengalami kesulitan belajar biasanya memiliki sistem imun yang lemah.
- 6) Awal masa kanak-kanak yang sering berhubungan dengan alumunium, arsenik, merkuri/raksa, dan neurotoksin lainnya.

Sedangkan menurut Subini (2011:5) mengatakan bahwa faktor kesulitan belajar peserta didik dipengaruhi oleh dua faktor utama, yakni faktor yang terdapat dalam diri peserta didik itu sendiri atau yang biasa disebut faktor internal, dan yang terdapat di luar diri peserta didik yang disebut dengan eksternal.

Berikut akan dibahas satu persatu secara tuntas:

1) Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik.

Faktor internal ini sangat tergantung pada perkembangan fungsi otaknya, lebih-lebih ketika dalam kandungan ibu, oleh karena itu faktor gizi ibu dan anak sangatlah penting dalam menentukan kecerdasan otaknya nanti.

Berikut adalah faktor internal yang mempengaruhi kesulitan belajar peserta didik:

a) Daya ingat rendah

Daya ingat sangat memengaruhi hasil belajar peserta didik. Peserta didik yang sudah belajar dengan keras namun mempunyai daya ingat dibawah rata-rata hasilnya akan kalah dengan peserta didik yang mempunyai daya ingat tinggi.

b) Minat peserta didik

Seseorang yang mempunyai bakat dan minat terhadap sesuatu tentu akan lebih mudah dalam mempelajarinya. Berbeda dengan seseorang yang belajar karena paksaan dari orang lain tentu akan mengalami yang namanya kesulitan belajar.

c) Motivasi

Motivasi memegang peranan penting dalam pencapaian keberhasilan suatu hal. Motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang yang entah disadari atau tidak untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan di sekitar anak. Faktor eksternal ini meliputi 3 hal, antara lain:

a) Faktor Keluarga

Keluarga adalah lingkungan pertama yang paling berpengaruh pada kehidupan anak sebelum kondisi disekitar anak (masyarakat dan sekolah). Hal ini dikarenakan hampir 75% waktu anak habis dalam keluarga. Sehingga orang tua harus bisa mendidik anak secara baik sehingga anak tersebut tidak mengalami kesulitan belajar.

b) Faktor Sekolah

Sekolah juga mempunyai pengaruh besar dalam hal kesulitan belajar peserta didik. Letak sekolah yang buruk berpotensi membuat peserta didik tidak nyaman dalam melakukan pembelajaran, juga sarana dan prasarana sekolah yang tidak memadai juga akan membuat peserta didik mengalami kesulitan dalam belajar.

c) Faktor Masyarakat

Kehidupan bermasyarakat disekitar anak juga berpengaruh terhadap kesulitan belajarnya Masyarakat yang terdiri dari orang-orang yang tidak terpelajar, penjudi, suka mencuri, dan memiliki kebiasaan yang tidak baik, akan berpengaruh jelek kepada anak yang berada dilingkungan itu. Sebaliknya jika lingkungan adalah orang terpelajar maka anak akan terpengaruh juga hal-hal yang dilakukan oleh orang-orang lingkungannya sehingga akan berbuat

seperti mereka. Pengaruh itu dapat mendorong semangat anak untuk belajar lebih giat lagi.

2. Hakikat Pembelajaran PJOK

a. Pengertian Pembelajaran

Jihad & Haris (2018: 11) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses yang terdiri dari kombinasi dua aspek, yaitu: belajar tertuju kepada apa yang harus dilakukan oleh siswa, mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru sebagai pemberi pelajaran. Sedangkan Saefuddin (2014: 8) berpendapat bahwa pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dimaknai sebagai proses penambahan pengetahuan atau wawasan yang dilakukan seseorang secara sadar guna memperoleh perubahan yang positif baik dalam keterampilan, kecakapan, atau pengetahuan baru.

Suprihatiningrum (2016: 75) menyatakan bahwa pembelajaran adalah kegiatan yang melibatkan informasi dan lingkungan yang terencana untuk membantu memudahkan siswa untuk melakukan proses pembelajaran. Di dalam lingkungan tidak hanya berupa tempat melainkan sebagai metode, media, dan peralatan yang diperlukan untuk menyampaikan suatu informasi. Sementara itu menurut Siregar & Nara (2010: 12) berpendapat bahwa pembelajaran adalah seperangkat tindakan dimana dirancang untuk mendukung kegiatan proses belajar peserta didik, dengan mempertimbangkan kejadian ekstrim yang berperan terhadap rangkaian kejadian intern yang langsung dialami peserta didik.

Wuryantoro & Muktiana (2011: 91) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu proses dimana manusia berinteraksi dengan lingkungan hal ini

bertujuan agar manusia dapat melakukan perubahan-perubahan dalam hidupnya seperti misalnya aktivitas dan prestasi. Sedangkan Mulyaningsih (2009: 54) menyatakan bahwa pembelajaran adalah membelajarkan peserta didik menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar, teori belajar merupakan penentu utama dalam keberhasilan pendidikan. Pembelajaran sendiri merupakan proses komunikasi dua arah, yaitu proses mengajar dilakukan oleh pihak guru untuk pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik atau murid.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan upaya yang tersusun dalam melakukan interaksi baik antara manusia dengan manusia, manusia dengan lingkungan guna untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Dalam proses pembelajaran yang diinginkan pemilihan, penetapan, dan pengembangan metode didasarkan pada kondisi pembelajaran yang ada. Dalam hal ini istilah pembelajaran memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik. Itulah sebabnya dalam proses pembelajaran peserta didik tidak dituntut hanya berinteraksi kepada guru saja, tetapi ditekankan agar peserta didik melakukan interaksi kepada keseluruhan sumber belajar yang mungkin dipakai dalam mencapai tujuan pembelajaran. Oleh karena itu pembelajaran menaruh perhatian penting pada “bagaimana membelajarkan peserta didik” dan bukan pada “apa yang dipelajari peserta didik”.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan disekolah adalah PJOK. PJOK adalah pembelajaran yang menekankan aktivitas fisik (psikomotor), tetapi tidak

menghilangkan ranah kognitif dan afektif. Program PJOK mempunyai fungsi yaitu berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efektif dan efisien dalam melakukan kemampuan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32).

Menurut Paturusi (2012: 4) menyatakan bahwa PJOK adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Dari pengertian ini mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadi manusia Indonesia seutuhnya.

Sementara itu Saryono & Rithaudin (2011: 144) berpendapat bahwa pembelajaran PJOK berbeda dengan mata pelajaran pada umumnya. Hal ini dikarenakan didalam pembelajaran PJOK menekankan pengembangan aspek psikomotor tetapi tidak menghilangkan aspek kognitif dan afektif, seperti yang distandarkan secara internasional oleh ICHPER-SD dan UNESCO bahwa PJOK yang ada di sekolah seharusnya menggambarkan disiplin pengetahuan, keterampilan serta perilaku yang terdiri dari ranah psikomotor, kognitif, dan afektif. Sedangkan Yudanto (2011: 106) mengatakan bahwa pembelajaran PJOK di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu merangsang peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis. Hal ini bertujuan untuk membina

pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis peserta didik yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari PJOK adalah memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional dan moral. Maka guru disini sangat dituntut untuk bersikap profesional serta bertanggung jawab dalam mengemban tugasnya, tidak hanya pengetahuan peserta didik saja yang harus tercapai, tetapi guru PJOK juga harus menekankan aspek-aspek yang lainnya seperti misalnya aspek afektif atau sikap peserta didik, hal ini bertujuan agar peserta didik disiplin, rapi serta selalu menghormati orang lain. Psikomotorik peserta didik harus juga tercapai dikarenakan ketika peserta didik sehat secara jasmani, maka secara tidak langsung akan sangat membantu proses pembelajaran peserta didik tersebut, sehingga apa yang diajarkan guru kepada peserta didik dapat diterima dengan baik.

Pencapaian pembelajaran PJOK sendiri seharusnya mempertimbangkan tujuan pembelajaran yaitu terdiri dari kemampuan siswa, metode, materi, sarana dan prasarana, aktivitas belajar serta kesenangan siswa. Biasanya unsur-unsur di atas haruslah diperhatikan jika ingin tujuan pembelajaran berjalan dengan baik serta tercapai. Dalam materi PJOK sendiri terdapat beberapa olahraga yang diajarkan salah satunya adalah senam lantai.

c. Hakikat Senam Lantai

Senam adalah materi pembelajaran yang selalu ditemui baik dijenjang SD, SMP, bahkan SMA. Dalam pembelajaran senam meliputi ketangkasan sederhana,

ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat dan senam lantai (Sulistyanto & Purwanto, 2013: 48).

Menurut Mahendra (2001: 1) senam adalah salah satu mata pelajaran PJOK yang diajarkan di sekolah. 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.

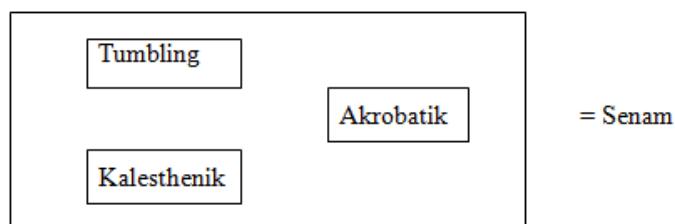
Gymnastiek tersebut digunakan untuk menunjukkan kegiatan-kegiatan fisik yang memerlukan keleluasaan gerak, sehingga perlu dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal ini bisa terjadi, karena pada waktu itu teknologi pembuatan bahan pakaian belum semaju sekarang. Sehingga belum memungkinkan membuat pakaian yang bersifat lentur mengikuti gerak pemakainya. *Gymnastics* diturunkan dari kata kerja *Gymnazein*, yang artinya berlatih atau melatih diri.

Gymnastics atau yang biasa kita kenal dengan senam mengandung arti yang demikian luas, tidak terbatas pada pengertian seperti dikenal dewasa ini. kata tersebut, menunjuk kepada kegiatan-kegiatan olahraga, seperti gulat, atletik, serta tinju. Sejalan dengan berkembangnya jaman arti yang dikandung dari kata *gymnastics* semakin menyempit dan disesuaikan dengan kebutuhannya. Menurut Ali (2012: 10) senam lantai adalah suatu cabang olahraga yang mengandalkan aktivitas seluruh anggota badan biasanya gerakannya dilakukan di lantai. Semantara itu Gilang (2007: 68) mengatakan bahwa senam lantai ialah suatu

kegiatan olahraga yang mana kegiatannya dilakukan di lantai atau matras. Unsur-unsur dalam gerakan senam terdiri dari berguling, melompat, berputar di udara, menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang.

Senada dengan pendapat diatas Soekarno (2000: 32) mengatakan bahwa senam lantai adalah latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun dengan sistematis sehingga mempunyai tujuan untuk membentuk dan mengembangkan pribadi secara keseluruhan dan harmonis. Hidayat yang dikutip oleh Mahendra (2001: 2) mencoba mendefinisikan senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, diakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual.

Mengingat arti luasnya cakupan senam serta berbagai karakteristik geraknya. Berikut adalah pedoman untuk memperjelas pengertian senam.



Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam
(Sumber: Mahendra, 2001:3)

Mahendra (2001: 4) menjelaskan bahwa gambar diatas adalah kegiatan fisik jika digabungkan dengan ketiga unsur tersebut akan menjadi senam,

dikarenakan senam terdiri dari unsur-unsur *kalastenik*, tumbling, dan akrobatik.

Berikut adalah tiga unsur untuk memperjelas pengertian senam:

1) *Kalestenik*

Kalestenik adalah kegiatan untuk memperindah tubuh melalui latihan kekuatan. Maksudnya adalah latihan tubuh (baik memakai alat maupun tanpa alat) dengan tujuan meningkatkan keindahan tubuh. Dalam bahasa Indonesia adalah latihan bebas atau kalestenik, kalestenik sendiri dapat diartikan sebagai latihan fisik untuk memelihara atau menjaga kesegaran jasmani (senam pagi, senam kesegaran jasmani), meningkatkan kelentukan dan keluwesan (senam wanita misalnya), serta memelihara teknik dasar dan keterampilan (misalnya untuk tinju atau pemain sepakbola).

2) Tumbling

Dalam pengertian sekarang kata tumbling dan kata akrobatik sering dipertukarkan, sehingga dianggap tidak ada perbedaan diantara keduanya, padahal tumbling dan akrobatik mengandung arti ketangkasan, tetapi dalam pengertian yang berbeda. Tumbling mempunyai arti gerakan yang cepat dan eksplosif, dan merupakan gerak, yang pada umumnya dirangkaikan pada suatu garis lurus. Adapun ciri dalam gerakan tumbling ini adalah adanya unsur melompat, melayang hebat diudara dan dilakukan dengan cepat. Contoh dari tumbling adalah kip, handspring atau salto.

3) Akrobatik

Akrobatik adalah keterampilan yang pada umumnya menonjolkan fleksibilitas gerak dan balansing (keseimbangan) dengan gerakan yang sangat lambat.

Contohnya dalam gerakan akrobatik adalah *chestroll*, *walkover*, *backcover*, dsb.

Jadi kalastenik, tumbling, dan akrobatik adalah unsur- unsur dari latihan senam.

d. Senam Kependidikan

1) Hakikat Senam Kependidikan

Mahendra (2001: 11) menyatakan bahwa senam kependidikan adalah istilah yang diterapkan pada kegiatan pembelajaran senam yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Hal ini mengisyaratkan bahwa hal yang paling penting dari kegiatan tersebut adalah peserta didik, bukan kegiatan atau keterampilan geraknya. Senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan peserta didik yang di ransang melalui kegiatan-kegiatan yang bertemakan senam.

Dalam senam kependidikan, anak belajar pada tingkatannya masing-masing, untuk mengembangkan pengertian dan keterampilan dalam menerapkan konsep-konsep gerak. Berbeda dengan senam kompetitif, senam kependidikan tidak terlalu terpaku pada penguasaan keterampilan formal yang ada dalam salah satu disiplin senam. Semua keterampilan itu hanya dipakai untuk meningkatkan pengusaan anak pada tubuhnya sendiri, sembari meningkatkan pengertian anak terhadap prinsip-prinsip gerak yang mendasarinya.

2) Materi Senam Kependidikan

Materi senam kependidikan menurut Mahendra (2001: 16) harus mengacu pada gerak dominan pada senam, gerakan tersebut adalah:

- a) Pendaratan
- b) Posisi-posisi statis

- c) Gerak berpindah
- d) Ayunan
- e) Putaran.
- f) Lompatan.
- g) Layangan dan ketinggian.

Materi senam yang sering diajarkan di sekolah adalah senam artistik, dan jenis senam artistik yang sering diajarkan adalah senam lantai. Dari pemaparan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa senam kependidikan memiliki fungsi untuk mengembangkan anak melalui aktivitas fisik melalui kegiatan-kegiatan yang bertemakan senam dan materi yang diajarkan harus mengacu pada gerak dominan pada senam.

Berdasarkan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar (KIKD) Sekolah Menengah Pertama senam lantai kelas VIII sebagai berikut:

Tabel 2. KI dan KD Pembelajaran Senam Lantai Kelas VIII Sekolah Menengah Pertama.

Kelas	Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
VIII	3. Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahuanya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.	3.6 Memahami kombinasi keterampilan berbagai bentuk rangkaian gerak sederhana dalam aktivitas spesifik senam lantai.
VIII	4. Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar dan mengarang) sesuai dengan	4.6 Mempraktikkan kombinasi keterampilan berbentuk rangkaian gerak sederhana secara konsisten, tepat, dan terkontrol dalam aktivitas spesifik senam lantai.

	yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.	
--	---	--

3) Manfaat Senam Kependidikan

a) Manfaat Fisik

Senam adalah kegiatan utama yang paling bermanfaat untuk mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (*mototor ability*). Lewat berbagai kegiatannya, anak yang terlibat senam, akan berkembang daya tahan otot, kekuatan, power, kelentukan, koordinasi, kelincahan, serta keseimbangan. Apalagi jika ditekankan pula kegiatan yang menuntut sistem kerja jantung dan paru (*cardio-vaskuler system*), program senam akan menyumbang bagi perkembangan fisik yang seimbang.

b) Manfaat Mental dan Sosial

Ketika mengikuti program senam, anak dituntut untuk berfikir sendiri tentang pengembangan keterampilannya. Untuk itu, anak harus mampu menggunakan kemampuan berfikirnya secara kreatif. Melalui pemecahan masalah-masalah gerak. Dengan demikian anak akan berkembang kemampuan mentalnya.

Sangat diyakini bahwa terdapat sumbangan yang sangat besar dari program senam untuk meningkatkan konsep diri. Hal ini bisa terjadi, karena kegiatan senam menyediakan begitu banyak pengalaman yang menyebabkan anak mampu mengontrol tubuhnya dengan keyakinan dan tingkat keberhasilan yang tinggi. Pengalaman ini memungkinkan terbentuknya konsep diri yang positif.

3. Senam Loncat Harimau

a. Pengertian Loncat Harimau

Sulistyanto & Purwanto (2013: 48) menyatakan bahwa loncat harimau adalah pengembangan dari guling depan. Secara teknis gerakan loncat harimau dan guling depan tidak jauh berbeda, perbedaannya terletak pada gerak menolak kedepan atas sebelum melakukan gerakan mengguling. Sedangkan menurut Aji (2016: 103) loncat harimau adalah suatu gerakan meloncat seperti harimau menerkam mangsanya kemudian diikuti gerakan roll depan.

Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa loncat harimau adalah salah satu gerakan senam lantai, dimana gerakannya ialah meloncat membusur dengan kedua tangan dan kaki lurus pada saat melayang, dan ketika kedua tangan menyentuh lantai maka melakukan guling depan.

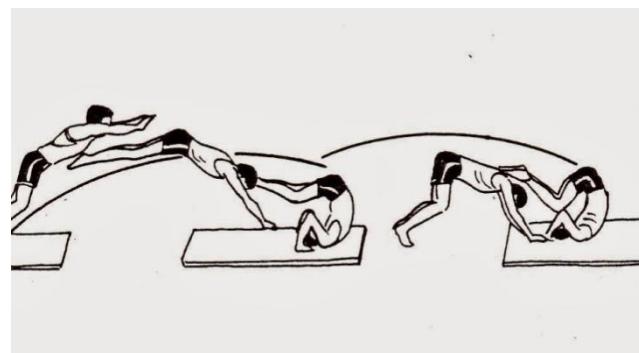
b. Langkah-langkah Melakukan Loncat Harimau

Menurut Muhajir yang dikutip oleh Sulistyanto & Purwanto (2013: 49) cara melakukan gerakan loncat harimau sebagai berikut:

- 1) Mula-mula sikap jongkok, kedua kaki rapat, tumit diangkat.
- 2) Kedua tangan dengan siku debengkokkan di depan badan, kedua telapak tangan dan pandangan menghadap ke depan.
- 3) Bersamaan dengan menolakkan kedua kaki, melompat ke atas depan dengan kedua tangan lurus ke depan hingga badan melayang di udara dengan posisi tangan dan kaki dalam keadaan lurus
- 4) Saat telapak tangan menyentuh matras, lipatkan kepala di antara kedua tangan sehingga pundak menyentuh matras.
- 5) Kemudian lanjutkan dengan gerakan berguling ke depan secara bulat dan sikap akhir jongkok kedua tangan lurus ke depan ke arah atas.

Sedangkan menurut Aji (2016: 103) langkah-langkah gerakan loncat harimau dapat dilakukan dengan cara:

- 1) Berdiri tegak dengan kedua kaki rapat
- 2) Kedua tangan lurus di depan dada.
- 3) Kedua lutut dibengkokkan dengan siap melakukan loncatan
- 4) Meloncat ke depan sejauh mungkin dengan kedua tangan dan kaki lurus melayang diudara.
- 5) Mendarat dengan kedua tangan lebih dahulu.
- 6) Berguling ke depan.
- 7) Kembali ke sikap semula.



Gambar 2. Gerakan Loncat Harimau
(Sumber: Aji, 2016:103)

c. Faktor Keberhasilan Gerakan Loncat Harimau

Sebelum melakukan gerakan loncat harimau, kita harus mempunyai keberanian dan keyakinan. Hal ini dikarenakan dalam gerakan loncat harimau sebelum mengguling harus ada loncatan, jika dilakukan dengan penuh keraguan atau kita meloncat dengan setengah-setengah maka berakibat fatal seperti misalnya kemungkinan terjadinya cedera.

Hal yang harus diperhatikan ketika melakukan gerakan loncat harimau adalah sebagai berikut:

1) Sikap Awal

Pertama yang harus diperhatikan adalah badan berdiri tegak, kedua tangan berada lurus di samping badan, dan arah pandangan kedepan dan buang rasa keraguan, dan harus berani.

2) Posisi saat Loncatan

Hal yang harus diperhatikan ketika posisi saat loncatan adalah dagu harus menempel dengan dada, ketika melayang di udara posisi tangan dan kaki berada dalam posisi lurus.

3) Posisi Mendarat

Hal yang harus diperhatikan ketika dalam posisi mendarat adalah perkenaan pertama adalah telapak tangan, tengkuk, dan setelah itu mengguling kedepan, dan sikap akhir jongkok kedua tangan lurus ke depan ke arah atas.

4. Karakteristik Peserta didik SMP Negeri 1 Minggir

Budiningsih (2003: 10) mengatakan bahwa karakteristik peserta didik adalah aspek-aspek atau kualitas perseorangan peserta didik yang telah dimilikinya. Dalam hal ini karakteristik peserta didik yang dijadikan subjek penelitian oleh peneliti, yaitu siswa putri SMP Negeri 1 Minggir.

Sedangkan Makmun (2004: 78-79) menyatakan bahwa siswa sebagai input pendidikan memiliki profil atau memiliki kepribadian yang senantiasa berkembang menuju taraf kedewasaan. Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada umumnya masih memasuki masa remaja yang umurnya berada sekitar 12-14 tahun. Usia ini termasuk pada usia remaja yang oleh para ahli memang ditentukan bahwa usia remaja adalah usia antara 12-21 tahun.

Desmita (2015: 190) berpendapat bahwa rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga tahap: tahap pertama adalah tahap masa remaja awal (12-15 tahun), tahap masa remaja pertengahan (15-18 tahun), tahapan masa remaja akhir (18-21 tahun). Dengan demikian, siswa SMP Negeri 1 Minggir yang dijadikan subjek dalam penelitian termasuk dalam golongan pertama yaitu tahap masa remaja awal (12-15 tahun).

Sementara itu Rumini (1995: 32-38) menyatakan bahwa masa remaja awal memiliki karakteristik sebagai berikut:

1) Keadaan perasaan dan emosi

Keadaan perasaan dan emosi sangat peka sehingga tidak stabil. Remaja awal dilanda dengan pergolakan sehingga selalu mengalami perubahan dalam perbuatannya. Hal ini pun berpengaruh kepada hasil belajarnya dimana keadaan emosi yang peka dan tidak stabil membuat semangat belajar yang fluktuatif.

2) Keadaan mental

Kemampuan mental khususnya dalam berpikir mulai sempurna dan kritis. Biasanya ia sering menolak hal-hal yang tidak dimengerti. Maka sering terjadi pertengangan dengan guru, orang tua maupun orang dewasa.

3) Keadaan kemauan

Kemauan dan keinginan mengetahui berbagai hal dengan mencoba melakukan segala hal yang dilakukan oleh orang lain. Biasanya hal ini ditandai dengan keingintahuan yang tinggi.

4) Keadaan moral

Pada awal remaja, dorongan seks sudah cenderung memperoleh pemuasan, sehingga mereka mulai berani menunjukkan sikap-sikap agar menarik perhatian. Penjelasan diatas yang dikatakan oleh Rumini sangatlah sesuai dengan karakteristik peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir. Berdasarkan pengalaman peneliti, karakteristik siswa khususnya putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir memiliki keadaan dimana perasaan/emosi yang tidak stabil sehingga membuat semangat belajarnya tidak stabil. Dari segi mental peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir cenderung tidak tertarik dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. mereka cenderung kurang semangat dan kurang percaya diri ketika proses pembelajaran loncat harima dimulai sehingga mereka mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan loncat harimau. Hal inilah yang membuat penelitian ini menjadi suatu hal yang penting, yaitu tentang faktor-faktor kesulitan pembelajaran senam lantai loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman tahun Pelajaran 2018-2019.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, disamping itu dapat digunakan sebagai pedoman atau pendukung dari penelitian yang akan dilakukan.

Penelitian yang relevan dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Suharwati (2019) yang berjudul “Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai di SD

Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul". Penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan siswa malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri II Mentel Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. *Setting* penelitian ini dilakukan di SD Negeri II Mentel Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data. Keabsahan data menggunakan teknik triangluasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hal yang menyebabkan siswa malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri II Mentel Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yaitu karena peserta didik mengalami kesulitan saat melakukan gerakan senam. (1) Faktor Internal: berat badan yang berlebih/gemuk, tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, lebih tertarik dengan olahraga yang ada unsur permainan, takut cedera. (2) Faktor Eksternal: peserta didik kurang memperhatikan guru pada saat pembelajaran, kurang menyukai materi pembelajaran senam lantai, sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Purjaka (2015) yang berjudul "Survei Kesulitan Siswa Kelas IV dan V dalam Melakukan Gerak Dasar Guling Depan di SD Negeri Pantaran Kokap Kulon Progo Tahun Pelajaran 2014-2015. Selama ini peserta didik kesulitan melakukan gerakan senam lantai guling depan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan siswa kelas IV dan

V dalam melakukan gerak dasar guling depan di SD Negeri Pantaran Kokap Kulon Progo Tahun Pelajaran 2014-2015 yang meliputi faktor pengambilan awalan, gerakan saat mengguling, dan sikap akhir. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif, subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas IV dan V Sekolah dasar Negeri Pantaran Kokap Kulon Progo Tahun Pelajaran 2014-2015. Teknik pengumpulan data dengan angket, instrument penelitian yang digunakan menggunakan angket yang sebelumnya dilakukan kalibrasi ahli, adapun teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum kesulitan guling depan kelas IV dan V memperoleh hasil sebanyak 1 siswa (3,33%) sangat tinggi, 5 siswa (16,67%) tinggi, 18 siswa (60%) sedang, 3 siswa (10%) rendah, dan 3 siswa (10%) sangat rendah.

C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran senam lantai loncat harimau di sekolah menengah pertama merupakan pembelajaran yang salah satu tujuannya untuk melatih kelentukan tubuh peserta didik. Gerakan loncat harimau adalah salah satu gerakan senam lantai dimana gerakannya adalah meloncat membusur dengan kedua tangan dan kaki lurus pada saat melayang, dan ketika kedua tangan menyentuh lantai maka melakukan guling depan. Pelaksanaan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman berjalan kurang baik. Hal ini dikarenakan kurang siapnya peserta didik putri dalam menghadapi atau mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. Kurangnya latihan serta pengetahuan tentang pembelajaran senam lantai loncat harimau, dan juga takut akan terjadi

cedera, serta materi senam lantai yang dinilai kurang menyenangkan membuat peserta didik mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. Berdasarkan data hasil penilaian senam lantai loncat harimau, dari 126 peserta didik putri terdapat 31 peserta didik putri yang masih memperoleh nilai dibawah KKM yaitu dibawah 75.

Kesulitan belajar yang kerap dialami oleh peserta didik putri merupakan permasalahan yang berasal dari dalam diri peserta didik dan juga dari luar peserta didik. Mengatasi peserta didik putri yang mengalami kesulitan belajar bukanlah sesuatu yang sederhana, tidak cukup hanya dengan mengetahui taraf kecerdasan dan kemandirian saja, tetapi perlu menyediakan prasarana dan pelayanan pendidikan yang memadai untuk mata pelajaran yang membuat peserta didik putri mengalami kesulitan belajar. Faktor kesulitan belajar pada peserta didik tidak selalu sama, maka dari itu guru dan orang tua harus mecermati apa yang membuat peserta didik putri mengalami kesulitan belajar. orang tua sangat penting untuk mengawasi cara belajar peserta didik, orang tua harus mampu memberikan motivasi kepada anak sehingga anak memiliki kesadaran untuk belajar tanpa adanya paksaan. Selain orang tua guru sangat penting dalam keberhasilan peserta didik, dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau guru harus mampu memodifikasi pembelajaran agar terlihat menyenangkan. Pembelajaran senam lantai loncat harimau yang menyenangkan akan membuat peserta didik tertarik dan semangat untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, dari kondisi dan ketertarikan peserta didik putri dalam pembelajaran senam lantai

loncat harimau tersebut diharapakan peserta didik khususnya putri tidak lagi mengalami kesulitan belajar.

Kesulitan hampir selalu ada dan dirasakan oleh seseorang dalam menghadapi sesuatu, dalam hal ini yaitu peserta didik yang mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. Kesulitan belajar jika tidak ditangani dengan baik akan berdampak negatif kepada peserta didik putri yang mengalami kesulitan belajar, biasanya hal ini ditandai dengan hasil nilai yang diperoleh peserta didik putri dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, yang bisa dikatakan jauh dari hasil tujuan pembelajaran yang diharapkan, terdapat 31 peserta didik putri kelas VIII yang memperoleh nilai dibawah KKM yaitu dibawah 75. Berdasarkan kondisi tersebut peneliti bermaksud mengungkapkan faktor kesulitan belajar yang dialami peserta didik putri saat mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, malalui penelitian deskriptif yang berjudul “Faktor Kesulitan Belajar Senam Lantai Loncat Harimau Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020”.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir diatas dapat ditarik pertanyaan penelitian ini , yaitu:

1. Apa saja faktor-faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020?
2. Apa saja faktor internal dan eksternal yang membuat peserta didik putri mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau?

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan deskriptif kualitatif, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam berupa data, gambaran, dan pengetahuan mengenai faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman tahun pelajaran 2019/2020.

B. *Setting* Penelitian

Tempat penelitian ini yaitu di SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2019.

C. Subjek Penelitian

Arikunto (2006: 88) menyatakan bahwa subjek adalah benda, hal, atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat dan yang dipermasalahkan. Sedangkan subjek yang digunakan dalam penelitian dipilih berdasarkan tujuan penelitian. Subjek dalam penelitian ini diambil dengan cara memilih subjek dengan pertimbangan tertentu, yaitu dengan cara memilih orang yang dianggap paling paham dalam konteks tentang apa yang akan diteliti dan memilih subjek penelitian seorang pemimpin sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek/situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2009: 219). Subjek penelitian memiliki peran penting dalam keberhasilan penelitian karena melalui subjek penelitian, peneliti dapat memiliki data yang diperlukan tentang variabel yang

akan diteliti. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah guru dan peserta didik putri SMP Negeri 1 Minggir Sleman.

D. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2009: 101) menyatakan bahwa “instrument pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan-kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.” Bentuk instrument pendukung yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument observasi, pedoman wawancara, dan pedoman dokumentasi sebagai berikut:

1. Observasi

Nasution yang dikutip oleh Sugiyono (2017: 106) menyatakan bahwa observasi adalah dasar dari ilmu pengetahuan. Data yang diperoleh menggunakan indera manusia. Sedangkan jenis observasi yang digunakan adalah observasi partisipan. Observasi partisipan adalah observasi yang melibatkan peneliti dengan kegiatan sehari-hari orang yang diamati atau orang digunakan sebagai sumber peneliti. Tugas peneliti disini yaitu mencatat, menganalisis, dan membuat kesimpulan tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman. Pada tahap ini peneliti akan melakukan observasi ke sekolah yang akan menjadi objek penelitian, peneliti akan melakukan observasi dengan terjun langsung mengamati dan membantu guru dalam melakukan pembelajaran senam lantai loncat harimau selama satu minggu. Sehingga bisa dikatakan bahwa peneliti mengetahui secara langsung keadaan dan ikut dalam segala kegiatan yang

ada. Segala bentuk ekspresi maupun saat peserta didik putri mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau peneliti dapat mengetahuinya. Sehingga peneliti dapat mengerti seperti apa situasi pembelajaran senam lantai loncat harimau saat berlangsung, baik itu dari peserta didik, guru pengajar PJOK, maupun media dan alat yang digunakan pada saat proses pembelajaran berlangsung. Pedoman observasi dalam penelitian disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Pedoman Observasi

No	Aspek	Indikator	Sumber
1.	Observasi fisik/lingkungan sekolah	Letak dan alamat sekolah	Observasi
		Keadaan sekolah	
		Sarana dan prasarana sekolah	
		Kondisi lingkungan sekolah	
2.	Observasi kegiatan	Kegiatan peserta didik putri ketika pembelajaran senam lantai loncat harimau berlangsung.	Observasi
		Suasana kelas ketika Pelaksanaan pembelajaran senam lantai loncat harimau dimulai.	
		Pelaksanaan pembelajaran senam lantai loncat harimau ketika dilapangan.	

2. Wawancara

Esterberg yang dikutip oleh Sugiyono (2019: 114) menyatakan bahwa wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin menemukan masalah yang ingin diteliti secara mendalam. Dalam hal ini berkaitan dengan faktor kesulitan pembelajaran senam lantai loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman.

Berdasarkan faktor internal (indikator fisik dan psikologis) dan faktor eksternal (indikator guru, materi pembelajaran, dan sarana prasarana). Pedoman wawancara dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Pedoman Wawancara

No	Aspek	Indikator	Sumber
1.	Faktor internal	a. Indikator fisik	Peserta didik dan guru
		b. Indikator psikologis	
2.	Faktor eksternal	a. Indikator guru	Peserta didik dan guru
		b. Indikator materi pembelajaran	
		c. Indikator sarana dan prasarana	

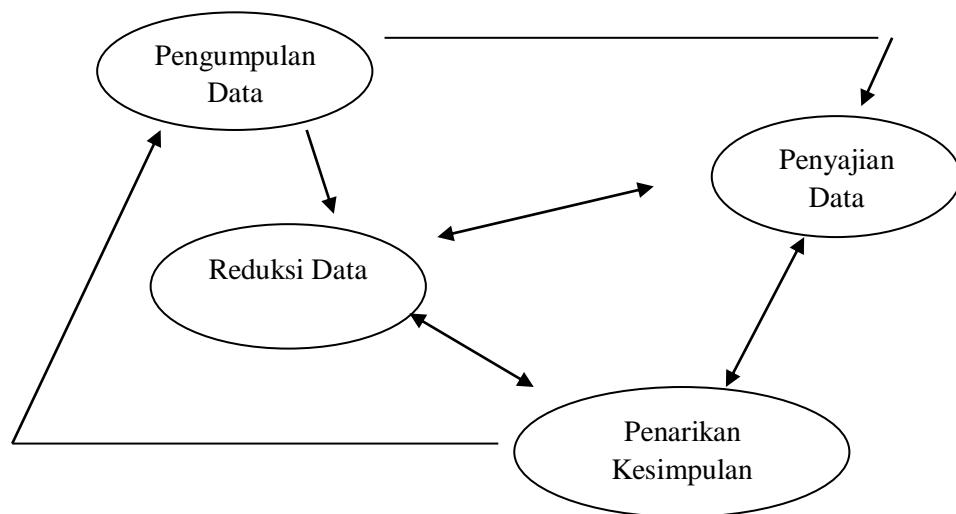
3. Dokumentasi

Arikunto (2005: 206) menyatakan bahwa dokumentasi adalah metode dalam mencari data berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, *legger*, agenda program sekolah, jadwal pelajaran dan sebagainya. Dokumentasi dalam penelitian ini berfungsi sebagai pendukung untuk pelengkapan data penelitian, hal ini diperoleh dari hasil observasi, hasil wawancara yang dilakukan di sekolah. Data atau dokumentasi yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa kegiatan selama proses penelitian berlangsung, seperti misalnya data peserta didik pada saat melakukan pembelajaran senam lantai loncat harimau, dokumentasi pada saat proses wawancara berlangsung, RPP pembelajaran senam lantai loncat harimau, serta sarana prasarana yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam loncat harimau.

E. Teknik Analisis Data

Moleong yang dikutip oleh Sukardi (2006: 72) menyatakan bahwa analisis data pada umumnya mengandung tiga kegiatan yang saling terkait yaitu kegiatan

mereduksi data, manampulkan data, dan melakukan ferifikasi data untuk membuat kesimpulan. Taylor & Bogdan yang dikutip Sukardi (2006: 72) mengatakan bahwa walaupun seorang peneliti kualitatif akan menunjukkan cara mereka sendiri dalam memperlakukan data, mereka pada umumnya juga mengelompokkannya menjadi tiga tingkat kegiatan besar yaitu penemuan, koding, pengurangan data. Sugiyono (2017: 131) berpendapat bahwa analisis data adalah bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan menjadi hipotesis. Sedangkan Miles & Huberman (2017: 133) mengemukakan bahwa aktivitas analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*. Berikut adalah langkah-langkah analisis data:



Gambar 3. Komponen dalam Analisis Data (*Interactive Model*)
Sumber: Miles & Humberman yang dikutip (Sugiyono2017:134)

Analisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data

Kegiatan dalam penelitian adalah mengumpulkan data, data ini diperoleh dari hasil kegiatan observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Pada tahap awal peneliti harus mencari tau terlebih dahulu tentang apa yang akan diteliti dalam hal situasi sosial/ obyek yang diteliti, dan juga ketika dalam proses pengambilan data melalui observasi, wawancara, harus didokumentasi atau direkam, hal ini bertujuan agar data yang didapat banyak dan bervariasi.

2. Reduksi Data

Data yang diperoleh dilapangan biasanya sangat banyak dan kompleks, sehingga peneliti merasa perlu untuk mencatat atau merangkum hal-hal pokok penting dalam penelitiannya. Hal ini sangat bermanfaat karena data yang sudah direduksi atau dirangkum dapat memberikan gambaran yang lebih jelas dari sebelumnya, dan juga bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam mengumpulkan data selanjutnya.

Data tersebut bersifat kompleks dan banyak. Data tersebut kemudian dianalisis dengan melakukan reduksi data. Data kualitatif dapat disederhanakan dengan berbagai macam cara, yaitu dengan melalui seleksi ketat, melalui ringkasan dan uraian, menggolongkan kedalam pola-pola, dan sebagainya.

Data-data yang tidak mendukung atau jauh dari konteks penelitian ini akan dibuang atau tidak digunakan. Melalui reduksi data, maka akan memberikan gambaran yang jelas dan memudahkan peneliti. Proses reduksi data pada penelitian ini dilakukan setelah data observasi dan hasil wawancara diperoleh.

Dari data observasi dan hasil wawancara, kemudian peneliti merangkum dan memilih untuk mendapatkan jawaban pokok.

3. Penyajian Data

Setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah penyajian data. Kalau dalam penelitian kualitatif penyajian data ini dapat dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya (Sugiyono,2017:137). Sedangkan Miles & Humberman yang dikutip oleh Sugiyono (2017:137) menyatakan bahwa yang paling penting dalam menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

Penyajian data dalam penelitian kualitatif dapat digambarkan melalui uraian singkat, bagan, diagram dan sejenisnya. Penyajian data dalam penelitian ini berupa tabel dan uraian yang berisi deskripsi-deskripsi atau narasi mengenai faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri. Tabel dan uraian tersebut dibuat berdasarkan observasi, wawancara dengan peserta didik putri, dan juga guru PJOK, dan dokumentasi ketika proses pembelajaran berlangsung.

4. Penarikan Kesimpulan

Langkah selanjutnya dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan. Dari data yang sudah terkumpul yang dicatat dan direduksi maka data selanjutnya akan dipilih yang penting untuk kemudian dibuat kategori.

Penarikan kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan, penarikan kesimpulan tersebut diambil dari keseluruhan proses pengambilan data dari awal sampai akhir, yaitu mulai dari wawancara peserta didik putri yang mengalami

kesulitan belajar serta wawancara dengan guru PJOK SMP Negeri 1 Minggir. Ditambah dengan data pendukung lainnya seperti observasi atau pengamatan terhadap subjek penelitian, dan dokumentasi dilapangan yang dilakukan secara konsisten dari awal terjun sampai selesai, maka data tersebut bisa dikatakan sebagai data kredibel.

F. Uji Keabsahan Data

Moleong yang dikutip oleh Sukardi (2006: 106) mengatakan bahwa triangulasi secara definisi dapat diartikan sebagai kombinasi beberapa metode atau sumber data dalam sebuah studi tunggal. Triangulasi tidak lain adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaakan suatu kejadian yang diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data-data yang ada. Sedangkan Sugiyono (2017: 125) menyatakan bahwa triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa triangulasi memiliki tujuan dimana data yang diperoleh dilapangan tidak untuk mencari kebenaran terhadap beberapa fenomena, melainkan untuk pemahaman peneliti terhadap apa yang ditemukan.

Pada penelitian ini menggunakan dua macam/jenis triangulasi yaitu triangulasi teknik dan triangulasi sumber. Keduanya digunakan bersamaan dengan tujuan agar data yang diperoleh dan dihasilkan dapat benar-benar dipercaya. Pada triangulasi sumber peneliti menggabungkan data dari berbagai sumber diantaranya subjek penelitian yaitu guru PJOK, dan juga 8 peserta didik putri yang mengalami kesulitan belajar. Sedangkan dalam triangulasi teknik peneliti menggabungkan

data yang diperoleh dilapangan yaitu dari hasil observasi, wawancara secara mendalam dan dokumentasi guna memperbanyak serta memperoleh data yang dapat dipercaya. Semua data yang diperoleh menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik akan direduksi dan juga diseleksi kembali untuk nantinya akan diambil data intisari dari sumber data.

Setiap sesi wawancara yang telah selesai, peneliti akan melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi. Hal ini sangat penting dikarenakan agar peneliti mengetahui hal apa saja yang akan dilakukan setelah wawancara selesai, apakah masih membutuhkan data dari sumber yang lainnya apa tidak. Data tambahan observasi dan juga dokumentasi yang diperoleh maka peneliti dapat menambahkannya untuk memperkaya data hasil penelitian.

Pada penelitian ini peneliti melakukan konsultasi dan juga meminta saran kepada dosen pembimbing skripsi. Disini peneliti melakukan pelaporan terkait kegiatan wawancara secara mendalam, observasi, serta sumber data yang telah peneliti lakukan. Dengan hasil peneliti melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi maka akan didapatkan masukan, kritik serta saran guna memperbaiki dan melakukan pengulangan jika diperlukan untuk memperoleh data yang lebih mendalam guna menuju data yang valid dan dapat dipercaya. Dengan demikian setelah konsultasi selesai maka dosen pembimbing skripsi dapat menyatakan bahwa penelitian yang dilakukan peneliti mengenai faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman tahun Pelajaran 2019/2020 sudah cukup valid.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Profil SMP Negeri 1 Minggir

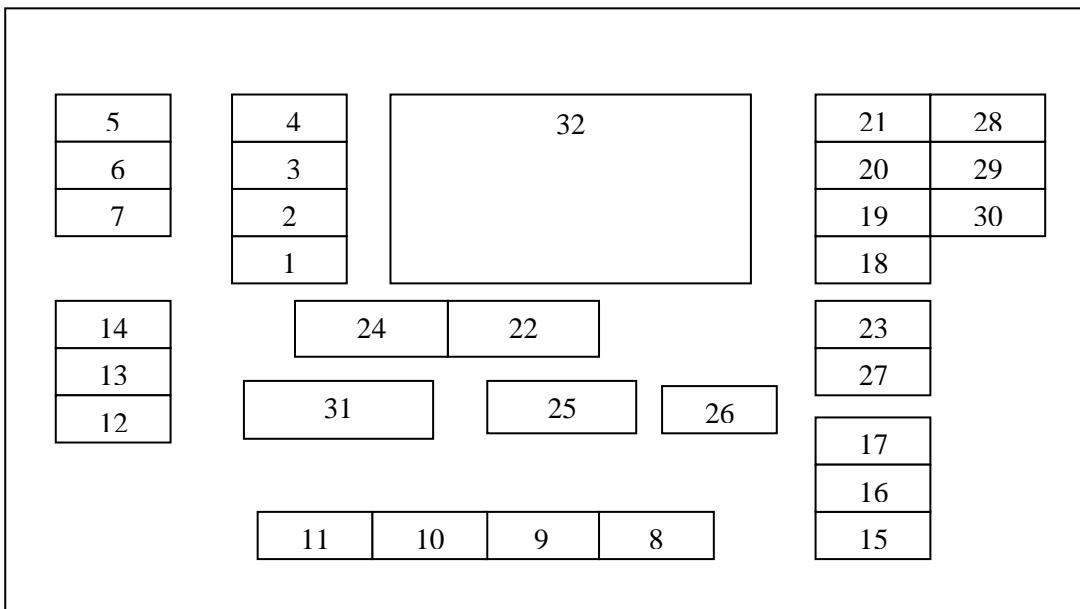
a. Identitas Sekolah

Nama Sekolah	:	SMP Negeri 1 Minggir
NPSN	:	20401029
Alamat	:	Prayan, Sendangsari, Minggir, Sleman, DIY.
Kode Pos	:	55562
Desa/kelurahan	:	Sendangsari
Kecamatan	:	Minggir
Kabupaten/kota	:	Sleman
Provinsi	:	D. I. Yogyakarta.
Status Sekolah	:	Negeri
Waktu Penyelenggaraan	:	Pagi/ 6 hari
Kurikulum	:	K 13
Luas Tanah	:	$\pm 6.500 \text{ m}^2$
Akses Internet	:	Ada



Gambar 4. Profil Sekolah SMP Negeri 1 Minggir

(Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 5. Denah Lokasi SMP Negeri 1 Minggir
(Sumber: dokumentasi pribadi)

Keterangan :

- | | |
|-----------------------|--------------------------------|
| 1: Ruang Kelas VIII A | 15: Ruang Kelas VII A |
| 2: Ruang Kelas VIII B | 16: Ruang Kelas VII B |
| 3: Ruang Kelas VIII C | 17: Ruang Kelas VII C |
| 4: Ruang Kelas VIII D | 18: Ruang Kelas VII D |
| 5: Ruang Kelas VIII E | 19: Ruang Kelas VII E |
| 6: Ruang Kelas VIII F | 20: Ruang Kelas VII F |
| 7: Ruang Kelas VIII G | 21: Ruang Kelas VII G |
| 8: Ruang Kelas IX A | 22: Ruang Kepala Sekolah |
| 9: Ruang Kelas IX B | 23: Ruang Wakil Kepala Sekolah |
| 10: Ruang Kelas IX C | 24: Ruang Guru |
| 11: Ruang Kelas IX D | 25: Perpustakaan |
| 12: Ruang Kelas IX E | 26: Ruang Tata Usaha |
| 13: Ruang Kelas IX F | 27: UKS |
| 14: Ruang Kelas IX G | 28: Laboratorium Bahasa |

29: Laboratorium Fisika

30: Laboratorium Biologi

31: Musala

32: Lapangan Upacara

b. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana di SMP Negeri 1 Minggir disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Data Sarana dan Prasarana SMP Negeri 1 Minggir.

No	Uraian	Jumlah
1.	Kelas	21
2.	Ruang Lab	4
3.	Ruang Perpustakaan	1
Total		25

c. Lain-lain

Data jumlah guru dan peserta didik di SMP Negeri 1 Minggir disajikan pada tabel 6 dan 7 sebagai berikut:

Tabel 6. Data Jumlah Guru SMP Negeri 1 Minggir

No	Uraian	Guru
1.	Laki-laki	12
2.	Perempuan	26
Total		38

Tabel 7. Data Peserta Didik SMP Negeri 1 Minggir

No	Kelas	L	P	Jumlah
1.	VII A	15	19	34
2.	VII B	15	18	33
3.	VII C	14	18	32
4.	VII D	14	18	32

5.	VII E	15	17	32
6.	VII F	14	18	32
7.	VII G	15	17	32
Jumlah		102	125	227
1.	VIII A	14	18	32
2.	VIII B	9	18	27
3.	VIII C	13	18	31
4.	VIII D	14	18	32
5.	VIII E	14	18	32
6.	VIII F	14	18	32
7.	VIII G	14	18	32
Jumlah		92	126	218
1.	IX A	13	18	31
2.	IX B	14	18	32
3.	IX C	13	18	31
4.	IX D	15	16	31
5.	IX E	15	15	30
6.	IX F	14	17	31
7.	IX G	12	16	28
Jumlah		29	117	214
Total		291	368	659

2. Penyajian Hasil Penelitian

Pada bahasan ini, peneliti akan menyajikan data terkait dengan wawancara faktor-faktor kesulitan pembelajaran loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman. Hasil wawancara dilakukan dengan peserta didik putri kelas VIII yang berjumlah 126. Ada 8 peserta didik putri yang menyatakan bahwa tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran loncat harimau. sebagai *key informant* dalam penelitian ini adalah guru PJOK SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman. Rangkuman wawancara peserta didik putri sebagai berikut:

a. Fakor Internal

1) Indikator fisik

Dari 8 peserta didik putri, ada 2 peserta didik yang menyatakan bahwa fisiknya menjadi penghambat dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau.

2) Indikator psikis

Dari 8 peserta didik putri, ada 7 peserta didik yang menyatakan tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, hal ini dikarenakan kebanyakan peserta didik khususnya putri takut mengalami cedera.

b. Faktor Eksternal

1) Indikator guru. Dari 8 peserta didik putri, ada 8 peserta didik yang menyatakan bahwa guru bukanlah faktor yang membuat mereka merasa kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran loncat harimau.

2) Indikator materi pembelajaran. Dari 8 peserta didik putri, ada 8 peserta didik yang menyatakan bahwa materi pembelajaran loncat harimau tidak menyenangkan dan membuat peserta didik merasakan kesulitan, hal ini membuat peserta didik khususnya putri tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran loncat harimau.

3) Indikator sarpras. Dari peserta 8 didik putri, ada 3 peserta didik yang menyatakan bahwa sarana prasarana yang dimiliki sekolah dalam pelaksanaan pembelajaran loncat harimau kurang baik.

Hasil wawancara dengan peserta didik dan juga guru PJOK di sekolah SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman yang sebagai *key informan* dalam penelitian ini dipaparkan sebagai berikut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik putri, menunjukkan bahwa peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman mengalami kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. hal ini dikarenakan dari 8 peserta didik putri yang menjadi subjek dalam penelitian ini, ada 2 yang menyatakan bahwa fisik menjadi penghambat dalam melaksanakan pembelajaran senam lanatai loncat harimau seperti yang diungkapkan oleh salah satu peserta didik Arkadila, bahwa:

“karena saya terlahir menurut saya tu terlalu gemuk saya tu sehingga susah pas mau guling”.

Ditambah dengan keterangan dari guru PJOK, bahwa:

“tapi kemaren masih mau melakukan ya walaupun masih belum piye yo gak sempurna lah. Tapi ini masih mending dari pada anak yang takut dan gak mau mencoba sama sekali”.

Berdasarkan hasil wawancara diatas, menunjukkan bahwa penyebab peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman merasa kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau salah satunya disebabkan oleh faktor fisik yang tidak ideal.

Hasil wawancara diatas, menunjukkan bahwa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Kabupaten Sleman dipengaruhi oleh bentuk fisik, kurang percaya diri, rasa takut, dan rasa sakit yang dialami peserta didik putri sesudah melaksanakan

pembelajaran loncat harimau. Berikut adalah wawancara dengan peserta didik putri Afifah, menyatakan bahwa:

“hmm karena saya melakukannya salah kaki sebelah kanan jadi sakit ”.

Ditambah dengan wawancara peserta didik putri Devi, bahwa:

“gak cuman apa ya, iya tkut cedera itu lo mas bagian kepalanya....gak mas Cuma takut aja, rasa kayak merinding gitu hehee”.

Hal diatas diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru PJOK yaitu:

“memberi apa ya memberi motivasi, semangat biar muridnya percaya diri tambah gak grogi gak takut gitu”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik putri, mununjukkan bahwa mereka mengalami kesulitan, takut, dan mengalami sakit dan pegel-pegel setelah pembelajaran senam lantai loncat harimau, serta peserta didik masih banyak yang kurang percaya diri. Hal tersebut juga diakui oleh guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir Sleman dimana peran guru sangat penting sekali dalam menangani peserta didik yang kurang percaya diri. Berikut hasil wawancara guru PJOK, yaitu :

“iya memberikan motivasi itu penting sekali mas, kan anak-anak kebanyakan takut grogi malu kurang percaya diri, senam lantai kan biasanya didalam hall, karena sekolah gak punya hall ya terpaksa di lapangan mungkin itu salah satu penyebab anak malu dilihat kelas lain, nah dengan motivasi tersebut setidaknya bisa membantu lah seperti itu”.

Berikut merupakan gambar dokumentasi tempat pelaksanaan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman:



Gambar 6. Tempat Proses Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman.
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 7. Matras Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman.
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Ditambahkan hasil wawancara dengan guru PJOK mengenai sarpras yang dimiliki sekolah dalam pelaksanaan senam lantai loncat harimau, sebagai berikut:

“baik, menurut saya lumayan baik dari pada yang lainnya ada matrasnya juga yang baru to hehhe”.

Sedangkan mengenai lingkungan yang dimiliki sekolah dalam pelaksanaan pembelajaran loncat harimau, guru PJOK berpendapat, sebagai berikut:

“harusnya sih punya hall sendiri tapi kan disini udah penuh jadi ya gak bisa, mungkin kalo ingin ya di gor sana didepan sekolah itu”.

Guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir Sleman mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang membuat peserta didik putri tidak tertarik dan malas mengikuti pembelajaran loncat harimau, sebagai berikut:

“ya awalnya sih pada ya males sih cuma pada gitu lo yo, moh pak aku wedi takut gitu apa ya jenenge itu ya hehe kayak ngomel gitu tapi pas praktek semuanya melakukan cuma awal-awal aja”.

Guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir Sleman sebenarnya telah menerapkan beberapa solusi untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi peserta didik khususnya putri. Berikut hasil wawancara dengan guru PJOK terkait hal tersebut, yaitu:

“iya kalo aku ya mas, biasanya siswa yang masih bingung saya kasik contoh dulu gerakan yang benar dari siswa yang gerakannya bagus, tapi kalo masih kurang jelas biasanya saya yang memberikan contoh sambil menjelaskan juga, sedangkan untuk siswa mengalami kesulitan atau yang takut itu biasanya saya ajarin roll depan dulu. nanti kalo udah bisa baru disuruh ke loncat harimau, tapi siswa itu kalo udah takut susah mas mau diajarin gimana pun, ya mengatasi siswa yang takut ya dengan memberikan motivasi biar gak grogi itu mas, kalo msih gak berani ya saya kasik tugas mas”.

Berdasarkan hasil wawancara diatas sebenarnya guru PJOK sudah memaksimalkan kemampuannya dalam hal mengajar di SMP Negeri 1 Minggir Sleman, misalnya dengan menyuruh peserta didik melakukan gerakan, jika peserta didik masih kesulitan maka guru sendiri yang akan memberikan contoh serta menjelaskannya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik putri di SMP Negeri 1 Minggir Sleman dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8. Kesimpulan Hasil Wawancara

No	Faktor	Kesimpulan Hasil Wawancara
1.	Faktor Internal	<p>Fisik</p> <p>a. Bentuk fisik, salah satu faktor peserta didik putri kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau. Dikarenakan ada peserta didik putri yang memiliki fisik yang tidak ideal, hal ini berakibat peserta didik khususnya putri merasa kesulitan dalam melakukan gerakan loncat harimau.</p> <p>b. Ada beberapa peserta didik merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, misalnya badannya mengalami pegel-pegel, bahkan ada juga yang mengalami cedera dikaki.</p> <p>c. Dari 8 peserta didik putri yang menjadi objek penelitian, ada 2 yang menyatakan bahwa fisiknya menjadi penghambat dalam pembelajaran loncat harimau.</p>
	Psikis	<p>a. Peserta didik putri kurang tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, dikarenakan gerakannya yang terlalu sulit.</p> <p>b. Peserta didik putri merasa takut cedera ketika melakukan pembelajaran senam lantai loncat harimau.</p> <p>c. Dari 8 peserta didik putri yang menjadi objek penelitian, ada 7 yang menyatakan tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, hal tersebut dikarenakan peserta didik khususnya putri takut mengalami cedera, serta kurang percaya diri.</p>
2.	Faktor Eskternal	
	Guru	Guru sudah memaksimalkan kemampuannya mengajar di SMP Negeri 1 Minggir, misalnya dengan memberi motivasi kepada peserta didik yang tidak percaya diri, serta memberikan contoh gerakan kepada

		peserta didik yang mengalami kesulitan. Dari 8 peserta didik putri yang menjadi objek penelitian ini, ada 8 yang menyatakan bahwa guru bukan salah satu faktor peserta didik kesulitan dalam pembelajaran loncat harimau.
	Materi	Peserta didik putri tidak terlalu menyukai materi pembelajaran senam lantai loncat harimau, hal ini dikarenakan materi pembelajaran senam lantai loncat harimau dinilai kurang menyenangkan. Dari 8 peserta didik putri yang menjadi objek penelitian, ada 7 yang menyatakan bahwa tidak tertarik untuk mengikuti pembelajaran loncat harimau.
	Sarana dan prasarana	Sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau bisa dikatakan baik, hal ini dikarenakan matras yang dimiliki sekolah memenuhi standar. Dari 8 peserta didik putri ditambah dengan guru PJOK sebagai objek penelitian, hanya ada 2 yang menyatakan bahwa sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah kurang baik.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik putri mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman. Kesulitan belajar adalah ketidak mampuan peserta didik, dimana terdapatnya suatu jarak antara prestasi akademik yang diharapkan dengan prestasi akademik yang diperoleh. Kesulitan belajar secara operasional dapat dilihat dari kenyataan empirik dimana bisa dilihat dari adanya peserta didik yang tinggal kelas, maupun

peserta didik yang memperoleh dibawah nilai yang sudah ditentukan. Kesulitan belajar dapat dilihat dari beberapa aspek diantaranya guru pengajar, peserta didik itu sendiri, lingkungan sekolah serta sarana dan prasarana yang tidak memadai juga berpotensi membuat peserta didik mengalami kesulitan belajar.

Kesulitan belajar adalah menurunnya kualitas akademik dan prestasi belajar peserta didik. Kesulitan belajar bisa dilihat dari perilaku peserta didik dimana mereka mempunyai perilaku yang tidak biasa (*misbehavior*) biasanya perilaku peserta didik ditandai dengan suka berteriak dikelas, mengganggu teman, berkelahi, dan sering tidak masuk kelas. Menurut Idris (2009: 155-156) menyatakan bahwa kesulitan belajar terdiri dari beberapa faktor, pertama yaitu faktor yang terdiri dari dalam diri peserta didik (intern).dan yang kedua faktor yang terdiri dari luar diri peserta didik (Ekstern). Faktor-faktor yang yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman berdasarkan faktor internal dan eksternal dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri. Faktor internal biasanya meliputi kondisi fisiologis dan psikologis. Kesulitan belajar yang timbul dalam diri anak salah satunya disebabkan karena kurangnya motivasi yang ada dalam diri anak tersebut. Motivasi merupakan dorongan yang timbul pada diri seseorang yang entah disadari atau tidak untuk malakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Motivasi tidak timbul pada diri anak karena anak belum mengetahui manfaat dari belajar atau mungkin tidak ada

sesuatu yang ingin dicapainya. Selain itu kelelahan dalam beraktivitas dapat berakibat menurunnya kekuatan fisik dan melemahnya kondisi psikis.

Berdasarkan faktor internal pada indikator fisik yaitu (1) bentuk fisik peserta didik putri menghambat untuk melakukan gerakan senam lantai loncat harimau, karena banyak dari peserta didik khususnya putri masih banyak yang memiliki berat badan lebih besar dari pada peserta didik yang lainnya. Hal ini dibuktikan dari hasil wawancara 8 peserta didik putri, ada 2 menyatakan bahwa faktor fisik menjadi penghambat dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. Anak yang biasanya memiliki gejala obesitas dapat berakibat sulit bergerak, hal ini yang membuat meraka kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. (2) peserta didik putri merasakan tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, ada beberapa peserta didik badannya mengalami pegel-pegel, bahkan ada yang mengalami cedera dikaki. Ahmadi (2013:78-83) menjelaskan seseorang yang sakit akan mengalami kelemaha fisik sehingga saraf sensorik dan motoriknya lemah. Akibatnya rangsangan yang diterima oleh inderanya tidak dapat diteruskan ke otak. Anak yang kurang sehat dapat mengalami kesulitan belajar, sebab mudah capek, mengantuk, pusing, daya konsentrasi hilang, kurang semangat pikiran terganggu, anak yang cacat tubuh ringan misalnya kurang pendengaran, kurang penglihatan, gangguan psikomotor.

Berdasarkan faktor internal pada indikator psikologis yaitu. (1) peserta didik khususnya putri kurang tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, hal ini dibuktikan dari hasil wawancara 8 peserta didik putri, ada

7 yang menyatakan tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. (2) peserta didik putri merasa takut cedera saat melakukan gerakan senam lantai loncat harimau. hal ini diperkuat dari hasil wawancara dimana dari 8 peserta didik putri, ada 8 yang menyatakan takut dalam melukan gerakan senam lantai loncat harimau. faktor psikologis berkaitan dengan emosionalisasi peserta didik, peserta didik kurang mampu mengontrol kondisi emosionalnya sehingga berpengaruh terhadap kinerjanya. Ketika kondisi emosional/ kejiwaan peserta didik mengalami masa labil, kecenderungan peserta didik akan bertindak secara gegabah, ceroboh, acuh, dan cenderung mudah terpancing untuk marah. Emosional dapat dipengaruhi dari lingkungan luar, misalnya suatu tindakan orang lain kepadanya (kekerasan, hukuman, dan sebagainya). Orang tua dan guru dituntut untuk memahami kondisi kejiwaan peserta didik serta mampu membangun kondisi lingkungan yang baik, sehingga diharapkan mampu mendukung dan merubah kondisi peserta didik menjadi lebih baik. faktor kejiwaan/emosional dapat berubah ke arah yang lebih baik yaitu dewasa, sabar, bijak, dengan adanya dukungan dan upaya dari peserta didik. Faktor yang menjadi penyebab kesulitan belajar peserta didik ini kurang mendukung perasaan hati (emosi) peserta didik untuk belajar sungguh-sungguh. Sebagai contoh terdapat peserta didik yang tidak menyukai mata pelajaran atau materi pembelajaran, hal ini akan membuat peserta didik tidak tertarik dalam mengikuti kegiatan tersebut, sehingga mereka akan memperoleh nilai yang tidak memuaskan. Jika itu terjadi maka peserta didik tersebut akan mengalami kesulitan belajar yang sangat berat.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri peserta didik itu sendiri. Faktor eksternal meliputi guru, materi pembelajaran, sarana dan prasarana. Berdasarkan hasil penelitian, faktor eksternal yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman dijelaskan sebagai berikut:

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator guru yaitu guru sudah memberikan motivasi kepada peserta didik putri dan sudah memberikan contoh gerakan ketika pembelajaran senam lantai loncat harimau, akan tetapi peserta didik kurang mendengarkan dan memperhatikan guru saat pembelajaran berlangsung. Guru PJOK adalah seseorang yang memiliki jabatan atau profesi yang memerlukan keahlian khusus, kemahiran dan kecakapan yang memerlukan standar mutu atau norma tertentu serta memerlukan keahlian khusus sebagai syarat dan ciri sebuah profesi. Bagi guru disamping profil dan persyaratan utama seorang guru PJOK mempunyai persyaratan kompetensi pendidikan jasmani (Sukintaka, 2004: 72-74). Disamping dituntut untuk berpengetahuan luas, seorang pendidik juga harus pintar dalam mengolah kelas dan memodifikasi pembelajaran, hal ini bertujuan agar materi yang diajarkan variatif dan menarik. Pembelajaran yang kurang menarik mengakibatkan pembelajaran tidak efektif, sehingga membuat peserta didik tidak antusias dalam mengikuti pembelajaran. Semakin tinggi ilmu yang dimiliki guru maka semakin banyak juga ide dan kreativitas yang dimiliki dalam mengajar. Dalam pelaksanaan proses pendidikan, guru sebagai pendidik juga harus mampu menunjukkan kinerja yang sesuai dengan kompetensi

profesinya sebagai pendidik juga sebagai pengajar. pembelajaran di sekolah akan lebih menarik jika guru menggunakan berbagai macam metode pembelajaran. Guru selaku tokoh teladan atau figur yang sering berinteraksi dengan peserta didik dan dibanggakan oleh peserta didik seharusnya bisa memodifikasi pembelajaran agar lebih menarik, sehingga peserta didik senang dalam mengikuti proses pembelajaran. Tetapi tidak jarang juga guru menjadi objek keluhan peserta didik, ada banyak macam penyababnya, mulai dari tidak adanya kesiapan guru dalam mengajar, tidak menguasai bidang pelajaran yang akan dipelajari, atau terlalu banyak memberikan tugas-tugas yang dirasa sulit bagi peserta didik. Dengan adanya metode pembelajaran yang lebih bervariasi diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan guru dalam mengajar dan menyampaikan materi pembelajarannya sehingga hasilnya sesuai dengan yang diharapkan.

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator materi pembelajaran yaitu peserta didik kurang tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau. dari hasil wawancara peserta didik putri mengatakan bahwa mereka tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau dikarenakan mereka mengalami kesulitan dan takut untuk melakukan gerakan tersebut. Aji (2016:103) mengatakan bahwa senam lantai loncat harimau adalah pengembangan dari guling depan, secara teknis gerakan loncat harimau dan guling depan tidak jauh berbeda, perbedaannya terletak pada gerak menolak kedepan atas sebelum melakukan gerakan mengguling. Agar proses pembelajaran senam lantai loncat harimau berjalan dengan baik seharusnya guru memodifikasi pembelajaran agar menarik minat dan perhatian peserta didik dalam mengikuti pembelajaran.

Memodifikasi dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti misalnya memasukkan unsur permainan ketika hendak melakukan pemanasan. Hal tersebut dapat menarik minat dan antusias peserta didik dalam mengikuti pembelajaran loncat harimau. Desmita (2015: 190) berpendapat bahwa peserta didik SMP Negeri 1 Minggir termasuk dalam golongan tahap remaja awal, biasanya pada tahap ini keadaan perasaan dan emosi sangat peka sehingga tidak stabil. Hal inipun berpengaruh terhadap hasil belajarnya dimana keadaan emosi yang peka dan tidak stabil membuat semangat belajarnya terganggu dan mengalami kesulitan belajar. Pembelajaran pada tahap remaja awal seyogyanya memperhatikan beberapa prinsip belajar. Seperti misalnya metode bermain terdapat aktivitas peserta didik dengan suasana yang menentang dan menyenangkan, sehingga membuat mereka semangat dan antusias dalam mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau.

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator sarana dan prasarana, sarana dan prasarana yang dimiliki sekolah SMP Negeri 1 Minggir Sleman dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau bisa dikatakan baik, hal ini diutarakan langsung dari guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir Sleman. Dan juga diungkapkan langsung dari hasil wawancara 8 peserta didik putri, ada 6 yang mengatakan bahwa sarana prasarana yang dimiliki sekolah tidak menjadi faktor kesulitan mereka dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau. masalah yang dimiliki di sekolah SMP Negeri 1 Minggir Sleman terletak di lingkungan belajar, dimana masih tidak mempunyai hall senam. Sehingga proses pembelajaran dilaksanakan di lapangan sekolah, hal ini berakibat peserta didik khususnya putri

kurang percaya diri dan malu jika dilihat kelas lain. Tempat belajar memang sangat diperlukan demi menjaga konsentrasi peserta didik dan suhu yang terlalu panas dapat berpengaruh terhadap kenyamanan peserta didik. Dalam proses pembelajaran pembuatan pola sarana dan prasarana yang dapat menunjang pembelajaran seperti tempat pembelajaran yang bersih, pralatan praktik yang memadai, media pembelajaran yang lengkap dan tepat, dan buku acuan yang lengkap untuk mempermudah proses pembelajaran (Aunurrahman, 2014: 177-196).

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan cermat dan teliti, namun juga memiliki kelemahan dan keterbatasan yaitu: penelitian ini mendeskripsikan faktor kesulitan belajar senam lantai loncat harimau bagi peserta didik putri kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman hanya berdasarkan subjektivitas guru dan peserta didik, penelitian ini belum dikaji lebih dalam mengenai informasi orang tua peserta didik dan pihak eksternal, namun dengan demikian peneliti melengkapi jawaban sisi subjektivitas pihak sekolah, yaitu guru PJOK dan metode observasi dan dokumentasi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa yang menyebabkan peserta didik khususnya putri kesulitan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman dikarenakan beberapa faktor. (1) faktor internal: berat badan yang berlebihan dan gemuk, merasakan tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, gerakannya dinilai terlalu sulit sehingga membuat peserta didik tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, takut cedera, dan kurang percaya diri. (2) faktor eksternal: peserta didik khususnya putri kurang memperhatikan guru ketika proses pembelajaran berlangsung, kurang minat untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau, tempat pembelajaran senam lantai loncat harimau yaitu dilapangan yang terbuka membuat peserta didik putri malu ketika diamati kelas lain.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan diatas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang kurang dominan yang menyebabkan peserta didik putri kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam memperbaiki permasalahan pembelajaran senam lantai loncat harimau.

2. Guru dan pihak sekolah dapat mejadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan guna meningkatkan pembelajaran senam lantai loncat harimau dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang, misalnya dengan memodifikasi pembelajaran senam lantai dengan menambahkan unsur permainan.
3. Dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau guru harus memperhatikan faktor internal dan faktor eksternal yang dapat menyebabkan peserta didik putri mengalami kesulitan sehingga membuat mereka tidak tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau.

C. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian yang telah dikemukakan diatas, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan dan hasil dari penelitian deskriptif kualitatif yang dilaksanakan masih memiliki kekurangan dan belum sempurna, maka peneliti mengharapkan agar mengembangkan penelitian lebih luas lagi tentang faktor penyebab peserta didik putri mengalami kesulitan belajar dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau.
2. Pihak sekolah untuk mengatasi faktor-faktor penyebab peserta didik kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai loncat harimau di SMP Negeri 1 Minggir Sleman khusnya dalam hal sarana dan prasarana sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. (2016). *Buku Olahraga*. Jakarta: PT Serambi Semesta Distribusi
- Ahmadi, A. (2013). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2009). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aunurrahman. (2010). *Belajar dan pembelajaran*. Cetakan ke 4. Bandung: Alfabeta.
- Arief, M. K. & Handayani, L. & Dwijananti, P. (2012). Identifikasi Kesulitan Belajar pada Siswa RSBI: Studi Kasus di RSMABI se Kota Semarang. *Unnes Physics Education Journal*. Volume 1, Nomor 2. Semarang: Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Semarang.
- Budiningsih, C. A. (2003). *Belajar dan Pembelajaran Edisi Revisi*. Yogyakarta: UNY.
- Desmita. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT remaja Rosdakarya.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fadli, M. & Ismiyati. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesulitan Belajar pada Mata Pelajaran Otomatisasi Perkantoran Kelas X Program Studi Administrasi Perkantoran di SMK 1 Kendal. *Economic Education Analysis Journal*. Volume 4, Nomor 2. Semarang: Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Semarang.
- Gilang, M. (2007). *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Jakarta: Ganeca Exact.
- Idris, R. (2009). Mengatasi Kesulitan Belajar dengan Pendekatan Psikologi Kognitif. *Lentera Pendidikan*. Volume 12, Nomor 12. Makassar: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Alauddin Makassar.
- Jihad, A. & Haris, A. (2012). *Evaluasi Pembelajaran*. Yogyakarta: Multi Pressindo.

- Jumaris, M. (2015). *Kesulitan Belajar: Perspektif, Asesmen, dan Penanggulangannya Bagi Anak Usia Dini dan Usia Sekolah*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Jamal, F. (2014). Analisis Kesulitan Siswa dalam Mata Pelajaran Matematika pada Materi Peluang kelas IX IPA SMA Muhammadiyah Meulaboh Johan Pahlawan. *Jurnal Pendidikan Matematika*. Volume 1, Nomor 1. Aceh Barat: STKIP Bina Bangsa Meulaboh.
- Makmun, A. S. (2004). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mahendra, A. (2000). *Senam*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.
- Moleong, L. J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyaningsih, F. (2009). Inovasi Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 6, Nomor 1. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani Olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rumini, S. dkk. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP IKIP Yogyakarta.
- Rosdiana, D. (2012). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Risilowati, A. (2006). Profil Kesulitan Belajar Fisika Pokok Bahasan Kelistrikan Siswa SMA di Kota Semarang. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia*. Volume 4, Nomor 2. Semarang: Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Semarang.
- Suryani, Y. E. (2010). Kesulitan Belajar. *Magistra*. Nomor 73. Klaten: Universitas Widya Dharma Klaten.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika.
- Suryobroto, A. S. (2004). *Sarana Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK Universitas Yogyakarta.

- Soekarno, W. (2000). *Teori dan Praktek Senam Dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwara.
- Sukardi. (2006). *Penelitian Kualitatif – Naturalistik dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Usaha Keluarga.
- Sudjana, N. (2005). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta,CV.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta CV.
- Saefuddin, A. (2014). *Pembelajaran Efektif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Suprihatiningrum, J. (2016). *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-ruz Media.
- Sulistyanto. & Purwanto, H. (2013). Kontribusi Kekuatan Otot Anggota Gerak Atas Fleksibilitas Togok dan Power Tungkai Terhadap Kemampuan Senam Loncat Harimau Siswa Putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 9, Nomor 1. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Saryono. & Rithaudin, A. (2011). Meta Analisis Pengaruh Pembelajaran Pendekatan Taktik (TGFU) terhadap Pengembangan Aspek Kognitif Siwa dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 8, Nomor 2. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Wuryantoro, K. & Muktiani, N, R. (2011). Meningkatkan Keterampilan Senam Meroda Melalui permainan Tali pada Siswa Kelas VIII A MTS Ma'arif NU. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 8, Nomor 2. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yudanto. (2011). Model Pemanasan dalam Bentuk Bermain pada Pembelajaran Sepakbola bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 8, Nomor 1. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas



**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

Nomor : 05.62/UN.34.16/PP/2019.

24 Mei 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

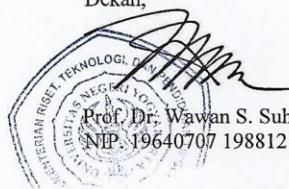
**Kepada Yth.
Kepala SMP Negeri 1 Minggir Sleman
di Tempat.**

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

Nama : Jimal Arrofqi
NIM : 15601241067
Program Studi : PJKR
Dosen Pembimbing : Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP : 196307141988122001
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Juli s/d Agustus 2019
Tempat : SMP Negeri 1 Minggir/Prayan, Sendangsari Kec. Minggir Sleman.
Judul Skripsi : Faktor-Faktor Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Loncat
Harimau bagi Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir
Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020.

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

Dekan,


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

Tembusan :

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

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari SMP Negeri 1 Minggir



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN

SMP NEGERI 1 MINGGIR

Prayan, Sendangsari, Minggir, Sleman, Yogyakarta, 55562
Telepon (0274) 2820409

Website: smpn1minggir.sch.id, E-mail : smpnegerimingga@gmail.com

FM DOK. KESISWAAN	
Nama dokumen	Surat keterangan
Dibuat	2 Januari 2018
Revisi	-
Tanggal pelaksanaan	8 Januari 2018

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/369

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 1 Minggir menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama	:	JIMAL ARROFIQI
NIM	:	15601241067
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta
Fakultas	:	FPOK
Jurusan/Program	:	PJKR
Alamat	:	Jl. Colombo No. 1 Yogyakarta
Judul/Skripsi/Tesis	:	"Faktor-faktor Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau bagi Peserta Didik Putri Kelas VIII SMP Negeri 1 Minggir Sleman Tahun Pelajaran 2019/2020".

Yang bersangkutan telah melakukan dan melaksanakan Observasi dan penelitian di SMP Negeri 1 Minggir pada tanggal 1 Juli s.d. 31 Agustus 2019 untuk memenuhi tugas Akhir (Skripsi) Program Studi S1 (Sarjana)

Surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Minggir, 16 September 2019
a.n. Kepala SMP Negeri 1 Minggir
Wakil Kepala Sekolah



Dra. Nanik Suryanti, M.Pd.
Pembina Tk I, IV/b
NIP 19670505 199512 2 002

Lampiran 3. RPP Loncat Harimau

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

Satuan Pendidikan : SMP Negeri 1 Minggir

Mata Pelajaran : Pendidikan Jasmani Olahraga & Kesehatan

Kelas/Semester : VIII/I (satu)

Materi Pokok : Senam Lantai

Alokasi Waktu : 3 x 40 menit

A. Kompetensi Inti

KI.1 Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianutnya.

KI.2 Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggungjawab, peduli (toleransi, gotong royong), santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya

KI.3 Memahami dan menerapkan pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahu tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.

KI.4 Mengolah, menyaji, dan menalar dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori

B. Kompetensi Dasar dan Indikator Pencapaian

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian
------------------	----------------------

<p>3.1 Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana</p>	<p>3.1.1 Mengidentifikasi berbagai variasi dan kombinasi gerak dasar senam lantai tiger sprong.</p> <p>3.1.2 Menjelaskan berbagai variasi dan kombinasi gerak dasar senam lantai tiger sprong.</p> <p>3.1.3 Memahami berbagai variasi dan kombinasi gerak dasar senam lantai tiger sprong.</p>
<p>4.1 Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana</p>	<p>4.1.1 Mempraktikan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana tiger sprong/loncat harimau.</p>

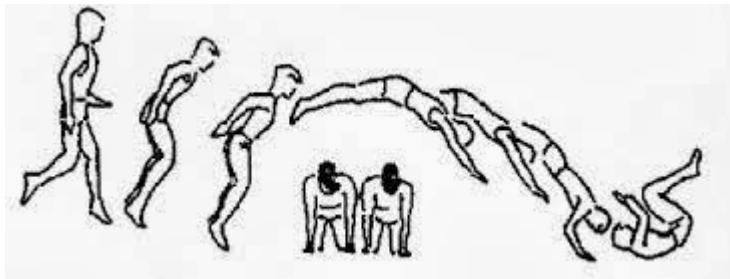
C. Tujuan Pembelajaran

Setelah selesai pembelajaran peserta didik dapat :

1. Menjelaskan konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari gerakan tiger sprong/loncat harimau.
2. Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari gerakan tiger sprong/loncat harimau.
3. Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari gerakan tiger sprong/loncat harimau.

D. Materi Pembelajaran

Senam Lantai Loncat Harimau



Secara prinsip teknik gerakan loncat harimau tidak jauh berbeda dengan teknik gerakan roll ke depan. Loncat harimau adalah sikap loncatan membusur dengan kedua tangan lurus ke depan pada saat melayang dan diteruskan dengan gerakan mengguling ke depan dan sikap akhir jongkok. Cara melakukannya sebagai berikut:

1. Berdiri tegak, kedua lengan lurus di samping, pandangan lurus ke depan.
2. Dengan gerakan awalan jongkok melakukan gerakan meloncat ke depan atas dengan tolakan dua kaki, saat melayang kedua lengan lurus ke depan.
3. Pada saat kedua tangan menyentuh, kepala menunduk ke dada antara kedua tangan, sehingga bahu dan tengkuk menyentuh matras, lipat kedua kaki, selanjutnya mengguling ke depan dengan tangan lurus.

E. Metode Pembelajaran

Metode : Saintifik

F. Sumber Belajar.

- Buku Penjasorkes SMP Kelas VIII, Tim Puskurbuk Kemdikbud, Jakarta: Puskurbuk Kemdikbud
- <https://sehatbugarkuy.wordpress.com/2017/08/30/first-blog-post/>

G. Media Pembelajaran.

1. Presentasi Powerpoint
2. Alat dan bahan

- Lapangan
- Matras senam
- Peluit

H. Langkah – langkah Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DESKRIPSI	WAKTU
1. Pendahuluan	<ul style="list-style-type: none"> - Guru mempersiapkan peserta didik dalam pembelajaran dengan kebersihan kelas, berdoa, absensi. - Guru memotivasi peserta didik dengan menunjukan gambar kemudian menanyakan gambar tersebut kepada peserta didik. - Guru memberi informasi tentang kompetensi dan tujuan pembelajaran yang akan dicapai. - Guru memimpin pemanasan statis dan dinamis - Guru memberi permainan loncat peluit, cara bermainya adalah: 1 peluit pendek siswa loncat ke depan, 2 peluit siswa loncat kebelakang, 1 peluit panjang siswa loncat ditempat 	15 Menit
2. Kegiatan Inti	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berdoa sebelum dan setelah pelajaran • Membaca informasi tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk 	90 menit

	<p>rangkaian sederhana dan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mencari informasi lain tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dari berbagai sumber media cetak dan elektronika, atau • Mengamati perlombaan senam secara langsung dan atau di TV/Video dan membuat catatan tentang konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dan membuat catatan hasil pengamatan. 	
	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mempertanyakan konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana dengan menunjukkan nilai kerjasama dan toleransi <p>Eksplorasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan gerakan rangkaian tiger sprong atau loncat harimau secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan gerakan rangkaian berdiri 	

	<p>dengan kedua tangan/handstand, guling depan secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian berdiri dengan kedua tangan/ handstand, guling depan secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. • Melakukan rangkaian guling depan dan tiger sprong secara perseorangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik. <p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan kesalahan-kesalahan yang sering terjadi dalam variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana <p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Melakukan rangkaian guling ke depan dan tiger sprong dalam bentuk perlombaan dengan menekankan pada nilai-nilai sportif, bertanggungjawab, menghargai perbedaan, kerjasama, toleransi, disiplin dan menerima 	
--	--	--

	<p>kekalah dan mengekspresi-kan kemenangan secara wajar selama melakukan per-tandingan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menunjukkan perilaku bertanggung jawab dalam menggunakan dan merawat peralatan peramaian • Mau bermain dengan semua teman tanpa membeda-bedakan agama, suku, dan kemampuan • Disiplin mengikuti aturan yang disepakati • Menunjukkan perilaku sportif selama bermain • Menunjukkan perilaku menerima kekalahan dan mengekspresikan kemenangan tidak berlebih • Memberikan saran perbaikan keterampilan kepada teman selama melakukan permianan • Mendiskusikan dan membuat kesimpulan tentang olahraga senam lantai secara sederhana berkelompok dengan menunjukkan kerjasama 	
3. Penutup	<ul style="list-style-type: none"> - Peserta didik melakukan pendinginan - Peserta didik dengan bimbingan guru menyimpulkan materi yang telah dipelajari - Peserta didik memberikan umpan balik dengan mengajukan pertanyaan. 	15 menit

	- Guru menyampaikan informasi pembelajaran yang akan datang	
--	---	--

I. Penilaian

1. Instrumen Penilaian Sikap Spiritual

No	Nama Peserta Didik	Indikator : Berdoa sebelum dan sesudah kegiatan pembelajaran (1 - 4)

Petunjuk penyekoran :

Skor 4 = Baik Sekali ; selalu berdoa dengan sungguh-sungguh

Skor 3 = Baik; sering berdoa dengan sungguh-sungguh

Skor 2 = Cukup; kadang-kadang berdoa dengan sungguh-sungguh

Skor 1 = Kurang ; berdoa dengan tidak sungguh-sungguh

Sikap Sosial

- Teknik : Observasi
- Bentuk Instrumen : Pedoman observasi Toleransi

2. Instrumen Penilaian Observasi

Nama Peserta didik :

Kelas :

Materi Pokok : Toleransi keberagaman

Periode Penilaian :

No	Pernyataan	RUBRIK			
		SL	SR	KD	TP
1	Menghargai teman yang berbeda ras				
2	Tidak menghina teman yang berbeda jenis kelamin				
3	Dapat menerima kelemahan orang lain				
4	Memaafkan kesalahan orang lain				
5	Mampu dan mau bekerja sama dengan siapa pun yang memiliki keberagaman ras dan gender				
Jumlah					

Petunjuk Penskoran :

Keterangan penskoran

Berilah tanda cek (v) pada kolom skor sesuai sikap spiritual yang ditampilkan oleh peserta didik, dengan kriteria sebagai berikut :

4 = selalu, apabila selalu melakukan sesuai pernyataan

3 = sering, apabila sering melakukan sesuai pernyataan dan kadang-kadang tidak melakukan

2 = kadang-kadang, apabila kadang-kadang melakukan dan sering tidak melakukan

1 = tidak pernah, apabila tidak pernah melakukan

Skor akhir menggunakan skala 1 sampai 4

Perhitungan skor akhir menggunakan rumus :

$$\frac{Skor}{Skor Tertinggi} \times 4 = skor akhir$$

Contoh :

Skor diperoleh 14, skor tertinggi 4 x 5 pernyataan = 20, maka skor akhir :

$$\frac{14}{20} \times 4 = 2,8$$

Peserta didik memperoleh nilai :

Sangat Baik : apabila memperoleh skor 3,20 – 4,00

Baik : apabila memperoleh skor 2,80 – 3,19

Cukup : apabila memperoleh skor 2,40 – 2,79

Kurang : apabila memperoleh skor kurang 2,40

Pengetahuan

- Teknik : Test Tulisan
- Bentuk Instrumen : Uraian

3. Instrumen Keterampilan

No	Nama Siswa	Sikap Awal			Gerakan			Sikap Akhir				Jumlah	Nilai Proses	Nilai Akhir
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	4			

Petunjuk Penskoran :

Keterangan penskoran

Berilah skor (10) pada kolom sikap awal, gerakan, dan sikap akhir. Sesuai dengan keterampilan yang ditampilkan oleh peserta didik, jika peserta didik tidak melakukan dengan baik maka skor yang diperoleh (0) berikut adalah criteria penilaian keterampilan:

Sikap awal

1. Berdiri tegak
2. Awalan
3. Tolakan

Gerakan

1. Posisi tangan lurus saat melayang
2. Posisi badan lurus saat melayang
3. Posisi kaki rapat dan lurus saat melayang

Sikap akhir

1. posisi tangan saat menyentuh matras harus seimbang
2. Dagu nempel dengan dada
3. Saat mengguling lurus kedepan
4. Sikap semula

Keterampilan

- a. Teknik penilaian :
 - Penilaian portofolio
 - penilaian kinerja

- b. Bentuk Instrumen : Rubrik penilaian portofolio, rubric penilaian diskusi

RUBRIK PENILAIAN PORTOFOLIO

- a. Indikator Penilaian
- 4. Menunjukkan karakteristik ras dalam masyarakat
- 5. Menunjukkan karakteristik gender dalam masyarakat
- 6. Mengumpulkan informasi dari berbagai sumber tentang permasalahan tentang keberagaman ras dan gender
- 7. Menyusun portofolio tayangan tentang permasalahan keberagaman ras dan gender.
- 8. Mempresentasikan tulisan tentang tentang keberagaman ras dan gender
- b. Rubrik penilaian portofolio

No	Nama kelompok	Aktivitas dalam Pembelajaran					Jumlah skor
		Penentuan	Kelangkapan informasi	Bahan tayang	Isi laporan	Penggunaan bahasa	
	Skor/nilai						

$$\frac{Skor\ yang\ diperoleh}{Skor\ Tertinggi} \times 100 = skor\ akhir$$

Jumlah skor	Konversi	Predikat	Keterangan	

100	3,67 – 4,00	A	SANGAT BAIK	
90-99	3,34 – 3,66	A-	SANGAT BAIK	
80-89	3,01 – 3,33	B+	BAIK	
70-79	2,67 – 3,00	B	BAIK	
60-69	2,34 – 2,66	B-	CUKUP	
50-59	2,01 – 2,33	C+	CUKUP	

RUBRIK PENILAIAN DISKUSI DAN PRESENTASI

No	Nama Peserta Didik	Aktivitas dalam Pembelajaran							Skor Total
		Kerjasama	Presentasi	Menanggapi	Menanggapi	Menanggapi	Menanggapi	Inisiatif	
Skor/Nilai									

$$\frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 100 = \text{skor akhir}$$

Petunjuk Penskoran

Jumlah skor	Konversi	Predikat	Keterangan
100	3,67 – 4,00	A	SANGAT BAIK
90-99	3,34 – 3,66	A-	SANGAT BAIK
80-89	3,01 – 333	B+	BAIK
70-79	2,67 – 3,00	B	BAIK
60-69	2,34 – 2,66	B-	CUKUP
50-59	2,01 – 2,33	C+	CUKUP

Minggir, 30 juli 2019

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran



Paulus Budi Nurcahyo

NIP -



Scanned with
CamScanner

Lampiran 4. Hasil Penilaian Loncat Harimau

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
Kelas / Semester : VIII A / Semester Ganjil
Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12507	ADAM PRABOWO	83
2	12508	ADJI RAMADHAN	80
3	12509	ALTHAAF MEI SALMA	75
4	12510	ASTRID REDHITA DEWI	80
5	12511	AUDI ARIZQ	88
6	12512	DADAG ARGIMANSYAH	90
7	12513	DIMAS AGUNG WICAKSANA	85
8	12514	DIMAS PUTRA ADRIANTO	88
9	12515	DWI ROHMATUN NUR ANISA	80
10	12516	FEYRUZ CHALISA NADYA ULYA	85
11	12517	FIERNAZINGGA PRATAMA	80
12	12518	HILMI CHAIRUNNISA	75
13	12519	INAYAH NUR AISYAH	75
14	12520	ISNAINI YULIASTI TRASANDA	80
15	12521	LUDFI NURINDRA APRIYANTO	88
16	12522	MEILIA SHINTA DESTA	75
17	12523	MUTHIA SAFITRI	80
18	12524	NATHASYA OKTAFITRI EKA PUTRI	78
19	12525	NAVENDRA DIAN PRASETYA	75
20	12526	NEISYA DIANY SHAFIRA	80
21	12527	PUSPITA RAHMAWATI	75
22	12528	PUTRI WAHYU CAHYANI	78
23	12529	RENDRA LUTFI ARYANI	80

24	12530	RISKY DWI NUGROHO	85
25	12531	RODRIGO VICO ENDRA PEMUNGKAS	80
26	12532	SYAHRUL KURNIAWAN	88
27	12533	TAIB ROZAN NYKA	80
28	12534	TSANI NUR INDRIANA	78
29	12535	VISCHA SUCI ASTUTI	80
30	12536	WIDODO YOGA PRASETYO	80
31	12537	WINDA YULIANA	78
32	12538	YESA MELIA PUTRI	75

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahya S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII B / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12538	ADITYA IRAWAN	85
2	12539	AGNETY NURINDA	78
3	12540	ANDRIANI NURHALIZAH	78
4	12541	ANGGIT DWI NURASFAN	80
5	12542	BAGAS ADI WARDYO	85
6	12544	DAMAR KURNIAWAN	80
7	12546	DIVA ARABELLA PUTRI SYAHRANI	-
8	12548	EKA DILA PRATIWI	78
9	12549	EKA VINARYANI LINDA MISYUANA	80
10	12550	EMA DWI AFIFAH	80
11	12551	FADILLAH NUZUL FAJRI HANDONO	78
12	12552	GHINA RAUDHATUL JANNAH	80
13	12553	HAFID AINUR RAHMAD	80
14	12554	HERRIS EHID AMALIA RUSITA PUTRI	70+TUGAS
15	12555	IRFAN EKI SAPUTRA	80
16	12556	JIHAN QONITA HENDRASTUTI	82
17	12557	JOCELYN ADARA	82
18	12558	KAZZARA IZZATI ADHA	70+TUGAS
19	12559	KHOFIFAH ANNISA FADZILLAH	70+TUGAS
20	12560	LALA SAFITRI ANANDASARI	70+TUGAS

21	12561	LESTARININGSIH	70+TUGAS
22	12562	LIESDA ERRINIDIANA	-
23	12563	NAJLA KEYSA AZIZAH	69+TUGAS
24	12564	NICKO EKA NUGROHO	-
25	12565	RADIT INDRA PANGESTU	80
26	12566	RIDWAN DWI KURNIAWAN	75
27	12567	WINDI YULIANA	69+TUGAS

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahya S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII C / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12570	ACHMAD IKHSANUDDIN	88
2	12571	AFNITA ANGGA PRADITA	90
3	12572	ALDISH DWI FACHRUROZI	83
4	12573	ANGGARAITA SEKAR PALUPI	88
5	12574	ARKADILA KURNIA PUTRI	65+TUGAS
6	12575	ARKAN FADHIL RAHMAN	80
7	12576	ARLY PUTRI RAMADHANI	95
8	12577	DEVINA RAHMA FELISA	70+TUGAS
9	12578	DIKA BAYU NUR ARYANTO	83
10	12579	DWI ROHMATUN NUR JANNAH	80
11	12580	DIYAH AYU MARDIANA PUTRI	90
12	12581	ELI BARNOWO PUTRO AJI	83
13	12582	FIKRI RIZA ANDHIKA	79
14	12583	FIRDA NURAINI	90
15	12584	HEKSA SURYA MANGGALA	83
16	12585	IRFAN WIYANA PUTRA	83
17	12586	LAE LAHMA SHALIKHA	90
18	12587	LENNY AIRI AZIZAH	83
19	12588	MAHAYUDIN JALUWENING	83
20	12589	MOH. BAGUS RIZKI	90
21	12590	MUHAMMAD KHOIRUL UMAM	80
22	12591	NUR AZIFA HASYALILLAH SABILA	88
23	12592	NUR'AFNI DWI RAHMAWATI	88

24	12593	PUJI MUDZALIFAH	70+TUGAS
25	12594	REVAADELA PUTRI SOLIKHAH	-
26	12595	SELVY AULIA MA'RUFAH	95
27	12596	SIFAK ANGGRAINI	80
28	12597	SYFA RIANA MAZIZAH	70+ TUGAS
29	12598	TAUFIQ WILDAN FIRMANSYAH	83
30	12600	ZAHRA NOVA PUTRI	83
31	12601	ZAHRA PUTRI ARIFAH	82

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahyo S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII D / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12602	AFIFATUL HANIFAH	79
2	12603	APRILANA AHMAD	-
3	12604	APRILIA DWI LESTARI	83
4	12605	BUNGA RAHMAWATI	85
5	12606	DEDY WIJAYA	85
6	12607	DIANIZA AYU PINASTI	96
7	12608	ERLIYA PUSPITA DEFI	80
8	12609	FAIDAJANNA DZAKIYAH	80
9	12610	FAIRUZ ADNAN	85
10	12611	FITNI FELIAN SAPUTRI	83
11	12612	HUSNAN HIDAYAT	83
12	12613	JANUAJI NUGROHO	85
13	12614	JENI ISNAFAILANI	80
14	12615	KELVIN DWI SASONGKO	85
15	12616	MALIK ABDURRAHMAN	-
16	12617	MITA AVINDA ANGGRAENI	78
17	12618	MUHAMMAD DZAKI HASNAN SHIDIQ	85
18	12619	MUHAMMAD FAREL ARDAN SURYONO	85
19	12620	MUHAMMAD PASHA ARRAFI	85
20	12621	MUTSAFIQ MUKHTAR	88
21	12622	NABILLA NADZWA IRYANE ERYESCHA	93

22	12623	NAVALIA JEANY KUSUMA	95
23	12624	PINKY MAURETA WIBOWO	85
24	12625	RATNA LINDA NURAINI	93
25	12626	RIDWAN NOVA SAPUTRA	82
26	12627	RISVA DWI MAHARANI	85
27	12628	RIZKHY TRI WICAKSONO	90
28	12629	SAKTI RAHMAT SETIADI	85
29	12630	SALSABILA NUR ARYANTI	80
30	12631	SALSABILA ZAHRA BEKTI PRIHATININGSIH	85
31	12632	SALWA AFTIKA SARI	85
32	12633	TAMARA DILLA SAPUTRI	85

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahyo S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII E / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12634	ADI MAS PRASETYA	85
2	12635	AFIFAH NUR FITRIANI	65+TUGAS
3	12636	AHMAD TRI WAHYUDI	85
4	12637	ALIYAH FATIMAH	78
5	12638	AN NISAA NURUL MUFIDAH	70+TUGAS
6	12639	ANITA NUR INDRIANI	80
7	12640	ARINI DWI PURNAMASARI	83
8	12641	ARYA DWI ANDHIKA	85
9	12642	AULIA KUNTHI WIDYANINGRUM	65+TUGAS
10	12643	BIMA EKA SETYAWAN	85
11	12644	BRIANT NUR WIAJAYANTO	83
12	12645	ERIANA DWI PRAMESTI	70+TUGAS
13	12646	FAUZY NUR RAHMAD DANY	85
14	12647	FAWWAZ NUR HAKIM	88
15	12648	HANA DWI SAFITRI	70+TUGAS
16	12649	HANA NUR'AINI	80
17	12650	HELMI NUR LATHIFA	70+TUGAS
18	12651	HENDRIANSYAH BIMA PUTRA	85
19	12652	HILDA NOOR AZIZI PRABOWO	70+TUGAS
20	12653	INTAN TAMARA	85
21	12654	ISMA NOVALINDA	85
22	12655	MUHAMMAD AZIZ NUR ARINTA	88
23	12656	MUHAMMAD HILMI NAUFAL	83
24	12657	NGALYA ISTIQOMAH	75

25	12658	NIDA KHOIRUNNISA	90
26	12659	NIYA AMANATI ROKHIMAH	85
27	12660	REIFA RAHMATDANA	85
28	12661	RISMA AMALIA FAUZIAH	70+TUGAS
29	12662	RIZKIANA KHOIRUNNISA	88
30	12663	SAKTI PUTRA PANGESTU	85
31	12664	SURYA BUDI SAPUTRA	88
32	12665	ZAKY FUAD FAUZAN	90

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahyo S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII F / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12666	AAN WISNU NUGROHO	87
2	12667	ADVENIA PASKA KRISNAWATI	70+TUGAS
3	12668	ALEK DESTA KRISTANTO	80
4	12669	ALEXANDRA BEKTININGSIH	70+TUGAS
5	12670	ALVINA PUTRI ANGGRAINI	65+TUGAS
6	12671	ANDIKA SAHID CHUSNIAWAN	88
7	12672	ANNISA NUR HANIFAH	65+TUGAS
8	12673	ANNISA RAHMA SOLIKHAH	90
9	12674	APRIYAN DWI PRASETYO	85
10	12675	ARDI KURNIAWAN	84
11	12676	ASNA MIRANTI	-
12	12677	BAYU RAGA JATI	85
13	12678	CATHARINA ASTRID ENGGRARINI	70+TUGAS
14	12679	DIMAS GALIH PANGESTU GUNARDI	85
15	12680	DWI SEPTIANI	80
16	12681	ELSA PUDJI DAMAYANTI	79
17	12682	ESTERINA BATSYEBA	90
18	12683	FAISAL AKHMAD JAWAWI	85
19	12684	FAJAR CHRISTANTO KURNIATMAJA	88
20	12685	INA MAHASTARI	88
21	12686	LINGGA PERMANA	85

22	12687	MARIA ERIKA PUTRI WINATA	70+TUGAS
23	12688	MARISSA ANGGRAINI SAPUTRI	85
24	12689	MARSEL EKA PRASETYA	78
25	12690	NICO EKO NUGROHO	70+ TUGAS
26	12691	NOVA ARDIANSYAH	80
27	12692	NOVI WULAN FITRIANA	83
28	12693	RESTU AMBARWATI	80
29	12694	TARSISIA RYFANNY	80
30	12695	VERONIKA DWI SETYORINI	70+TUGAS
31	12696	VINCENSIUS SIGGIH PRATAMA	83
32	126	VINCENTIA JOVITA MAHARANI	70

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahya S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Sekolah : SMP Negeri 1 Minggir
 Kelas / Semester : VIII G / Semester Ganjil
 Mata Pelajaran : Penilaian Senam Lantai Loncat Harimau
 Tahun Pelajaran : 2019/2020

NO	Induk	Nama	Nilai (KKM:75)
1	12698	AHMAD HANIF ULINNUHA	83
2	12699	ALFIA NASYWA NAJIHA RAMADHANI	80
3	12700	ANNISA NUR FADLILAH	70+TUGAS
4	12701	CHINTIA BERLIANA ANGELITHA	70+TUGAS
5	12702	DAFFA NAUFAL YANURO	85
6	12703	DAMAR PAMUNGKAS	83
7	12704	DESVITA MELANI	95
8	12705	DEVI WULANDARI	70+TUGAS
9	12706	DINI FAUZIAH	75
10	12707	ERI PRIMADINA SUSANTI	70+ TUGAS
11	12708	EXAUDIA ADRIANA	93
12	12709	FARRAS ZAIN	85
13	12710	FERDY ARDIAN PRATAMA	88
14	12711	GERDA SERENA VU MEBANUA	78
15	12712	IRFAN SYAIFUDDIN	90
16	12713	IZULHAQ HEBA	83
17	12714	KELVIN ADHIP SETIAWAN	83
18	12715	KHOIRUL HASAN	88
19	12716	KINARA DIANDRA	85
20	12717	LINDA WAHYUNI	83
21	12718	MAYA MUKTIARJUNI	88
22	12719	MIFTAKHUL LUTFI	90

23	12720	NAUFAL MURTADHO	88
24	12721	NOVITA ARLINDANINGSIH	83
25	12722	RATU YUSTIKASARI DEWI	83
26	12723	RENDI NURCAHYO	83
27	12724	RIZKA DWIANA NUGRAHENI	85
28	12725	ROFIQ FAHMI RIZAL	90
29	12726	SALSABILA TRIANANDA	65+ TUGAS
30	12727	YESA BUDI SANTOSO	85
31	12728	YUANITA AYUDIA KHANSA	90
32	12729	YUNI ISNAINI	88

Minggir, 28 September 2019

Guru PJOK



Paulus Budi Nurcahyo S.Pd.

 Scanned with
CamScanner

Lampiran 5. Pedoman Wawancara Peserta Didik

PEDOMAN WAWANCARA PESERTA DIDIK

Tujuan dari wawancara adalah untuk mencari, mengetahui dan mengolah data secara lisan melalui Tanya jawab secara mendalam dengan responden untuk mendapatkan data-data yang valid guna memperkuat penelitian yang disusun sehingga memperoleh kebenaran. Kisi-kisi wawancara sebagai berikut:

1. Faktor Internal

a. Fisik

- 1) Apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam melaksanakan pembelajaran loncat harimau?
- 2) Apakah setelah anda melaksanakan pembelajaran loncat harimau, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan ?

b. Psikis

- 1) Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai loncat harimau?
- 2) Apakah anda takut mengalami cedera saat mengikuti pembelajaran loncat harimau?
- 3) Apakah anda dapat melakukan pembelajaran senam lantai loncat harimau dengan baik?
- 4) Apakah anda mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan loncat harimau?

2. Faktor Eksternal

a. Guru

- 1) Apakah guru selalu memberikan motivasi ketika pembelajaran senam loncat harimau berlangsung ?
- 2) Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran senam loncat harimau berlangsung ?

b. Materi

- 1) Apakah materi pembelajaran senam lantai loncat harimau menyenangkan ?
- 2) Apakah materi pembelajaran senam loncat harimau yang dilaksanakan, membuat anda mengalami kesulitan ?

c. Sarpras

- 1) Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau sangat baik?
- 2) Prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau dalam kondisi baik?

d. Lingkungan

- 1) Lingkungan sekolah sangat menyenangkan untuk melaksanakan pembelajaran?

Lampiran 6. Pedoman Wawancara Guru PJOK

PEDOMAN WAWANCARA GURU

1. Bagaimana pembelajaran senam lantai loncat harimau disekolah ini?
2. Kesulitan tidak ketika memberikan materi loncat harimau ?
3. Apa yang membuat bapak kesulitan?
4. Bagaimana bapak mengatasi siswa putri yang kesulitan ?
5. Biasanya banyak yang bilang takut, mengatasi anak seperti itu gimana ya pak?
6. Menurut bapak perlu tidak dorongan mental seperti misalnya motivasi?
7. Menurut bapak apa yang membuat anak-anak takut?
8. Menurut bapak, anak-anak tergolong malas tidak ketika pembelajaran loncat harimau dimulai?
9. Mengenai sarana prasarana yang dimiliki sekolah itu gimana pak ketika digunakan dalam pembelajaran senam lantai loncat harimau?
10. Kalau untuk lingkungan sekolah apa sudah bisa dikatakan baik pak dalam melaksanakan pembelajaran loncat harimau?

Lampiran 7. Hasil Wawancara

Transkrip Wawancara

1. Wawancara dengan Devi

Saya: namanya siapa dek ?

Devi: devi mas

Saya: kelas berapa ?

Devi: kelas 8 G mas.

Saya: Suka olahraga dek ?

Saya: apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam mengikuti pembelajaran loncat harimau.

Devi: gak, cuma takut aja.

Saya: apakah setelah anda mengikuti pembelajaran loncat harimau, tubuh anda merasa nyaman untuk digerakkan?

Devi: gak, biasa aja.

Saya: biasanya pas anda melakukan loncat harima, apa yang dirasakan?

Devi: takut,

Saya : terus ada lagi gak selain takut. Bisa diceritakan

Devi: gak cuman apa ya, iya tkut cedera itu lo mas bagian kepalanya.

Saya: biasanya setelah melakukan gerakan loncat harimau apa yang anda rasakan?

Missal merasakan pegel-pegel mungkin?

Devi: gak mas Cuma takut aja, rasa kayak merinding gitu hehee

Saya: ohh gitu, terus apa anda tertarik mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Devi: gak mas gak tertarik banget, malu mas kalo gak benar kan pasti diketawain.

Saya: apakah anda dapat melakukan gerakan loncat harimau dengan baik?

Devi: tidak, iya itu mas saya takut kalo semisal mau loncat dan guling kedepan.

Saya: kesulitan apa sih dek, yang anda alami ketika mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Devi: apa ya, pas mau gulingnya itu lo mas, pas muternya. Terus pas loncatan juga.

Saya : materi pembelajaran loncat harimau menurut devi menyenangkan gak ?

Devi: gak mas

Saya: alasannya apa dev ?

Devi: apa ya mas, membosankan itu lo mas, cuma nunggu, terus disuruh melakukan, dan gerakannya juga susah sih.heheh

Saya: hehe biasanya sebelum pembelajaran loncat harimau dilapangan ada teori gak dek ?

Devi: ada mas.

Saya: teorinya itu gimana:

Devi: cara caranya itu mas, terus dikasih contoh juga.

Saya: ada video gak dek?

Devi: dulu kelas 7 dilihatin videonya mas.

Saya: biasanya guru memberi contoh apa gak dek ?

Devi: memberi contoh mas.

Saya : bisa diceritakan memberi contoh seperti apa?

Devi: iya biasanya pak cahyo memberi contoh sambil dijelasin mas cara-caranya gimana gitu.

Saya: biasanya pertama kali siswa apa langsung guru yang melakukan?

Devi: ada yang siswa, kalo yang bisa ya siswa, tapi kalo masih ada yang gak bisa nanti langsung guru.

Saya: apakah guru memberikan motivasi khususnya kepada anda yang mngalami kesulitan ?

Devi: iya mas,

Saya: memberikan motivasinya seperti apa?

Devi: ya disemangatin ayo ayo bisa, kalo masih gak bisa terus ya diajarin guling depan dulu mas. Nanti terakhir baru nyoba lagi.

Saya: pas terakhir berhasil apa gak ?

Devi: enggak, hehee tapi ya lumayan bagus dari pada yang pertama melakukan mas.

Saya: untuk sarana prasarana yang dimiliki sekolah bisa dikatakan baik apa gak dalam hal pembelajaran loncat harimau?

Devi: baik mas, matrasnya juga empuk hehe

Saya: mengenai lingkungan, dalam pembelajaran loncat harimau, menurut adek gimana?

Devi: terlalu terbuka jadi malu kalau dilihatin mas. Apalagi kalo gak bisa hehe

Saya: eheh iya sudah mungkin segitu dulu dek, makasih ya

Devi: iya mas sama-sama.

2. Wawancara Afifah

Saya: hallo namanya siapa?

Afifah: afifah mas

Saya: kelas berapa ?

Afifah: kelas 8 E

Saya: apakah afifah tau pembelajaran loncat harimau itu seperti apa?

Afifah: tau mas, yang kayak rol depan tapi ada loncatannya kan, bener gak mas
hhee

Saya: hehe iya benar, biasanya sebelum kelapangan ada teori gak?

Afifah: ada mas

Saya: biasanya teorinya itu seperti apa?

Afifah: ya dijelaskan mas sama pak cahyo, missal cara caranya dagu harus nempel
dada iya kayak gitu mas

Saya: ohh gitu, masalah kesulitan afifah mengalami kesulitan gak pas melakukan
loncat harimau

Afifah: mengalami

Saya; terus apa sih kesulitannya?

Afifah: gak bisa seimbang waktu loncat mas.

Saya: ada lagi gak ? seperti misalnya takut mungkin

Afifah: ada mas iya takut pas kalau jatuh keseleok itu mas hehe

Saya: oh seperti itu, ada lagi selain takut terus gak seimbang itu

Afifah: hmm gak mas

Saya: bisa ceritakan gak dek, pengalamannya saat mengalami kesulitan dalam pembelajaran loncat harimau?

Afifah: hmm gimana ya gak tau hehe

Saya: hehe iya mungkin ceritakan gimana sih anda mengatasi kesulitan tersebut ?

Afifah: memberanikan diri mas, ya walaupun masih belum berhasil, setidaknya sudah mencoba.

Saya: saat anda mengalami kesulitan yang dilakukan guru itu apa?

Afifah: membantu

Saya: membantunya seperti apa?

Afifah: ya jangan takut ini sudah dijagain kok. Terus yang belum bisa disuruh roll depan dulu mas sebelum ke loncat harimau.

Saya: setelah apa yang dilakukan guru, itu berpengaruh gak buat afifah?

Afifah: berpengaruh sebab dirumah itu pernah mencoba.

Saya: terus terus

Afifah: berhasil tapi setelah disekolah malah gak berhasil

Saya: terus faktor apa sih yang mempengaruhi afifah, kalau dirumah berhasil kenapa disini gak berhasil?

Afifah: kalau dirumah gak ada yang ganggu.

Saya: ohh berarti afifah malu

Afifah: malu mas banyak orang

Saya:ada gak temen yang mensupport ?

Afifah: ada mas

Saya: itu pengaruhnya apa sih bagi afifah?

Afifah: lebih percaya diri mas

Saya: saat pembelajaran loncat harimau ada yang memebri contoh?

Afifah: ada mas pak cahyo biasanya

Saya: ohh menurut afifah, pembelajaran loncat harimau menyenangkan gak ?

Afifah: gak

Saya: alasannya apa?

Afifah: ya tiba-tiba deg-degan gitu takut, rasa percaya diri langsung turun.

Saya: setelah pembelajaran loncat harimau, besoknya badan kamu gimana ?

Afifah: hmm karena saya melakukannya salah kaki sebelah kanan jadi sakit

Saya: mengenai sarana prasarana yang dimiliki sekolah itu menurut afifah gimana ?

Afifah: kalo menurut saya matrasnya sudah baik, sayanya aja belum bisa hehe

Saya: kalau lingkungan sekolah gimana menyenangkan gak belajar dilapangan ?

Afifah: kalau melakukan loncat harimau itu enaknya kalau seluruh siswanya pada masuk jadinya gak malu.

Saya: ohh gitu, ya udah sekian dulu ya afifah terima kasih sudah membantu.

Afifah: ya sama sama.

3. Wawancara Alfina

Saya: hallo namanya siapa ?

Alfina: alfina

Saya: kelas berapa alfina ?

Alfina: kelas 8F

Saya: apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam melakukan gerakan loncat harimau?

Alfina: gak sih kan aku gak bisa gak berani cuma takut aja

Saya: apakah setelah anda melaksanakan pembelajaran loncat harimau tubuh anda merasa nyaman?

Alfina:biasa aja

Saya: tertarik gak mengikuti pembelajaran loncat harimau yang kemaren?

Alfina: agak enggak.

Saya: kenapa?

Alfina: gak suka aku, aku tuh gak bisa gak berani malu gitu.

Saya: menurut alfina menyenangkan gak pembelejarannya?

Alfina:menyenangkan sih

Saya: menyenangkan gimana ? bisa diceritakan ?

Alfina:menyenangkannya itu bisa apa ya loncat aja gak bisa

Saya: terus menyenangkannya apa?

Alfina: hmm ngakak aja gitu lihat teman

Saya: apakah anda takut mengalami cedera?

Alfina: agak,

Saya: emang takutnya gimana sih, bisa diceritain?

Alfina: karena pas waktu itu saya pernah jatuh, nyungsep

Saya: itu pas pembelajaran?

Alfina: iya pas pembelajaran

Saya: bisa diceritain gak?

Alfina: jatuhnya cuma kepentok aja gitu gak terlalu parah juga

Saya: apakah anda dapat melakukan gerakan loncat harimau dengan baik?

Alfina: tidak

Saya: itu faktornya karena apa sih?

Alfina: iya kan itu tadi takut, malu,dan gak bisa

Saya: saat anda mengalami kesulitan bagaimana sih anda mengatasi kesulitan tersebut?

Alfina: kadang bisa kadang gak

Saya: bisa diceritakan gak?

Alfina: gak bisa

Saya: saat anda mengalami kesulitan apa yang dilakukan guru?

Alfina: gak tau

Saya: kemaren dibantu gak sama pak cahyo?

Alfina: dibantu

Saya: dibantunya gimana?

Alfina: digelundungin hehee diajarin roll depan

Saya: apakah pada saat guru membantu anda, berpengaruh gak ?

Alfina: berpengaruh lebih gampang

Saya: ada gak motivasi untuk bisa dalam diri anda?

Alfina: kadang

Saya: pada saat anda mengalami kesulitan guru memberi motivasi apa gak?

Alfina: gak tau

Saya: kemeren emang gimana? hehe

Alfina: iya gak tau aku mas malu aku

Saya: ohh okok, apakah guru selalu memberi contoh gerakan?

Alfina: kalo pak cahyo itu kadang mau kadang gak

Saya: kemaren gimana?

Alfina: kemaren gak, tapi temen-teman yang ngasik contoh

Saya: untuk sarana prasarana yang diiliki sekolah dalam pelaksanaan loncat harimau gimana?

Alfina: kurang empuk hehee sama kurang jembar

Saya: kalo lingkungan sekolah mendukung apa gak ?

Alfina: enakan didalam ruangan sih, kalau diluar malu dilihatin hehe

Saya: kalo pembelajaran loncat harimau suka dukanya apa sih?

Alfina: gak ada

Saya: ada saran gak untuk guru agar pembelajaran lebih menyenangkan mungkin?

Alfina: gak ada

Saya: hehe okok terima kasih ya alfina

Alfina:ya sama-sama.

4. Wawancara Annisa 8 F

Saya: hallo namanya siapa?

Annisa: annisa

Saya: kelas berapa annisa?

Annisa: kelas 8 F

Saya: apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam melakukan gerakan loncat harimau?

Annisa: gak sih mas

Saya: kalau gak, kenapa gak bisa kemaren annisa?

Annisa: yang pertama takut yang kedua gak pd gitu hehe

Saya: apakah setelah annisa melaksanakan pembelajaran loncat harimau tubuh annisa mengalami pegel pegel gak?

Annisa: terkadang sih suka pegel-pegel gitu

Saya: itu kenapa sih kok mengalami pegel-pegel?

Annisa: ya karena gerakannya gak bener hehe

Saya: tertarik gak mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Annisa: gak

Saya: gaknya kenapa?

Annisa: karena aku gak bisa hehe

Saya: terus ada lagi gak? Pembelajarannya bosenin gak sih ?

Annisa:bosen sih gak iya paling cuma takut aja

Saya: menurut annisa pembelajaran loncat harimau menyenangkan apa gak sih ?

Annisa: menyenangkan sih seru

Saya: menyenangkannya gimana sih ? bisa diceritakan

Annisa: ya, gimana ya e yaa seru aja lihat teman-teman ada yang berhasil ada yang gak bikin ketawa gitu.

Saya: menurut kamu pembelajaran yang menyenangkan itu seperti apa sih?

Annisa: gimana ya, ya kita gak terlalu tegang gitu ada hiburannya gak terlalu serius gitu hehe

Saya: kalau loncat harimau tegang apa gak sih?

Annisa:ya kalau kita saatnya loncat ya tegang lah

Saya: apakah anda takut mengalami cedera?

Annisa: banget hehe

Saya: takutnya gimana sih, bisa diceritakan gak?

Annisa: takut jatuh takut cedera takut gagal.

Saya: ada pengalaman lain gak pernah jatuh mungkin seperti kayak alfina itu?

Annisa: gak pernah sih cuma takut, kan kita pasti diketawain gitu pasti malu hehe

Saya: bisa dicertakan gak kesulitan-kesulitan yang anda alami saat pembelajaran loncat harimau?

Annisa: kesulitannya itu apa ya pertama karena takut itu, malu, kurang jelas juga sih tekniknya gimana.

Saya: terus ada lagi gak

Annisa: sebenarnya tu pas lari udah yakin bisa, tapi pada saat loncat itu takutnya tiba-tiba ada gitu lo jadi gak bisa

Saya: saat anda mengalami kesulitan yang dilakukan guru apa sih?

Annisa: mebantulah, terus dikasik tau gitu tekniknya gimana, yang pertama giman dibantu supaya kita bisa gitu.

Saya: biasanya sebelum kelapangan ada teori gak sih?

Annisa: ada biasanya 1 jamnya buat teori.

Saya: teorinya biasanya gimana sih?

Annisa: ya tentang cara-cara melakukan loncat harimau dijelasin juga biar pas dilapangan gak bingung gitu.

Saya: ohh, ada tidak motivasi dalam diri anda, sehingga anda harus bisa melakukan loncat harimau?

Annisa: ada lah, yang pertama kalo kita dapat nilai bagus kan orang tua juga senang aku juga senang tapi yang kedua itu biar gak malu juga hehe kan kalo gagal mesti diketawain juga, yang ketiga ya pingin bisa aja gitu, biar kayak teman-teman yang lain gitu.

Saya: apakah guru memberikan motivasi saat pembelajaran berlangsung?

Annisa: menurut saya iya sih.

Saya: motivasinya seperti apa sih?

Annisa: ya kita harus bisa sebenarnya kita bisa tapi karena takut jadi susah loncatnya gitu.

Saya: kalo melihat anak yang kesulitan itu penanganan khsusus gak dari guru?

Annisa: ada lah

Saya: itu biasanya gimana

Annisa: iya membantu nanti dijelasin lagi nanti tekniknya gini-gini ya kayak gitulah intinya.

Saya: saat anda dibantu, itu yang kamu rasakan apa? Terus berpengaruh gak, mungkin setelah dibantu anda bisa melakukan?

Annisa: jadi bisa gitu tau yang bener gini yang salah gimana bisa tau teorinya lah

Saya: terus gerakannya gimana ?

Annisa: tergantung sih hehe kadang takut kadang berani.

Saya: kalo kemaren gimana?

Annisa: masih takut hehe

Saya: sarana prasarana yang dimiliki sekolah dalam pelaksanaan loncat harimau itu gimana?

Annisa: lumayan sih, soalnya ada juga yang matrasnya rusak gitu kayak apa ya sobek-sobek gitu mungkin karena udah lama juga. hehe

Saya: kira kira menurut kamu robek-robeknya matras itu aman gak sih?

Annisa: menurut saya aman sih biasanya kalo matras kan rata-rata kayak gitu kan masih tetap aman lah.

Saya: untuk lingkungan, ini kan dilapangkan to? Menurut kamu lingkungan yang nyaman kayak gimana?

Annisa: kalo aku gimana ya enak sih terbuka kan gak pengap gitu tapi gak enaknya itu kalo ada kelas lain yang lagi istirahat kan jadi malu gitu.

Saya:suka dukanya saat pembelajaran loncat harimau apa sih ?

Annisa: sukanya senang aja lihat teman-teman ada yang gak berhasil kan mesti ketawa juga hehe dukanya ya itu karena tahu jadi gak bisa ikut mempelajarinya gitu.

Saya: ada saran gak untuk guru agar pembelajaran lebih menyenangkan ? mungkin lebih besar lagi perhatian khususnya bagi yang kesulitan gitu?

Annisa: ya itu oerlu banget sih, rata-rata yang gak bisa itu karena malu juga sih.

Saya: ohh gitu, ya mungkin segini makasih ya

Annisa: iya sama-sama.

5. Wawancara Arkadila

Saya: hallo namanya siapa?

Dila: dila

Saya: dila kelas berapa?

Dila: kelas 8C

Saya: oke, mengenai fisik dulu apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam melakukan gerakan loncat harimau?

Dila: iya mas

Saya: bisa dijelaskan bisa diceritakan?

Dila: karena saya terlahir menurut saya tu terlalu gemuk saya tu

Saya: ohh gitu, berarti dengan badan kamu yang kayak gitu menghambat ya?

Dila: ya menghambat susah pas mau guling.

Saya: apakah setelah anda melaksanakan pembelajaran loncat harimau apa yang dirasakan tubuh anda?

Dila: nyaman tetap nyaman walau kadang mengalami pegel-pegel gitu.

Saya: apakah anda tertarik mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Dila: tertarik sih mas

Saya: tertariknya seperti apa?

Dila: ya ingin mencoba loncat harimau

Saya: pembelajaran loncat harimau menyenangkan gak?

Dila: menyenangkan

Saya: menyenangkan itu bisa diceritakan?

Dila: menyenangkannya itu termotivasi ketika teman saya kok bisa tapi saya kok belom.

Saya: kalo kamu takut mengalami cedera gak pas pembelajaran loncat harimau?

Dila:takut sih gak mas, malah pingin roll depan.

Saya: kamu udah bisa melakukan loncat harimau dengan baik ?

Dila: belom

Saya:itu faktornya apa aja sih ?

Dila: badannya sulit mas, sama kadang-kadang gak berani.

Saya: percaya diri gak ?

Dila: percaya diri sih tapi gak berani aja.

Saya: ketika adek melaksanakan loncat harimau apa sih yang kamu rasakan?

Dila: senang, sama takut mas heheh

Saya:senangnya gimana?

Dila: iya pas lihat temen-teman gak bisa kan ketawa juga hehe

Saya: pas kamu kesulitan, apa yang dilakukan guru?

Dila: membantu, memegangi ketika roll depan gitu.

Saya: berarti ketika ada siswa kesulitan ada perhatian khusus gak?

Dila: ada, iya biasanya kalo yang blom bisa melakukan, kita diajarin rol depan dulu nanti baru ke loncat harimau walaupun saya gak bisa juga hehee

Saya: hehe kalo rol depan bisa gak?

Dila: gak bisa mas, sulit.

Saya: ohh okok, saat mengalami kesulitan ada tidak teman kamu yang memberikan motivasi?

Dila: ada mas

Saya: itu gimana perasaan kamu ?

Dila: senang mas

Saya: membantu gak ?

Dila: gak terlalu sih, masih aja blom bisa hehee

Saya: guru memberikan motivasi gak ?

Dila: iya, motivasinya untuk terus berusaha, gak boleh menyerah gitu.

Saya: menurut kamu sarana prasarana yang dimiliki sekolah bisa dikatakan baik apa gak?

Dila: bisa mas walau matrasnya ada yang udah robek tapi masih tetap empuk kok.

Saya: untuk lingkungan sekolah, ini kan dilapangan terbuka menurut kamu gimana?

Dila: kadang kadang malu sih dilhat kakak kelas gitu

Saya: suka dukanya pas pembelajaran loncat harimau apa sih?

Dila: sukanya tu ya dapat pengalaman dukanya belom bisa melakukan loncat harimau dengan baik.

Saya: ada saran gak untuk guru agar pembelajaran loncat harimau lebih menyenangkan?

Dila: gak

Saya: okok, mungkin sekian dulu wawancaranya terima kasih ya

Dila: iya sama-sama.

6. Wawancara Aulia

Saya: hallo namanya siapa?

Aulia: namanya aulia

Saya: kelas berapa?

Aulia: kelas 8 E

Saya: gimana setelah pembelajaran loncat harimau tubuhnya pegel-pegel gak?

Aulia: gak sih, pegel-pegelnya kalo pas basket

Saya: berarti badannya gimana sih rasanya ?

Aulia: nyaman sih tapi perasaannya takut aja.

Saya: kamu tertarik gak mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Aulia: gak hehe

Saya: kenapa?

Aulia: mungkin terlalu sulit sama roll depannya saya kurang bagus.

Saya: berarti itu berpengaruh yak e gerakan loncat harimau?

Aulia: iya mas, kan kalo loncat harimau ada awalan sama loncatan habis itu kan roll depan mas.

Saya: biasanya yang dilakukan guru sebelum kelapangan apa sih?

Aulia: iya biasanya teori dulu, terus memperkenalkan gerakan yang nanti diajarkan, step-stepnya juga gimana cara ngelakuinnya.

Saya: berarti dikelas itu udah jelas ya?

Aulia: iya sudah jelas.

Saya: mengenai kesulitan dalam pembelejaran loncat harimau, apakah anda mengalami kesulitan dalam pembelajaran ini?

Aulia: kesulitan

Saya: bisa diceritakan kesulitannya seperti apa?

Aulia: jadi itu kalau pas mau loncat pas roll depannya itu radak susah.

Saya: terus gimana usaha anda mengatasi kesulitan itu?

Aulia: iya lihat teman yang sudah bisa, ya bikin diri sendiri berani dan percaya diri aja.

Saya: saat anda kesulitan apa yang dilakukan guru?

Aulia: membantu

Saya: membantunya seperti apa?

Aulia: ya kayak kalo semisal ada roll depannya yang salah ya dibenerin, kayak tumpuan tangan kakinya terus lehernya harus gimana gitu.

Saya: setelah apa yang dilakukan guru, berpengaruh gak terhadap keberhasilan anda ?

Aulia: gak juga hehe

Saya: gak membantu berarti

Aulia: gak hahha biasa aja.

Saya: hehe ada perubahan mungkin tambah berani?

Aulia: mungkin dari pertamanya yang radak belok gitu terus jadi lurus

Saya: ohh ada tidak motivasi dalam diri anda sehingga anda harus bisa loncat harimau gitu ?

Aulia: gak ada hehe

Saya: seneng gak sih sama materi loncat harimau?

Aulia: senengnya kalo ada yang bisa asyik gitu lihatnya, iya itu juga yang bikin motivasi walaupun ujung-ujungnya tetap takut. hahaha

Saya: ada gak teman anda yang memberi motivasi, atau malah diketwain?

Aulia: ada sih yang memberi motivasi, kalo yang ngetawain gak tau mungkin ada.

Saya: terus perasaan anda gimana?

Aulia: biasa aja hehe

Saya: kepikiran gak dengan resiko cedera ?

Aulia: kepikiran ada, tapi harus menghilangkan pikiran negatif dulu, kita kan masih belum mencoba jadi belom tau.

Saya: faktor kesulitan ada lagi gak selain rasa takut?

Aulia: apa ya kurang percaya diri aja sama udah mikir kalo jatuh itu gimana gitu
hehehe

Saya: dengan lingkungan sekolah apa yang kamu rasakan pas pembelajaran loncat
harimau?

Aulia: kurang nyaman

Saya: kenapa?

Aulia: gimana ya kurang nyaman sih, lebih suka kalau punya ruangan sendiri
kayak aula gitu

Saya: ohh gitu, oke mungkin sekian wawancaranya dek, terima kasih sudah
bersedia diwawancara.

Aulia: ok sama-sama.

7. Wawancara dengan Eri

Saya : hallo, namanya siapa?

Eri: eri mas

Saya: kelas berapa dek ?

Eri: sama mas, kelas 8 G juga.

Saya:suka olahraga gak ?

Eri: gak terlalu.

Saya: gak terlalu kenapa emang dek?

Eri: iya dirumah kayaknya jarang olahraga mas.

Saya: oh gitu, dalam pembelajaran loncat harimau adek eri suka apa gak?

Eri: ya gimana dibilang suka ya gak terlalu, dibilang gak ya lumayan.

Saya: lumayan gimana dek ?

Eri: ya lumayan takut heheh

Saya: mengenai fisik apakah tubuh adek menjadi penghambat dalam melakukan loncat harimau?

Eri: iya mas, tubuh saya mungkin terlalu lebar, terlalu gendut sehingga berat mas.

Saya: ohh gitu, gimana setelah melaksanakan loncat harimau tubuh anda merasa nyaman digerakkan apa malah pegel-pegel?

Eri:enak, lebih enakan lebih seger.

Saya: gak pegel-pegel ?

Eri: gak mas, enak malah.

Saya:apakah anda tertarik mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Eri: gak mas.

Saya: gak tertarik, itu kenapa alasannya apa?

Eri:iya takut aja

Saya: adalagi gak selain takut?

Eri: ya takut, malu mas, ya terus badan juga gak mendukung. Sulit buat melakukan gerakan loncat harimau.

Saya:malunya itu kenapa dek?

Eri:iya lingkungannya itu, terlalu terbuka, jadi gak percaya diri itu lo mas, kan dilihatin orang.

Saya:adek termasuk siswa yang kesulitan gak pas melakukan loncat harimau?

Eri: iya mas

Saya: itu kesulitannya kenapa sih dek?

Eri: iya kurang nyali aja

Saya: adek kan termasuk kategori kesulitan dalam pembelajaran loncat harimau, itu yang dilakukan guru apa dek?

Eri: ya diajari diajari dasar-dasarnya suruh latihan roll depan.

Saya: guru memberikan semnagat gak?

Eri: iya mas, biasanya dikasik motivasi, kalau yang bisa tak kasik nilai bagus.

Biasanya gitu mas

Saya: ohh gitu, saat anda kesulitan ada gak temen anda yang memberi support?

Eri: ada mas, ada juga yang Cuma diam

Saya:terus perasaan anda pada saat anda diberi motivasi gimana?

Eri: tambah gugup mas

Saya: kok bisa dek, tambah gugup gimana ?

Eri: iya gak tau mas, cuma gugup aja tambah gak percaya diri hehe

Saya:hehe gitu ya, sebelum kelapangan itu ada teori dulu apa gak dek?

Eri: ada mas

Saya: teorinya gimana dek?

Eri:iya tentang teori dasar loncat harimau mas, nanti dijelasin caranya gimana sama pak cahyo.

Saya:dikasik contoh gerakan gak dek ?

Eri: iya biasanya yang disuruh siswa yang bagus dulu mas, kalau masih bingung biasanya pak cahyo yang langsung memberi contoh gerakan.

Saya: untuk sarana prasarana untuk pembelajaran loncat harimau itu gimana ?

Eri: mungkin kurang lebar matrasnya itu mas hhee takut jatuh ke lantainya hehee

Saya: untuk lingkungan sekolah gimana dek, mendukung gak pas pembelajaran loncat harimau?

Eri: iya terlalu terbuka mas jadi itu yang bikin malu terlalu rame. Kalau kayak di hall kan enak cuma anak kelas, dan pas melakukan juga gak malu lebih konsentrasi juga mas.

Saya: oke deh dek, sekian dek terima kasih ya dek

Eri: iya mas sama sama.

8. Wawancara Windi

Saya: halo namanya siapa dek?

Windi: windi

Saya: kelas berapa?

Windi: kelas 8

Saya: suka olahraga gak dek?

Windi: gak gak

Saya: gak sukanya kenapa? Dirumah gimana?

Windi: gak suka aja, iya kalo jogging aku sering cuma saya gak suka sama olahraga kayak gitu.

Saya: ohh gitu, kalo olahraga senam senang gak ?

Windi: senam iya, aku dari kecil sering ikut lomba.

Saya: senam apa emangna dek ? senam lantai?

Windi: bukan senam lantai, iya senam biasa kayak irama itu.

Saya: ohh, badan kamu merasa terhambat gak ketika mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Windi: gak cuma takut aja gak berani itu mas.

Saya: oke, setelah anda mengikuti pembelajaran loncat harimau, tubuhmu mengalami pegel-pegel gak?

Windi: sakit, pegel pegel besoknya.

Saya: apakah anda tertarik mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Windi: gak gak gak hehehe

Saya: gak tertariknya kenapa ?

Windi: gak berani karena aku gak berani jadi aku gak tertarik dan aku gak suka juga.

Saya: kenapa gak suka emang dek ?

Windi: hehe iya karena aku gak berani, iya kerena aku gak mau ngambil resiko

Saya: emang resikonya apa dek?

Windi: iya itu takut cedera

Saya: mengapa anda takut cedera ketika mengikuti pembelajaran loncat harimau?

Windi: iya takut patah gitu, takut jatuh patah.

Saya: emang dulu pernah patah ?

Windi: gak, tapi dulu sempat ngalamin kan pas kelas 7, pas waktu pembelajaran olahraga juga pernah ada teman saya tangannya patah jadinya iya aku takut aja dari situ kayak gak berani aja.

Saya: berani kamu melihat langsung kejadian tersebut?

Windi: gak sih cuma denger aja, cuma tau orangnya aja yang itu kenal.

Saya: oke kenapa sih anda tidak bisa melakukan gerakan loncat harimau dengan baik? Alasannya cuma takut aja gak ada yang lain gitu? Misalnya malu mungkin.

Windi:gak ada lagi sih, kalo malu gak terlalu sih Cuma takut aja.

Saya: apakah anda mengalami kesulitan dalam pembelajaran loncat harimau?

Windi: sulitnya pas loncatnya aja.

Saya: bisa diceritakan lebih rinci?

Windi: hehee iya waktu itu kan aku lari kan, pas loncat kan tangannya langsung nyentuh ke matras gak beraninya pas mau roll depan itu.

Saya: tapi roll depan bisa gak ?

Windi: bisa

Saya: loo kan sama aja kan? hehee

Windi: hehe iya kan gak beraninya pas loncatannya itu.

Saya: hehhe roll depan tapi berani kan ? hee

Windi: berani bisa mas hehe iya loncatnya aja yang bikin gak berani.

Saya: saat anda mengalami kesulitan, apa sih yang dilakukan guru?

Windi: iya suruh berusaha dulu katanya, nah yang penting berusaha dulu aja ya kalo gak bisa yaudah gak apa-apa, kan diajarin kan caranya gitu, tapi kan kalo gak berani ya gak berani.

Saya: terus siswa yang bisa ada pendekatan khusus gak ?

Windi:adaa sih kalo yang gak bisa ya disuruh roll depan.

Saya: ada gak motivasi dala diri anda?

Windi: ada tapi aku tetap takut

Saya: bisa dicertakan gak ?

Windi:ya kalo teman ku, kan temanku pada bisa jadi dalam hati aku harus bisa, pas mau lari mau loncat gak berani lagi, mudur lagi hehe

Saya: teman anda memotivasi anda gak ?

Windi:iya, tapi diri sendiriku aja yang gak berani gitu.

Saya: ketika teman anda memotivasi anda berpengaruh gak ?

Windi: gak hehehee

Saya: terus guru memberi memotivasi gak pada saat anda mengalami kesulitan?

Windi: iya, misal kamu pasti bisa wong temen- teman kamu kebanyakan bisa berusaha dulu pasti kamu bisa gitu jangan takut, iya gimana kalau udah takut iya pasti takut hehe gak bakalan gitu

Saya: hehee, biasanya seblum kelapangan ada teori gak?

Windi: iya 1 jam, kan olahraga semoanya 3jam, jadi 1 jamnya buat teori 2 jamnya buat peraktek.

Saya: biasanya isi teorina apa sih ?

Windi: kemaren itu kayak dijelasin cara loncatnya gitu, terus kayak tangannya terus gimana gitu.

Saya: kamu ikut pembelajaran loncat harimau menyenangkan gak?

Windi: gak karena aku gak suka

Saya: untuk sarana prasarana yang dimiliki sekolah dalam pelaksanaan loncat harimau gimana?

Windi: iya gak kurang empuk aja paling kurang lebar.

Saya: berarti itu yang membuat anda takut?

Windi: gak, emang akunya aja yang takut. Hehe

Saya: untuk lingkungan sekolah dalam pelaksanaan loncat harimau gimana ?

Windi: iya kalo aku sih pinginnya kayak dikelas gitu, kan muridnya cuma sekelas itu jadi gak malu, kan beda kalo dilapangan dilihatin kakak kelas gitu jadinya malu gitu dilihatin terus ya gitu sih.

Saya: rasa malu mempengaruhi juga berarti?

Windi: kalo aku sih gak, tapi kan ada temenku yang pemalu, itu yang biasanya berpengaruh banget

Saya: suka dukanya dalam pembelajaran loncat harimau apa?

Windi: dukanya ada sukanya gak ada heehe dukanya ya aku malu cuma ya gak berani sih

Saya: ada saran gak buat guru mungkin sehingga pembelajaran lebih menyenangkan mugkin?

Windi: gimana ya kalo sama guru perempuan mungkin lebih enak kalo gak bisa mungkin bisa dibantuin, pas ngedorongnya gitu cuma kalo laki laki kan gak mungkin. Iya intinya harus ada perhatian khusus lah

Saya: ohh okok mungkin sampai disini dulu wawancaranya terimakasih ya

Windi: iya sama-sama.

9. Wawancara Bapak Cahyo

Saya: mengenai pembelajaran loncat harimau, bagaimana pembelajaran loncat harimau disekolah ini pak?

Pak Cahyo: iya pembelajarannya cukup lancar, semua siswa mengikuti dengan baik dan siswa juga antusias.

Saya: biasanya sebelum kelapangan ada teori gak pak?

Pak Cahyo: ada teori, biasanya dikelas lihat video nanti disana tanya jawab kesulitannya apa sharing lah

Saya: berarti diajarkan cara-caranya gitu pak?

Pak Cahyo: iya dilihatin videonya

Saya: kesulitan gak pak pas melakukan pembelajaran loncat harimau?

Pak Cahyo: kemaren itu gak lancar-lancar aja.

Saya: ini kan kebanyakan apalagi siswa putrid merasa kesulitan pak, ini gimana bapak mengatasi kesulitan tersebut?

Pak Cahyo: memberi apa ya memberi motivasi, semangat biar muridnya percaya diri tambah gak grogi gak takut gitu.

Saya: ada lagi gak pak?

Pak Cahyo: iya memberikan motivasi itu penting sekali mas, kan anak-anak kebanyakan takut grogi malu kurang percaya diri, senam lantai kan biasanya

didalam hall, karena sekolah gak punya hall ya terpaksa di lapangan mungkin itu salah satu penyebab anak malu dilihat kelas lain, nah dengan motivasi tersebut setidaknya bisa membantu lah seperti itu.

Saya: berarti perlu banget ya pak memberikan dorongan mental seperti tadi pak?

Pak Cahyo: iya perlu banget soalnya yang takut yang beneran sekali sampek grogi banget gitu, kayak yang tadi itu dia badannya gak mendukung tapi dia masih punya keinginan untuk melakukan gitu.

Saya: kalo dia tadi katanya takutnya gak terlalu pak, tapi ya badannya gak mendukung gitu.

Pak Cahyo: iya gak percaya diri berarti, iya itu perlunya memberikan motivasi mas biar mereka setidaknya berusaha dulu.

Saya: ohh gitu pak

Pak Cahyo: tapi dia kemaren masih mau melakukan ya walaupun masih belum piye yo gak sempurna lah. Tapi ini masih mending dari pada anak yang takut dan gak mau mencoba sama sekali.

Saya: menuru bapak apa sih yang menyebabkan anak-anak takut melakukan loncat harimau?

Pak Cahyo: ya mungkin takut cedera takut apa ya dilihat temennya takut gitu jadi grogi jadinya takut.

Saya: berdasarkan pengamatan bapak anak-anak kira-kira males gak pas pembelajaran loncat harimau, dibandingkan materi lain mungkin?

Pak Cahyo: ya awalnya sih pada ya males sih cuma pada gitu lo yo, moh pak aku wedi takut gitu apa ya jenenge itu ya hehe kayak ngomel gitu tapi pas praktek semuanya melakukan cuma awal-awal aja.

Saya: untuk menangani peserta didik yang kesulitan seperti itu gimana pak ?

Pak Cahyo: iya kalo aku ya mas, biasanya siswa yang masih bingung saya kasik contoh dulu gerakan yang benar dari siswa yang gerakannya bagus, tapi kalo masih kurang jelas biasanya saya yang memberikan contoh sambil menjelaskan juga, sedangkan untuk siswa mengalami kesulitan atau yang takut itu biasanya saya ajarin roll depan dulu. nanti kalo udah bisa baru disuruh ke loncat harimau, tapi siswa itu kalo udah takut susah mas mau diajarin gimanapun, ya mengatasi siswa yang takut ya dengan memberikan motivasi biar gak grogi itu mas, kalo msih gak berani ya saya kasik tugas mas.

Saya: mengenai sarpras yang dimiliki sekolah, dalam pelaksanaan pembelajaran loncat harimau itu gimana pak?

Pak Cahyo: baik, menurut saya lumayan baik dari pada yang lainnya ada matrasnya juga yang baru to hehhe

Saya: mengenai lingkungan sekolah gimana pak?

Pak Cahyo: harusnya sih punya hall sendiri tapi kan disini udah penuh jadi ya gak bisa, mungkin kalo ingin ya di gor sana didepan sekolah itu.

Saya: tapi menurut bapak lebih efektif mana pak?

Pak Cahyo: di hall

Saya: ohh gitu pak ya mungkin sekian dulu wawancaranya pak makasih pak

Pak Cahyo: ya sama-sama.

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi Wanwancara dengan Guru PJOK di SMP Negeri 1 Minggir



Dokumentasi Wawancara dengan Peserta didik putri SMP Negeri 1 Minggir



Dokumentasi Wawancara dengan Peserta didik putri SMP Negeri 1 Minggir



Dokumentasi Proses Pembelajaran Senam Lantai Loncat Harimau di SMP Negeri 1 Minggir