

**BESARNYA PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI
KELAS XI SMA NEGERI 2 KLATEN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Satria Bagus Panuntun
NIM 16601241050

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**BESARNYA PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI KELAS
XI SMA NEGERI 2 KLATEN**

Disusun oleh:

Satria Bagus Panuntun
NIM. 1660124050

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

Yogyakarta, 22 September 2020

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001

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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Satria Bagus Panuntun

NIM : 16601241050

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Besarnya Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Kelas XI SMA

Negeri 2 Klaten

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

Yogyakarta, 22 September 2020
Yang menyatakan,



Satria Bagus Panuntun
NIM. 1660124105

HALAMAN PENGESAHAN

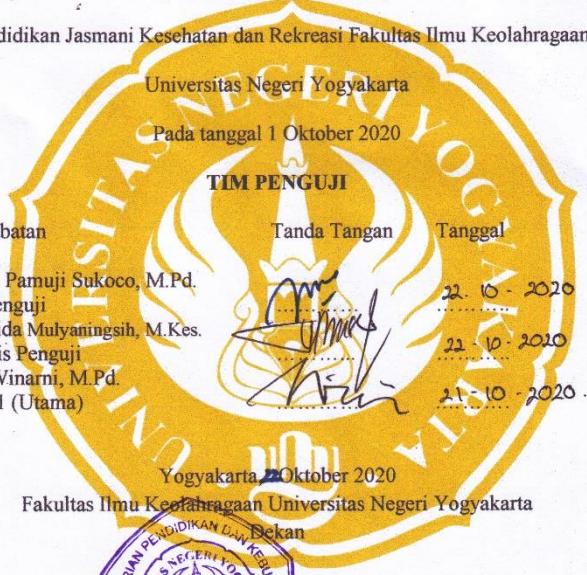
Tugas Akhir Skripsi

BESARNYA PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI KELAS XI SMA NEGERI 2 KLATEN

Disusun Oleh:

Satria Bagus Panuntun
NIM. 1660124050

Telah dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan



MOTTO

1. Jangan pernah takut untuk jatuh, karna setiap luka punya cerita (Satria).
2. Anda mungkin bisa menunda, tapi waktu tidak bisa menunggu (Benjamin Franklin).
3. Pekerjaan-pekerjaan kecil yang dilakukan lebih baik daripada rencana-rencana besar yang hanya didiskusikan (Peter Marshall).

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur, kupersembahkan karya ini untuk orang yang saya sayangi:

1. Kedua orang tuaku, Bapak Agus Setya Budi dan Ibu Indriyah Sofiatun yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang selalu diberikan untuk kesuksesan saya, karena tidak ada kata seindah do'a dan tiada doa yang lebih khusuk dari doa kedua orang tua.
2. Kedua saudara saya Anggita Luckyta Sari dan Patria Putri Trengginas yang sudah memberikan dukungan dan arahan untuk menyelesaikan tugas akhir saya.

BESARNYA PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI KELAS XI SMA NEGERI 2 KLATEN

Oleh:
Satria Bagus Panuntun
NIM 16601241050

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui besarnya hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten.

Penelitian ini merupakan penelitian berjenis deskriptif. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 2 Klaten. Teknik sampling data dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket tertutup. Subjek dalam penelitian sejumlah 22 peserta didik. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk diagram batang dan persentase.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil sebagai berikut. Faktor penghambat senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “cukup” sebesar 59,10% (13 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 9,10% (2 peserta didik). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten dalam kategori “cukup”. Faktor yang menjadi hambatan harus diperbaiki supaya pembelajaran berjalan dengan baik dan peserta didik mampu mendapat hasil yang lebih baik.

Kata kunci: Besarnya Penghambat, Pembelajaran, Senam Lantai

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Kelas XI SMA Negeri 2 Klaten” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. DR. Pamuji Sukoco, M. Pd selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan semangat, dorongan, dan sabar membimbing selama peyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi PJKR Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan dalam melaksanakan penelitian.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian ini.
4. Seluruh Dosen dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Bapak Satria Arif Pratama S.Pd selaku guru PJOK di SMA N 2 Klaten yang telah membantu dan melancarkan tugas akhir saya.
6. Kedua orang tua saya dan seluruh anggota keluarga yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada saya.

7. Aditya Timor Eldian yang selalu memberi semangat dan dukungan tanpa henti ketika saya merasa terpuruk serta hilang semangat dalam mengerjakan tugas akhir.
8. Sahabat saya Riko Setiawan, Lutfiansyah Hawari, Idrus Rudy Santoso, Arsodo Setyo, dan teman kosan yang selalu memberi masukan dan semangat untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
9. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung yang sudah membantu atas kelancaran tugas akhir ini.

Dengan iringan do'a penulis berharap semoga dorongan, bimbingan dan bantuan dari seluruh pihak mendapat balasan yang setimpal, diridhoi serta mendapat pahala dari Alloh SWT. Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk melengkapi skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Yogyakarta, 21 September 2020
Penulis,

Satria Bagus Panuntun
NIM. 1660124105

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Batasan Masalah	3
D. Rumusan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian.....	3
F. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA	5
A. Deskripsi Teori.....	5
1. Hakikat Hambatan.....	5
2. Hakikat Pendidikan Jasmani	6
3. Hakikat Pembelajaran	7
4. Hakikat Senam.....	13
5. Hakikat Senam Lantai.....	15
B. Penelitian Yang Relevan	21
C. Kerangka Berpikir	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25

B.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
C.	Populasi Penelitian	25
D.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
E.	Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	26
1.	Instrumen Penelitian	26
2.	Teknik Pengumpulan Data.....	27
F.	Validitas dan Reliabilitas.....	27
1.	Uji Validitas	28
2.	Uji Reliabilitas	29
G.	Teknik Analisis Data.....	30
	BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
	BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	48
	DAFTAR PUSTAKA	50
	LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas	27
Tabel 2. Hasil Validitas Uji Coba Instrumen	28
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas	30
Tabel 4. Rentang Pengkategorian	31
Tabel 5. Deskripsi Statistik Faktor Penghambat Pembelajaran	32
Tabel 6. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran	32
Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Guru.....	34
Tabel 8. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Guru	34
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Peserta Didik	36
Tabel 10. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Peserta Didik.....	36
Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Lingkungan	38
Tabel 12. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Lingkungan	38
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Metode.....	40
Tabel 14. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Metode	40
Tabel 15.Deskriptif Statistik Faktor Sarana dan Prasarana.....	42
Tabel 16. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Sarana dan Prasarana	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Sikap Lilin	17
Gambar 2. Guling Depan	18
Gambar 3. Berguling (Roll)	18
Gambar 4. Kayang	19
Gambar 5. Lenting kepala/dahi	20
Gambar 6. Berguling ke Depan dilanjutkan Lenting Tengkuk/Kepala.....	21
Gambar 7. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran.....	33
Gambar 8. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Guru	35
Gambar 9. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Peserta Didik	37
Gambar 10. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Lingkungan	39
Gambar 11. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Metode.....	41
Gambar 12. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Sarana dan Prasarana...	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing Laporan TAS	53
Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS.....	54
Lampiran 3. Surat Pernyataan Melakukan Penelitian	55
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	56
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Cabang Dinas Pendidikan Wilayah V.....	57
Lampiran 6. Instrumen Penelitian	58
Lampiran 7. Dokumentasi Instrumen Melalui Google Formulir	62
Lampiran 8. Data Hasil Penelitian	63
Lampiran 9. Deskriptif Statis Data Hasil Penelitian	65
Lampiran 10. Tabel Item Total Statistik	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Dauer & Pangrazi (1989: 1) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif.

Kegiatan pembelajaran adalah suatu proses komunikasi yang harus diciptakan melalui tukar menukar pesan atau informasi seorang guru kepada anak didik, sehingga dapat diserap dan dihayati pesan dari pembelajaran. Adapun materi mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang terdapat di dalam kurikulum meliputi permainan, atletik, senam, aktivitas air, dan aktivitas luar kelas. Pelajaran Pendidikan Jasmani memiliki tujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, dan aspek pola hidup sehat. Dalam kurikulum 2013 terdapat materi senam untuk kelas X, XI, dan XII yang tertuang dalam kompetensi dasar. Materi senam yang diberikan yaitu senam artistik dan senam irama. Senam artistik adalah jenis senam yang biasa ada di perlombaan. Senam ini gerakannya disusun dari masing-masing alat dan telah ditetapkan sesuai pertandingan yang

berlaku. Contoh dari senam artistik antara lain senam lantai, kuda pelana, palang sejajar, palang tunggal, palang bertingkat, dan lain-lain. Senam lantai yang diajarkan dalam pembelajaran antara lain roll depan, roll belakang, sikap lilin, dan headstand. Penyebab pembelajaran berjalan dengan baik didukung oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kesehatan, perhatian, dan minat. Sedangkan faktor eksternal meliputi guru, metode pembelajaran, materi, sarana dan prasarana, lingkungan dan teman. Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan selama masa PLP di SMA N 2 Klaten masih terdapat beberapa peserta didik yang belum lulus kriteria ketuntasan minimal dalam melakukan praktik pembelajaran senam lantai, dapat diketahui tentang keadaan sarana prasarana, metode pembelajaran, kemampuan guru, dan kemampuan peserta didik menjadi penghambat dalam pembelajaran senam lantai. Berdasarkan dokumen pemberian dari guru diketahui bahwa ada 26 dari 365 peserta didik yang belum tuntas dalam pembelajaran senam lantai yang menjelaskan peserta didik belum tuntas. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa besar faktor penghambat pembelajaran senam lantai kelas XI SMA Negeri 2 Klaten.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

1. Masih terdapat beberapa peserta didik yang belum mencapai KKM.
2. Adanya hambatan yang dialami 26 peserta didik dalam melakukan pembelajaran senam lantai.

3. Belum diketahuinya seberapa besar hambatan pembelajaran senam lantai kelas XI SMA Negeri 2 Klaten.

C. Batasan Masalah

Mengingat faktor penghambat diatas sangat luas, maka perlu diberi batasan yang sesuai dengan penelitian ini. Bahwa permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini hanya sebatas besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten.

D. Rumusan Masalah

Atas dasar latar belakang dan identifikasi masalah di atas dapat dijabarkan ke dalam pertanyaan penelitian yaitu “Seberapa besar penghambat dalam pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat yang positif, antara lain manfaat secara teoritik dan praktik. Adapun dari kedua manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah wawasan pengetahuan keilmuan pendidikan terutama dalam rangka mengungkapkan suatu masalah serta penyelesaiannya.

2. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada sekolah bagaimana sekolah memberikan fasilitas dan kesempatan kepada guru khususnya guru pendidikan jasmani untuk lebih mendalami dan meningkatkan proses pembelajaran senam lantai.

b. Bagi Guru

Dapat digunakan untuk memotivasi diri dalam meningkatkan profesionalisme kerja.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Hambatan

Pengertian Hambatan adalah menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002: 385) hambatan adalah halangan atau rintangan. Hambatan memiliki arti yang sangat penting dalam setiap melaksanakan suatu tugas atau pekerjaan. Suatu tugas atau pekerjaan tidak akan terlaksana apabila ada suatu hambatan yang mengganggu pekerjaan tersebut. Hambatan merupakan keadaan yang dapat menyebabkan pelaksanaan terganggu dan tidak terlaksana dengan baik. Setiap manusia selalu mempunyai hambatan dalam kehidupan sehari-hari, baik dari diri manusia itu sendiri ataupun dari luar manusia. Hambatan cenderung bersifat negatif, yaitu memperlambat laju suatu hal yang dikerjakan oleh seseorang. Dalam melakukan kegiatan seringkali ada beberapa hal yang menjadi penghambat tercapainya tujuan, baik itu hambatan dalam pelaksanaan program maupun dalam hal pengembangannya. Hal itu merupakan rangkaian hambatan yang dialami seseorang dalam belajar. Menurut Natawijaya dalam Sutriyanto (2009: 7), hambatan belajar adalah suatu hal atau peristiwa yang ikut menyebabkan suatu keadaan yang menghambat dalam mengaplikasikannya pada saat proses pembelajaran berlangsung.

2. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani Menurut Agus Mahendra (2004), pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, mahluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Menurut Sukintaka (2004:55) mengandung perngertian tentang bagaimana para guru mengajarkan sesuatu baik yang bersifat teori maupun praktek kepada peserta didik, tetapi di samping itu terjadi pula peristiwa bagaimana peserta didik mempelajari tentang apa yang diajarkan guru itu sendiri. Intinya bahwa di dalam suatu peristiwa pembelajaran terjadi dua kejadian secara bersama, yaitu: ada satu pihak yang memberi dan pihak lain yang menerima.

Menurut Suherman (2004: 23) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif, kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap peserta didik. Menurut Kosasih (1992: 4) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan ialah pendidikan yang mengaktualisasikan potensi aktivitas manusia yang berupa sikap tindak dan karya untuk diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan kepribadian sesuai dengan cita-cita kemanusiaan.

Dikemukakan juga arti pendidikan jasmani didalam Depdiknas (2003: 6) Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematik bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perceptual, kognitif, sosial dan emosional.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kesegaran jasmani adalah keadaan atau kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan mudah tanpa mengalami kelelahan dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk menikmati waktu senggangnya untuk keperluan-keperluan lainnya.

3. Hakikat Pembelajaran

Untuk menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Pergaulan yang sifatnya mendidik itu terjadi melalui interaksi aktif antara peserta didik sebagai peserta didik dan guru sebagai pendidik. Kegiatan belajar dilakukan oleh peserta didik, dan melalui kegiatan itu akan ada perubahan perilakunya, sementara kegiatan pembelajaran dilakukan oleh guru untuk memfasilitasi proses belajar, kedua peranan itu tidak akan terlepas dari situasi saling mempengaruhi dalam pola hubungan antara dua subjek, meskipun disini guru lebih berperan sebagai pengelola. Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap.

Dalam kamus besar bahasa insonesia, secara etimologis belajar memiliki arti “berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu” (Baharuddin dan Wahyuni, 2010: 12-13). Menurut Mulyasa (2010: 255), pembelajaran pada hakikatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi

perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Menurut Asrori (2009: 6), secara umum, pembelajaran merupakan suatu proses perubahan tingkah laku yang diperoleh melalui pengalaman individu yang bersangkutan. Sedangkan menurut Sumiati & Asra (2010:3), pembelajaran pada tujuh hakikatnya merupakan suatu proses yang kompleks (rumit), namun dengan tujuan yang sama, yaitu memberi pengalaman belajar kepada peserta didik sesuai dengan tujuan. Pembelajaran sebagai proses pengembangan kompetensi diwujudkan dalam berbagai model pembelajaran dengan menggunakan pendekatan pembelajaran yang mendidik, dan memberi ruang bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi diri dan kreativitasnya. Dengan demikian pembelajaran menggambarkan kegiatan guru mengajar dan peserta didik sebagai pembelajar dan unsur-unsur lain yang saling mempengaruhi dengan tujuan agar terjadi perubahan ke arah yang lebih baik. Menurut Setiawati (2020: 17 – 29) dalam penelitiannya menyatakan bahwa model pembelajaran dan minat belajar berpengaruh terhadap hasil belajar senam lantai dengan berbagai metode yang dilakukan yaitu model pembelajaran kooperatif tipe *Jigsaw* dan Konvensional. Metode tipe *Jigsaw* lebih diminati peserta didik dengan minat belajar tinggi, sedangkan tipe Konvensional lebih diminati oleh peserta didik dengan minat belajar tinggi.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan pembelajaran menurut Slameto (2010: 54-72) yaitu:

a. Faktor Internal

1) Kesehatan

Sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya bebas dari penyakit. Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Agar seorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan kesehatannya terjamin dengan cara selalu mengindahkan ketentuan-ketentuan bekerja, belajar, istirahat, tidur, makan, olahraga, rekreasi dan ibadah.

2) Perhatian

Untuk menjamin hal yang baik, maka peserta didik harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian peserta didik, maka timbulah kebosanan, sehingga ia tidak suka lagi belajar.

3) Minat

Kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang yang akan diperlihatkan terus-menerus yang disertai rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dalam waktu lama) dan belum tentu diikuti dengan rasa senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ akan diperoleh kepuasan.

4) Bakat

Bakat adalah kemampuan belajar. Kemampuan itu baru terealisasi menjadi kecakapan yang nyata sesudah belajar atau berlatih. Bakat itu mempengaruhi belajar, jika bahan pelajaran yang dipelajari sesuai dengan bakatnya maka hasil belajarnya akan lebih baik karena sedang belajar.

b. Faktor Eksternal

1) Metode mengajar

Metode mengajar adalah suatu cara atau jalan yang harus dilalui dalam mengajar. Metode mengajar guru yang kurang baik akan mempengaruhi belajar peserta didik yang tidak baik. Bangun dan Fitriyani (2018: 2) menyatakan bahwa Peran guru sebagai fasilitator adalah memfasilitasi proses pembelajaran yang berlangsung di kelas. Guru memilih atau merancang rencana pembelajaran yang sesuai dengan kondisi kelas dan berusaha mengarahkan peserta didik untuk berperan aktif dan bertanggung jawab terhadap proses serta hasil pembelajaran. Sedangkan peran guru sebagai katalisator adalah guru membantu peserta didik dalam menemukan kekuatan, talenta dan kelebihan mereka. Guru bertindak pembimbing yang mampu menumbuhkan dan mengembangkan rasa cinta peserta didik akan proses pembelajaran serta membantu peserta didik untuk mengerti cara belajar yang optimal.

2) Alat pelajaran

Alat pelajaran erat hubungannya dengan belajar peserta didik, karena alat pelajaran yang digunakan oleh guru pada waktu belajar digunakan juga oleh peserta didik untuk menerima bahan yang diajarkan.

3) Kondisi lingkungan

Kondisi lingkungan merupakan unsur-unsur yang datang dari luar diri peserta didik. Lingkungan peserta didik sebagaimana juga lingkungan individu pada umumnya ada tiga lingkungan yaitu lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Guru harus berusaha mengelola kelas, menciptakan suasana belajar

yang menyenangkan dan menarik, serta sarana dan prasarana yang ditata dan dikelola dengan baik supaya membuat peserta didik menjadi betah dalam belajar.

Widjoto (2005: 26), menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu bentuk kegiatan yang dilakukan oleh guru dalam menyampaikan pesan atau materi kepada peserta didik. Proses pembelajaran adalah suatu sistem yang meliputi komponen yang membentuk satu kesatuan. Adapun komponen yang membentuk satu kesatuan tersebut adalah tujuan pengajaran, bahan atau materi pengajaran, kegiatan pembelajaran, alat dan fasilitas pembelajaran, dan evaluasi atau penilaian. Kusumawardani (2017: 5) menyatakan dalam penelitiannya bahwa faktor penghambat peserta didik dalam pembelajaran senam lantai kelas VII di SMPN 2 Piyungan Bantul T/A 2016/2017 adalah faktor fisik, psikologis dan guru. Faktor fisik baik itu masalah obesitas, cacat bawaan maupun cacat ringan ketiganya memang menghambat seseorang dalam belajar seperti yang dijelaskan juga dalam teori belajar bahwa kesulitan belajar seseorang bisa dipengaruhi oleh faktor fisik mereka. Faktor psikologis berupa trauma akibat cidera maupun rendahnya kepercayaan diri untuk melakukan gerakan senam lantai di depan teman-temannya. Faktor guru yaitu berpengaruh pada kemampuan kompetensi guru tersebut dan cara mengajar guru apakah itu menyenangkan atau menyeramkan dan terkesan galak, sehingga peserta didik enggan untuk belajar senam lantai.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan suatu interaksi antara guru dengan peserta didik mengenai materi pengajaran dalam suatu lingkungan belajar untuk mencapai tujuan belajar serta diharapkan adanya perubahan-perubahan yang lebih baik agar terciptanya proses

belajar mengajar yang efektif dan efisien. Konsep dan pemahaman pembelajaran dapat dipahami dengan menganalisis aktivitas komponen pendidik, peserta didik, bahan ajar, media pembelajaran, alat dan fasilitas pembelajaran dan evaluasi.

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromoskuler, perceptual, kognitif, sosial dan emosional” (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66). Esensi pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak (*learning to move*) dan belajar melalui gerak (*learning through movement*). Program pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32).

Lutan (2003: 1) menyatakan pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Selain itu pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya. Paturusi (2012: 4-5), menyatakan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Nugraheni (2019: 63 – 69) menyatakan dalam penelitiannya yaitu untuk meningkatkan minat belajar senam lantai dapat melalui

permainan. Penelitian ini dilakukan menggunakan teknik analisis persentase. Hasil angket minat peserta didik sebelum dilakukan penelitian tindakan kelas menunjukkan 2,35% sangat minat, 9,41% minat, 41,17% kurang minat, 33,33% tidak minat dan 13,72% sangat tidak minat pada pembelajaran penjas materi senam lantai. Berdasarkan hasil angket minat peserta didik menunjukkan bahwa minat peserta didik dalam pembelajaran penjas materi senam lantai setelah diberikan tindakan berupa pembelajaran menggunakan bentuk-bentuk permainan dalam senam lantai adalah sebanyak 12,56% minat peserta didik dalam kategori minat sekali (MS), 43,92% minat peserta didik dalam kategori Minat (M), 32,35% minat peserta didik dalam kategori kurang minat (KM), 8,43% minat peserta didik dalam kategori tidak minat (TM) dan 2,74% minat peserta didik dalam kategori sangat tidak minat (STM).

4. Hakikat Senam

Senam atau *gymnastics* yaitu salah satu cabang olahraga yang melibatkan performa gerakan yang memerlukan kekuatan, kecepatan dan keserasian gerakan fisik yang teratur. Dengan kata lain senam merupakan suatu cabang olahraga latihan tubuh yang dibentuk dan dipilih secara sengaja, sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan untuk meningkatkan kesegaran jasmani, menjadikan keterampilan berkembang, dan menanamkan nilai mental spiritual. Senam menurut Mahendra (2000:14) adalah kegiatan utama yang paling bermanfaat dalam mengembangkan komponen fisik dan kemampuan gerak (*motorability*) sedangkan menurut Margono (2009:19) adalah latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan

dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa senam adalah suatu gerakan tubuh yang serasi dan selaras dibuat secara sistematis dan terencana guna meningkatkan kesegaran jasmani.

a. Manfaat Senam

Semua senam dan kegiatan olahraga ringan mempunyai manfaat dalam menghambat proses degeneratif atau penuaan. Orang yang melakukan kegiatan senam secara teratur akan mendapatkan kesegaran jasmani yang baik, yang terdiri atas unsur kekuatan otot, kelenturan persendian, kelincahan gerak, keluwesan, cardiovascular fitness dan neuromuscular fitness. Senam juga menyeimbangkan jumlah osteoblast dan osteoclast, peredaraan darah menjadi lancar dan meningkatkan volume darah dalam tubuh serta meningkatkan konsep diri. Menurut Sutrisno dan Khafadi (2010: 145) dengan melakukan senam seseorang dapat mempunyai bentuk tubuh yang ideal, indah, bugar dan kuat.

b. Macam-macam Senam

Berdasarkan *Federation Internationale de Gymnastique* (FIG), senam dibagi menjadi 6 kelompok, yaitu senam artistik, senam ritmik sportif, senam akrobatik, senam *aerobik sport*, senam trampolin dan senam umum. Berikut penjelasan dari masing-masing jenis senam tersebut.

1) Senam Artistik

Senam artistik adalah jenis senam yang biasa ada di perlombaan, senam ini gerakannya disusun dari masing-masing alat dan telah ditetapkan sesuai

pertandingan berlaku. Contoh dari senam artistik antara lain senam lantai, kuda pelana, palang sejajar, palang tunggal, palang bertingkat, dan lain-lain.

2) Senam Ritmik Sportif

Senam ritmik sportif adalah jenis senam yang berasal dari pengembangan senam irama yang diiringi oleh irama musik yang menghasilkan gerak-gerak tubuh dan alat-alat yang indah.

3) Senam Akrobatik

Senam akrobatik adalah jenis senam yang mengendalikan gerak akrobatik menjadikan latihannya sering memakai salto sementara para pesenamnya harus mendarat di atas tangan dan di atas bahu pasangannya.

4) Senam *Aerobik Sport*

Senam *aerobik sport* adalah jenis senam yang berasal dari pengembangan senam aerobik berbentuk tarian atau kalestenik tertentu, kemudian digabung dengan akrobatik yang sulit.

5) Senam Trampolin

Senam trampolin adalah jenis senam yang berasal dari pengembangan senam yang dilakukan di atas trampolin.

6) Senam Umum

Senam umum adalah jenis senam selain kelima senam diatas. Contohnya adalah senam aerobik, senam pagi, senam kesegaran jasmani dan lain-lain.

5. Hakikat Senam Lantai

Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk

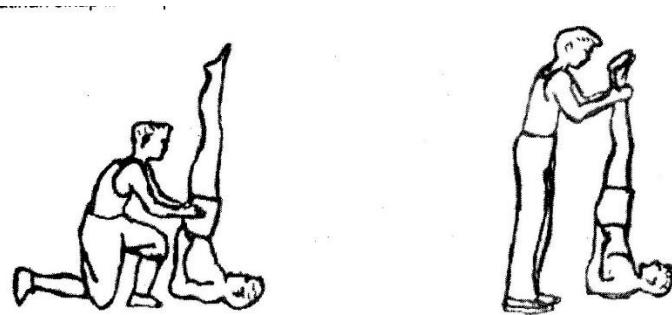
mengisi program pendidikan jasmani, karena gerakannya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh, dan disamping itu dapat mengembangkan keterampilan gerak dasar. Menurut Mahendra (2001:2) Senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan konstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental. Senam Lantai (*flour exercise*) adalah satu bagian dari cabang Senam, yang gerakan-gerakannya dilakukan di atas lantai (matras) atau Permadani. Senam ini disebut juga senam bebas karena Pesenam tidak menggunakan alat bantu selain lantai (matras) dengan ukuran 12 x 12 meter atau menggunakan matras dengan lebar 1 meter dan panjang sesuai kebutuhan untuk menjaga keamanan (Priyono, 2008: 41).

Menurut Mukholid (2004: 151) senam lantai adalah salah satu bentuk senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus.

16 A. Jenis dan Macam senam Lantai 1. Sikap lilin Menurut Priyono, Sikap lilin merupakan sikap tidur terlentang kemudian kedua kaki diangkat keras di atas (rapat) bersama-sama, pinggang ditopang kedua tangan dan pundak tetap menempel pada lantai. Dalam melakukan sikap lilin, kekuatan otot perut berfungsi untuk kedua tangan menopang pinggang. Cara melakukan gerakan sikap lilin sebagai berikut:

- a. Tidur terlentang, kedua tangan di sapling badan, pandangan ke atas.
- b. Angkat kedua kaki lurus ke atas dan rapat.

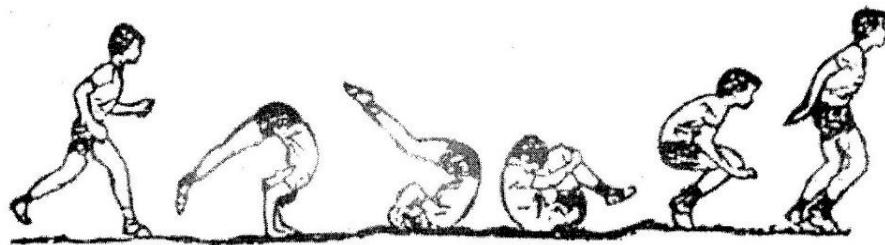
- c. Yang menjadi landasan adalah seluruh pundak dibantu kedua tangan menopang pada pinggang. Pertahankan sikap ini beberapa saat.



Gambar 1. Sikap Lilin
Sumber: Mahendra, 2001: 139-172

Guling Depan Menurut Priyono, Guling depan adalah bentuk gerakan mengguling kedepan yang penggulungannya dimulai dari tengkuk atau kuduk, punggung, pinggang, panggul bagian belakang, dan yang terahir kaki. Cara melakukannya sebagai berikut:

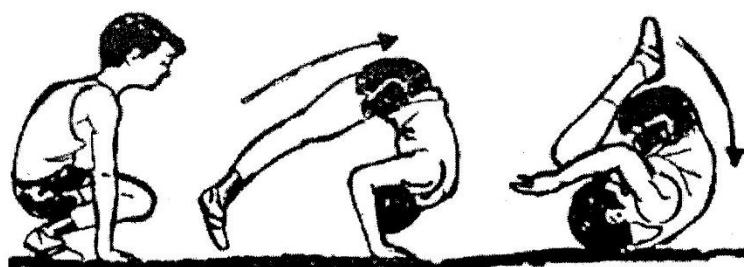
- a. Sikap permulaan berbaring menelantang atau duduk telumpar.
- b. Mengguling ke belakang, tungkai keras, kaki dekat kepala, lengan bengkok, tangan menempati samping kepala, ibu jari dekat dengan telinga.
- c. Mengguling ke depan disertai dengan lecutan tungkai ke atas depan, tangan menolak badan melayang dan membusur, kepala rapat.
- d. Mendarat dengan kaki rapat, dorong panggul ke depan, badan membusur dengan keras ke atas.



Gambar 2. Guling Depan
Sumber : Mahendra 2000: 153-183.

Berguling (Roll) Cara melakukannya sebagai berikut:

- a. Sikap permulaan jongkok,kedua tangan menumpu pada matras selebar bahu.
- b. Kedua kaki diluruskan, siku tangan ditekuk, kepala dilipat sampai dagu menyentuh dada.
- c. Mengguling ke depan dengan mendaratkan tengkuk terlebih dahulu dan kedua kaki dilipat rapat pada dada.
- d. Kedua tangan melemaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan berusaha bangun. Kembali kesikap semula atau berdiri.

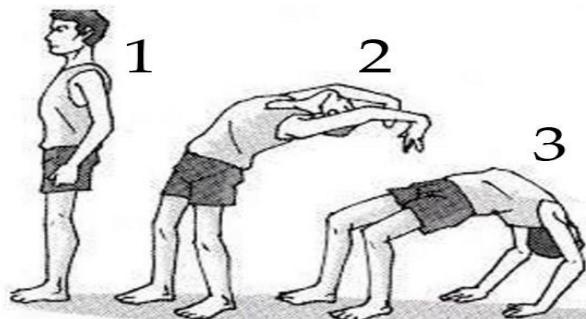


Gambar 3. Berguling (*Roll*)
Sumber: Roji, 2007: 115-194

Kayang Menurut Bambang Priyono, Kayang adalah sikap membusur dengan posisi kaki dan tangan bertumpu pada matras dalam keadaan terbalik dengan meregang dan mengangkat perut dan panggul. Nilai dari pada gerakan

kayang yaitu dengan menempatkan kaki lebih tinggi memberikan tekanan pada bahu dan sedikit pada pinggang. Manfaat dari gerakan kayang adalah untuk meningkatkan kelentukan bahu,bukan kelentukan pinggang. Cara melakukan gerakan kayang sebagai berikut:

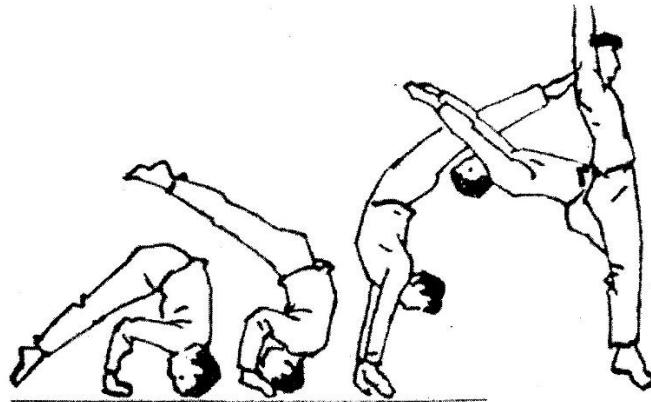
- a. Sikap permulaan berdiri, kedua tangan menumpu pada pinggul.
- b. Kedua kaki ditekuk, siku tangan ditekuk, kepala di lipat ke belakang.
- c. Kedua tangan diputar ke belakang sampai menyentuh matras sebagai tumpuan.
- d. Posisi badan melengkung bagai busur.



Gambar 4. Kayang
Sumber: Mahendra 2001: 116-205

Lenting kepala/dahi cara melakukannya sebagai berikut:

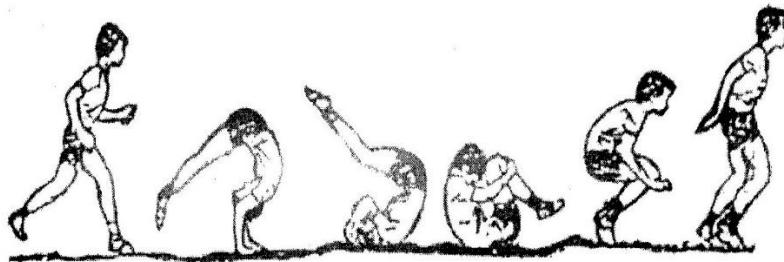
- a. Membungkuk bertumpu pada dahi dan membentuk segi tiga sama sisi, punggung tegak lurus, tungkai rapat dan lurus, jarijari kaki bertumpu di lantai.
- b. Mengguling ke belakang disertai lecutan tungkai serentak tangan menolak sekuat-kuat kepala pasif, badan melaayang dan membusur.
- c. Mendarat dengan kaki rapat, badan membusur lengan ke atas.



Gambar 5. Lenting kepala/dahi
Sumber: Priyono 2008: 6

Berguling Ke Depan Dilanjutkan LentingTengkuk/Kepala Sebelum latihan rangkain gerakan berguling ke depan lenting tengkuk/kepala, akan di bahas dulu bagaimana melakukan guling depan yang betul. Cara melakukan gerakan guling depan sebagai berikut:

- a. Sikap permulaan jongkok tangan menumpu pada matras selebar bahu.
- b. Luruskan kedua kaki, siku tangan di tekuk, kepala dilipat sampai dagu dengan menyentuh dada.
- c. Mengguling ke depan dengan mendaratkan kuduk terlebih dahulu dan kedua kaki dilipat rapat pada dada.
- d. Kedua tangan melepaskan tumpuan dari matras, pegang mata kaki dan berusaha bangun.
- e. Kembali berusaha jongkok.



Gambar 6. Berguling ke Depan dilanjutkan Lenting Tengkuk/Kepala

Sumber: Priyono 2008: 8

Dari urain di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran senam lantai perlu perhatian khusus. Pembelajaran senam lantai memiliki tingkat resiko cidera yang tinggi oleh karena itu perlu pengawasan oleh pengajar dan sarana dan prasarana yang memadai.

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada di samping itu dapat digunakan sebagai pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumawardani (2017) yang berjudul “Faktor Penghambat Peserta Didik Pembelajaran Senam Lantai Kelas VII di SMP Negeri Piyungan Bantul Tahun Pelajaran 2016/2017. Populasi penelitian ini adalah 6 peserta didik kelas VII SMP Negeri 2 Piyungan. Data yang diambil menggunakan wawancara dan observasi. Teknis analisis data yang dipakai adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa faktor penghambat peserta didik kelas VII dalam mengikuti pembelajaran senam lantai yang dilaksanakan oleh guru PJOK di sekolah tersebut tidak semua yang

ada di teori psikologi belajar menghambat peserta didik di sana. Di sekolah tersebut yang menghambat lebih pada keadaan fisik peserta didik yang kurang mendukung dalam pembelajaran senam, seperti cidera/cacat ringan maupun berat yang secara langsung membuat peserta didik susah bahkan terkadang justru sama sekali tidak bisa mengikuti pembelajaran. Obesitas atau kelebihan berat badan, membuat peserta didik yang mengalaminya kesusahan untuk bergerak karena gerakan-gerakan senam lantai membutuhkan kelenturan yang baik. Dari faktor penghambat fisik tersebut berpengaruh pada psikologis peserta didik yang menyebabkan si anak menjadi malu dan takut untuk mencoba, beberapa dari peserta didik tersebut menjadi kurang berminat mengikuti pembelajaran tersebut. Kemudian, faktor sekolah (guru) juga berpengaruh ke beberapa peserta didik, guru yang keras dan galak membuat peserta didik takut dalam mengikuti pembelajaran yang dilaksanakan guru tersebut.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo (2017) yang berjudul “Hambatan Peserta didik Kelas VII Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes di Smp Muhammadiyah 2 Depok Tahun Ajaran 2016/2017”. Populasi penelitian ini adalah kelas VII A 9 peserta didik, kelas VII B 11 peserta didik, kelas VII C 10 peserta didik sehingga secara keseluruhan berjumlah 30 responden. Teknik pengambilan data menggunakan angket. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII SMP Muhammadiyah 2 Depok, Sleman. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase dibagi menjadi 5 kategori.

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

3. Penelitian yang dilakukan oleh Widianto (2013) dengan judul “Identifikasi Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Peserta didik Kelas Atas SD N Sambek Kecamatan Wonosobo Kabupaten Wonosobo”. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas atas SD N Sambek Wonosobo tahun ajaran 2012/2013 yang berjumlah 132 peserta didik. Data yang diambil menggunakan angket kuisioner. Teknis analisis data yang dipakai adalah deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian survey. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan belajar senam lantai kelas atas SD Negeri Sambek termasuk kategori tinggi, dengan rincian kategori Sangat Tinggi 9.8%, Tinggi 39.4%, Sedang 38.6% Rendah 9.8%, dan Sangat Rendah 2.3%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar senam lantai kelas atas baik yang faktor intern dan ekstern, mendominasi tingkat kesulitan belajar senam lantai.

C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran senam lantai bertujuan untuk melatih kelentukan tubuh, tetapi dalam pelaksanaanya kurang maksimal. Hal ini disebabkan peserta didik mengalami hambatan-hambatan baik internal maupun eksternal. Penghambat merupakan beberapa aspek yang menyebabkan sesuatu tidak tercapai atau susah tercapai. Dalam pembelajaran senam lantai di sekolah terdapat beberapa faktor penghambat yang membuat hasil dari pembelajaran yang baik susah tercapai, antara lain sarana dan prasarana yang kurang memadai membuat proses pembelajaran terganggu. Hal ini jelas sangat berpengaruh dengan hasil pembelajaran, bahkan dengan ketidaktersediaan sarana dan prasarana yang memadai bisa membuat suatu materi pembelajaran ditiadakan. Berdasarkan kondisi tersebut peneliti bermaksud mengungkap seberapa besar penghambat dalam pembelajaran senam lantai melalui penelitian deskriptif kuantitatif yang berjudul “Besarnya Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, Sugiyono (2007: 147), menyatakan bahwa penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Deskriptif bermaksud untuk mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya dari fenomena tertentu dan mengupayakan memberi gambaran tentang faktor penghambat dalam pembelajaran senam lantai SMA Negeri 2 Klaten.

Penelitian ini berupa data yang nantinya dituangkan dalam bentuk deskriptif kuantitatif berupa laporan uraian tentang besarnya faktor yang menghambat pembelajaran senam lantai. Perolehan data dalam penelitian kali ini menggunakan *google form* pada subjek penelitian.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Klaten dan dilaksanakan pada bulan Juni 2020.

C. Populasi Penelitian

Arikunto (2010: 173) menyatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Populasi dalam penelitian adalah seluruh peserta didik kelas XI yang bersedia mengisi angket. Teknik *random sampling* adalah teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pendapat Arikunto, (2010: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten. Definisi operasionalnya yaitu keterlaksanaan pembelajaran dengan kondusif meliputi faktor guru, peserta didik, materi pembelajaran, lingkungan, metode, dan sarana prasarana. Penelitian ini telah ditetapkan menggunakan angket.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2005: 101), menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya”.

1. Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Pendapat Arikunto (2010: 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *Gutman* dengan empat pilihan jawaban yaitu, Kurang (1), Cukup (2), Baik (3), Sangat Baik (4). Kisi-kisi instrumen sebelum uji validitas dan reabilitas sebagai berikut:

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Sebelum Uji Validitas dan Reliabilitas

Konstrak	Faktor	Indikator	No Butir
Besarnya penghambat pembelajaran senam lantai SMA Negeri 2 Klaten	Guru	Kepribadian guru	1,2, 3
		Kemampuan Guru	4,5
	Peserta didik	Fisik	6,7
		Psikis	8,9
	Lingkungan	Tempat belajar senam	10,11
		Suasana pembelajaran	12,13
	Metode	Kejelasan	14
		Kemenarikan	15
	Sarana dan prasarana	Kenyamanan digunakan	16,17,18
		Mencukupi kebutuhan	19,20
Jumlah			19

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti meminta surat izin penelitian dan koordinasi.
- b. Peneliti mencari data di SMA Negeri 2 Klaten.
- c. Peneliti menyebarluaskan angket kepada responden.
- d. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.
- e. Setelah memperoleh data penelitian data diolah menggunakan analisis statistik *one shoot case study* kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas

Sebelum digunakan untuk pengambilan data di lapangan, bentuk akhir dari angket yang perlu diujicoba guna memenuhi alat sebagai pengumpul data yang baik. Arikunto (2010: 92), menyatakan bahwa tujuan diadakannya uji coba antara

lain untuk mengetahui tingkat pemahaman responden akan instrumen penelitian dan mengetahui validitas dan realibilitas instrumen.

1. Uji Validitas

Pendapat Arikunto (2010: 96) bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment* (Arikunto, 2010: 46). Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* pada taraf signifikansi 0,05. Bila $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Perhitungannya menggunakan SPSS 20.

Tabel 2. Hasil Validitas Uji Coba Instrumen

No	R hitung	R tabel	Keterangan
1	0,544	0,25	Valid
2	0,64	0,25	Valid
3	0,396	0,25	Valid
4	0,655	0,25	Valid
5	0,514	0,25	Valid
6	0,39	0,25	Valid
7	0,498	0,25	Valid
8	0,579	0,25	Valid
9	-0,104	0,25	Tidak Valid
10	0,37	0,25	Valid
11	0,615	0,25	Valid
12	0,495	0,25	Valid
13	0,709	0,25	Valid
14	0,759	0,25	Valid
15	0,677	0,25	Valid
16	0,611	0,25	Valid
17	0,711	0,25	Valid
18	0,738	0,25	Valid
19	0,574	0,25	Valid

Berdasarkan hasil pengujian Validitas dapat diartikan bahwa terdapat 1 item instrumen yang tidak valid, yaitu nomor 9. Pengujian instrumen menggunakan

model *one shot case study*, yaitu sebuah pengambilan data yang dilakukan tanpa adanya kelompok pembanding dan juga tes awal (Arikunto, 2005).

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 41). Analisis keterandalan butir hanya dilakukan pada butir yang dinyatakan sahih saja dan bukan semua butir yang belum diuji. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2010: 47). Pengujian reliabilitas menggunakan *Software Computer SPSS*.

$$Rtt = \frac{M}{M - 1} \left(\frac{Vx}{Vy} \right)$$

Keterangan:

Rtt = reliabilitas yang dicari

M = jumlah butir pertanyaan

Vx = variasi butir-butir

Vy = variasi total

Pengujian reliabilitas instrumen dengan rumus *Alpha Cronbach* dikatakan reliable jika r hitung yang diperoleh besarnya kurang dari 1 Sugiyono dalam priyadi (2015: 46). Didapatkan hasil angka realibilitas kemudian dibandingkan dengan r tabel, apabila r hitung > r tabel pada detajat kemaknaan dengan taraf signifikan 5% maka alat tersebut reliabel. Hasil dari analisis reliabilitas *Alpha cronbach* sebesar 0,872 > dari r tabel 0,25, sehingga instrumen tersebut reliabel.

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas

Konstrak	Faktor	Indikator	No Butir
Faktor penghambat pembelajaran senam lantai SMA Negeri 2 Klaten	Guru	Kepribadian guru	1,2, 3
		Kemampuan Guru	4,5
	Peserta didik	Fisik	6,7
		Psikis	8,
	Lingkungan	Tempat belajar senam	9,10
		Suasana pembelajaran	11,12
	Metode	Kejelasan	13
		Kemenarikan	14
	Sarana dan prasarana	Kenyamanan digunakan	15,16,17
		Mencukupi kebutuhan	18
Jumlah			18

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase.

Rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

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

Keterangan:

P = persentase yang dicari (frekuensi relatif)

F = frekuensi

N = jumlah responden

(Sumber: Sudijono, 2009: 40)

Pendapat Azwar (2016: 163) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Rentang Pengkategorian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini mendeskripsikan besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten. Penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 22 peserta didik, dengan hasil analisis sebagai berikut; skor tertinggi 64, skor terendah 38, *mean/rerata* 52,32 dan standar deviasi (SD) 6,32. Disajikan dengan tabel statistik sebagai berikut:

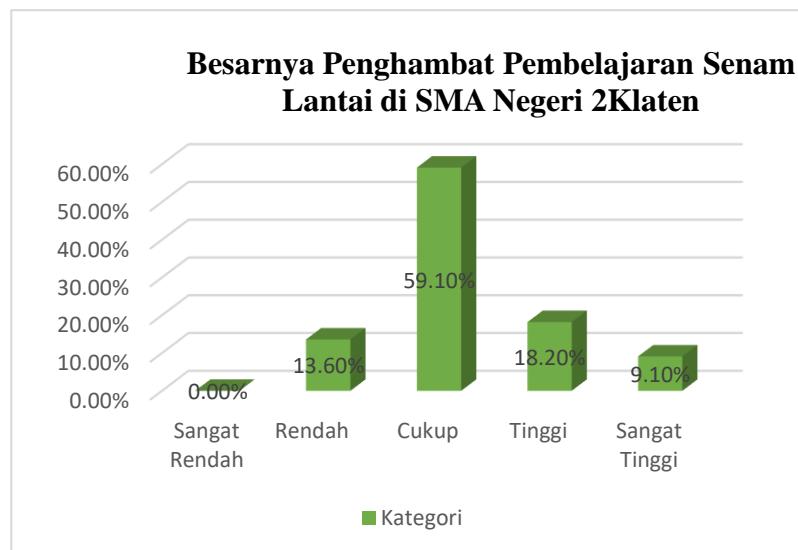
Tabel 5. Deskripsi Statistik Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten

<i>Statistics</i>		
N	Valid	22
	Missing	0
<i>Mean</i>		52,32
<i>Std. Deviation</i>		6,32
<i>Minimum</i>		38
<i>Maximum</i>		64

Tabel 6. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten

No	Interval Skor		Frekuensi	Persentase
1	$61,80 < X$	Sangat Tinggi	2	9,10%
2	$55,48 < X \leq 61,80$	Tinggi	4	18,20%
3	$49,16 < X \leq 55,48$	Cukup	13	59,10%
4	$42,86 < X \leq 49,16$	Rendah	3	13,60%
5	$X \leq 42,86$	Sangat rendah	0	0%
Jumlah			22	100,00%

Berdasarkan kategori penilaian pada tabel 6 tersebut di atas, besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten dapat disajikan pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten

Berdasarkan tabel 6 dan gambar 1 di atas dapat dideskripsikan besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “cukup” sebesar 59,10% (13 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 9,10% (2 peserta didik).

1. Faktor Guru

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor guru didapatkan skor minimum sebesar 10,00, skor maksimum sebesar 20,00, rerata (*mean*) sebesar 15,36, *standar Deviasi* (SD) sebesar 2,19. Penyajian hasil dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Faktor Guru

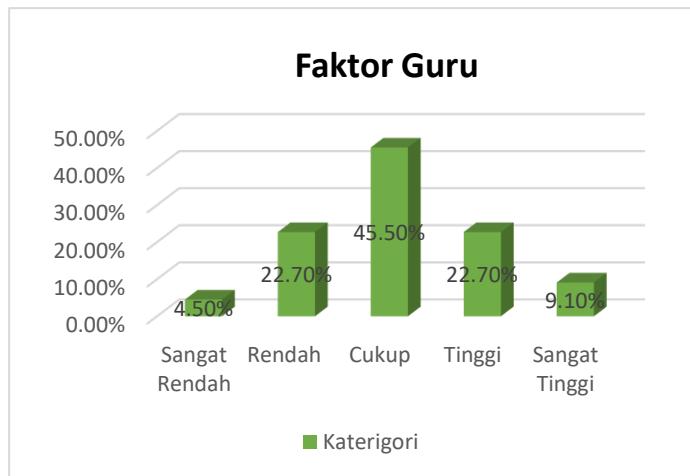
Statistics		
N	Valid	22
	<i>Missing</i>	0
<i>Mean</i>		15,36
<i>Std. Deviation</i>		2,19
<i>Minimum</i>		10,00
<i>Maximum</i>		20,00

Hasil dapat ditampilkan dalam bentuk rentang pengkategorian faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Kelaten berdasarkan faktor guru disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Guru

No	Interval Skor		Frekuensi	Persentasse
1	$18,64 < X$	Sangat Tinggi	2	9,10%
2	$16,45 < X \leq 18,64$	Tinggi	4	18,20%
3	$14,27 < X \leq 16,45$	Cukup	10	45,50%
4	$12,08 < X \leq 14,27$	Rendah	5	22,70%
5	$X \leq 12,08$	Sangat rendah	1	4,50%
Jumlah			22	100,00%

Berdasarkan pengkategorian pada tabel 8 di atas, faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Nenegeri 2 Klaten berdasarkan faktor guru dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Guru

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 2 di atas dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasar faktor guru berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,50% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 22,70% (5 peserta didik), “cukup” sebesr 45,50% (10 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 9,10% (2 peserta didik).

2. Faktor Peserta Didik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor peserta didik didapatkan skor minimum sebesar 5,00, skor maksimum sebesar 12,00, rerata (*mean*) sebesar 8,00 *standar Deviasi* (SD) sebesar 1,60. Penyajian hasil dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Peserta Didik

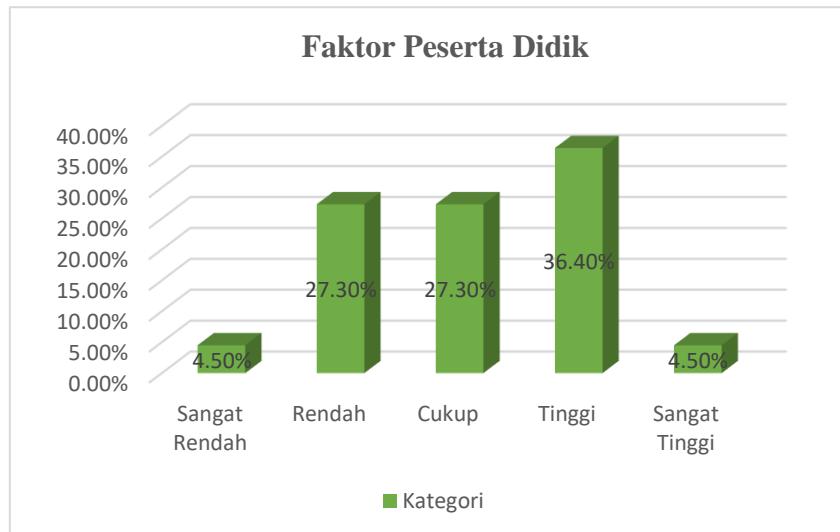
Statistics		
N	Valid	22
	<i>Missing</i>	0
	<i>Mean</i>	8,00
	<i>Std. Deviation</i>	1,60
	<i>Minimum</i>	5,00
	<i>Maximum</i>	12,00

Hasil dapat ditampilkan dalam bentuk rentang pengkategorian faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Kelaten berdasarkan faktor peserta didik disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Peserta Didik

No	Interval Skor		Frekuensi	Persentasse
1	$10,40 < X$	Sangat Tinggi	1	4,50%
2	$8,80 < X \leq 10,40$	Tinggi	8	36,40%
3	$7,20 < X \leq 8,80$	Cukup	6	27,30%
4	$5,60 < X \leq 7,20$	Rendah	6	27,30%
5	$X \leq 5,60$	Sangat rendah	1	4,50%
Jumlah			22	100,00%

Beradsarkan pengkategorian pada tabel 10 di atas, faktor pengahambat pembelajaran senam lantai di SMA Nenegeri 2 Klaten berdasarkan faktor peserta didik dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Peserta Didik

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 3 di atas dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasar faktor peserta didik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,50% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 27,30% (6 peserta didik), “cukup” sebesr 27,30% (6 peserta didik), “tinggi” sebesar 36,40% (8 peserta didik), “sangat tinggi” 4,50% (1 peserta didik).

3. Faktor Lingkungan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor lingkungan didapatkan skor minimum sebesar 8,00, skor maksimum sebesar 13,00, rerata (*mean*) sebesar 10,55, *standar Deviasi* (SD) sebesar 1,59. Penyajian hasil dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Lingkungan

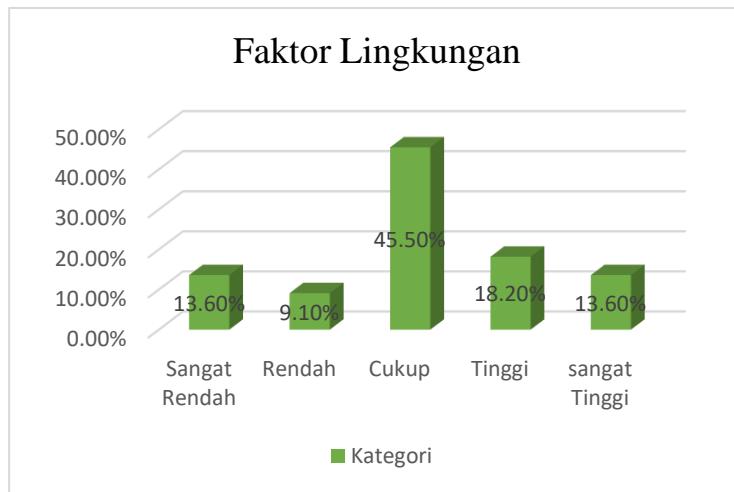
Statistics		
N	Valid	22
	Missing	0
Mean		10,55
Std. Deviation		1,59
Minimum		8,00
Maximum		13,00

Hasil dapat ditampilkan dalam bentuk rentang pengkategorian faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Kelaten berdasarkan faktor lingkungan disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Lingkungan

No	Interval Skor		Frekuensi	Persentasse
1	$12,93 < X$	Sangat Tinggi	3	13,60%
2	$11,34 < X \leq 12,93$	Tinggi	4	18,20%
3	$9,76 < X \leq 11,34$	Cukup	10	45,50%
4	$8,17 < X \leq 9,76$	Rendah	2	9,10%
5	$X \leq 8,17$	Sangat rendah	3	13,60%
Jumlah			22	100,00%

Berdasarkan pengkategorian pada tabel 12 di atas, faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Nenegeri 2 Klaten berdasarkan faktor lingkungan dapat disajikan pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Lingkungan

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 4 di atas dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor lingkungan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “rendah” sebesar 9,10% (2 peserta didik), “cukup” sebesar 45,50% (10 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 13,60% (3 peserta didik).

4. Faktor Metode

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor metode didapatkan skor minimum sebesar 3,00, skor maksimum sebesar 8,00, rerata (*mean*) sebesar 5,73, *standar Deviasi* (SD) sebesar 1,03. Penyajian hasil dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Metode

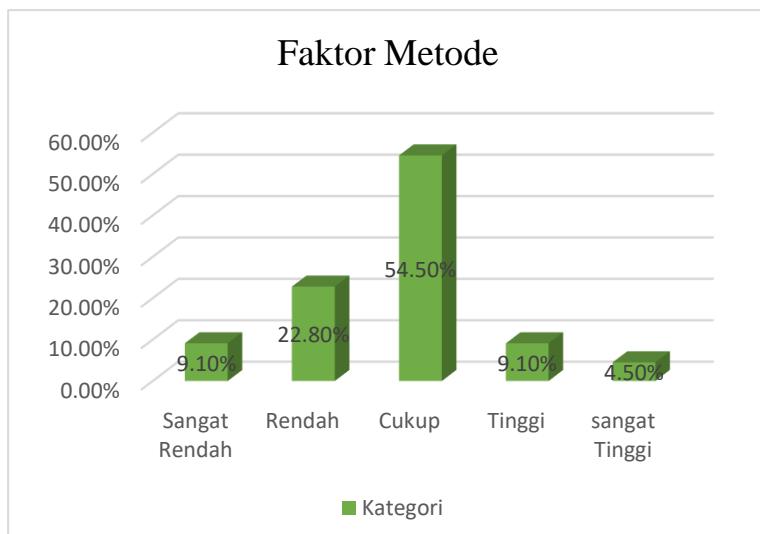
Statistics		
N	Valid	22
	<i>Missing</i>	0
	<i>Mean</i>	5,73
	<i>Std. Deviation</i>	1,03
	<i>Minimum</i>	3
	<i>Maximum</i>	8

Hasil dapat ditampilkan dalam bentuk rentang pengkategorian faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Kelaten berdasarkan faktor metode disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Metode

No	Interval Skor		Frekuensi	Persentasse
1	$7,27 < X$	Sangat Tinggi	1	4,50%
2	$6,24 < X \leq 7,27$	Tinggi	2	9,10%
3	$5,22 < X \leq 6,24$	Cukup	12	54,50%
4	$4,19 < X \leq 5,22$	Rendah	5	22,80%
5	$X \leq 4,19$	Sangat rendah	2	9,10%
Jumlah			22	100,00%

Berdasarkan pengkategorian pada tabel 13 di atas, faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Nenegeri 2 Klaten berdasarkan faktor metode dapat disajikan pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Metode

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 5 di atas dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor metode berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,50% (2 peserta didik), “rendah” sebesar 22,80% (5 peserta didik), “cukup” sebesar 54,50% (12 peserta didik), “tinggi” sebesar 9,10% (2 peserta didik), “sangat tinggi” 4,50% (1 peserta didik).

5. Faktor Sarana dan Prasarana

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang hambatan pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor sarana dan prasarana didapatkan skor minimum sebesar 4,00, skor maksimum sebesar 14,00, rerata (*mean*) sebesar 11,23 *standar Deviasi* (SD) sebesar 2,24. Penyajian hasil dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15.Deskriptif Statistik Faktor Sarana dan Prasarana

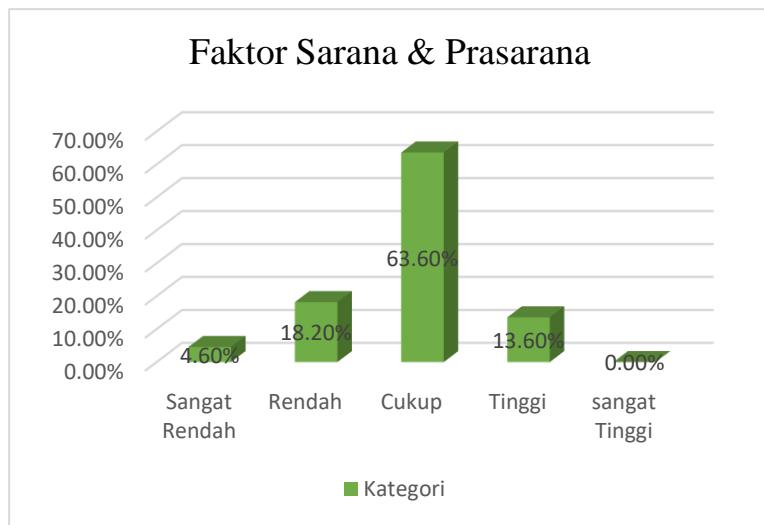
Statistics		
N	Valid	22
	Missing	0
	Mean	11,23
	Std. Deviation	2,24
	Minimum	4
	Maximum	14

Hasil dapat ditampilkan dalam bentuk rentang pengkategorian faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasarkan faktor sarana dan prasaranan disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Kategori Persentase Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Sarana dan Prasarana

No	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentasse
1	$14,59 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	$12,35 < X \leq 14,59$	Tinggi	3	13,60%
3	$10,11 < X \leq 12,35$	Cukup	14	63,60%
4	$7,87 < X \leq 10,11$	Rendah	4	18,20%
5	$X \leq 7,87$	Sangat rendah	1	4,60%
Jumlah			22	100,00%

Beradsarkan pengkategorian pada tabel 16 di atas, faktor pengahambat pembelajaran senam lantai di SMA Nenegeri 2 Klaten berdasarkan faktor sarana dan prasarana dapat disajikan pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Batang Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai di SMA Negeri 2 Klaten Berdasarkan Faktor Sarana dan Prasarana

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 6 di atas dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berdasar faktor sarana dan prasarana berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,60% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “cukup” sebesr 63,60% (14 peserta didik), “tinggi” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

B. Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berkategori tinggi, berdassarkan faktor guru, faktor peserta didik, faktor lingkungan,faktor metode, faktor sarana dan prasarana. Secara rinci yaitu pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “cukup” sebesar 59,10% (13 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 9,10% (2 peserta didik).Berdasarkan hasil analisi tersebut menunjukkan bahwa faktor penghambat

pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten masih tinggi. Guru harus mampu memperbaiki pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten untuk memperkecil faktor penghambat pembelajaran senam lantai. Semakin kecil faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten akan meningkatkan kualitas pemebelajaran senam lantai, semakin banyaknya peserta didik yang mampu melakukan berbagai macam gerakan serta tercapainya tujuan pemebelajaran senam lantai.

Pembahasan diatas untuk mengetahui faktor penghambat pembelajaran senam lantai dapat dilihat melalui faktor guru, peserta didik, lingkungan, metode, sarana dan prasarana. Penelitian yang berjudul besarnya penghambat pembelajaran senam di SMA 2 Klaten berdasarkan pembahasan diatas faktor dengan nilai penghambat paling besar adalah faktor sarana dan prasarana dengan nilai persentase 54,50% sebanyak 12 peserta didik. Sejalan pendapat Setiawati (2020: 17-29) dalam penelitiannya menyatakan model pembelajaran dan minat belajar berpengaruh terhadap hasil belajar senam lantai dengan berbagai metode dilakukan seperti model pemebelajaran kooperatif tipe jigsaw dan konvensional. Pembahasan diatas menunjukkan perlunya memberikan metode pemebelajaran yang tepat kepada peserta didik untuk senam lantai. Berikut rincian pembahasan masing-masing faktor sebagai berikut.

1. Faktor Guru

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten, bahwa faktor guru yang dapat dilihat sebagai indikator penghambat pemebelajaran senam lantai yaitu dari indikator kemampuan

guru dan kepribadian guru, hasil analisis menunjukkan dalam kategori cukup dengan persentase 40,30% sebanyak 9 peserta didik. Hasil tersebut dapat dideskripsikan faktor penghambat pemebelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten, guru mempunyai kategori cukup. Hal ini menunjukkan kemampuan dan kepribadian guru dalam pemebelajaran senam perlu ditingkatkan. Perlunya peningkatan kemampuan guru dalam kompetensi profesional, kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian dan sosial mempunyai dampak memperkecil faktor penghambat dalam pemebelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten.

2. Faktor Peserta Didik

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten, bahwa faktor peserta didik yang dapat dilihat sebagai indikator penghambat pemebelajaran senam lantai yaitu dari indikator fisik dan psikis, hasil analisis menunjukkan dalam kategori cukup dengan persentase 29,00% sebanyak 6 peserta didik. Hasil tersebut dapat dideskripsikan faktor penghambat pemebelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten, peserta didik mempunyai kategori cukup. Hal ini menunjukkan fisik dan psikis peserta didik dalam pemebelajaran senam perlu ditingkatkan. Semakin kecil faktor penghambat pemeblajaran senam lantai dalam faktor peserta didik dapat meningkatkan kemampuan fisik seperti fleksibelitas dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dalam melakukan gerakan dalam senam lantai.

3. Faktor Lingkungan

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten, bahwa faktor lingkungan yang dapat dilihat

sebagai indikator penghambat pemebelajaran senam lantai yaitu dari indikator tempat belajar senam dan suasana pemebelajaran, hasil analisis menunjukkan dalam kategori cukup dengan persentase 37,10% sebanyak 8 peserta didik. Hasil tersebut dapat dideskripsikan faktor penghambat pemebelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten, lingkungan mempunyai kategori cukup. Hal ini menunjukkan tempat belajar senam dan susana pembelajaran di SMA Negeri 2 Klaten perlu diperbaiki. Tempat pembelajaran yang nyaman dan aman memberikan dampak positif terciptanya susana yang dapat mendungkung pembelajaran senam lantai, serta memperkecil penghampat pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten

4. Faktor Metode

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten, bahwa faktor metode yang dapat dilihat sebagai indikator penghambat pembelajaran senam lantai yaitu dari indikator kejelasan dan kemenarikan, hasil analisis menunjukkan dalam kategori cukup dengan persentase 45,20% sebanyak 10 peserta didik. Hasil tersebut dapat dideskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten, metode mempunyai kategori cukup. Hal ini menunjukkan metode pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten perlu diperbaiki. Pemilihan metode pembelajaran menentukan dalam kejalan materi yang akan disampaikan kepada peserta didik, metode yang jelas dan mampu menarik perhatian peserta didik diharapkan mendorong terciptanya pembelajaran yang efektif dan memperkecil hambatan pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten

5. Faktor Sarana dan prasarana

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten, bahwa faktor sarana dan prasarana yang dapat dilihat sebagai indikator penghambat pemebelajaran senam lantai yaitu dari indikator kenyamanan dan kelengkapan, hasil analisis menunjukkan dalam kategori cukup dengan persentase 54,50% sebanyak 12 peserta didik. Hasil tersebut dapat dideskripsikan faktor penghambat pemebelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten, sarana dan prasarana mempunyai kategori cukup. Hal ini menunjukkan sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten perlu diperbaiki dan dilengkapi. Kelengkapan dari sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai dapat menambah daya tarik peserta didik dalam mengikuti pemebelajaran senam lantai, kelengkapan alat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan berbagai gerakan yang telah menjadi tujuan dari pemebelajaran senam lantai sehingga hambatan yang ada dapat diminimalisir.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan didapatkan sebuah hasil dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 13,60% (3 peserta didik), “cukup” sebesar 59,10% (13 peserta didik), “tinggi” sebesar 18,20% (4 peserta didik), “sangat tinggi” 9,10% (2 peserta didik). Dapat disimpulkan bahwa besarnya penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten dalam kategori “cukup”. Faktor yang menjadi hambatan harus diperbaiki supaya pembelajaran berjalan dengan baik dan peserta didik mampu mendapat hasil yang lebih baik.

B. Implikasi

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

1. Bagi peserta didik, hasil penelitian ini sebagai acuan untuk lebih meningkatkan kemampuan dan pengetahuan dalam melaksanakan proses pembelajaran senam lantai
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi bagi guru PJOK dan sekolah untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas pemebelajaran senam lantai.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Peneliti sudah melakukan penelitian dengan maksimal memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, akan tetapi penlitian ini tanpa kelemahan dan

kekurangan. Berikut kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Penelitian ini dalam pengumpulan data ini berdasarkan angket, sehingga dimungkinkan ada unsur kurang objektif dalam pengisian angket, serta dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti ketakutan dan kejujuran dalam pengisian angket.
2. Proses pengambilan data penelitian ini, peneliti tidak dapat memantau dan mengawasi masiang-masing responden dalam pengisian, sehingga jawaban yang diberikan responden benar-benar sesuai pendapat sendiri atau tidak.

C. Saran

Berdasarkan hasil di atas, saran yang dapat disampaikan pada pelitian ini yaitu:

1. Peneliti selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA Negeri 2 Klaten.
2. Peneliti selanjutnya mengembangkan penelitian tentang faktor penghambat pembelajaran senam lantai di SMA 2 Klaten dengan metode lain.
3. Kepada sekolah diharapkan mampu memfasilitasi dan memberikan pembelajaran yang berkualitas khususnya pembelajaran senam lantai.
4. Kepada guru untuk meningkatkan kemampuan mengajar untuk memperkecil penghambat pembelajaran senam lantai.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, M & Mohammad, A. (2009). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bucher, C. (1983). *Foundation of physical education and sport*. St. Louis: Mocby Company.
- Dauer, V., & Pangrazi, R. (1986). *Dynamic Physical Education For Elementary School Children*, (8th Ed), New York: Macmillan.
- Depdiknas. (2001). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Education, P. (2018). Sabaruddin Yunis Bangun Santi Fitriyani Correspondence: Universitas Negeri Medan.
- Kosasih, E. (1994). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Khafadi, M, B & Sutrisno, B. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* 2. Jakarta: Pusat Perbukuan Kemendiknas.
- Kusumawardani, A. D. (2017). *Faktor Penghambat Peserta Didik Dalam Pembelajaran Senam Lantai Kelas Vii Di Smpn 2 Piyungan Bantul T/a 2016/2017*. Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, 5 (5).
- Lorens, B. (1996). *Kamus Filsafat*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Mahendra, A. (2000). *Senam*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Margono. (2009). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Mulyasa, E. (2010). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Nugraheni, W., & Supena, G. H. (2019). *Meningkatkan Minat Peserta didik Dalam Pembelajaran Penjas Senam Lantai Melalui Permainan Pada Peserta didik Kelas X IPA 1 SMAN 4 Kota Sukabumi*. Jendela Olahraga, 4(2), 63.
- Poerwardarminto. (1984). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: PT Asri Mahasatya.

- Prasetyo, O. A., Keolahragaan, F. I., & Yogyakarta, U. N. (2017). *Hambatan Peserta didik Kelas Vii Belajar Senam Lantai Guling Depan Dalam Pembelajaran Penjasorkes Di Smp Muhammadiyah 2 the Obstacle of Grade Vii Students in Learning Forward Roll of Floor Exercise in the Physical Education At Smp.* 1–6.
- Rusli, L. (2003). *Hakekat dan Karekteristik Penjaskes Dalam Kurikulum*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani: Filosofi Pembelajaran dan Masa Depan*. Bandung: Nuansa.
- Sutriyanto. (2009). *Faktor penghambat pembelajaran bolavoli siswi kelas X man 3 Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sumiati & Asra. (2010). *Metode Pembelajaran*. Bandung: CV Wacana Prima.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suherman. (2014). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik Pengembangan*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriatna, E & Wahyupurnomo, M, A. (2015). *Keterampilan guru dalam membuka dan menutup pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN se-Kota Pontianak*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 11, Nomor 1.
- Setiawati, Parwata, & Suratmin. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai. *Jurnal PENJAKORA*, 7(1).
- Wahyuni, E, N & Baharuddin. (2010). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Wibowo, E, D. (2012). *Identifikasi Faktor –Faktor Kesulitan Belajar Bolavoli Kelas IV dan V SDN Purwodadi 03 Kecamatan Nusawungu*. Skripsi. FIK UNY.

Widianto, A, S. (2013). *Identifikasi Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Kelas Atas SD Negeri Sambek Kecamatan Wonosobo Kabupaten Wonosobo.*
Skripsi. FIK-UNY.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing Laporan TAS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor: 65/POR/VI/2020

15 Juni 2020

Lamp. : 1 bendel

Hal : Pembimbing Proposal TAS

Yth. Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : SATRIA BAGUS PANUNTUN
NIM : 16601241050
Judul Skripsi : IDENTIFIKASI FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SMA NEGERI DI KABUPATEN SLEMAN.

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

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan POR,


Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001



Lampiran 2. Kartu Bimbingan TAS

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : *Safira Bagus Pononxa*

NIM : *16601241050*

Program Studi : *PAKA*

Pembimbing : *Prof. Dr. Darmaji Sukoco, M.A.*

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	26 Januari 2020	Konsultasi dulu Skripsi	/
2.	5 Februari 2020	Bab 2 dan Bab 4	/
3.	9 Maret 2020	Revisi Bab 2 dan Bab 4	/
4.	22 Juni 2020	Bab III	/
5.	29 Juni 2020	Konsultasi Instrumen.	/
6.	2 Juli 2020	Instrumen Angket.	/
7.	8 Juli 2020	Uji Validitas.	/
8.	28 Juli 2020	Bab III dan Bab IV	/
9.	6 Agustus 2020	Revisi Bab III dan Bab IV	/
10.	8 Agustus 2020	Revisi Akhir.	/
11.	26 Agustus 2020	Acc Ujian.	/

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001



Lampiran 3. Surat Pernyataan Melakukan Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 2 KLATEN
Jalan Angsana, Trunuh, Klaten Kode Pos 57421 Telepon 0272-322340 Faksimile 0272-3352558
Surat Elektronik sman2klaten@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 482 /890/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 2 Klaten menerangkan bahwa :

Nama : SATRIA BAGUS PANUNTUN
NIM : 16601241050
Tempat /Tgl.Lahir : Kebumen,10 November 1997
Program Studi : PJKR
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa tersebut benar-benar telah mengadakan penelitian di SMA Negeri 2 Klaten pada tanggal 27 Juli 2020

**Dengan Judul : IDENTIFIKASI FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN
SENAM LANTAI DI SMA NEGERI 2 KLATEN**

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 291/UN34.16/PT.01.04/2020

19 Juni 2020

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala SMA Negeri
di Kabupaten Sleman

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	:	Satria Bagus Panuntun
NIM	:	16601241050
Program Studi	:	Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	IDENTIFIKASI FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SMA NEGERI DI KABUPATEN SLEMAN
Waktu Penelitian	:	29 Juni - 13 Juli 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Cabang Dinas Pendidikan Wilayah V



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH V
Jalan Terate No.49 Boyolali 57316, Telepon 02763280475 Email : cabdisdikwil5@gmail.com

SURAT IJIN PENELITIAN

Nomor : 421.7/0671.1/CabdinV/VI/2020

Dasar : Surat dari Wakil Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Nomor : 293/UN34.16/PT.01.04/2020, Tanggal 22 Juni 2020, Perihal Permohonan Ijin Penelitian.

MENGIZINKAN

Kepada : Nama : **SATRIA BAGUS PANUNTUN**
Nomor mahasiswa : 16601241050
Program Studi : Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi – S1
Pendidikan : Pascasarjana

Untuk :
1. Mengadakan Penelitian dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul "**IDENTIFIKASI FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI DI SMA NEGERI 2 KLATEN**" Yang dilaksanakan pada :
Lokasi Penelitian : SMA Negeri 2 Klaten
Waktu : 23 Juni 2020 – 4 Juli 2020
2. Penelitian hanya diizinkan dilakukan secara **Daring/Online tanpa adanya tatap muka maupun pengisian lembar angket dalam bentuk cetak**.
3. Saat melaksanakan penelitian wajib menaati peraturan protokol kesehatan **COVID-19**.
4. Setelah selesai melaksanakan penelitian wajib membuat laporan yang ditujukan kepada Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah V Provinsi Jawa Tengah.
5. Tidak diperkenankan menyebarluaskan hasil penelitian diluar kepentingan akademis.

Demikian untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Boyolali, 23 Juni 2020



Tembusan :
1. Pertinggal.

Lampiran 6. Instrumen Penelitian

Angket Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai

Identitas Responden

Nama : _____

Kelas : _____

Absen : _____

Password : _____

1. Guru sabar dalam mengajar
 - a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
2. Guru menyenangkan dalam mengajar
 - a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
3. Guru tegas dalam mengajar
 - a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
4. Guru spandai menjelaskan materi pembelajaran
 - a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
5. Guru mampu menjaga keselamatan dalam pembelajaran
 - a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik

- d. Sangat Baik
6. Bagaimana kekuatan fisik anda
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
7. Bagaimana kelentukan fisik anda
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
8. Bagaimana ketertarikan anda dalam pembelajaran senam lantai
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
9. Apakah tempat belajar senam lantai di sekolah cukup luas
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
10. Apakah menyenangkan dengan kondisi tempat belajar seperti sekarang
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik
11. Apakah suasana belajar menyenangkan
- a. Kurang
 - b. Cukup
 - c. Baik
 - d. Sangat Baik

12. Guru membuat suasana kelas menyenangkan
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik
13. Apakah metode pembelajaran yang diberikan guru membuat anda lebih mudah memahami materi
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik
14. Bagaimana kondisi matras
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik
15. Bagaimana keamanan matras untuk pembelajaran
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik
16. Bagaimana kenyamanan matras
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik
17. Bagaimana kelengkapan sarana senam lantai sekolah
- Kurang
 - Cukup
 - Baik
 - Sangat Baik

18. Bagaimana guru memodifikasi sarana dan prasarana

- a. Kurang
- b. Cukup
- c. Baik
- d. Sangat Baik

Lampiran 7. Dokumentasi Instrumen Melalui Google Formulir

Angket Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai
Instrumen guna pengambilan data Tugas Akhir Skripsi

Guru sabar dalam mengajar *

Kurang
 Cukup
 Baik
 Sangat Baik

Guru menyenangkan dalam mengajar *

Kurang

Faktor

Pertanyaan Respons 64

Bagian 1 dari 2

Identitas Diri

Nama *

Teks jawaban singkat

Kelas *

Teks jawaban singkat

No Absen *

Lampiran 8. Data Hasil Penelitian

No	1	2	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	Jumlah
1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	50
2	3	3	3	4	4	3	3	2	3	1	2	2	4	2	2	2	3	4	50
3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	51
4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	56
5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
6	3	4	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	57
7	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	56
8	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	49
9	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	61
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	36
11	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
12	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	3	3	4	56
13	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	49
14	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	52
15	3	3	4	3	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	2	2	2	3	47
16	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	52
17	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	62
18	2	2	4	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	1	1	1	1	1	36
19	4	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	48
20	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	47
21	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
22	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	46
23	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	49
24	4	4	3	4	3	2	2	1	2	2	3	3	4	1	2	2	2	3	47
25	2	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	49
26	3	2	2	2	3	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	43
27	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	51
28	2	4	2	2	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	44
29	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
30	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
31	3	4	3	4	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	62
32	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	4	4	2	4	3	60
33	3	4	2	2	4	3	1	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	2	47
34	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	3	4	3	2	3	2	2	2	50
35	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	43
36	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	43
37	3	4	3	4	4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	58
38	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	58
39	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	64
40	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	54
41	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	47
42	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	45
43	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	59
44	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
45	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	48

46	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	51
47	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	41
48	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	48
49	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	62
50	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	42
51	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	68
52	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	50
53	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	52
54	3	2	4	3	3	2	2	1	2	1	2	3	3	3	2	1	2	2	41
55	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	52
56	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	40
57	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	50
58	2	3	2	3	3	3	2	1	2	2	1	2	3	3	3	3	3	4	45
59	3	2	3	3	3	1	1	1	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	46
60	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53
61	3	4	3	4	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	62
62	3	4	3	4	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	52

Lampiran 9. Deskriptif Statis Data Hasil Penelitian

Statistics

sumx

N	Valid	62
	Missing	0
Mean		52,48
Std. Deviation		6,650
Minimum		38
Maximum		70

Sumx

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	38	2	3,2	3,2
	42	2	3,2	6,5
	43	1	1,6	8,1
	44	2	3,2	11,3
	45	3	4,8	16,1
	47	2	3,2	19,4
	48	3	4,8	24,2
	49	4	6,5	30,6
	50	5	8,1	38,7
	51	3	4,8	43,5
	52	5	8,1	51,6
	53	6	9,7	61,3
	54	6	9,7	71,0
	55	2	3,2	74,2
	56	1	1,6	75,8
	57	2	3,2	79,0
	58	1	1,6	80,6
	59	2	3,2	83,9
	60	2	3,2	87,1
	61	1	1,6	88,7
	62	1	1,6	90,3
	63	2	3,2	93,5
	64	2	3,2	96,8
	66	1	1,6	98,4

70	1	1,6	1,6	100,0
Total	62	100,0	100,0	

Tabel Case Processing Summary

	N	%
Cases	Valid	62 100,0
	Excluded ^a	,0
	Total	62 100,0

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

Tabel Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	
	Items	N of Items
,872	,872	19

Tabel Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
x1	2,98	,587	62
x2	3,13	,586	62
x3	3,00	,573	62
x4	3,05	,612	62
x5	3,21	,517	62
x6	2,84	,606	62
x7	2,58	,666	62
x8	2,42	,841	62
x9	1,65	,603	62
x10	2,60	,613	62
x11	2,39	,776	62
x12	2,79	,604	62
x13	3,02	,614	62
x14	3,00	,601	62
x15	2,73	,682	62
x16	2,81	,596	62
x17	2,73	,682	62

x18	2,76	,619	62
x19	2,82	,641	62

Tabel Inter-Item Correlation Matrix

	x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8	X9	x10	x11	x12	x13	x14	x15	x16	x17	x18
x1	1,000	,340	,342	,459	,336	,131	,234	,313	,118	,302	,314	,456	,559	,153	,085	,153	,215	,341
x2	,340	1,000	,244	,485	,451	,290	,309	,487	-,081	,321	,402	,541	,512	,254	,260	,418	,313	,324
x3	,342	,244	1,000	,374	,277	,047	,344	,238	,093	,074	,142	,326	,381	,126	,048	,084	,093	,089
x4	,459	,485	,374	1,000	,434	,066	,211	,215	,097	,305	,249	,565	,714	,386	,296	,425	,464	,524
x5	,336	,451	,277	,434	1,000	,162	,117	,210	,168	,203	,301	,351	,476	,213	,187	,213	,213	,362
x6	,131	,290	,047	,066	,162	1,000	,642	,264	,043	,205	,130	,051	,090	,248	,048	,248	,244	,052
x7	,234	,309	,344	,211	,117	,642	1,000	,261	,061	,287	,185	,177	,287	,212	,081	,284	,306	,053
x8	,313	,487	,238	,215	,210	,264	,261	1,000	,015	,225	,305	,432	,325	,404	,296	,462	,324	,323
X9	,118	-,081	,093	,097	,168	,043	,061	,015	1,000	,265	-,011	,105	,267	,359	,366	,280	,430	,274
x10	,302	,321	,074	,305	,203	,205	,287	,225	,265	1,000	,596	,469	,352	,359	,342	,421	,403	,173
x11	,314	,402	,142	,249	,301	,130	,185	,305	-,011	,596	1,00	,540	,361	,057	,159	,256	,213	,029
x12	,456	,541	,326	,565	,351	,051	,177	,432	,105	,469	,540	1,00	,578	,442	,457	,481	,399	,299
x13	,559	,512	,381	,714	,476	,090	,287	,325	,267	,352	,361	,578	1,00	,400	,321	,481	,573	,554
x14	,153	,254	,126	,386	,213	,248	,212	,404	,359	,359	,057	,442	,400	1,00	,634	,753	,656	,412
x15	,085	,260	,048	,296	,187	,048	,081	,296	,366	,342	,159	,457	,321	,634	1,00	,755	,671	,424
x16	,153	,418	,084	,425	,213	,248	,284	,462	,280	,421	,256	,481	,481	,753	,755	1,00	,773	,525
x17	,215	,313	,093	,464	,213	,244	,306	,324	,430	,403	,213	,399	,573	,656	,671	,773	1,00	,551
x18	,341	,324	,089	,524	,362	,052	,053	,323	,274	,173	,029	,299	,554	,412	,424	,525	,551	1,00

Lampiran 10. Tabel Item Total Statistik

Tabel Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	49,50	40,320	,478	.	,866
x2	49,35	39,577	,583	.	,862
x3	49,48	41,533	,320	.	,871
x4	49,44	39,266	,597	.	,861
x5	49,27	40,956	,453	.	,867
x6	49,65	41,446	,309	.	,872
x7	49,90	40,253	,417	.	,868
x8	50,06	38,455	,485	.	,866
x9	49,89	41,577	,287	.	,872
x10	50,10	38,482	,534	.	,864
x11	49,69	40,609	,422	.	,868
x12	49,47	38,810	,658	.	,859
x13	49,48	38,516	,717	.	,857
x14	49,76	38,547	,616	.	,860
x15	49,68	39,730	,550	.	,863
x16	49,76	37,695	,724	.	,856
x17	49,73	38,530	,691	.	,858
x18	49,66	39,736	,504	.	,865