

**HAMBATAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK
MATERI PENCAK SILAT SAAT PANDEMI COVID-19
DI SMP NEGERI 1 SEWON KABUPATEN BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Khoirun Amala
NIM 17601241070

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN OLAHRAGA DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

HAMBATAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK MATERI PENCAK SILAT SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 1 SEWON KABUPATEN BANTUL

Disusun Oleh:

Khoirun Amala
NIM 17601241070

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 31 Agustus 2021

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731199001 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197310062001122001

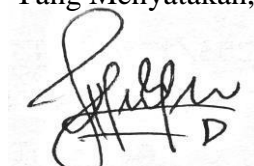
SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khoirun Amala
NIM : 17601241070
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TA : Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi
Pencak Silat Saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1
Sewon Kabupaten Bantul

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

Yogyakarta, 31 Agustus 2021
Yang Menyatakan,



Khoirun Amala
NIM 17601241070

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

HAMBATAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK MATERI PENCAKSIKILAT SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI SEWON KABUPATEN BANTUL

Disusun Oleh:
Khoirun Amala
NIM17601241070

Telah di pertahankan didepan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 28 April 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nur Rohmah Muktiani, M.Pd.Ketua Penguji/Pembimbing		16 Juli 2022
Dr. Sugeng Purwanto, M.Pd.Sekretaris Penguji		15 Juli 2022
Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Penguji 1 (Utama)		14 Juli 2022

Yogyakarta, 17 Oktober 2022
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP.196407071988121001

MOTTO

1. Angkatlah kesedihan menjadi kekuatanmu. Tunjukkan pada dunia bahwa kamu kuat, bukan manusia lemah (Khoirun Amala).
2. Jika kamu ingin hidup bahagia, terikatlah pada tujuan, bukan orang atau benda (Albert Einstein).

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karyaku ini untuk Bapak Jamzuri dan Ibu Siti Aminah, yang selalu memberikan dukungan dan selalu memotivasi anaknya dengan sabar dan selalu memberikan doa restu, dengan karya kecil dan gelar sarjana ini kupersembahkan untukmu.

HAMBATAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK MATERI PENCAK SILAT SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 1 SEWON KABUPATEN BANTUL

Oleh:

Khoirun Amala
NIM 17601241070

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Sewon yang berjumlah 136 peserta didik. Teknik *sampling* yang digunakan *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket tertutup. Analisis data menggunakan deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diketahui bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “cukup” sebesar 41,91% (57 peserta didik), “tinggi” sebesar 57,35% (78 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,74% (1 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 yaitu tidak stabilnya jaringan internet sehingga kurang optimal pelaksanaannya di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul pada kategori tinggi.

Kata kunci: *hambatan, pembelajaran PJOK, pencak silat, covid-19*

KATA PENGANTAR

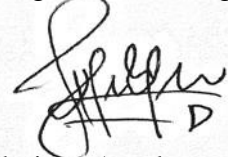
Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat Saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul“ 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. Ibu Nur Rohmah Muktiani, S.Pd., M.Pd., Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi, Ketua Penguji, yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Penguji dan Sekretaris yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.,Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi

5. Kepala sekolah, guru, dan siswa di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul, yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Semua teman-teman Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekresasi yang selalu memberikan semangat, serta motivasinya.

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

Yogyakarta, 28 Maret 2022
Yang Bertanda tangan



Khoirun Amala
NIM 17601241070

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Hasil Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Tinjauan Faktor Penghambat	7
2. Hakikat Pembelajaran	23
a. Pengertian Pembelajaran	23
b. Pembelajaran PJOK.....	29
3. Pembelajaran Daring saat Pndemi Covid-19.....	35
4. Hakikat Pembelajaran Pencak Silat	51
a. Pengertian Pencak Silat.....	51
b. Teknik Dasar Pencak Silat	53
5. Hakikat Covid-19.....	56
a. Pengertian Covid-19	56
b. Patogenesis dan Patifisiologis Covid-19.....	61
B. Kajian Penelitian yang Relevan	66
C. Kerangka Berpikir	70
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	73
B. Tempat dan Waktu Penelitian	73
C. Populasi dan Sampel Penelitian	73
D. Definisi Operasional Variabel.....	74
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	75

F. Analisis Butir Instrumen	77
G. Teknik Analisis Data.....	79
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	81
1. Faktor Intrinsik.....	83
2. Faktor Ekstrinsik	90
B. Pembahasan.....	96
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	104
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	106
B. Implikasi	106
C. Saran	107
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN.....	118

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	72
Gambar 2. Diagram Batang Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.....	82
Gambar 3. Diagram Batang Faktor Intrinsik.....	84
Gambar 4. Diagram Batang Indikator Jasmani.....	86
Gambar 5. Diagram Batang Indikator Psikologis.....	87
Gambar 6. Diagram Batang Indikator Kelelahan.....	89
Gambar 7. Diagram Batang Faktor Ekstrinsik.....	91
Gambar 8. Diagram Batang Indikator Keluarga.....	92
Gambar 9. Diagram Batang Indikator Sekolah.....	94
Gambar 10. Diagram Batang Indikator Masyarakat.....	96

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian.....	73
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	74
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen.....	75
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen.....	76
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas.....	78
Tabel 6. Norma Kategori Penilaian.....	80
Tabel 7. Deskriptif Statistik Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.....	81
Tabel 8. Norma Penilaian Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul	81
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Intrinsik.....	83
Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Intrinsik.....	84
Tabel 11. Deskriptif Statistik Indikator Jasmani.....	85
Tabel 12. Norma Penilaian Indikator Jasmani.....	85

Tabel 13.	Deskriptif Statistik Indikator Psikologis.....	86
Tabel 14.	Norma Penilaian Indikator Psikologis.....	87
Tabel 15.	Deskriptif Statistik Indikator Kelelahan.....	88
Tabel 16.	Norma Penilaian Indikator Kelelahan.....	89
Tabel 17.	Deskriptif Statistik Faktor Ekstrinsik.....	90
Tabel 18.	Norma Penilaian Faktor Ekstrinsik.....	90
Tabel 19.	Deskriptif Statistik Indikator Keluarga.....	91
Tabel 20.	Norma Penilaian Indikator Keluarga.....	92
Tabel 21.	Deskriptif Statistik Indikator Sekolah.....	93
Tabel 22.	Norma Penilaian Indikator Sekolah.....	94
Tabel 23.	Deskriptif Statistik Indikator Masyarakat.....	95
Tabel 24.	Deskriptif Statistik Indikator Kelelahan.....	95

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	119
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah.....	120
Lampiran 3. Instrumen Penelitian.....	121
Lampiran 4. Data Penelitian.....	125
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	130
Lampiran 6. Tabel.....	131
Lampiran 7. Deskriptif Statistik.....	132
Lampiran 8. Deskriptif Statistik Berdasarkan Indikator.....	135
Lampiran 9. Menghitung Norma Penilaian (PAP)	138
Lampiran 10. Data Peserta Didik	143

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pemerintah Republik Indonesia menginstruksikan untuk melakukan gerakan kerja dari rumah atau *Work from Home* yang mengharuskan masyarakat untuk bekerja secara remote dari rumah masing-masing dengan tujuan untuk memutus rantai penyebaran virus corona. Pembelajaran online telah terjadi hampir di seluruh dunia selama pandemi Covid-19 . Guru dan pendidik sebagai elemen penting dalam pengajaran diharuskan melakukan migrasi besar- besaran yang belum pernah terjadi sebelumnya dari pendidikan tatap muka tradisional ke pendidikan online atau pendidikan jarak jauh. Pada era industri 4.0, teknologi digital dapat memberikan dampak buruk bagi dunia pendidikan jika penggunaannya tidak tepat guna (Putrawangsa & Hasanah, 2018: 42).

Pembelajaran *online* dapat memanfaatkan *platform* berupa aplikasi, *website*, jejaring sosial maupun *learning management system* (Gunawan, dkk., 2020: 62). Kemendikbud memberikan kebebasan bagi tiap sekolah untuk memilih *platform* belajar daring mereka (Kemendikbud, 2020a). Sistem pembelajaran daring (dalam jaringan) merupakan sistem pembelajaran tanpa tatap muka secara langsung antara guru dan peserta didik tetapi dilakukan melalui *online* yang menggunakan jaringan internet. Guru harus memastikan kegiatan belajar mengajar tetap berjalan, meskipun peserta didik berada di rumah. Solusinya, guru dituntut dapat mendesain media pembelajaran sebagai inovasi dengan memanfaatkan media daring (*online*). Hal ini sesuai dengan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia

terkait Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19). Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 pada Satuan Pendidikan dan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat *Coronavirus Disease* (COVID-19), maka kegiatan belajar dilakukan secara daring (*online*) dalam rangka pencegahan penyebaran *coronavirus disease* (COVID-19) (Menteri Pendidikan, 2020: 2).

Infrastruktur yang mendukung pembelajaran *online* secara gratis melalui berbagai ruang diskusi seperti *Google Classroom*, *Whatsapp*, Kelas Cerdas, *Zenius*, *Quipper*, dan *Microsoft* (Abidah, dkk., 2020: 39). Fitur *Whatsapp* mencakup *Whatsapp Group* yang dapat digunakan untuk mengirim pesan teks, gambar, video, dan file dalam berbagai format kepada semua anggota (Kusuma & Hamidah, 2020: 2). *Google Classroom* juga memungkinkan pendidik dan guru mengembangkan pembelajaran kreatif. Ini selaras dengan penelitian Firman & Rahayu (2020: 81) bahwa pembelajaran *online* melatih kemandirian belajar. Ini akan membutuhkan keterlibatan peserta didik yang lebih besar untuk meningkatkan perilaku belajar observasional. Perilaku tersebut dapat dilakukan dengan membaca, memaknai postingan diskusi dan mendiskusikan video atau konten pembelajaran (Zayapragassarazan, 2020: 10).

Salah satu sekolah yang melaksanakan pembelajaran daring khususnya Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) yaitu SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul. Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral.

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pendidikan jasmani secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek *physical*, *psychomotor*, *cognitif*, dan aspek afektif (Komarudin, 2016: 14). Hakikat pembelajaran PJOK yang syarat dengan gerakan fisik, pembelajarannya dilakukan di ruang terbuka atau di lapangan. Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan (Supriyadi, 2018: 7)

Pembelajaran PJOK yang terkena dampak akibat pandemi Covid-19 yaitu materi pencak silat. Salah satu materi PJOK kelas VIII SMP yaitu pencak silat. Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar, yaitu: KI: 3.4 Memahami variasi gerak spesifik seni beladiri. KD: 4.4 Mempraktikkan variasi gerak spesifik seni beladiri. Menurut Kriswanto (2015: 19) ditinjau dari identitas dan kaidahnya, pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan mental spiritual dan pendidikan jasmani untuk membentuk manusia yang mampu menghayati dan mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur.

Berbagai kendala saat pembelajaran daring materi pencak silat dialami di SMP Negeri 1 Sewon. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 14 Januari 2021 yang dilakukan dengan guru dan beberapa peserta didik di SMP Negeri 1 Sewon permasalahan yang banyak terjadi saat mengikuti pembelajaran daring yaitu tidak stabilnya jaringan internet, sehingga kurang optimal pelaksanaannya. Pembelajaran daring tidak bisa lepas dari jaringan internet. Koneksi jaringan internet menjadi salah satu kendala yang dihadapi peserta didik dan guru yang tempat tinggalnya

sulit untuk mengakses internet, apalagi peserta didik tersebut tempat tinggalnya di daerah pedesaan.

Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 1 Sewon, pembelajaran PJOK materi pencak silat tetap dilakukan, materi yang diberikan berupa penjelasan secara singkat tentang materi pencak silat. Terkait dengan tugas, guru memberikan tugas dengan melakukan gerakan atau teknik terkait pencak silat, kemudian peserta didik membuat video dan dikirim melalui *handphone* kepada guru yang bersangkutan.

Permasalahan lain yang terjadi bukan hanya terdapat pada sistem media pembelajaran, akan tetapi ketersediaan kuota yang membutuhkan biaya cukup tinggi harganya bagi peserta didik dan guru guna memfasilitasi kebutuhan pembelajaran daring dan pihak sekolah tidak memberikan kuota kepada peserta didik. Berdasarkan hasil observasi dengan 50 peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Sewon, 80% peserta didik mempunyai *hanphone* pribadi, sedangkan 20% di antaranya tidak mempunyai *handphone* pribadi. Kuota yang dibeli untuk kebutuhan internet menjadi melonjak dan banyak diantara orangtua peserta didik yang tidak siap untuk menambah anggaran dalam menyediakan jaringan internet. Hal ini pun menjadi permasalahan yang sangat penting bagi peserta didik, jam berapa mereka harus belajar dan bagaimana data (kuota) yang mereka miliki,

sedangkan orangtua yang berpenghasilan rendah atau dari kalangan menengah ke bawah (kurang mampu). Hingga akhirnya hal seperti ini dibebankan kepada orangtua peserta didik yang ingin anaknya tetap mengikuti pembelajaran daring.

Permasalahan tersebut di atas tentu harus tetap di evaluasi guna memperoleh pembelajaran yang lebih baik. Kuncinya adalah untuk melakukan pembelajaran *online* sesuai dengan kondisi setempat (Zhang et al., 2020: 3). Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam dengan judul “Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul”, sehingga permasalahan pembelajaran daring dapat diminimalisir.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Jaringan internet di Kecamatan Sewon Kabupaten Bantul tidak stabil, sehingga menghambat dalam proses pembelajaran.
2. Ketersediaan kuota yang membutuhkan biaya cukup tinggi harganya bagi peserta didik dan guru.
3. Guru di SMP Negeri 1 Sewon tidak semua mahir menggunakan teknologi internet atau media sosial sebagai sarana pembelajaran.
4. Sebagian peserta didik masih belum bisa memonitor, mengatur, dan mengontrol belajar *online* di rumah.

5. Belum diketahuinya hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tidak terlalu luas maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini perlu dibatasi pada hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: “Seberapa tinggi hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Ada beberapa manfaat yang bisa didapat dari penelitian ini. Dalam hal ini peneliti membagi menjadi 2 manfaat, yaitu:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan bagi semua unsur pendidikan terutama pendidikan jasmani dan kesehatan serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

1. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah

- 1) Memberikan informasi bagi pihak sekolah dan guru PJOK mengenai faktor penghambat pembelajaran daring materi pencak silat.
- 2) Data yang diperoleh untuk pengembangan dan evaluasi.

b. Bagi Universitas Negeri Yogyakarta

- 1) Penelitian ini akan dijadikan sumbangan ilmu bagi FIK dan mahasiswa di Universitas Negeri Yogyakarta secara umum.
- 2) Penelitian ini dijadikan bahan referensi dan acuan peneliti berikutnya mengenai faktor penghambat pembelajaran daring materi pencak silat.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Tinjauan Faktor Penghambat

Kegiatan belajar pada setiap jenjang pendidikan tidak senantiasa berhasil. Setiap peserta didik atau peserta didik seringkali mengalami hambatan dalam hal belajar. Kondisi ini dapat diartikan sebagai sebuah hambatan belajar. Mulyasa (2015: 6), menyatakan bahwa “pada umumnya hambatan merupakan suatu kondisi tertentu yang ditandai dengan adanya hambatan-hambatan dalam kegiatan mencapai tujuan, sedangkan hambatan belajar dapat diartikan sebagai suatu kondisi dalam suatu proses belajar yang ditandai adanya hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar”. Hambatan belajar merupakan gangguan atau hambatan dalam kemajuan belajar (Hamalik, 2013: 139).

Hambatan belajar menurut Ismail (2016: 36) adalah suatu kondisi di mana anak didik tidak dapat belajar secara maksimal disebabkan adanya hambatan, kendala atau gangguan dalam belajarnya”. Selanjutnya Fadil & Ismiyati (2015: 271) mendefinisikan bahwa “Hambatan belajar merupakan suatu kondisi tertentu yang ditandai dengan hambatan-hambatan dalam mencapai suatu tujuan, sehingga memerlukan suatu usaha yang lebih keras lagi untuk mengatasinya”. Seseorang dapat juga dikatakan mengalami hambatan belajar apabila yang bersangkutan tidak berhasil mencapai taraf kualifikasi hasil belajar tertentu.

Berdasarkan pendapat Mulyadi (2010: 6) bahwa “hambatan belajar adalah suatu kondisi dalam pembelajaran yang ditandai oleh hambatan-hambatan tertentu

untuk mencapai hasil belajar”. Pendapat lain menurut Irham & Wiyani (2013: 253), “hambatan belajar yang dialami peserta didik menunjukkan adanya kesenjangan atau jarak antara prestasi akademik yang diharapkan dengan prestasi akademik yang dicapai oleh peserta didik pada kenyataannya”. Djamarah (2011: 235) menyatakan bahwa “hambatan belajar adalah suatu kondisi dimana anak didik tidak dapat belajar secara wajar, disebabkan adanya ancaman, hambatan atau gangguan dalam belajar”.

Pendapat Ahmadi & Supriyono (2013: 43) bahwa “ada dua faktor penyebab hambatan belajar yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern yaitu faktor fisiologis (kondisi fisik peserta didik) dan faktor psikologis (kondisi kejiwaan peserta didik). Faktor ekstern berasal dari luar diri peserta didik yaitu faktor keluarga, sekolah, dan masyarakat”. Menurut Dalyono (dalam Fadil & Ismiyati, 2015: 272), menjelaskan bahwa faktor-faktor penyebab hambatan belajar dapat digolongkan ke dalam dua golongan yaitu: “(1) Faktor intern (faktor dari dalam diri manusia itu sendiri) yang meliputi: (a) Faktor fisiologi, (b) Faktor psikologi, (2) Faktor ekstern (faktor dari luar manusia) meliputi: (a) Faktor-faktor non sosial, (b) Faktor-faktor sosial”.

Selain pendapat di atas, diungkapkan Suryabrata (2012: 233-238) faktor hambatan belajar dalam dua kategori:

a. Faktor-faktor yang berasal dari luar diri pelajar, dan ini masih lagi dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu:

1) Faktor-faktor non-sosial, misalnya: keadaan udara, suhu udara, cuaca, waktu (pagi atau siang ataupun malam), tempat (letaknya, gedungnya), alat-alat yang

dipakai untuk belajar (seperti alat tulis, buku-buku, alat peraga, yang biasa disebut dengan alat pelajaran).

- 2) Faktor-faktor sosial, misalnya: yang dimaksud dengan faktor sosial disini adalah faktor manusia (sesama manusia), baik manusia itu ada (hadir) maupun kehadirannya itu dapat disimpulkan, jadi tidak langsung hadir (guru, metode guru dalam mengajar, situasi pergaulan, sikap orang tua terhadap hasil belajar, serta sesama manusia atau pribadi).
- b.** Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri pelajar, dan ini juga dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu:
 - a) Faktor-faktor fisiologis, yaitu: Keadaan jasmani yang segar akan lain pengaruhnya dengan keadaan jasmani yang kurang segar, nutrisi harus cukup karena kekurangan kadar makanan, penyakit yang mengganggu belajar, keadaan fungsi-fungsi pancaindera.
 - b) Faktor-faktor psikologis, yaitu: sifat ingin tahu, sifat yang kreatif, mendapat simpati, usaha yang baru, rasa aman menguasai pelajaran, motif-motif dalam belajar.

Pendapat Syah (2016: 132) menyatakan bahwa untuk mengatasi hambatan belajar yang dihadapi peserta didik dapat diselesaikan dengan berbagai faktor, yaitu:

- a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik sendiri.

Adapun faktor-faktor yang terdapat dalam diri peserta didik, yaitu:

1) Faktor Jasmani

Kondisi umum jasmani dan *tonus* (tegangan otot) yang memadai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas peserta didik dalam mengikuti pelajaran. Kondisi organ tubuh yang lemah, apabila jika disertai pusing-pusing kepala misalnya, dapat menurunkan kualitas ranah cipta (kognitif), sehingga materi yang dipelajari pun kurang atau tidak berbekas. Keadaan fisik yang sehat, segar, kuat akan menguntungkan nilai hasil belajar.

2) Faktor Psikologis

Banyak faktor yang termasuk aspek psikologis yang dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas perolehan pembelajaran peserta didik. Namun, diantara faktor-faktor psikis peserta didik yang pada umumnya dipandang lebih esensial itu adalah sebagai berikut: tingkat kecerdasan, sikap peserta didik, bakat peserta didik, minat peserta didik, dan motivasi peserta didik. Keadaan mental/psikologis yang bersifat sesaat maupun yang terus menerus yang sehat, segar, baik pengaruhnya terhadap hasil belajar.

Dalam belajar tidak hanya menyangkut segi intelek, tetapi juga menyangkut segi kesehatan mental dan emosional. Hubungan kesehatan mental dengan belajar adalah timbal balik. Kesehatan mental dan ketenangan emosi akan menimbulkan hasil belajar yang baik, demikian juga belajar yang selalu sukses akan membawa harga diri seseorang. Bila harga diri tumbuh akan merupakan faktor adanya kesehatan mental. Individu di dalam hidupnya selalu mempunyai kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan, seperti memperoleh penghargaan, dapat

kepercayaan, rasa aman, rasa kemesraan, dan lain-lain. Apabila kebutuhan itu tidak terpenuhi akan membawa masalah-masalah emosional dan bentuk-bentuk *maladjustment*. *Maladjustment* sebagai manifestasi dari rasa emosional mental yang kurang sehat dapat merugikan belajarnya misalnya, anak yang sedih akan kacau pikirannya, kecewa akan sulit mengadakan konsentrasi. Biasanya melakukan kompensasi di bidang lain mungkin melakukan perbuatan-perbuatan agresif, seperti kenakalan, merusak alat-alat sekolah, dan sebagainya. Keadaan seperti ini akan menimbulkan kesulitan belajar, sebab dirasa tidak mendatangkan kebahagiaan. Karena itu guru/petugas diagnosis harus cepat-cepat mengetahui keadaan mental serta emosi anak didiknya, barangkali faktor ini sebagai penyebab kesulitan belajar. Kesetaraan gender dan inklusi sosial memberikan perhatian pada penghargaan, rasa aman, nyaman, kasih sayang, sebaliknya berupaya menghindari kekerasan dan anarkis (Nurjan, 2016: 166).

3) Faktor Kelelahan

Kelelahan merupakan keadaan dimana seseorang tidak mampu melakukan kegiatan yang berkelanjutan atau terus menerus. Berdasarkan Slameto (2015: 59-60) kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan, tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis). Kelelahan jasmani dapat terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. Kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang. Kelelahan dapat mempengaruhi belajar. Agar peserta didik dapat belajar dengan baik haruslah menghindari kelelahan.

Berdasarkan beberapa kajian para ahli dapat disimpulkan bahwa faktor yang menghambat pembelajaran sepak bola yaitu intrinsik terdiri dari jasmaniah yang meliputi kesehatan dan cacat tubuh, psikolog meliputi intelegensi, minat, bakat, dan lainnya, dan kelelahan meliputi keadaan yang dialami oleh seseorang akibat aktivitas.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal peserta didik terdiri dari dua macam, yaitu: faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan nonsosial, dijelaskan sebagai berikut:

1) Keluarga

Keluarga adalah pengaruh utama dalam proses pembelajaran anak. Pola asuh orang tua sangat mempengaruhi keadaan mental anak. Keluarga merupakan pusat pendidikan yang utama dan pertama. Oleh karenanya, faktor orang tua memegang peran yang sangat penting dalam proses pembelajaran anak. Orang tua yang tidak/kurang memperhatikan pendidikan anak-anaknya, mungkin acuh tak acuh, tidak memperhatikan kemajuan belajar anak-anaknya, akan menjadi penyebab kesulitan belajar. Orang tua yang bersifat kejam, otoriter, akan menimbulkan mental yang tidak sehat bagi anak. Hal ini akan berakibat anak tidak dapat tenteram, tidak senang di rumah, ia pergi mencari teman sebayanya, hingga lupa belajar. Sebenarnya orang tua mengharapkan anaknya pandai, baik, cepat berhasil, tetapi malah menjadi takut, hingga rasa harga diri kurang. Orang tua yang lemah, suka memanjakan anak, ia tidak rela anaknya bersusah payah belajar, menderita, berusaha keras, akibatnya anak tidak mempunyai kemampuan dan kemauan, bahkan sangat bergantung pada orang tua, hingga malas berusaha, malas

menyelesaikan tugastugas sekolah, hingga prestasinya menurun (Nurjan, 2016: 166). Berikut penjelasan pengaruh keluarga terhadap pembelajaran menurut Slameto (2015: 60-64), yaitu:

a) Cara Orang Tua Mendidik

Cara orang tua mendidik anak memiliki pengaruh yang besar terhadap proses pembelajaran anaknya. Hal ini dipertegas oleh Sutjipto Wirowidjojo (dalam Slameto, 2015: 60-64) yang menyatakan bahwa keluarga adalah lembaga pendidikan yang pertama dan utama. Orang tua yang tidak memperhatikan pendidikan anak tentu akan memberikan dampak negatif pada proses perkembangan anak. Mobilitas kegiatan pada era globalisasi saat ini begitu cepat. Orang tua dihadapkan pada dua pilihan yang berat yaitu untuk berkarir atau untuk mengurus anak.

Orang tua saat ini cenderung acuh terhadap pola belajar anak di rumah. Memanjakan anak merupakan cara mendidik anak yang tidak baik karena dapat menimbulkan anak tidak mandiri. Orang tua tidak tega melihat anaknya yang kelelahan, sehingga tidak sampai hati untuk memaksa anaknya belajar. Orang tua juga ada yang membiarkan anaknya yang tidak belajar dengan teratur. Kebiasaan ini membuat anak tumbuh menjadi anak yang tidak disiplin, berbuat seenaknya sendiri, dan tentu saja akan berakibat kepada pola belajar yang tidak baik. Mendidik anak dengan otoriter itu juga tidak baik untuk perkembangan kepribadian anak. Hal tersebut membuat anak menjadi takut dan tidak dekat dengan orang tua.

b) Relasi Antar Anggota

Keluarga relasi antar Anggota keluarga yang paling penting yaitu relasi antara orang tua dengan anak. Relasi anak dengan saudara ataupun anggota keluarga yang lain turut memberikan pengaruh kepada pola belajar anak. Wujud relasi dapat berupa hubungan yang penuh kasih sayang, pengertian atau bisa juga sikap acuh. Relasi anak dan anggota saudara yang tidak terjalin dengan harmonis dapat menyebabkan perkembangan anak terhambat sehingga berakibat pada ketidaknyamanan anak untuk belajar dan menimbulkan masalah-masalah psikologis yang lain.

c) Suasana Rumah

Suasana rumah dimaksudkan sebagai situasi atau kejadian-kejadian yang sering terjadi di dalam keluarga di mana anak berada dan belajar. Suasana rumah juga merupakan faktor yang penting yang tidak termasuk faktor yang disengaja. Suasana rumah yang gaduh/ramai dan semrawut tidak akan memberi ketenangan kepada anak yang belajar. Suasana tersebut dapat terjadi pada keluarga besar yang terlalu banyak penghuninya. Suasana rumah yang tegang, ribut dan sering terjadi cekcok, pertengkaran antar anggota keluarga atau dengan keluarga lain menyebabkan anak menjadi bosan di rumah, suka keluar rumah (ngluyur), akibatnya belajarnya kacau.

d) Keadaan Ekonomi

Keluarga Keadaan ekonomi keluarga erat hubungannya dengan hasil belajar peserta didik. Peserta didik yang sedang belajar selain harus terpenuhi kebutuhan pokok seperti makanan, pakaian dan perlindungan kesehatan tetapi juga membutuhkan fasilitas belajar seperti ruangan belajar, meja, kursi, penerangan, alat

tulis, buku dan lain-lain. Kebutuhan fasilitas belajar dapat terpenuhi apabila keluarga memiliki cukup uang. Anak yang hidup di keluarga yang memiliki pendapatan rendah, kebutuhan pokok anak kurang terpenuhi sehingga kualitas kesehatan anak rendah sehingga dalam belajar tidak dapat maksimal. Anak dari keluarga berpenghasilan rendah juga merasa tidak percaya diri. Penghasilan keluarga yang rendah ini membuat anak yang belum cukup umur untuk bekerja harus membantu orang tua mencari nafkah. Keadaan ekonomi yang rendah ini juga tidak dapat dipungkiri dapat memacu anak untuk lebih bersemangat dalam belajar untuk memperbaiki keadaan ekonomi keluarga.

e) Pengertian Orang Tua

Anak belajar perlu dorongan dan pengertian orang tua. Bila anak sedang belajar jangan diganggu dengan tugas-tugas di rumah. Kadang-kadang anak mengalami lemah semangat, orang tua wajib memberi pengertian dan mendorongnya, membantu sedapat mungkin kesulitan yang dialami anak di sekolah. Kalau perlu menghubungi guru anaknya, untuk mengetahui perkembangannya.

f) Latar Belakang Budaya

Tingkat pendidikan atau kebiasaan di dalam keluarga mempengaruhi sikap anak dalam belajar. Perlu dalam kepada anak ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, agar mendorong semangat anak belajar.

2) Sekolah

Sekolah merupakan salah satu penghambat dalam belajar. Menurut Slameto (2015: 64-69) “faktor sekolah yang mempengaruhi belajar mencakup relasi guru dengan peserta didik, relasi peserta didik dengan peserta didik, kedisiplinan, pelajaran dan jam pelajaran, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas-tugas rumah”. Berikut ini dibahas faktor-faktor satu-persatu:

g) Metode mengajar

Dalam mengajar guru memerlukan metode yang cocok. Metode ini dimaksudkan agar materi yang disampaikan oleh guru terasa menarik dan peserta didik mudah menyerapnya.

h) Kurikulum

Kurikulum yang kurang tepat dapat menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan kesukaran belajar. Kurikulum sangat penting dan selalu ada dalam sebuah instansi pendidikan. Kurikulum pendidikan harus disesuaikan dengan perkembangan psikologi anak.

i) Relasi Guru dengan Peserta didik

Proses belajar mengajar terjadi antara guru dan peserta didik. Proses tersebut juga dipengaruhi oleh relasi yang ada dalam proses itu sendiri. Jadi cara belajar peserta didik juga dipengaruhi oleh relasinya dengan gurunya. Guru yang kurang berinteraksi dengan peserta didik secara akrab, menyebabkan proses belajar mengajar itu kurang lancar. Juga peserta didik merasa jauh dari guru, maka segan berpartisipasi secara aktif dalam belajar.

j) Relaksasi Peserta didik dengan Peserta didik

Guru yang kurang mendekati peserta didik dan kurang bijaksana, tidak akan melihat bahwa di dalam kelas ada grup yang saling bersaing secara tidak sehat. Jiwa kelas tidak terbina, bahkan hubungan masing-masing peserta didik tidak tampak. Dan menciptakan relasi yang baik antar peserta didik adalah perlu, agar dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap belajar peserta didik.

j) Disiplin Sekolah

Disiplin dalam sebuah sekolah sangat diperlukan untuk mengontrol kegiatan peserta didik di sekolah. Namun kedisiplinan yang terlalu ketat akan membuat peserta didik merasa terkekang dan merasa ruang geraknya dibatasi.

k) Alat Pelajaran

Keberhasilan belajar anak juga didukung oleh alat pelajaran atau sarana dan prasarana yang ada. Sarana dan prasarana yang memadai juga membantu tercapainya hasil belajar yang maksimal.

l) Waktu Sekolah

Waktu sekolah ialah waktu terjadinya proses belajar mengajar disekolah, waktu itu dapat pagi hari, siang, sore atau malam hari. Waktu sekolah juga mempengaruhi belajar peserta didik. Jika terjadi peserta didik terpaksa masuk sekolah di sore hari, sebenarnya kurang dapat dipertanggung jawabkan. Dimana peserta didik harus beristirahat, tetapi terpaksa masuk sekolah, hingga mereka mendengarkan pelajaran sambil mengantuk dan sebagainya.

m) Standar Pelajaran di Atas Ukuran

Guru berpendidikan untuk mempertahankan wibawanya, perlu memberi pelajaran di atas ukuran. Akibatnya peserta didik merasa kurang mampu dan takut kepada guru. Bila banyak peserta didik yang tidak berhasil dalam mempelajari mata pelajarannya, guru semacam itu merasa senang. Tetapi berdasarkan teori belajar, yang mengingat perkembangan psikis dan kepribadian peserta didik yang berbeda-beda, hal tersebut tidak boleh terjadi. Guru dalam menuntun penguasaan materi harus sesuai dengan kemampuan peserta didik masing-masing, yang penting tujuan yang telah dirumuskan dapat tercapai.

m) Keadaan Gedung

Keadaan gedung sangat berpengaruh dalam pembelajaran. Karena jika keadaan gedung kurang mendukung peserta didik akan merasa tidak nyaman dalam mengikuti pembelajaran yang berlangsung.

n) Metode Belajar

Banyak peserta didik melaksanakan cara belajar yang salah. Dalam hal ini perlu pembinaan dari guru. Dengan cara belajar yang tepat akan efektif pula hasil belajar peserta didik itu. Juga dalam pembagian waktu untuk belajar. Kadang-kadang peserta didik belajar tidak teratur, atau terus-menerus, karena besok akan tes. Dengan belajar demikian, peserta didik akan kurang istirahat, bahkan mungkin dapat jatuh sakit. Maka perlu belajar dengan teratur setiap hari, dengan pembagian waktu yang baik, memilih cara belajar yang tepat dan cukup istirahat akan meningkatkan hasil belajar.

o) Tugas Rumah

Guru memberikan tugas untuk peserta didik merupakan hal yang wajar. Tetapi peserta didik akan merasa jenuh dengan tugas yang terlalu banyak. Bagi sebagian peserta didik tugas merupakan beban. Hal seperti inilah yang akan menghambat proses belajar anak.

2) Masyarakat

Masyarakat adalah faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar peserta didik (Slameto, 2015: 69-70). Pengaruh itu terjadi karena peserta didik berada tinggal di masyarakat, yaitu:

a) Kegiatan peserta didik dalam masyarakat dapat melatih sosial peserta didik

Hal tersebut juga akan memberikan pengaruh yang baik terhadap perkembangan psikologis peserta didik. Peserta didik harus dapat membagi waktu ketika mengikuti kegiatan di masyarakat. Ketidakmampuan peserta didik dalam mengatur waktu tentu akan mengganggu belajar peserta didik. Peserta didik hendaknya memilih kegiatan di masyarakat yang tidak mengganggu belajar. Peserta didik diarahkan untuk mengikuti kegiatan yang memberikan dampak positif pada kegiatan belajar peserta didik. Kegiatan yang disarankan untuk diikuti peserta didik, misalnya bimbingan belajar, karang taruna dan kelompok diskusi, les olahraga atau musik dan lain-lain.

b) Mass media

Mass seperti bioskop, radio, TV, surat kabar, majalah, buku-buku, komik-komik, dan lain-lain. Semuanya itu ada dan beredar di masyarakat. Mass media memberikan pengaruh yang sangat besar, akan membawa pengaruh yang baik maupun jelek terhadap belajarnya, maka perlulah peserta didik mendapat

bimbingan dan kontrol yang cukup bijaksana dari pihak orang tua dan pendidik, baik di dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat.

c) Teman Bergaul

Peserta didik merasa lebih nyaman untuk mengungkapkan permasalahannya pada teman. Teman bergaul yang baik tentunya akan memberikan pengaruh yang positif begitu juga sebaliknya. Peserta didik yang bergaul dengan peserta didik yang rajin tentunya juga akan ikut rajin. Teman yang tidak baik tentunya akan membuat peserta didik meniru kebiasaannya seperti keluyuran, merokok, membolos, mabuk dan berzina sehingga mengganggu belajar peserta didik. Peserta didik dapat belajar dengan baik apabila memiliki teman yang bermotivasi tinggi dalam belajar. Pengawasan dan pembinaan peserta didik dalam pergaulan perlu dilakukan agar peserta didik tidak terjerumus pada pergaulan bebas.

d) Kehidupan masyarakat sekitar

Kehidupan masyarakat di sekitar memberikan pengaruh pada pola perilaku belajar peserta didik. lingkungan masyarakat yang terdiri dari orang-orang tidak terpelajar, penjudi, penzina tentu akan memberikan pengaruh yang tidak baik. Peserta didik akan meniru perilaku seseorang yang ada di sekitarnya. Kebiasaan yang tidak baik tersebut akan mengganggu belajar peserta didik. Lingkungan masyarakat yang terdiri dari orang-orang terpelajar akan memberikan motivasi dalam mencapai cita-cita dengan berusaha semaksimal mungkin dalam belajar.

Berdasarkan beberapa kajian para ahli dapat disimpulkan bahwa faktor yang menghambat pembelajaran sepak bola yaitu faktor ekstrinsik yaitu keluarga seperti

cara mendidik orangtua, relasi antar anggota, suasana keluarga dan kondisi ekonomi, kemudian sekolah terdiri dari fisik peserta didik, emosi peserta didik, sosial peserta didik dan intelektual peserta didik, terahir masyarakat yang terdiri dari kegiatan peserta didik di masyarakat, mass media televisi, radio dan lainnya, pergaulan peserta didik di masyarakat dan kehidupan masyarakat di sekitar peserta didik.

2. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran secara luas dedefinisikan sebagai sembarang proses dalam diri organisme hidup yang mengarah pada perubahan kapasitas secara permanen, yang bukan semata disebabkan oleh penuaan atau kematangan biologis. Dengan demikian, konsep pembelajaran ini bisa diterapkan kepada semua makhluk yang bisa berkembang dan mengembangkan dirinya melalui sebuah proses adaptasi dengan lingkungan di sekitarnya. Proses adaptasi inilah yang sebenarnya mengandung proses pembelajaran. Proses adaptasi ini berkait erat dengan bagaimana makhluk hidup mengembangkan kapasitasnya untuk merespons secara otomatis beberapa kebutuhan tertentu. Misalnya, kita bernafas secara otomatis dan jika suhu tubuh kita menjadi terlalu tinggi atau terlalu rendah akan terjadi mekanisme yang memicu keluarnya keringat yang akan mendinginkan tubuh, atau akan menggigil yang menaikkan suhu tubuh. Dengan demikian, proses pembelajaran merupakan sebuah proses kehidupan, sehingga bisa dimaknai bahwa semua makhluk hidup akan mengalami proses belajar tersebut, dan kalau makhluk hidup

berhenti dalam proses belajar tersebut, itu berarti akan menjadi fana. Termasuk juga dalam hal ini adalah makhluk hidup bernama manusia (Haryanto, 2020: 18).

Pembelajaran dari sudut pandang teori interaksional didefinisikan sebagai proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Berdasarkan konsep ini, pembelajaran dipandang memiliki kualitas baik jika interaksi yang terjadi bersifat multi arah, yakni guru-peserta didik, peserta didik-guru, peserta didik-peserta didik, peserta didik-sumber belajar, dan peserta didik-lingkungan belajar (Nurdyansyah & Fahyuni, 2016: 2).

Pembelajaran merupakan kegiatan belajar mengajar sehingga proses pembelajaran sangat saling membutuhkan, guru membutuhkan peserta didik dan peserta didik sangat membutuhkan peran guru, namun seharusnya bantuan guru harus semakin dikurangi karena tujuannya adalah meningkatkan keaktifan peserta didik bukan guru yang menjadi semakin aktif, dengan hal ini seharusnya pembelajaran yang tadinya satu arah (guru-peserta didik) menjadi dua arah (guru-peserta didik dan peserta didik-guru) (Festiawan & Arovah, 2020: 188).

Pembelajaran adalah suatu proses interaksi antara guru dan peserta didik dengan terencana dalam sistem pendidikan untuk menyampaikan materi dengan pola pendekatan, sehingga peserta didik lebih mudah menerima materi yang disampaikan sesuai keragaman dan kemampuan peserta didik yang berbeda-beda. Artinya peserta didik akan berhasil melakukannya dengan waktu dan macam gerak berbeda sesuai keterampilannya. Pembelajaran adalah pemberdayaan potensi peserta didik menjadi kompetensi. Kegiatan pemberdayaan ini tidak dapat berhasil tanpa ada orang yang membantu (Priastuti, 2015: 138).

Pembelajaran menurut Fathurrahman (2017: 16) adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar”. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) konsep-konsep tersebut, yaitu:

- 1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif
Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki, sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didik dengan sebaik-baiknya.
- 2) Pembelajaran dalam pengertian institusional
Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual.
- 3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif
Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

Uno (2011: 2), menyatakan “istilah pembelajaran memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik. Dengan demikian pembelajaran merupakan proses dari belajar yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi belajar”. Snelbecker yang telah dikutip Rianto (2012: 32) mendefinisikan “pembelajaran (*instructional theory*) sebagai seperangkat

prinsip yang dapat dijadikan pedoman dalam mengatur kondisi untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Putrawangsa (2018: 15) berpendapat tujuan pembelajaran tidak hanya berorientasi pada pembangunan pengetahuan baru kepada peserta didik guna meningkatkan level intelektualitas peserta didik, akan tetapi pembelajaran tidak dapat dipisahkan dari tujuannya untuk melatih keterampilan peserta didik untuk dapat melakukan suatu tindakan tertentu dan juga untuk menanamkan sikap moral, etika, dan kepribadian yang berdampak positif yang dapat diterima secara universal. Dalam hal ini, pembelajaran memiliki tiga ranah orientasi yang tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain, yaitu orientasi pengetahuan dan pemahaman (kognitif), orientasi keterampilan

Diungkapkan oleh Rahyubi (2014: 234) bahwa “dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, peserta didik, metode, materi, media, dan evaluasi”. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

1) Tujuan Pembelajaran

Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri peserta didik. Tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

2) Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (*curriculum*) berasal dari bahasa Yunani “*curir*” yang artinya “pelari” dan “*curere*” yang berarti “tempat berpacu”, yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis *start* sampai garis finis. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah pengetahuan atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan peserta didik guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

2) Guru

Guru atau pendidik yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, memfasilitasi, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar peserta didik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

3) Peserta didik

Peserta didik atau peserta didik adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan dibawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur.

4) Metode

Metode pembelajaran adalah suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang sering diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab, metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

4) Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan peserta didik. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan peserta didik akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan peserta didik akan rendah atau bahkan tidak peserta didik akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

5) Alat Pembelajaran (media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh.

6) Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam-dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas peserta didik, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar peserta didik yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Evaluasi yang efektif harus mempunyai

dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, manajemen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang belajar, di mana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

b. Pembelajaran PJOK

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu pelajaran yang diajarkan di sekolah. Pada tingkat SD, SMP, dan SMA/ sederajat. Mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga. Pelajaran PJOK, diharapkan mampu mengenalkan peserta didik dengan konsep-konsep penjas yang mengarahkan peserta didik agar memahami konsep tentang olahraga, kesehatan, dan prestasinya (Iswanto, 2017: 15).

Hakikat pembelajaran lebih dari sekedar pengajaran pengetahuan dari seorang guru kepada peserta didiknya, lebih dari itu dalam proses pembelajaran harapannya seorang pendidik bisa mengoptimalkan seluruh potensi yang ada pada

diri peserta didik. Hakikat Pendidikan jasmani memiliki dua asumsi yaitu pendidikan melalui jasmani dan pendidikan untuk jasmani. Berdasar pada asumsi pertama dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang sengaja dipilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Sedangkan asumsi yang kedua pendidikan jasmani diasumsikan sebagai sebuah media yang dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan peningkatan kemampuan jasmani (Rithaudin & Sari, 2019: 34).

Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total, dan sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan taraf kesehatan anak yang baik dan tidak bisa disangkal pula ada yang mengatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan demikian proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat membentuk karakter yang kuat untuk peserta didik, baik fisik, mental maupun sosial sehingga di kemudian hari diharapkan peserta didik memiliki budi pekerti yang baik, bermoral, serta mandiri dan bertanggung jawab (Mahardhika, dkk., 2018: 112).

Pendapat senada mengenai PJOK diungkapkan Widiastuti (2019: 141) yaitu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional". Aktivitas fisik menjadi hal yang utama dan dominan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Selain itu keunikan lainnya dari pendidikan jasmani adalah pendidikan jasmani dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan peserta didik, meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik yang kaya,

dan meningkatkan pengertian peserta didik dalam prinsip-prinsip gerak serta bagaimana menerapkannya dalam praktik.

Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral. Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pendidikan jasmani secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek *physical, psychomotor, cognitif*, dan aspek afektif (Komarudin, 2016: 14). Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani dan kebugaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan serta perkembangan watak dan kepribadian dalam rangka pembentukan individu Indonesia yang berkualitas, hakikatnya pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas isik untuk menghasilkan perubahan holistic dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Wicaksono, dkk, 2020: 42).

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019: 11). 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”.

Hal senada diungkapkan Kemendikbud (2014: 9) bahwa “Pendidikan Jasmani mengandung makna pendidikan menggunakan aktivitas jasmani untuk menghasilkan peningkatan secara menyeluruh terhadap kualitas fisik, mental, dan emosional peserta didik”. Kata aktivitas jasmani mengandung makna pembelajaran adalah berbasis aktivitas fisik. Kata olahraga mengandung makna aktivitas jasmani yang dilakukan dengan tujuan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Kegiatan ini dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Sementara kualitas fisik, mental dan emosional disini bermakna, pembelajaran PJOK membuat peserta didik memiliki kesehatan yang baik, kemampuan fisik, memiliki pemahaman yang benar, memiliki sikap yang baik tentang aktifitas fisik, sehingga sepanjang hidupnya mereka akan memiliki gaya hidup sehat dan aktif.

PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional” (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66).

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, makhluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Yudanto, 2008: 17). Penjasorkes diajarkan mulai dari Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Menengah Atas. Penjasorkes dapat dipahami sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani, namun pada kenyataannya pendidikan jasmani lebih banyak disampaikan dengan bentuk olahraga cabang. Penjasorkes yang selama ini diterapkan di sekolah, rata-rata menggunakan pendekatan teknik, sehingga keterampilan dasar menjadi salah satu tujuan utamanya. Pendekatan pembelajaran penjasorkesi yang berorientasi teknik ini berharap dengan penguasaan teknik cabang olahraga maka mereka akan mampu bermain olahraga tersebut (Ariwibowo, 2014: 42).

Pendapat lain menurut Paturusi (2012: 4-5), “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”. Utama (2011: 3) menyebutkan bahwa berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani. Salah satu tujuan pendidikan jasmani yaitu melalui aktivitas jasmani diupayakan untuk meningkatkan

keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial. Pernyataan ini mungkin yang secara tegas dijadikan asumsi dasar oleh guru pendidikan jasmani dengan memilih cara menyampaikan tujuan pembelajaran yang berorientasi pada tujuan keseluruhan.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

3. Pembelajaran Dalam Jaringan (Daring) saat Pandemi Covid-19

Media pembelajaran berbasis internet merupakan imbas dari perkembangan teknologi saat ini. Semua hal yang berhubungan dengan bahan pelajaran dan sumber pelajaran dapat diakses melalui internet. Guru dapat memanfaatkan internet sebagai sumber untuk menambah bahan pelajaran dan menambah wawasan pelajaran sesuai dengan perkembangan jaman. Di samping itu penggunaan internet akan membuat proses pembelajaran lebih menarik. Penggunaan internet sebagai media pembelajaran akan memudahkan peserta didik memperoleh wawasan dan pengetahuan tentang pembelajaran baik yang sudah disampaikan maupun yang belum disampaikan guru di kelas. Hal ini memungkinkan pembelajaran tidak langsung tetapi peserta didik memperoleh pengetahuan dengan media internet. Segala kegiatan di dalam dan di luar ruangan pada semua sektor untuk sementara

waktu ditunda sebagai upaya mengurangi penyebaran virus Covid-19 (Sadikin & Hamidah, 2020: 4).

Istilah model pembelajaran dalam jaringan (daring) atau *Online Learning Models* (OLM), pada awalnya digunakan untuk menggambarkan sistem belajar yang memanfaatkan teknologi internet berbasis komputer (*computer-based learning/CBL*). Dalam perkembangan selanjutnya, fungsi komputer telah digantikan oleh telepon seluler atau gawai. Pembelajaran dapat berlangsung lebih luwes dibandingkan jika menggunakan komputer. Orang dapat belajar di mana saja, kapan saja, dan dalam situasi apa saja.

Menurut Moore, et al., (2011: 130) “pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran”. Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang mampu mempertemukan guru peserta didik untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet (Kuntarto, 2017: 100). Pada tataran pelaksanaannya pembelajaran daring memerlukan dukungan perangkat-perangkat *mobile* seperti *smartphone* atau telepon android, laptop, komputer, tablet, dan *iphone* yang dapat dipergunakan untuk mengakses informasi kapan saja dan dimana saja (Gikas & Grant, 2013: 19).

Dalam pelaksanaan pembelajaran *online* membutuhkan jaringan internet untuk menghubungkan antara pendidik dengan peserta didik. Berdasarkan pendapat Moore, et al. (2011: 131) pembelajaran online merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan

kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran *online* atau sering disebut pembelajaran daring. Pembelajaran daring bertujuan memberikan layanan pembelajaran bermutu dalam jaringan (daring) yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau peminat yang lebih banyak dan lebih luas. Daring kombinasi adalah pembelajaran yang mengkombinasikan antara tatap muka dan daring. Daring kombinasi dilaksanakan dengan cara mempersiapkan sistem pembelajaran yang membutuhkan keterlibatan secara langsung antara guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran. Dalam daring kombinasi pelaksanaan pembelajaran tidak dibatasi ruang dan waktu, yang tidak mewajibkan untuk selalu belajar di dalam ruang kelas dengan segala peraturan yang kaku (Sofyana & Rozaq, 2019: 82).

Pembelajaran daring *learning* juga sangat efektif bagi peserta didik karena bisa berlatih dengan adanya umpan balik terkait menggabungkan kolaborasi kegiatan dengan belajar mandiri, dan personalisasi pembelajaran berdasarkan kebutuhan peserta didik yang menggunakan simulasi dan permainan. Pembelajaran berbasis daring *learning* dibangun melalui beberapa prinsip yang berperan untuk menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Hal ini membuat pembelajaran berbasis Daring Learning menjadi efektif yang dasarnya bergantung dari pandangan pemegang kepentingan. Menurut Rusman (Subron & Bayu, 2019: 32) setidaknya harus ada prinsip utama dalam pembelajaran berbasis daring di antaranya;

a. Interaksi

Interaksi berarti kapasitas komunikasi dengan orang lain yang tertarik pada topik yang sama atau menggunakan pembelajaran berbasis Learning. Dalam lingkungan belajar, interaksi berarti kapasitas berbicara baik antar peserta maupun antara peserta dengan instruktur. Interaksi membedakan antara pembelajaran berbasis daring dengan pembelajaran berbasis komputer (*Computer-Based Instruction*). Hal ini berarti bahwa mereka yang terlibat dalam pembelajaran berbasis Daring tidak berkomunikasi dengan mesin, melainkan dengan orang lain (baik peserta maupun tutor) yang kemungkinan tidak berada pada lokasi dengan waktu yang sama. Interaksi tidak hanya menyediakan hubungan antar manusia, tetapi menyediakan keterhubungan isi, dimana setiap orang dapat membantu antara satu dengan yang lain untuk memahami isi materi dengan berkomunikasi. Hal tersebut menciptakan lapisan belajar terdalam yang tidak bisa diciptakan oleh pengembangan media.

a. Ketergunaan

Ketergunaan yang dimaksud di sini adalah bagaimana bisa pembelajaran yang berbasis *Learning* diaktualisasikan. Terdapat dua elemen penting dalam prinsip ketergunaan, yaitu konsistensi dan kesederhanaan. Intinya adalah bagaimana perkembangan pembelajaran berbasis Learning ini menciptakan lingkungan belajar yang konsisten dan sederhana, sehingga peserta didik tidak mengalami kesulitan baik dalam proses pembelajaran maupun navigasi konten (materi dan aktivitas belajar lain).

E-Learning adalah suatu sistem pembelajaran yang dapat digunakan sebagai sarana untuk proses belajar mengajar yang dilaksanakan tanpa harus bertatap muka

secara langsung antara guru dengan peserta didik (Ardiansyah, 2013: 26). Diungkapkan Putri & Dewi (2020: 34) bahwa “seiring perkembangan zaman, seseorang dapat memperoleh informasi secara mudah melalui teknologi baru yang terus berkembang. Perkembangan teknologi ini dapat menjadi menguntungkan di bidang pendidikan bagi guru maupun peserta didik”. Adapun manfaat dari kegiatan belajar menggunakan *e-learning*, yaitu dengan dapat mempersingkat waktu pembelajaran atau lebih praktis dan membuat biaya pelajaran lebih ekonomis, *e-learning* juga dapat mempermudah interaksi peserta didik dengan bahan materi yang telah diberikan, peserta didik juga dapat saling berbagi informasi dan dapat mengakses bahan belajar setiap saat hingga berulang-ulang, dan *e-learning* merupakan proses pengembangan pengetahuan tidak hanya terjadi di dalam ruangan kelas saja, tetapi di luar kelas atau di rumah (*study at home*) dengan bantuan peralatan teknologi dan jaringan internet, sehingga para peserta didik dapat aktif terlibat dalam proses belajar-mengajar (Rohmah, 2016: 4).

Keuntungan tentang keuntungan penggunaan pembelajaran *online*

diungkapkan Arnesti & Hamid (2015: 87) yaitu:

- a. pembelajaran bersifat mandiri dan interaktivitas yang tinggi,
- b. mampu meningkatkan tingkat ingatan,
- c. memberikan lebih banyak pengalaman belajar, dengan teks, audio, video dan animasi yang semuanya digunakan untuk menyampaikan informasi,
- d. memberikan kemudahan menyampaikan
- e. memperbarui isi,
- f. mengunduh,
- g. para peserta didik juga bisa mengirim email kepada peserta didik lain,
- h. mengirim komentar pada forum diskusi,
- i. memakai ruang *chat*,
- j. hingga *link video conference* untuk berkomunikasi langsung.

Dalam konsep teknologi pendidikan, pada model *distancing learning* (pembelajaran jarak jauh) yang menjadi awal pembelajaran online/daring, teknologi hanyalah sebuah alat (*tools*) atau dalam pembelajaran disebut sebagai media yang akan membantu guru dalam menyampaikan isi, pesan dan informasi yang menjadi konten pembelajaran. Dengan demikian kehadiran teknologi komunikasi dengan segala perangkat bawaannya bukanlah merupakan hal yang paling mendasar dalam pembelajaran di masa pandemi covid-19. Teknologi pendidikan dan teknologi pembelajaran dalam hal ini adalah bagaimana proses pembelajaran dapat terus berlangsung meskipun peserta didik dan guru berada di rumah masing-masing. Dengan konsep *distancing learning* tersebut, maka kendala yang berkaitan dengan kekurangan kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran *online* tidak semua peserta didik memiliki perangkat teknologi (*handphone*) berbasis android untuk mengakses pembelajaran *online* bukanlah alasan untuk tidak menyelenggarakan pembelajaran di masa pandemi covid-19. Modul cetak menjadi alternatif pengganti perangkat teknologi informasi dalam penyelenggaraan pembelajaran di masa pandemi (Suparman, 2014: 34).

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *Coronavirus Disease* (Covid-19) poin ke 2 yaitu proses belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Belajar dari rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik, tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan;
- b. Belajar dari rumah dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemik Covid-19;

- c. Aktivitas dan tugas pembelajaran belajar dari rumah dapat bervariasi antarpeserta didik, sesuai minat dan kondisi masing-masing, termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses/fasilitas belajar di rumah;
- d. Bukti atau prosuk aktivitas belajar dari rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan berguna dari guru, tanpa diharuskan memberi skor/nilai kuantitatif.

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang memanfaatkan teknologi multimedia, video, kelas virtual, teks *online* animasi, pesan suara, email, telepon konferensi, dan video *streaming online*. Pembelajaran dapat dilakukan secara masif dengan jumlah peserta yang tidak terbatas, bisa dilakukan secara gratis maupun berbayar (Bilfaqih & Qomarudin, 2015: 43). Hal ini dilakukan untuk menghindari kontak langsung antara pendidik dan peserta didik yang mana sistem pembelajaran secara konvensional atau tatap muka dapat memperluas penyebaran virus Covid-19.

Dalam kegiatan pembelajaran *online* ini tidak mengharuskan peserta didik berada di sekolah atau berada di satu tempat yang sama dengan pendidik. Berdasarkan pendapat Meidawati (2019) pembelajaran daring dapat dipahami sebagai pendidikan formal yang diselenggarakan oleh sekolah yang pendidik dan peserta didiknya berada di lokasi terpisah, sehingga membutuhkan sistem telekomunikasi interaktif untuk menghubungkan keduanya dan berbagai sumber daya yang diperlukan di dalamnya. Dengan memanfaatkan jaringan internet di dalam proses pembelajaran, maka pembelajaran dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja.

Pembelajaran secara daring merupakan cara baru dalam proses belajar mengajar yang memanfaatkan perangkat elektronik khususnya internet dalam penyampaian belajar. Pembelajaran daring, sepenuhnya bergantung pada akses

jaringan internet. Menurut Imania (2019: 32) “pembelajaran daring merupakan bentuk penyampaian pembelajaran konvensional yang dituangkan pada format digital melalui internet. Pembelajaran daring, dianggap menjadi satu-satunya media penyampai materi antara guru dan peserta didik, dalam masa darurat pandemi”.

Pada pelaksanaan pembelajaran *online* guru tidak dibatasi oleh aturan dalam memilih aplikasi yang akan digunakan, artinya guru diberi kebebasan dalam menggunakan aplikasi untuk menyampaikan materi secara online. Namun guru harus dapat memperhatikan aplikasi yang digunakan supaya peserta didik dapat menggunakan dengan baik dan benar sehingga dapat menciptakan komunikasi yang baik saat pembelajaran, sehingga mencapai tujuan dari pembelajaran itu sendiri.

Pemerintah juga mengambil peran dalam menangani ketimpangan dalam kegiatan belajar selama pandemi covid-19 yang terjadi saat ini. Melansir pada laman resmi Kemendikbud RI, ada 12 *platform* atau aplikasi yang dapat diakses pelajar dalam belajar, yaitu (1) Rumah Belajar; (2) Meja Kita; (3) *Icando*; (4) *Indonesiastax*; (5) *Google for education*; (6) Kelas Pintar; (7) *Microsoft office 365*; (8) *Quipper school* (9) Ruang guru; (10) Sekolahmu; (11) *Zenius*; (12) *Cisco webex*. Selain itu terdapat beberapa aplikasi yang dapat digunakan dalam pembelajaran daring yang dilakukan oleh guru dan peserta didik yaitu *Learning Management System* (LMS). Beberapa LMS yang berlisensi *open source* dan yang sering digunakan dalam proses pembelajaran pada saat pandemi covid-19 sebagai berikut:

1) *Google classroom*

Google sebagai *platform web tool* yang sangat menarik dan memilikibanyak fungsi, memberikan kemudahan bagi para penggunanya unuk mendapatkan

berbagai macam informasi yang dibutuhkan. Pada tahun 2014, *Google* memperkenalkan platform khusus yang digunakan sebagai alat untuk membantu pelaksanaan pembelajaran yaitu *Google Classroom*. *Google Classroom* (GC) membantu guru untuk membuat dan mengatur tugas kelas dengan cepat dan mudah, memberikan umpan balik kepada peserta didik langsung secara efisien, dan berkomunikasi bersama peserta didik tanpa terbatas oleh ruang dan waktu. GC dianggap sebagai platform terbaik yang mampu meningkatkan kinerja guru. GC menyediakan fasilitas yang sangat bermanfaat yang dapat dimanfaatkan oleh peserta didik. GC membantu guru untuk mengatur kelas, memanfaatkan waktu dan meningkatkan kualitas komunikasi dengan peserta didik (Latif, 2016: 8).

GC merupakan aplikasi tak berbayar, sehingga GC dianggap sangat cocok untuk digunakan dinegara-negara berkembang, atau secara khusus dapat digunakan oleh sekolah-sekolah yang memiliki keterbatasan biaya dalam pengembangan penggunaan ICT dalam proses pembelajarannya. GC juga dapat digunakan sebagai alat untuk mengatur sistem pembelajaran ditingkat sekolah sampai perguruan tinggi. Dengan GC guru dapat dengan efektif dan efisien dalam pengelolaan kelas (Azhar & Iqbal, 2018: 7)

2) *Moodle*

Media pembelajaran berbasis komputer dan internet ini disebut dengan *e-learning*. Salah satu *software open source* dari *e-learning* yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran adalah *Moodle*, pemanfaatan *software open source Moodle* ini tidak diperlukan biaya atau gratis (Ariyanti, 2013: 40). *Moodle* merupakan salah satu aplikasi LMS yang gratis dan dapat di-*download*, digunakan

ataupun dimodifikasi oleh siapa saja dengan lisensi secara GNU (*General Public License*). *Moodle* merupakan singkatan dari *Modular Object Oriented Dynamic Learning Environment*. *Moodle* adalah sebuah program aplikasi yang dapat merubah sebuah media pembelajaran kedalam bentuk web. Aplikasi ini memungkinkan pengguna untuk masuk kedalam “ruang kelas” virtual untuk mengakses materi-materi pembelajaran. Dengan menggunakan *Moodle*, dapat membuat materi pembelajaran, kuis, jurnal elektronik dan lain-lain layaknya sebuah kelas (Rizal & Waliadin, 2019: 179).

3) *Schoology*

Media yang selama ini digunakan guru perlu diperbaiki untuk mengatasi permasalahan diatas. Salah satu media yang sesuai untuk digunakan adalah media *Schoology* yang disajikan dalam bentuk pembelajaran berbasis internet atau yang seirng disebut dengan *e-learning*. Aminoto (2014: 12) menyatakan bahwa *Schoology* merupakan salah satu laman web yang berbentuk web sosial yang menawarkan pembelajaran sama seperti di dalam kelas secara gratis dan mudah digunakan seperti *facebook*. Media *Schoology* memungkinkan guru untuk melakukan kegiatan belajar mengajar dengan peserta didik di luar kelas seperti mengadakan dan memantau jalannya diskusi melalui media *Schoology* dan peserta didik dapat berperan secara langsung didalamnya. Kelebihan media *Schoology* adalah didukung oleh berbagai bentuk media seperti video, audio, dan gambar yang dapat menarik perhatian peserta didik terhadap kegiatan pembelajaran. *Schoology* juga memiliki fitur yang sangat lengkap dengan berbagai alat pembelajaran sama seperti di kelas seperti absensi, tes dan kuis, dan kotak untuk mengumpulkantugas

atau pekerjaan rumah. *Schoolology* mengarahkan peserta didik mengaplikasikan penggunaan teknologi dalam pembelajaran (Ulva, dkk., 2017: 97).

4) *Edmodo*

Menurut Rulviana (2018: 3) *Edmodo* adalah *platform* media sosial yang sering digambarkan seperti *Facebook* untuk sekolah dan dapat berfungsi lebih banyak lagi sesuai kebutuhan. *Edmodo* merupakan media yang menarik bagi guru dan peserta didik dengan elemen sosial yang menyerupai *Facebook*. Seorang guru dapat dengan mudah mengelola sebuah sistem yang menyediakan fitur terbaik dan praktis, sehingga guru selalu terhubung dengan peserta didik dan mengatur aktivitas peserta didik dengan mudah. Kegiatan pembelajaran yang dapat digunakan sesuai dengan fitur yang tersedia pada media *Edmodo* yakni *content sharing* atau berbagi materi pelajaran, penugasan, kuis, *polling* serta memungkinkan adanya kegiatan diskusi pada fitur komentar. Menurut SEAMOLEC (Dharmawati, 2017: 44) *edmodo* adalah *platform* media sosial yang sering digambarkan sebagai facebook untuk sekolah dan dapat berfungsi lebih banyak lagi sesuai dengan kebutuhan. *Edmodo* dikembangkan berdasarkan prinsip-prinsip pengelolaan kelas berbasis kelompok dan juga sosial media.

5) *Kahoot*

Kahoot merupakan sebuah platform permainan online yang bisa dilakukan untuk kegiatan belajar dalam kelas. *Kahoot* memiliki beberapa fitur diantaranya adalah *quiz*. Pada fitur *quiz kahoot*, akun peserta/peserta didik dapat menjawab melalui perangkat yang telah terkoneksi dengan internet (*smartphone/ laptop/tablet*) sesuai dengan pertanyaan yang ditampilkan di layar oleh akun guru

(Jamiludin, dkk., 2020: 64). *Kahoot* merupakan salah satu media pembelajaran berbasis internet berisikan kuis dan *game*. *Kahoot* juga merupakan media pembelajaran interaktif karena *Kahoot* dapat digunakan dalam kegiatan mengajar seperti *pre-test*, *post-test*, latihan soal dan pengayaan yang dapat digunakan melalui telepon genggam peserta didik dan guru, untuk memasuki *Kahoot* diharuskan memiliki akun *Gmail*. Media interaktif *Kahoot* yang berbasis internet secara online memiliki empat fitur, yaitu *Game*, kuis, Diskkusi, *survey*. *Game* dan kuis dapat dimainkan secara berkelompok maupun individual dalam proses menjawab nantinya akan diwakili gambar dan warna untuk jawaban yang tepat. Permainan *Kahoot* juga menuntut peserta didik menjawab secara tepat dan teliti dalam menjawab soal yang ditampilkan (Bunyamin, dkk., 2020: 44).

6) *Quizizz*

Quizizz sendiri, merupakan aplikasi permainan pendidikan yang sifatnya naratif dan fleksibel, selain bisa dimanfaatkan sebagai sarana menyampaikan materi, *Quizizz* juga bisa digunakan, sebagai media evaluasi pembelajaran yang menarik dan menyenangkan. Kegiatan pembelajaran di rumah tentu dapat dengan mudah menjadi kegiatan yang membosankan bagi peserta didik, sehingga, dengan adanya kemudahan akses media pembelajaran sekarang ini, Guru dapat menggunakan, kemudian mengembangkan media evaluasi melalui aplikasi *Quizizz*, sehingga dapat mencapai tujuan pendidikan (Salsabila, dkk., 2020: 44).

7) *Video Conference*

Video conference merupakan aplikasi multimedia yang memungkinkan komunikasi data, suara, dan gambar yang bersifat *duplex* dan *real time* dan dapat

diterapkan pada jaringan yang memiliki kecepatan transfer data yang besar karena kapasitas *bandwidth*-nya yang besar (Nurdiansyah dkk, 2013: 37). Beberapa aplikasi *video conference* yang dapat digunakan sebagai pendukung proses pembelajaran yaitu:

1) *Google Meet*

Google mengeluarkan *google meet* yang memungkinkan pengguna untuk melakukan panggilan video dengan 25 pengguna lainnya per pertemuan. Dengan kata lain, *google meet* bisa menjadi media alternatif untuk proses belajar mengajar, bersosialisasi dengan rekan kantor atau bahkan melakukan rapat kerja dari dalam rumah. Dengan merebaknya wabah Covid-19, *Google meet* kini menjadi salah satu layanan *Google* yang mengalami pertumbuhan tercepat. Angka penggunaan hariannya meningkat 25 kali lipat dalam periode antara bulan Januari hingga Maret 2020. *Google meet* menjadi versi yang lebih kuat dibanding *Hangouts* pendahulunya karena *Google Meet* mampu ditampilkan pada aplikasi web, aplikasi *Android* dan *iOS*. *Google Meet* dapat digunakan secara gratis untuk skala kecil sebanyak 25 orang. Dengan banyaknya orang yang juga berselancar dan melakukan pekerjaan secara online turut mengganggu kelancaran konferensi online. Maka dari itu banyak yang mencari alternatif dengan menggunakan berbagai macam aplikasi agar mereka tetap dapat berhubungan dan menyampaikan rapat tanpa terputus-putus, salah satunya adalah menggunakan *Google Meet*. selain itu *Google Meet* memiliki *Interface* atau antarmuka yang unik dan fungsional dengan ukuran ringan

serta cepat, mengedepankan pengelolaan yang efisien, mudah guna (*user friendly*) yang dapat diikuti semua pesertanya (Sawitri, 2020: 3).

2) *Zoom Meeting*

Zoom Meeting sendiri merupakan sebuah media pembelajaran menggunakan video. Pendiri aplikasi *Zoom Meeting* yaitu Eric Yuan yang diresmikan tahun 2011 yang kantor pusatnya berada di San Jose, California. Aplikasi ini tidak hanya digunakan untuk pembelajaran saja tetapi bisa digunakan untuk urusan perkantoran maupun urusan lainnya. *Platform* ini gratis jadi dapat digunakan oleh siapapun dengan batas waktu empat puluh menit dan tidak ada batasan waktu jika akun berbayar. Dalam aplikasi *Zoom Meeting* ini kita bisa berkomunikasi langsung dengan siapapun lewat video. Oleh karena itu, memang cocok digunakan sebagai media pembelajaran (Haqien & Rahman, 2020: 51).

3) *Cisco Webex*

Webex adalah *tools* untuk melakukan pertemuan/meeting secara *online*. *Tools* ini merupakan *tools* yang dikeluarkan oleh CISCO, dimana *Webex* saat ini menjadi media yang paling populer dan banyak digunakan oleh orang-orang mulai dari perusahaan kecil, menengah sampai dengan perusahaan besar untuk melakukan rapat rutin antar pegawainya secara *online*. *Cisco* adalah peralatan utama yang banyak digunakan pada *Wide Area Network* (WAN) atau jaringan area luas. Dengan *cisco router* informasi dapat diteruskan ke alamat-alamat yang berjauhan dan berada di jaringan komputer yang lain. Harie, dkk., (2020: 21) mengatakan *webex* adalah sebuah aplikasi online yang dikembangkan oleh *cisco* yang membuat para penggunanya bisa saling berkolaborasi lewat gambar, video, dan suara dari mana

pun secara lebih mudah. Jadi *cisco webex* sebagai media pembelajaran interaktif berbasis teknologi informasi yang berfungsi sebagai penyampaian informasi, komunikasi, pendidikan, dan pelatihan secara *online*. Selain itu *cisco webex* juga menyediakan seperangkat alat yang dapat memperkaya nilai belajar secara konvensional. Metode *E-learning Aplikasi Cisco Webex Meeting* merupakan metode mengajar yang dapat digunakan agar peserta didik menjadi lebih aktif pada saat proses belajar mengajar berlangsung, karena metode ini menuntut peserta didik untuk selalu aktif dan kreatif dalam belajar. Metode ini adalah metode mengajar dengan menggunakan sistem aplikasi yang dihubungkan dengan koneksi internet. Dengan metode ini kita peserta didik dapat saling berinteraksi tanpa bertatap muka secara langsung. Melalui aplikasi ini kita juga dapat melihat dan saling berkomunikasi secara langsung.

4) *Microsoft Teams*

Microsoft Teams for Education merupakan salah satu media pembelajaran *online* yang dirancang di dalam *microsoft 365*. *Microsoft Teams* adalah hub digital yang menyatukan percakapan, konten, penugasan, dan aplikasi di satu tempat, memungkinkan guru menciptakan lingkungan belajar yang dinamis. *Microsoft* bertujuan untuk menawarkan pengalaman belajar jarak jauh sebagai pribadi, menarik dan terhubung secara sosial seperti belajar di kelas. *Microsoft Telas* memungkinkan peserta didik dan guru dapat tetap berkomunikasi dan saling membantu menggunakan percakapan, dan dapat merasa seperti mereka bertemu langsung menggunakan pertemuan langsung. Guru dapat melacak kemajuan peserta didik dalam pekerjaan sehari-hari mereka menggunakan Tugas. Seperti di

ruang kelas, guru dapat menggunakan aplikasi dan fungsi Tim untuk mendukung cara mereka bekerja terbaik (Situmorang, 2020: 31).

5) *Facetime*

FaceTime adalah layanan Apple yang melakukan panggilan video atau audio ke seseorang yang juga menggunakan perangkat iOS/iPadOS atau Mac, atau panggilan audio menggunakan *Apple Watch*.

6) *Whatsapp*

Whatsapp adalah media sosial berbentuk aplikasi *chatting* yang dapat digunakan di *smartphone* dan hampir mirip *BlackBerry Messenger*. Media sosial *Whatsapp* adalah aplikasi pesan *instant* yang berfungsi untuk mengirim dan menerima pesan, tanpa dikenakan biaya pulsa seperti SMS dan Telepon seluler. Hal ini dikarena *whatsapp* menggunakan paket data internet yang sama dengan aplikasi lainnya. Jaringan data internet yang diperlukan untuk menjalankan aplikasi *whatsapp* ialah koneksi 3G atau WiFi. Fitur-fitur yang dapat digunakan pada *whatsapp* yaitu, melakukan personal /*group chat (online)*, mengirim dokumen, mrngirim foto, video, audio, lokasi (Anjani dkk., 2018: 23).

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran daring adalah pembelajaran

yang mampu mempertemukan guru peserta didik untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet.

4. Hakikat Pembelajaran Pencak Silat

a. Pengertian Pencak Silat

Menurut Kriswanto (2015: 13) Pencak Silat merupakan sistem beladiri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina, dan dikembangkan. Indonesia merupakan negara yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencak silat. Istilah resmi pencak silat di beberapa daerah berbeda-beda, contohnya:

- 1) Sumatera Barat dengan istilah *Silek* dan *Gayuang*.
- 2) Di pesisir timur Sumatra Barat dan Malaysia dengan istilah *Bersilat*.
- 3) Jawa Barat dengan istilah *Maempok* dan *Penca*.
- 4) Jawa Tengah, Yogyakarta, dan Jawa Timur dengan istilah *Pencak*.
- 5) Madura dan Pulau Bawean dengan istilah *Mancak*.
- 6) Bali dengan istilah *Mancak* atau *Encak*.
- 7) Kabupaten Dompu dan NTB dengan istilah *Mpaa Sila*.

Pencak silat diartikan permainan (keahlian) dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri dengan atau tanpa senjata. Pencak silat juga merupakan seni beladiri, sehingga di dalamnya terdapat unsur keindahan dan tindakan. Pencak silat merupakan hasil budi dan akal manusia, lahir dari sebuah proses perenungan, pembelajaran, dan pengamatan. Pendapat lain diungkapkan Vertonghen & Theeboom (2010: 529) bahwa Popularitas seni bela diri telah membantu memberikan kontribusi untuk kepentingan yang berkembang

dalam penelitian seni bela diri selama bertahun-tahun, yang dapat digambarkan melalui beberapa cara. Pertama, adaindikasi bahwa dalam beberapa tahun terakhir lebih makalah tentang seni bela diri disajikan di dalam kongres olahraga.

Pencak silat telah diakui sebagai sebuah cabang olahraga tradisional, warisan budaya luhur bangsa Indonesia dalah kewajiban khususnya insan olahraga untuk melestarikan nya dan mengembangkannya. Proses pelestarian dan pengembangan itu dilaksanakan melalui upaya pendidikan. Menurut Pasha & Hamdani (2021: 4) pencak silat berarti “permainan (keahlian dalam mempertahankan diri dengan kepandaian menangkis, menyerang, dan membela diri, baik dengan atau tanpa senjata”. Pencak silat pada mulanya adalah metode perkelahian yang efektif, dimana manusia yang menguasai metode tersebut di satu sisi akan dapat mengalah dan menaklukkan lawan nya dengan mudah (Wicaksono, dkk., 2020: 17).

Menurut Kriswanto (2015: 19) Ditinjau dari identitas dan kaidahnya, pencak silat pada hakikatnya adalah substansi dan sarana pendidikan mental spiritual dan pendidikan jasmani untuk membentuk manusia yang mampu menghayati dan mengamalkan ajaran falsafah budi pekerti luhur. Penerapan tentang hakikat dari belajar pencak silat itu harus mengandung arti bahwa:

- 1) Manusia sebagai makhluk Tuhan harus mematuhi dan melaksanakan secara konsisten dan konsekuen nilai-nilai ketuhanan dan keagamaan, baik secara vertikal maupun horizontal.
- 2) Manusia sebagai makhluk individu atau makhluk pribadi wajib meningkatkan dan mengembangkan kualitas kepribadiannya untuk mencapai kepribadian yang luhur, yakni kepribadian yang bernilai dan berkualitas tinggi serta ideal menurut pandangan masyarakat dan ajaran agama.
- 3) Manusia sebagai makhluk sosial wajib memiliki pemikiran, orientasi, wawasan, pandangan, motivasi, sikap, tingkah laku, dan perbuatan sosial

yang luhur, dalam arti bernilai dan berkualitas tinggi serta ideal menurut pandangan masyarakat.

- 4) Manusia sebagai makhluk alam semesta berkewajiban untuk melestarikan kondisi dan keseimbangan alam semesta yang memberikan kemajuan, kesejahteraan, dan kebahagiaan kepada manusia sebagai karunia Tuhan.

Lebih lanjut menurut Kriswanto (2015: 20-22) terdapat 4 aspek utama

dalam pencak silat, yaitu:

- 1) Aspek Mental Spiritual
Aspek mental spiritual meliputi sikap dan sifat bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, cinta tanah air, penuh persaudaraan dan tanggung jawab, suka memaafkan, serta mempunyai rasa solidaritas tinggi dengan menjunjung tinggi kebenaran, kejujuran, dan keadilan.
- 2) Aspek Seni
Aspek seni dari pencak silat merupakan wujud kebudayaan dalam bentuk kaidah gerak dan irama, sehingga perwujudan taktik ditekankan kepada keselarasan, keseimbangan dan keserasian antara raga, irama, dan rasa.
- 3) Aspek Bela Diri
Aspek beladiri meliputi sifat dan sikap kesiagaan mental dan fisik yang dilandasi dengan sikap kesatria, tanggap dan selalu melaksanakan atau mengamalkan ilmu bela dirinya dengan benar, menjauhkan diri dari sikap dan perilaku sombong dan menjauhkan diri dari rasa dendam.
- 4) Aspek Olahraga
Aspek olahraga meliputi sifat dan sikap menjamin kesehatan jasmani dan rohani serta berprestasi di bidang olahraga. Aspek olahraga meliputi pertandingan dan demonstrasi bentuk-bentuk jurus, baik untuk tunggal, ganda atau regu.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa Pencak Silat adalah sebuah cabang olahraga tradisional, warisan budaya luhur bangsa Indonesia dan merupakan sistem bela diri yang mempunyai empat nilai, yaitu: etis, teknis, estetis, dan atletis.

b. Teknik Dasar Pencak Silat

Menurut Ediyono & Widodo (2019: 17) teknik adalah sistem atau cara melakukan suatu gerakan atau tidak melakukan apa-apa dalam pencak silat. Diam, atau tidak melakukan apa-apa juga merupakan suatu teknik, contohnya adalah

sikap tenang dengan memandang tajam ke arah lawan. Ada ratusan bahkan ribuan teknik dalam pencak silat yang mencakup beragam gaya dan bentuk. Contoh : teknik memukul, pukulan lurus ke depan bisa dilakukan dengan tangan terkepal atau jari terbuka, menggunakan buku jari tangan, dan sebagainya yang disesuaikan dengan tujuan/sasaran dan kondisi lawan. Teknik memukul tidak selalu ke depan, bisa menyamping/diagonal, ke atas, vertikal, atau mengayun dari atas ke bawah dan dari kiri ke kanan atau sebaliknya. Masing-masing aliran/perguruan mempunyai teknik sendiri dan kemungkinan kesamaan dengan pencak silat lainnya.

Lebih lanjut Ediyono & Widodo (2019: 11) menambahkan secara umum teknik dalam pencak silat dapat dibagi menjadi:

- 1) Sikap: sikap di sini berarti keadaan seorang pesilat dalam sebuah pertarungan, apakah itu pertandingan atau pertarungan sebenarnya. Sikap kadang disebut juga sebagai “sikap pasang”, *style*, gaya berdiri, ataupun kuda-kuda. Sikap tiap pesilat akan berbeda tergantung aliran yang dipelajarinya. Ada yang bersikap tenang dengan berdiri teguh, ada yang tampak bersahaja, ada yang berdiri dengan kuda-kuda kokoh, dan sebagainya. Seorang pesilat yang berpengalaman akan mudah menilai lawannya dari sikap yang ditunjukkannya.
- 2) Teknik menyerang (memukul, menendang, menjatuhkan): penyerangan dalam pencak silat mempunyai gaya dan pola yang teratur dan terarah, yang membedakannya dari serangan *ngawur* orang awam. Menyerang dapat dilakukan dengan seluruh anggota badan dan ke seluruh anggota badan lawan. Di sinilah letak perbedaan antara pencak silat yang dipertandingkan dengan pencak silat tradisional. Pencak silat *sport* memiliki aturan tertentu yang

melarang petanding untuk menyerang daerah berbahaya lawan seperti kemaluan, daerah serangan adalah sekitar badan yang terlindung *body protector*. Sedangkan pencak silat tradisional yang pada dasarnya untuk membela diri dalam keadaan sesungguhnya menghalalkan segala cara menyerang dan bagian tubuh untuk diserang.

- 3) Teknik menghindar: ada banyak ragam teknik menghindar, misalnya serangan lurus ke depan bisa dihindari dengan mundur satu langkah, bergerak menyamping, atau merundukan tubuh yang dikombinasikan dengan gerakan kaki yang terpola.
- 4) Teknik menangkis: menangkis umumnya menggunakan tangan, tetapi bisa juga menggunakan kaki, untuk menangkis tendangan. Pesilat Cimande terkenal dengan kekuatan otot dan tulangnya yang dilatih secara khusus dengan metode tertentu. Tangkisan yang dilakukan oleh seorang pesilat Cimande dengan mengadu tulang (tangan atau kaki) dapat mematahkan tulang lawannya. Tangkisan seorang pesilat yang mengandalkan rasa, akan terasa lembut tapi mematikan. Menangkis kadang diikuti dengan menangkap tangan lawan.
- 5) Teknik melangkah: secara umum melangkah dalam pencak silat menuju arah empat mata angin (biasanya disebut *pancer*), yaitu ke depan, ke belakang, ke kanan dan ke kiri. Pola langkah sangat variatif bentuk dan tekniknya, ada langkah segitiga, langkah segi empat, pola langkah tapal kuda, langkah melingkar, dan sebagainya. Masing-masing teknik dan pola langkah akan berbeda antara satu pencak silat dengan pencak silat lainnya. Tujuan utama dari melangkah adalah “memenangkan posisi” dan mendapatkan kelemahan lawan,

dengan demikian pola langkah yang terlatih akan sangat membantu dalam sebuah pertarungan. Melangkah dalam pencak silat bisa dilakukan secara normal (memindahkan posisi kaki seperti berjalan), dengan meloncat, atau dengan langkah *seser*, yaitu perpindahan posisi kaki dengan tidak mengangkat kaki, tetapi menggeser menyusuri lantai. Masing-masing teknik itu mempunyai tujuan tertentu.

Menurut Lubis & Wardoyo (2014: 18-43) ada beberapa keterampilan dalam pencak silat, antara lain: (1) kuda-kuda, (2) sikap pasang, (3) pola langkah, (4) bela, (5) hindaran, (6) serangan. Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik pencak silat di antaranya yaitu sikap, teknik menyerang, teknik menghindar, teknik menangkis, dan teknik melangkah. Semua teknik tersebut harus dikuasai dengan baik oleh seorang pesilat agar bisa berprestasi dengan baik.

5. Hakikat Covid-19

a. Pengertian Covid-19

Virus SARS-CoV-2 merupakan *Coronavirus*, jenis baru yang menyebabkan epidemi, dilaporkan pertama kali di Wuhan Tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019.1 Analisis isolat dari saluran respirasi bawah pasien tersebut menunjukkan penemuan *Coronavirus* tipe baru, yang diberi nama oleh WHO COVID-19. Pada tanggal 11 Februari 2020, WHO memberi nama penyakitnya menjadi *Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*.3 *Coronavirus* tipe baru ini merupakan tipe ketujuh yang diketahui di manusia. SARS-CoV-2 diklasifikasikan pada genus *betaCoronavirus*. Pada 10 Januari 2020, sekuensing pertama genom SARS-CoV-2 teridentifikasi dengan 5 subsekuens dari sekuens genom virus dirilis. Sekuens

genom dari *Coronavirus* baru (SARS-CoV-2) diketahui hampir mirip dengan SARS-CoV dan MERS-CoV. Secara pohon evolusi sama dengan SARS-CoV dan MERS-CoV tetapi tidak tepat sama

Coronavirus (CoV) adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS-CoV) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS-CoV). Novel coronavirus (2019-nCoV) adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Virus corona adalah *zoonosis* (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS-CoV ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS-CoV dari unta ke manusia. Beberapa coronavirus yang dikenal beredar pada hewan namun belum terbukti menginfeksi manusia (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2020: 4).

Pada tahun 2002-2003, terjadi kejadian luar biasa di Provinsi Guangdong, Tiongkok yaitu kejadian SARS. Total kasus SARS sekitar 8098 tersebar di 32 negara, total kematian 774 kasus. Agen virus *Coronavirus* pada kasus SARS disebut SARS-CoV, grup 2b betacoronavirus. Penyebaran kasus SARS sangat cepat total jumlah kasus tersebut ditemukan dalam waktu sekitar 6 bulan. Virus SARS diduga sangat mudah dan cepat menyebar antar manusia. Gejala yang muncul dari SARS yaitu demam, batuk, nyeri kepala, nyeri otot, dan gejala infeksi saluran napas lain. Kebanyakan pasien sembuh sendiri, dengan tingkat kematian sekitar 10-14%

terutama pasien dengan usia lebih dari 40 tahun dengan penyakit penyerta seperti penyakit jantung, asma, penyakit paru kronik dan diabetes.

Tahun 2012, *Coronavirus* jenis baru kembali ditemukan di Timur Tengah diberi nama *MERS-CoV* (*grup 2c β -coronavirus*). Kasus pertama MERS pada tahun 2012 sampai dengan tahun 2015 ditemukan jumlah total 1143 kasus. Berbeda dengan SARS, MERS cenderung tidak bersifat infeksius dibandingkan SARS. Dalam 3 tahun ditemukan jumlah kasus 1143. MERS diduga tidak mudah menyebar dari manusia ke manusia, namun SARS dapat dengan mudah dan cepat menyebar dari manusia ke manusia. Namun, disisi lain MERS lebih tinggi tingkat kematiannya, jika SARS sekitar 10%, tingkat kematian MERS mencapai sekitar 40%.

Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (2020: iii) menyatakan *Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV2) adalah virus baru yang pertama kali dilaporkan di Kota Wuhan, Tiongkok Tengah dan telah menyebar ke dua kota domestik serta ke beberapa negara. Kondisi ini meningkatkan kekhawatiran kasus corona mirip seperti SARS yang melanda Tiongkok hampir dua dekade lalu. Kasus pertama mengenai corona virus ini dilaporkan pada 31 Desember 2019, di Wuhan, tetapi saat itu belum jelas apa yang ada di balik virus yang menyebabkan penyakit pneumonia. Pengetahuan tentang COVID-19 ini masih terbatas dan berkembang terus. Sebagai bagian dari coronavirus ternyata sejauh ini pneumonia karena corona virus ini tidak lebih mematikan dibandingkan dengan *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS). Pada akhirnya WHO memberikan nama COVID-19 pada

penyakit akibat corona virus jenis baru tersebut. Penyakit ini mendorong pihak berwenang di banyak negara untuk mengambil tindakan pencegahan.

Pada tanggal 31 Desember 2019, Tiongkok melaporkan kasus pneumonia misterius yang tidak diketahui penyebabnya. Dalam 3 hari, pasien dengan kasus tersebut berjumlah 44 pasien dan terus bertambah hingga saat ini berjumlahribuan kasus (WHO, 2020). Pada awalnya data epidemiologi menunjukkan 66% pasien berkaitan atau terpajan dengan satu pasar *seafood* atau *live market* di Wuhan, Provinsi Hubei Tiongkok (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, 2020: 1). Sampel isolat dari pasien diteliti dengan hasil menunjukkan adanya infeksi corona virus, jenis beta coronavirus tipe baru, diberi nama 2019 novel Coronavirus (2019-nCoV). Pada tanggal 11 Februari 2020, *World Health Organization* memberi nama virus baru tersebut *Severa acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) dan nama penyakitnya sebagai *Coronavirus disease 2019* (COVID-19). Pada mulanya transmisi virus ini belum dapat ditentukan apakah dapat melalui antara manusia-manusia. Jumlah kasus terus bertambah seiring dengan waktu. Selain itu, terdapat kasus 15 petugas medis terinfeksi oleh salah satu pasien. Salah satu pasien tersebut dicurigai kasus “*super spreader*” (Wang, et al, 2020: 12). Akhirnya dikonfirmasi bahwa transmisi pneumonia ini dapat menular dari manusia ke manusia. Sampai saat ini virus ini dengan cepat menyebar masih misterius dan penelitian masih terus berlanjut.

Coronavirus adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk di antaranya adalah kelelawar dan unta. Sebelum terjadinya wabah COVID-19, ada 6 jenis coronavirus yang dapat

menginfeksi manusia, yaitu *alphacoronavirus 229E*, *alphacoronavirus NL63*, *betacoronavirus OC43*, *betacoronavirus HKU1*, *Severe Acute Respiratory Illness Coronavirus (SARS-CoV)*, dan *Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus (MERS-CoV)* (Riedel, et al, 2020).

Pada kasus COVID-19, trenggiling diduga sebagai reservoir perantara. Strain corona virus pada trenggiling adalah yang mirip genomnya dengan corona virus kelelawar (90,5%) dan SARS-CoV-2 (91%).18 Genom SARS-CoV-2 sendiri memiliki homologi 89% terhadap corona virus kelelawar ZXC21 dan 82% terhadap SARS-CoV (Chan, et al, 2020). Corona virus yang menjadi etiologi COVID-19 termasuk dalam genus beta coronavirus. Hasil analisis filogenetik menunjukkan bahwa virus ini masuk dalam subgenus yang sama dengan corona virus yang menyebabkan wabah *Severe Acute Respiratory Illness (SARS)* pada 2002-2004 silam, yaitu *Sarbecovirus*. Atas dasar ini, *International Committee on Taxonomy of Viruses* mengajukan nama SARS-CoV-2 (Gorbalenya, et al, 2020: 12).

Coronavirus merupakan virus RNA strain tunggal positif, berkapsul dan tidak bersegmen. *Coronavirus* tergolong *ordo Nidovirales*, keluarga *Coronaviridae*. *Coronaviridae* dibagi dua subkeluarga dibedakan berdasarkan serotipe dan karakteristik genom. Terdapat empat genus yaitu *alpha coronavirus*, *betacoronavirus*, *deltacoronavirus* dan *gamma coronavirus* (Huang, et al, 2020: 3). *Coronavirus* memiliki kapsul, partikel berbentuk bulat atau elips, sering pleimorfik dengan diameter sekitar 50-200m (Wang, Qiang, & Ke 2020). Semua virus *ordo Nidovirales* memiliki kapsul, tidak bersegmen, dan virus positif RNA serta memiliki genom RNA sangat panjang (Fehr & Perlman, 2015: 2).

Struktur corona virus membentuk struktur seperti kubus dengan protein S berlokasi di permukaan virus. Protein S atau *spike protein* merupakan salah satu protein antigen utama virus dan merupakan struktur utama untuk penulisan gen. Protein S ini berperan dalam penempelan dan masuknya virus ke dalam sel host (interaksi protein S dengan reseptornya di sel inang) (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, 2020: 1).

Sekuens SARSCoV-2 memiliki kemiripan dengan corona virus yang diisolasi pada kelelawar, sehingga muncul hipotesis bahwa SARS-CoV-2 berasal dari kelelawar yang kemudian bermutasi dan menginfeksi manusia. Mamalia dan burung diduga sebagai reservoir perantara (Rothan & Byrareddy, 2020). Coronavirus bersifat sensitif terhadap panas dan secara efektif dapat dinaktifkan oleh desinfektan mengandung klorin, pelarut lipid dengan suhu 56°C selama 30 menit, eter, alkohol, asam perioksiasetat, detergen non-ionik, formalin, *oxidizing agent* dan kloroform. Klorheksidin tidak efektif dalam menonaktifkan virus.

b. Patogenesis dan Patofisiologi Covid-19

Kebanyakan *Coronavirus* menginfeksi hewan dan bersirkulasi di hewan. *Coronavirus* menyebabkan sejumlah besar penyakit pada hewan dan kemampuannya menyebabkan penyakit berat pada hewan seperti babi, sapi, kuda, kucing dan ayam. Coronavirus disebut dengan virus zoonotik yaitu virus yang ditransmisikan dari hewan ke manusia. Banyak hewan liar yang dapat membawa patogen dan bertindak sebagai vektor untuk penyakit menular tertentu (Rothan, & Byrareddy, 2020: 5).

Berdasarkan penemuan, terdapat tujuh tipe *Coronavirus* yang dapat menginfeksi manusia saat ini yaitu dua *alphacoronavirus* (229E dan NL63) dan empat *betacoronavirus*, yakni OC43, HKU1, *Middle East respiratory syndrome-associated coronavirus* (MERS-CoV), dan *severe acute respiratory syndrome-associated coronavirus* (SARSCoV). Ketujuh adalah *Coronavirus* tipe baru yang menjadi penyebab kejadian luar biasa di Wuhan, yakni *Novel Coronavirus* 2019 (2019-nCoV). Isolat 229E dan OC43 ditemukan sekitar 50 tahun yang lalu. NL63 dan HKU1 diidentifikasi mengikuti kejadian luar biasa SARS. NL63 dikaitkan dengan penyakit akut laringotrakeitis (*croup*) (Wang, et al., 2020: 22).

Coronavirus terutama menginfeksi dewasa atau anak usia lebih tua, dengan gejala klinis ringan seperti *common cold* dan faringitis sampai berat seperti SARS atau MERS serta beberapa strain menyebabkan diare pada dewasa. Infeksi *Coronavirus* biasanya sering terjadi pada musim dingin dan semi. Hal tersebut terkait dengan faktor iklim dan pergerakan atau perpindahan populasi yang cenderung banyak perjalanan atau perpindahan. Selain itu, terkait dengan karakteristik *Coronavirus* yang lebih menyukai suhu dingin dan kelembaban tidak terlalu tinggi (Wang, et al., 2020: 23)

Infeksi 2019-nCoV dapat menyebabkan gejala ISPA ringan sampai berat bahkan sampai terjadi *Acute Respiratory Distres Syndrome* (ARDS), sepsis dan syok septik. Deteksi dini manifestasi klinis akan menentukan waktu yang tepat penerapan tatalaksana dan PPI. Pasien dengan gejala ringan, rawat inap tidak diperlukan kecuali ada kekhawatiran untuk perburukan yang cepat. Deteksi 2019-nCoV sesuai dengan definisi operasional surveilans 2019- nCoV. Pertimbangkan

2019-nCoV sebagai etiologi ISPA berat. Semua pasien yang pulang ke rumah harus memeriksakan diri ke rumah sakit jika mengalami perburukan (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2020: 30).

Semua orang secara umum rentan terinfeksi. Pneumonia *Coronavirus* jenis baru dapat terjadi pada pasien *immunocompromis* dan populasi normal, bergantung paparan jumlah virus. Jika kita terpapar virus dalam jumlah besar dalam satu waktu, dapat menimbulkan penyakit walaupun sistem imun tubuh berfungsi normal. Orang-orang dengan sistem imun lemah seperti orang tua, wanita hamil, dan kondisi lainnya, penyakit dapat secara progresif lebih cepat dan lebih parah. Infeksi *Coronavirus* menimbulkan sistem kekebalan tubuh yang lemah terhadap virus ini lagi, sehingga dapat terjadi re-infeksi.

6. Karakteristik Peserta Didik SMP

Anak SMP rata-rata berusia antara 12-15 tahun, dalam usia ini anak akan memasuki masa remaja. Untuk merumuskan sebuah definisi yang memadai tentang remaja tidaklah mudah, sebab kapan masa remaja berakhir dan kapan anak remaja tumbuh menjadi seorang dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja merupakan peralihan dari fase anak-anak ke fase dewasa. Dewi (2012: 4) menyatakan bahwa fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir. Desmita (2014: 190) menyatakan bahwa fase masa remaja

(pubertas) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir. Dengan demikian usia remaja dalam penelitian ini digolongkan sebagai fase remaja awal, karena memiliki rentang usia 12-15 tahun.

Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2013: 47). Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Masa remaja adalah periode peralihan dari masa anak ke masa dewasa. Lebih lanjut dikemukakan”Masa remaja yakni antara usia 10-19 Tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut Masa Pubertas”.

Desmita (2014: 36) mengungkapkan beberapa karakteristik peserta didik sekolah menengah pertama (SMP) antara lain: (1) terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan; (2) mulai timbul ciri-ciri seks sekunder; (3) kecenderungan ambivalensi, serta keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan orang tua; (4) senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa; (5) mulai mempertanyakan secara *skeptic* mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan; (6) reaksi dan ekspresi emosi masih labil; (7) mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai

dengan dunia sosial; dan (8) kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Remaja merupakan fase antara fase anak-anak dengan fase dewasa, dengan demikian perkembangan-perkembangan terjadi pada fase ini. Seperti yang diungkapkan oleh Desmita (2014: 190-192) secara garis besar perubahan/perkembangan yang dialami oleh remaja meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikososial. Yusuf (2012: 193-209) menyatakan bahwa perkembangan yang dialami remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan sosial, perkembangan moral, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama. Jahja (2011: 231-234) menambahkan aspek perkembangan yang terjadi pada remaja antara lain perkembangan fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan kepribadian, dan sosial.

Peserta didik SMP sebagai peserta didik dinyatakan sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam proses perkembangannya. Ternyata dari hasil ketidakjelasan tersebut diakibatkan karena sedang ada pada periode transisi yakni dari periode anak-anak menuju remaja. SMP Negeri 1 Sewon Bantul. Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) termasuk dalam taraf masa perkembangan atau berada pada masa remaja usia 12-15 tahun. Masa remaja ini merupakan perubahan menuju masa dewasa yang pada usia ini terjadi perubahan yang menonjol pada diri anak baik perubahan fisik maupun pola berpikir.

B. Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Khusniyah & Hakim (2019) dengan judul “Efektifitas Pembelajaran Berbasis Daring: Sebuah Bukti Pada Pembelajaran Bahasa Inggris”. Penelitian ini menggambarkan efektifitas pembelajaran berbasis daring terhadap kemampuan mahasiswa didik dalam memahami teks berbahasa Inggris. Pembelajaran daring yang digunakan dalam penelitian ini adalah pembelajaran yang memanfaatkan penggunaan *web blog*. Paparan pada artikel ini adalah bagian dari laporan penelitian tindakan kelas yang fokus utamanya adalah melihat efektivitas pembelajaran berbasis daring yang ditinjau dari dua pendekatan, yaitu perbandingan distribusi data dan uji-t pada data sebelum tindakan (*pretest*) dan setelah tindakan (*posttest*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kemampuan pemahaman mahasiswa didik terhadap teks berbahasa Inggris antara sebelum dan sesudah penggunaan *web blog*. Dalam hal ini, pembelajaran daring berbantuan *web blog* tersebut memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan membaca bahasa Inggris mahasiswa didik.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Utami & Cahyono (2020) dengan judul “*Study At Home: Analisis Kesulitan Belajar Matematika Pada Proses Pembelajaran Daring*”. Sistem pendidikan *e-learning study at home* sesuai dengan kurikulum 2013, Namun ketika aplikasi *elearning* terlalu sulit kemungkinan peserta didik tidak mampu belajar matematika secara maksimal, begitu pula ketika

banyaknya data yang harus tersampaikan tetapi akses internet atau jaringan menjadi lambat, tentu saja hal tersebut akan mengganggu aktifitas peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan belajar peserta didik terhadap pelajaran matematika *e-learning* di rumah. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian diskriptif. Penelitian melibatkan peserta didik SMA/MA dengan teknik pengumpulan data dan informasinya melalui instrument angket respon peserta didik dengan menggunakan *Google form* dan subjek penelitiannya berjumlah 30 peserta didik. Respon peserta didik tersebut berisi 31 item pernyataan yang merupakan penjabaran dari indikatornya. Indikator untuk mengukur respon peserta didik mengenai kesulitan belajar peserta didik terhadap pelajaran matematika melalui sistem pendidikan *e-learning* di rumah. Berdasarkan rata-rata pencapaian peserta didik mengenai kesulitan belajar matematika *e-learning* yaitu 75% dengan memiliki nilai pencapaian terendah oleh peserta didik yaitu pelaksanaan interaksi, tugas dan bahan ajar dalam belajar *online* sebesar 73% dan Indikator yang paling tinggi dicapai oleh peserta didik yaitu kendala teknis signal dan ketidak mampuan dalam belajar *online* (*e-learning*) yaitu sebesar 77% dan untuk pengujian validitas menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan valid, hal ini di karenakan $h >$ dan nilai *Cronbach Alpha* 0,839 > koefisien reliabilitas 0,6. Setelah terhitung dengan menggunakan SPSS 23.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Rigianti (2020) yang berjudul “Kendala Pembelajaran Daring Guru Sekolah Dasar di Kabupaten Banjarnegara”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kendala pembelajaran daring di

Kabupaten Banjarnegara. Jenis penelitian ini merupakan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan pengisian angket secara daring. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengumpulan data, reduksi data penyajian data dan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kendala yang dialami guru selama pembelajaran daring yaitu aplikasi pembelajaran, jaringan internet dan gawai, pengelolaan pembelajaran, penilaian, dan pengawasan.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Sadikin & Hamidah (2020) yang berjudul “Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19”. Pandemi covid-19 telah mengganggu proses pembelajaran secara konvensional. Maka diperlukan solusi untuk menjawab permasalahan tersebut. Pembelajaran secara daring adalah salah satu alternatif yang dapat mengatasi masalah tersebut. Tujuan penelitian adalah untuk memperoleh gambaran pelaksanaan pembelajaran daring di Prodi Pendidikan Biologi FKIP Universitas Jambi sebagai upaya menekan penyebaran covid-19 di Perguruan Tinggi. Subjek penelitian adalah mahasiswa Prodi Pendidikan Biologi. Data dikumpulkan dengan wawancara melalui *zoom cloud meeting*. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis interaktif Miles & Huberman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) peserta didik telah memiliki fasilitas-fasilitas dasar yang dibutuhkan untuk mengikuti pembelajaran daring; (2) pembelajaran daring memiliki fleksibilitas dalam pelaksanaannya dan mampu mendorong munculnya kemandirian belajar dan motivasi untuk lebih aktif dalam belajar; dan (3) pembelajaran jarak jauh mendorong munculnya perilaku *social distancing* dan

meminimalisir munculnya keramaian mahapeserta didikdidik, sehingga dianggap dapat mengurangi potensi penyebaran Covid-19 di lingkungan perguruan tinggi. Lemahnya pengawasan terhadap mahapeserta didik, kurang kuatnya sinyal di daerah pelosok, dan mahalnya biaya kuota adalah tantangan tersendiri dalam pembelajaran daring. Meningkatkan kemandirian belajar, minat dan motivasi, keberanian mengemukakan gagasan dan pertanyaan adalah keuntungan lain dari pembelajaran daring.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Wigianta (2021) berjudul “Faktor-Faktor Penghambat Pembelajaran Pencak silat Peserta didik Kelas Atas Sekolah Dasar Negeri Kyai Mojo Jetis Kota Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat faktor penghambat pembelajaran pencak silat peserta didik kelas atas SD N Kyai Mojo Jetis Kota Yogyakarta. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dengan teknik pengambilan datanya menggunakan angket. Penelitian ini dilaksanakan dengan subjek penelitian seluruh seluruh peserta didik kelas 4, 5 dan 6 yang berjumlah 76 peserta didik di SD N Kyai Mojo Jetis Kota Yogyakarta. Sumber data diperoleh menggunakan angket berupa pernyataan yang berjumlah 42 butir valid. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan perhitungan persentase. Berdasarkan hasil penelitian, faktor penghambat pembelajaran pencak silat peserta didik kelas atas SD N Kyai Mojo Jetis Kota Yogyakarta menunjukkan sangat tinggi 9,3% frekuensi 7 peserta didik, tingkat tinggi 19,7% frekuensi 15 peserta didik, tingkat sedang 44,7% frekuensi 34

peserta didik, tingkat rendah 19,7% frekuensi 15 peserta didik, tingkat sangat rendah 6,6% frekuensi 5 peserta didik. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa Faktor Penghambat Pembelajaran Pencak silat Peserta didik Kelas Atas Sekolah Dasar Kyai Mojo Kecamatan Jetis Kota Yogyakarta berada di kategori sedang dengan persentase yaitu sebesar 44,7% frekuensi 34 peserta didik.

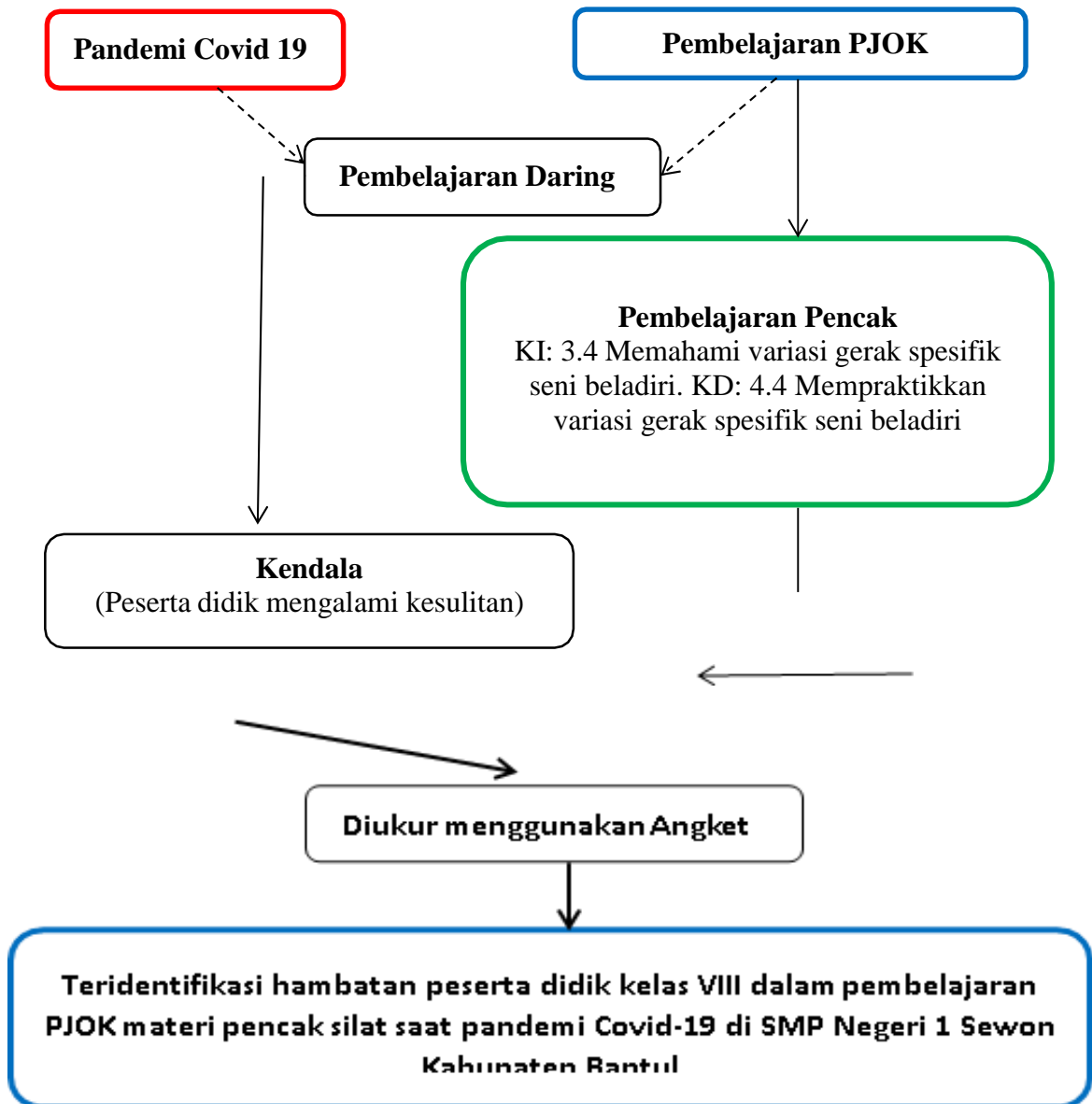
B. Kerangka Berpikir

Kondisi saat ini memberi dampak secara langsung pada dunia pendidikan. Lembaga pendidikan formal, informal dan nonformal menutup pembelajaran tatap muka dan beralih dengan pembelajaran daring (*online*). Peralihan pembelajaran, dari yang semula tatap muka menjadi pembelajaran daring memunculkan banyak hambatan bagi guru dan peserta didik, mengingat hal ini terjadi secara mendadak tanpa adanya persiapan sebelumnya. Semua media atau alat yang dapat guru hadirkan secara nyata, berubah menjadi media visual karena keterbatasan jarak. Pembelajaran daring dapat dilakukan dengan menggabungkan beberapa jenis sumber belajar seperti dokumen, gambar, video, audio dalam pembelajaran. Materi belajar tersebut dapat dimanfaatkan peserta didik dengan melihat atau membaca. Sumber belajar seperti inilah yang menjadi modal utama dalam mengembangkan pembelajaran daring.

Hal tersebut juga dialami oleh SMP Negeri 1 Sewon. Berdasarkan hasil observasi dengan beberapa guru dan peserta didik SMP Negeri 1 Sewon permasalahan yang banyak terjadi saat mengikuti pembelajaran daring yaitu tidak stabilnya jaringan internet, sehingga kurang optimal pelaksanaannya. Pembelajaran daring tidak bisa lepas dari jaringan internet. Koneksi jaringan internet menjadi

salah satu kendala yang dihadapi peserta didik dan guru yang tempat tinggalnya sulit untuk mengakses internet, apalagi peserta didik tersebut tempat tinggalnya di daerah pedesaan, terpencil dan tertinggal.

Adapun masalah lain yang sering terjadi melalui konsep diri atau kemampuan diri ketika peserta didik belajar *online* (*E-learning*) dirumah yaitu (1) peserta didik belum bisa memiliki inisiatif belajar sendiri, sehingga peserta didik menunggu instruksi atau pemberian tugas dari guru dalam belajar, (2) peserta didik belum terbiasa dalam melaksanakan kebutuhan belajar *online* di rumah, peserta didik mempelajari materi sesuai apa yang diberikan oleh guru, bukan yang mereka perlukan, (3) sebagian peserta didik masih belum bisa memonitor, mengatur, dan mengontrol belajar *online* di rumah, masih terkesan belajar yang seperlunya. Berdasarkan hal tersebut, maka akan dilakukan penelitian untuk hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul yang diukur menggunakan angket.



Gambar 1. Kerangka Berpikir

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sugiyono (2015: 147), menyatakan bahwa “penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Arikunto (2013: 152) menyatakan bahwa survei adalah salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMP Negeri 1 Sewon yang beralamat di Jl. Parangtritis No.1234, Dadapan, Timbulharjo, Kec. Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55188. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2021.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi menurut Hardani, dkk. (2020: 361) adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian. Pendapat senada menurut Arikunto (2013: 173) bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Sewon yang berjumlah 136 peserta didik.

2. Sampel

Pendapat Sugiyono (2015: 81) bahwa “sampel adalah bagian populasi atau sejumlah anggota populasi yang mewakili karakteristik populasi”. Sebagaimana karakteristik populasi, sampel yang mewakili populasi adalah sampel yang benar-benar terpilih sesuai dengan karakteristik populasi itu. Sampel adalah sebagian

anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan *sampling* (Hardani, dkk. 2020: 363). Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling*, maka sampel disebut subjek penelitian. Rincian subjek penelitian disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No.	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1.	VIII A	18	16	34
2.	VIII B	18	15	33
3	VIII C	19	15	34
4	VIII D	19	16	35
Jumlah		74	62	136

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul. Definisi operasional yaitu menetapkan atau menentukan suatu hambatan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Sewon pembelajaran daring materi pencak silat yang berasal dari faktor intrinsik (indikator jasmani, psikologis, dan kelelahan) dan ekstrinsik (indikator keluarga, sekolah, dan masyarakat) yang diukur menggunakan angket.

D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Pendapat Arikunto (2013: 149) bahwa “instrumen penelitian adalah alat dan fasilitas yang digunakan pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode”. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket

tertutup. Arikunto (2013: 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 *Likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu:

Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	SS	S	TS	STS
Positif	1	2	3	4
Negatif	4	3	2	1

Diungkapkan Hadi (1991: 9), bahwa penyusunan instrumen digunakan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan konstruk.

Konstruk dalam penelitian ini adalah hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

b. Menyidik faktor

Menyidik faktor adalah tahap yang bertujuan menandai faktor-faktor yang akan diteliti. Faktor- hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.

c. Menyusun butir-butir instrumen.

Menyusun butir-butir pertanyaan, maka faktor-faktor tersebut di atas dijabarkan menjadi kisi-kisi angket. Setelah itu dikembangkan dalam butir-butir pertanyaan.

Instrumen diadopsi dari penelitian Widianata (2021), kemudian peneliti melakukan modifikasi di beberapa bagian. Instrumen ini selanjutnya dikonsultasikan kepada ahli atau dosen pembimbing guna memperoleh masukan dari dosen pembimbing atau ahli. Selanjutnya mengadakan perbaikan instrumen sesuai masukan dari dosen pembimbing atau ahli. Kisi-kisi instrumen pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	Positif Item Negatif	
Hambatan peserta didik kelas VIII dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul	Intrinsik	Jasmani	3	1, 2, 4, 5
		Psikologis	6, 7, 10, 11, 12	8, 9
		Kelelahan	16, 17	13, 14, 15
	Ekstrinsik	Keluarga	18, 19, 22, 23	20, 21
		Sekolah	25, 26, 28, 29	24, 27, 30
		Masyarakat	31, 33, 34	32
Jumlah			34	

2. Teknik Pengumpulan Data

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

- a. Mencari data peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Sewon.
- b. Menyebarkan angket kepada responden melalui *google form*.
- c. Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket.

- d. Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

E. Validitas dan Reliabilitas

Penelitian ini tidak menggunakan uji coba instrumen, karena dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah teknik *one shoot*. Pendapat Arikunto (2015: 48), “*One shoot* atau pengukuran sekali saja, pengukurannya hanya sekali dan kemudian hasilnya dibandingkan dengan pernyataan lain atau mengukur jawaban antar pernyataan.”

1. Uji Validitas

Anderson (dalam Siyoto & Sodik, 2015) menyatakan bahwa “sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur”. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ($df = n-1$) pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018: 122). Jika $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Hasil uji validitas instrumen pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen

Butir	r hitung	r tabel (df 135;5%)	Keterangan
BUTIR 01	0,271	0,168	Valid
BUTIR 02	0,519	0,168	Valid
BUTIR 03	0,436	0,168	Valid
BUTIR 04	0,354	0,168	Valid
BUTIR 05	0,394	0,168	Valid
BUTIR 06	0,363	0,168	Valid
BUTIR 07	0,379	0,168	Valid
BUTIR 08	0,365	0,168	Valid
BUTIR 09	0,393	0,168	Valid
BUTIR 10	0,549	0,168	Valid
BUTIR 11	0,535	0,168	Valid
BUTIR 12	0,409	0,168	Valid
BUTIR 13	0,382	0,168	Valid
BUTIR 14	0,555	0,168	Valid
BUTIR 15	0,346	0,168	Valid

BUTIR 16	0,503	0,168	Valid
BUTIR 17	0,320	0,168	Valid
BUTIR 18	0,535	0,168	Valid
BUTIR 19	0,569	0,168	Valid
BUTIR 20	0,503	0,168	Valid
BUTIR 21	0,523	0,168	Valid
BUTIR 22	0,381	0,168	Valid
BUTIR 23	0,326	0,168	Valid
BUTIR 24	0,340	0,168	Valid
BUTIR 25	0,365	0,168	Valid
BUTIR 26	0,499	0,168	Valid
BUTIR 27	0,502	0,168	Valid
BUTIR 28	0,352	0,168	Valid
BUTIR 29	0,382	0,168	Valid
BUTIR 30	0,508	0,168	Valid
BUTIR 31	0,440	0,168	Valid
BUTIR 32	0,450	0,168	Valid
BUTIR 33	0,344	0,168	Valid
BUTIR 34	0,543	0,168	Valid

Berdasarkan hasil analisis, menunjukkan bahwa dari 34 butir semua butir valid. Hal tersebut dikarenakan $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka instrumen ini dapat digunakan untuk penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata *reliability* yang mempunyai asal kata *rely* yang artinya percaya dan reliabel yang artinya dapat dipercaya. Keterpercayaan berhubungan dengan ketepatan dan konsistensi. Reliabilitas berhubungan dengan akurasi instrumen dalam mengukur apa yang diukur, kecermatan hasil ukur dan seberapa akurat seandainya dilakukan pengukuran ulang. Reliabilitas sebagai konsistensi pengamatan yang diperoleh dari pencatatan berulang baik pada satu subjek maupun sejumlah subjek (Siyoto & Sodik, 2015). Uji reliabilitas penelitian ini menggunakan metode *Cronbach Alpha*. Reliabilitas

dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,000. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,831	34

F. 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 (Sugiyono, 2015: 112). Rumus sebagai berikut (Sudijono, 2015: 40):

$$P = - 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Menurut Widoyoko (2014: 238) bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ideal pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Kategori Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Widoyoko, 2014: 238)

Keterangan:

X = rata-rata

Mi = $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

Sbi = $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor terendah

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 34 butir, dan terbagi dua faktor, yaitu faktor intrinsik (indikator jasmani, psikologis, dan kelelahan) dan ekstrinsik (indikator keluarga, sekolah, dan masyarakat). Hasil analisis hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dijelaskan sebagai berikut:

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul

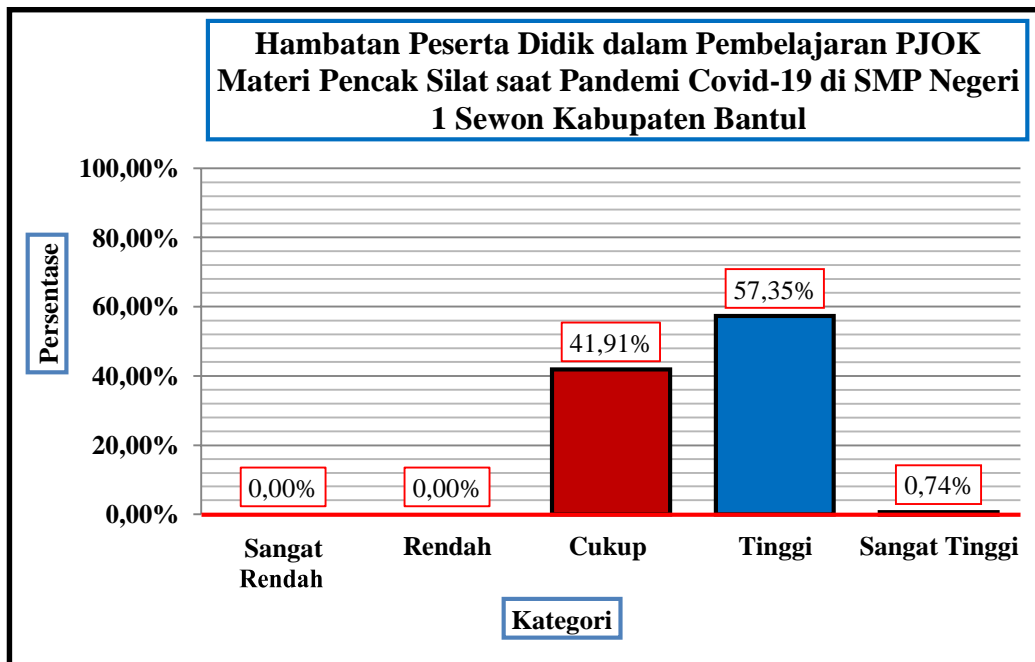
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	96,46
<i>Median</i>	97,00
<i>Mode</i>	99,00
<i>Std, Deviation</i>	7,27
<i>Minimum</i>	81,00
<i>Maximum</i>	118,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, hambatan pesertadidik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMPNegeri 1 Sewon Kabupaten Bantul disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$116 < X$	Sangat Tinggi	1	0,74%
2	$95 < X \leq 116$	Tinggi	78	57,35%
3	$74 < X \leq 95$	Cukup	57	41,91%
4	$53 < X \leq 74$	Rendah	0	0,00%
5	$X \leq 53$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 8 tersebut di atas, hambatanpeserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid- 19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Hambatan Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 2 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “cukup” sebesar 41,91% (57 peserta didik), “tinggi” sebesar 57,35% (78 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,74% (1 peserta didik). Berdasarkan nilai rata-rata sebesar 96,46, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul masuk kategori tinggi.

1. Faktor Intrinsik

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor intrinsik dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Intrinsik

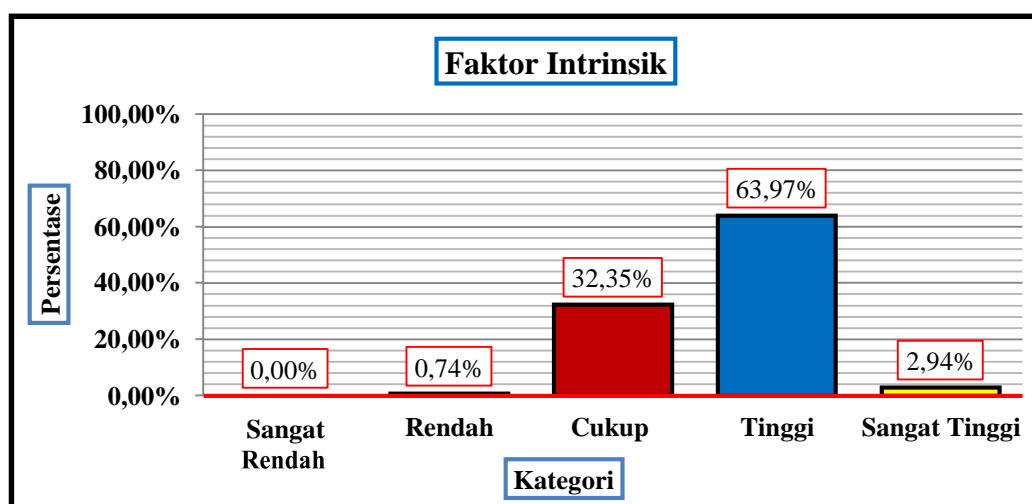
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	50,45
<i>Median</i>	51,00
<i>Mode</i>	54,00
<i>Std, Deviation</i>	5,23
<i>Minimum</i>	38,00
<i>Maximum</i>	64,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 9 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor intrinsik disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Intrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$58 < X$	Sangat Tinggi	4	2,94%
2	$48 < X \leq 58$	Tinggi	87	63,97%
3	$38 < X \leq 48$	Cukup	44	32,35%
4	$28 < X \leq 38$	Rendah	1	0,74%
5	$X \leq 28$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 10 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor intrinsik dapat dilihat pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Faktor Intrinsik

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor intrinsik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 0,74% (1 peserta didik), “cukup” sebesar 32,35% (44 peserta didik), “tinggi” sebesar 63,97% (87 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 2,94% (4 peserta didik).

1) Indikator Jasmani

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator jasmani dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Indikator Jasmani

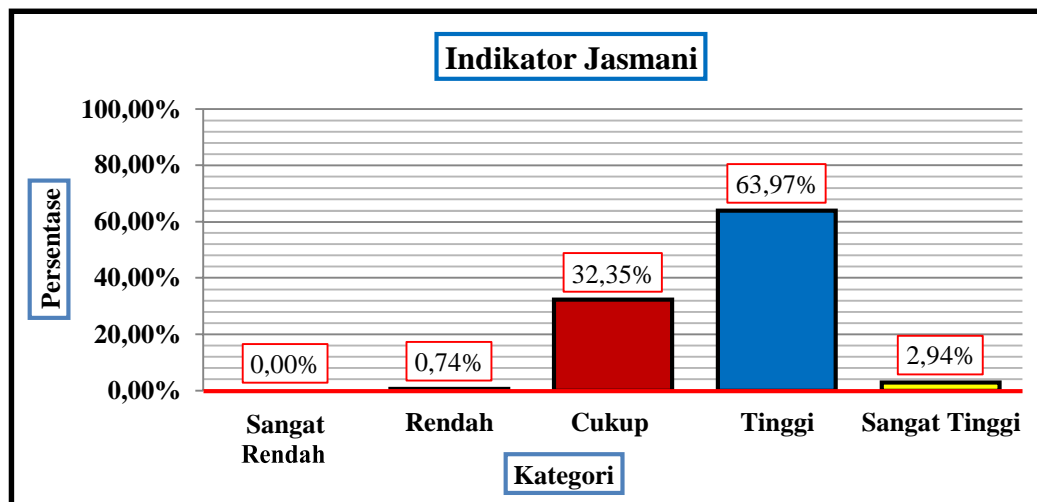
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	14,73
<i>Median</i>	14,50
<i>Mode</i>	14,00
<i>Std, Deviation</i>	2,16
<i>Minimum</i>	9,00
<i>Maximum</i>	20,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 12 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator jasmani disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Indikator Jasmani

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$17 < X$	Sangat Tinggi	16	11,76%
2	$14 < X \leq 17$	Tinggi	52	38,24%
3	$11 < X \leq 14$	Cukup	59	43,38%
4	$8 < X \leq 11$	Rendah	9	6,62%
5	$X \leq 8$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 12 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator jasmani dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Batang Indikator Jasmani

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator jasmani berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 6,62% (9 peserta didik), “cukup” sebesar 43,48% (59 peserta didik), “tinggi” 38,24% (52 peserta didik), dan “sangat tinggi” 11,76% (16 peserta didik).

2) Indikator Psikologis

Deskriptif statistik hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator psikologis pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Indikator Psikologis

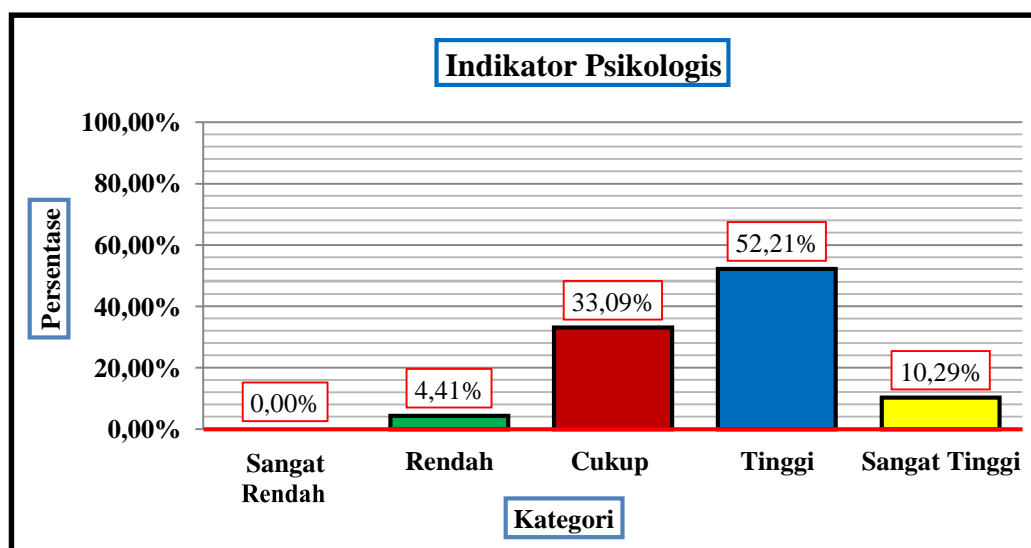
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	21,10
<i>Median</i>	21,00
<i>Mode</i>	21,00
<i>Std, Deviation</i>	2,63
<i>Minimum</i>	14,00
<i>Maximum</i>	27,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 14 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator psikologis disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Indikator Psikologis

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$24 < X$	Sangat Tinggi	14	10,29%
2	$20 < X \leq 24$	Tinggi	71	52,21%
3	$16 < X \leq 20$	Cukup	45	33,09%
4	$12 < X \leq 16$	Rendah	6	4,41%
5	$X \leq 12$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 14 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator psikologis dapat dilihat pada gambar 5 sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Batang Indikator Psikologis

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator psikologis berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 4,41% (6 peserta didik), “cukup” sebesar 33,09% (45 peserta didik), “tinggi” sebesar 52,21% (71 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 10,29% (14 peserta didik).

3) Indikator Kelelahan

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kelelahan dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Deskriptif Statistik Indikator Kelelahan

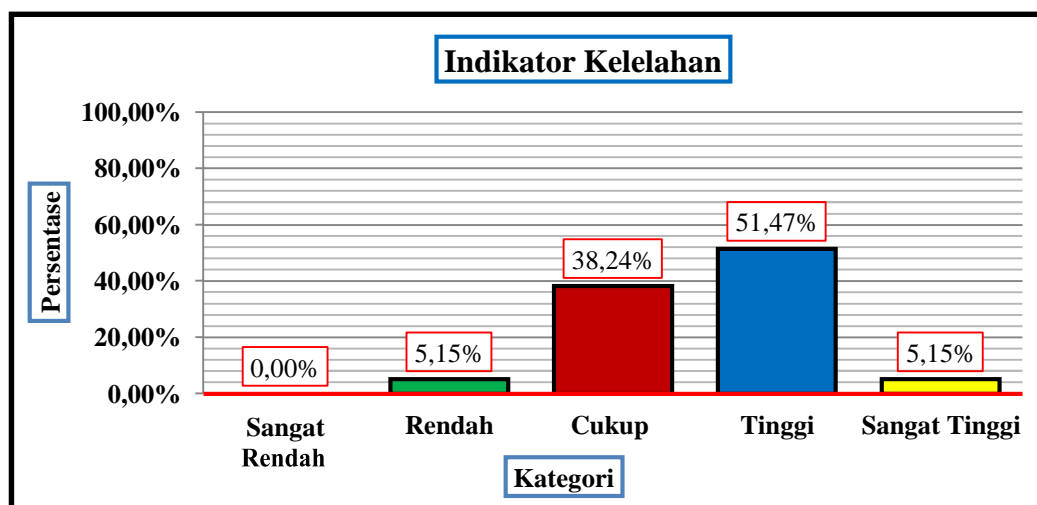
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	14,62
<i>Median</i>	15,00
<i>Mode</i>	15,00
<i>Std, Deviation</i>	2,00
<i>Minimum</i>	9,00
<i>Maximum</i>	20,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 16 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kelelahan disajikan pada tabel 16 sebagai berikut:

Tabel 16. Norma Penilaian Indikator Kelelahan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$17 < X$	Sangat Tinggi	7	5,15%
2	$14 < X \leq 17$	Tinggi	70	51,47%
3	$11 < X \leq 14$	Cukup	52	38,24%
4	$8 < X \leq 11$	Rendah	7	5,15%
5	$X \leq 8$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 16 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kelelahan dapat dilihat pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Batang Indikator Kelelahan

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kelelahan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 5,15% (7 peserta didik), “cukup” sebesar 38,24% (52 peserta didik), “tinggi” sebesar 51,47% (70 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 5,15% (7 peserta didik).

2. Faktor Ekstrinsik

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik dapat dilihat pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Faktor Ekstrinsik

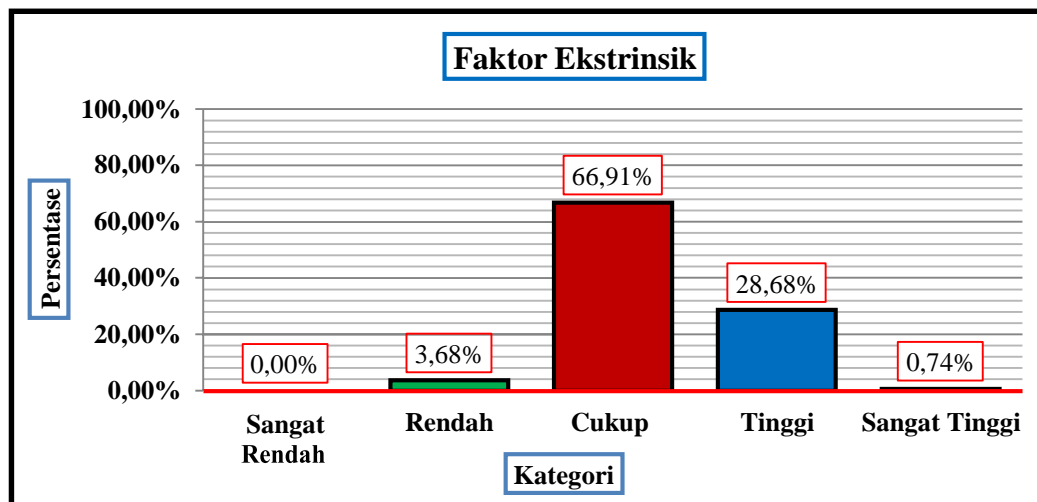
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	46,01
<i>Median</i>	46,00
<i>Mode</i>	49,00
<i>Std, Deviation</i>	4,29
<i>Minimum</i>	34,00
<i>Maximum</i>	61,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 136 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Norma Penilaian Faktor Ekstrinsik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$58 < X$	Sangat Tinggi	1	0,74%
2	$48 < X \leq 58$	Tinggi	39	28,68%
3	$38 < X \leq 48$	Cukup	91	66,91%
4	$28 < X \leq 38$	Rendah	5	3,68%
5	$X \leq 28$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 18 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik dapat dilihat pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Batang Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 7 menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 3,68% (5 peserta didik), “cukup” sebesar 66,91% (91 peserta didik), “tinggi” sebesar 28,68% (39 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,74% (1 peserta didik).

1) Indikator Keluarga

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator keluarga pada tabel 19 berikut:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Indikator Keluarga

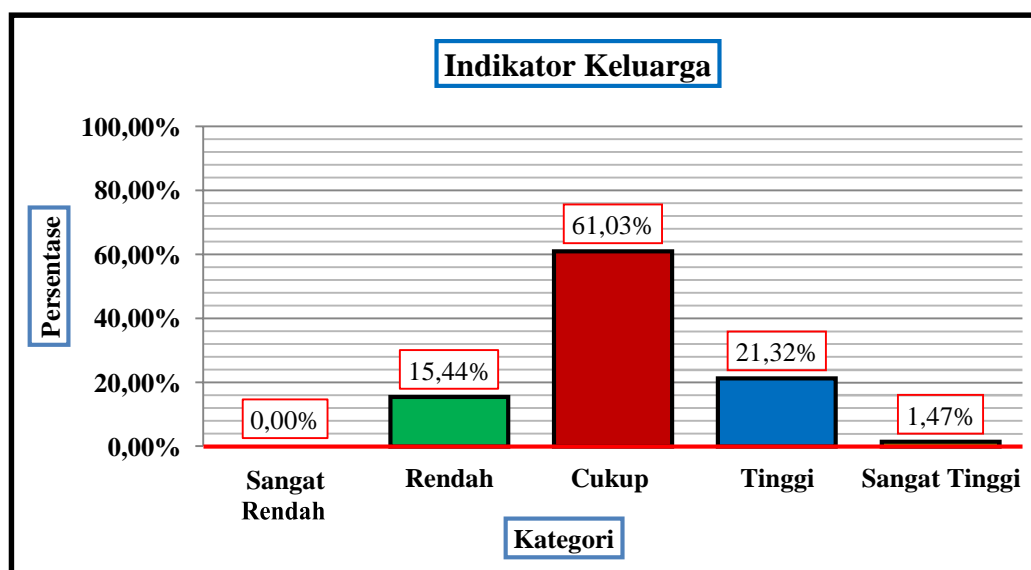
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	16,10
<i>Median</i>	16,00
<i>Mode</i>	16,00
<i>Std, Deviation</i>	1,88
<i>Minimum</i>	11,00
<i>Maximum</i>	21,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 20 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator keluarga disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Indikator Keluarga

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$20 < X$	Sangat Tinggi	2	1,47%
2	$17 < X \leq 20$	Tinggi	29	21,32%
3	$14 < X \leq 17$	Cukup	83	61,03%
4	$11 < X \leq 14$	Rendah	21	15,44%
5	$X \leq 11$	Sangat Rendah	1	0,74%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 20, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator keluarga dapat dilihat pada gambar 8 sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Batang Indikator Keluarga

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator keluarga berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,74% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 15,44% (21 peserta didik), “cukup” sebesar 61,03% (83 peserta didik), “tinggi” 21,32% (29 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 1,47% (2 peserta didik).

2) Indikator Sekolah

Deskriptif statistik hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator sekolah pada tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Deskriptif Statistik Indikator Sekolah

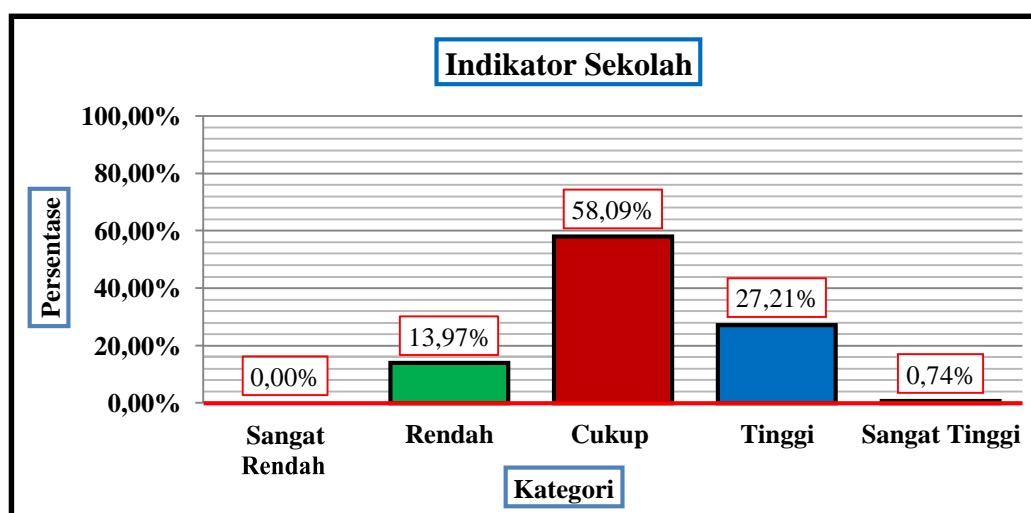
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	18,82
<i>Median</i>	18,50
<i>Mode</i>	18,00
<i>Std, Deviation</i>	2,35
<i>Minimum</i>	14,00
<i>Maximum</i>	25,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 22 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator sekolah disajikan pada tabel 22 sebagai berikut:

Tabel 22. Norma Penilaian Indikator Sekolah

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$24 < X$	Sangat Tinggi	1	0,74%
2	$20 < X \leq 24$	Tinggi	37	27,21%
3	$16 < X \leq 20$	Cukup	79	58,09%
4	$12 < X \leq 16$	Rendah	19	13,97%
5	$X \leq 12$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 22 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator sekolah dapat dilihat pada gambar 9 sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Batang Indikator Sekolah

Berdasarkan tabel 22 dan gambar 9 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator sekolah berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 13,97% (19 peserta didik), “cukup” sebesar 58,09% (79 peserta didik), “tinggi” sebesar 27,21% (37 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,74% (1 peserta didik).

3) Indikator Masyarakat

Deskriptif statistik data hasil penelitian hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator masyarakat dapat dilihat pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Deskriptif Statistik Indikator Masyarakat

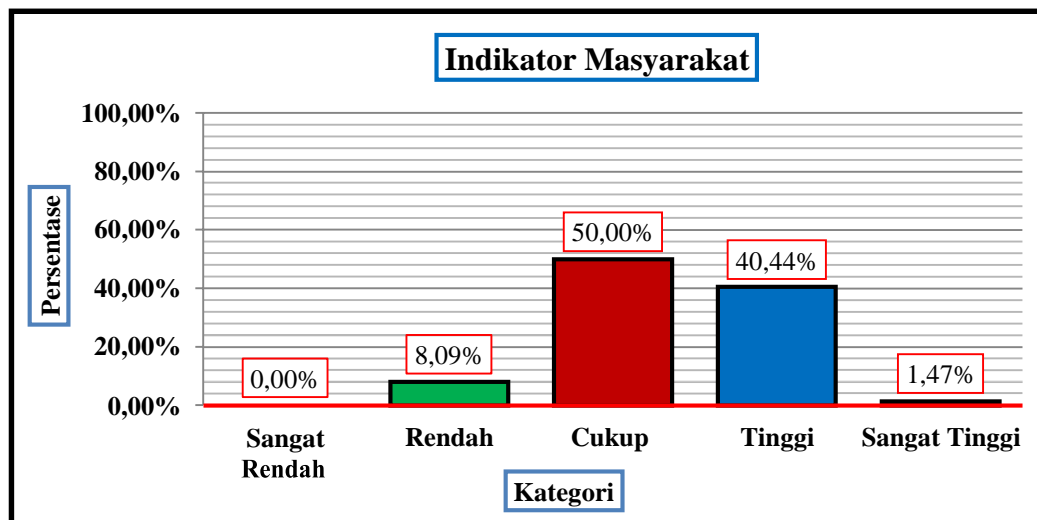
Statistik	
<i>N</i>	136
<i>Mean</i>	11,09
<i>Median</i>	11,00
<i>Mode</i>	11,00
<i>Std, Deviation</i>	1,82
<i>Minimum</i>	7,00
<i>Maximum</i>	15,00

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian pada tabel 24 di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator masyarakat disajikan pada tabel 24 sebagai berikut:

Tabel 24. Norma Penilaian Indikator Masyarakat

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$14 < X$	Sangat Tinggi	2	1,47%
2	$11 < X \leq 14$	Tinggi	55	40,44%
3	$8 < X \leq 11$	Cukup	68	50,00%
4	$5 < X \leq 8$	Rendah	11	8,09%
5	$X \leq 5$	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			136	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 24 tersebut di atas, hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator masyarakat dapat dilihat pada gambar 10 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Indikator Masyarakat

Berdasarkan tabel 24 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator masyarakat berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 8,09% (11 peserta didik), “cukup” sebesar 50,00% (68 peserta didik), “tinggi” sebesar 40,44% (55 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 1,47% (2 peserta didik).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil analisis secara rinci yaitu sebesar 57,35% atau 78 peserta didik dalam kategori tinggi, 57 peserta didik atau 41,91% kategori cukup.

Berbagai kendala saat pembelajaran daring materi pencak silat dialami di SMP Negeri 1 Sewon. Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 14 Januari 2021 yang dilakukan dengan guru dan beberapa peserta didik di SMP Negeri 1 Sewon permasalahan yang banyak terjadi saat mengikuti pembelajaran daring yaitu tidak stabilnya jaringan internet, sehingga kurang optimal pelaksanaannya. Pembelajaran daring tidak bisa lepas dari jaringan internet. Koneksi jaringan internet menjadi salah satu kendala yang dihadapi peserta didik dan guru yang tempat tinggalnya sulit untuk mengakses internet, apalagi peserta didik tersebut tempat tinggalnya di daerah pedesaan, terpencil dan tertinggal.

Permasalahan yang banyak terjadi saat mengikuti pembelajaran daring yaitu tidak stabilnya jaringan internet, sehingga kurang optimal pelaksanaannya. Koneksi jaringan internet menjadi salah satu kendala yang dihadapi peserta didik dan guru yang tempat tinggalnya sulit untuk mengakses internet, apalagi peserta didik tersebut tempat tinggalnya di daerah pedesaan. Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 1 Sewon, pembelajaran PJOK materi pencak silat tetap dilakukan, materi yang diberikan berupa penjelasan secara singkat tentang materi pendak silat. Terkait dengan tugas, guru memberikan tugas dengan melakukan gerakan atau teknik terkait pencak silat, kemudian peserta didik membuat video dan dikirim melalui *handphone* kepada guru yang bersangkutan.

Permasalahan lain yang terjadi bukan hanya terdapat pada sistem media pembelajaran, akan tetapi ketersediaan kuota yang membutuhkan biaya cukup tinggi harganya bagi peserta didik dan guru guna memfasilitasi kebutuhan pembelajaran daring dan pihak sekolah tidak memberikan kuota kepada peserta

didik. Berdasarkan hasil observasi dengan 50 peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Sewon, 80% peserta didik mempunyai *hanphone* pribadi, sedangkan 20% di antaranya tidak mempunyai *handphone* pribadi. Kuota yang dibeli untuk kebutuhan internet menjadi melonjak dan banyak diantara orangtua peserta didik yang tidak siap untuk menambah anggaran dalam menyediakan jaringan internet. Hal ini pun menjadi permasalahan yang sangat penting bagi peserta didik, jam berapa mereka harus belajar dan bagaimana data (kuota) yang mereka miliki, sedangkan orangtua yang berpenghasilan rendah atau dari kalangan menengah ke bawah (kurang mampu). Hingga akhirnya hal seperti ini dibebankan kepada orangtua peserta didik yang ingin anaknya tetap mengikuti pembelajaran daring.

Koneksi jaringan internet menjadi salah satu kendala yang dihadapi peserta didik dan guru yang tempat tinggalnya sulit untuk mengakses internet, apalagi peserta didik tersebut tempat tinggalnya di daerah pedesaan. Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK SMP Negeri 1 Sewon, pembelajaran PJOK materi pencak silat tetap dilakukan, namun guru hanya memberikan tugas untuk melakukan gerakan atau teknik terkait pencak silat, kemudian peserta didik membuat video dan dikirim melalui *handphone* kepada guru yang bersangkutan.

Ada beberapa kendala yang dirasakan oleh peserta didik maupun pengajar, yaitu: “pertama, adanya kendala teknis yang sering terjadi seperti jaringan internet ataupun *server error*” (Nurmukhametov et al., 2015: 16). Kedua, ketidaktepatan menggunakan media pembelajaran saat pembelajaran jarak jauh, jika guru tidak memvariasikan media pembelajaran *online*, maka peserta didik akan mudah bosan (Simbolon, 2014: 15). Ketiga, pada pelajaran praktikum, pembelajaran jarak jauh

tidak efektif untuk diterapkan, guru hanya memberi media pembelajaran berupa video-video praktikum dan langkah pengerjaannya, namun mahasiswa didik tidak melakukan praktikumnya sendiri. Keempat, kurangnya rasa tanggung jawab pengajar pada pembelajaran jarak jauh, hal ini dibuktikan pada survei yang menyatakan bahwa para guru menganggap bahwa tanggung jawab dalam pengajaran tatap muka tradisional umumnya lebih tinggi daripada dalam pendidikan jarak jauh” (Semradova & Hubackova, 2016: 544).

Proses belajar mengajar akan berjalan efektif dan efisien bila didukung dengan tersedianya media yang menunjang. Penyediaan media serta metodologi pendidikan yang dinamis, kondusif serta dialogis sangat diperlukan bagi pengembangan potensi peserta didik, secara optimal. Hal ini disebabkan karena potensi peserta didik akan lebih terangsang bila dibantu dengan sejumlah media atau sarana dan prasarana yang mendukung proses interaksi yang sedang dilaksanakan. “Media dalam perspektif pendidikan merupakan instrumen yang sangat strategis dalam ikut menentukan keberhasilan proses belajar mengajar karena keberadaannya secara langsung dapat memberikan dinamika tersendiri terhadap peserta didik” (Qoriawati, 2021: 12).

Hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul, berdasarkan faktor intrinsik (indikator jasmani, psikologis, dan kelelahan) dan ekstrinsik (indikator keluarga, sekolah, dan masyarakat) dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Intrinsik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor instrinsik pada kategori tinggi. Faktor intrinsik yaitu faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik sendiri. Artinya faktor dari dalam diri peserta didik seperti jasmani, psikologis, dan kelelahan menjadi hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator jasmaniah berada pada kategori tinggi. Kemampuan peserta didik dirasa masih kurang, peserta didik kurang dapat melakukan perintah apa yang dianjurkan oleh gurunya, peserta didik juga sering mengalami sakit dikarenakan kondisi cuaca yang kurang menentu. Begitu juga dengan kondisi fisik peserta didik yang kurang baik, sehingga pada saat proses pembelajaran peserta didik sering mengalami kelelahan dan dapat mengganggu proses pembelajaran. “Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Proses belajar seseorang akan terganggu apabila kesehatannya terganggu, selain itu juga ia akan cepat lelah, dan kurang bersemangat” (Slameto, 2015: 42).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator psikologis berada pada

kategori tinggi. Secara psikologis peserta didik tidak menyukai pembelajaran pencak silat secara daring, karena pembelajaran praktik sebagaimana sebelumnya tidak ada. Masalah lain merasa kurang nyaman karena pembelajaran daring sinyal internet tidak stabil. Oleh karena itu peserta harus dilatih mental dalam berlatih dan guru harus bisa menciptakan pembelajaran yang menyenangkan diselingi oleh pemberian motivasi terhadap peserta didik. “Motivasi dalam kegiatan belajar merupakan kekuatan yang dapat menjadi tenaga pendorong bagi peserta didik untuk mendayagunakan potensi-potensi yang ada pada dirinya dan potensi di luar dirinya untuk mewujudkan tujuan belajar” (Asmanullah, dkk., 2020: 4). Minat yang besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajarinya tidak sesuai dengan minat peserta didik, peserta didik tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator kelelahan berada pada kategori tinggi. Kelelahan merupakan keadaan dimana seseorang tidak mampu melakukan kegiatan yang berkelanjutan atau terus menerus. Berdasarkan Slameto (2015:59-60) “kelelahan pada seseorang walaupun sulit untuk dipisahkan, tetapi dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu kelelahan jasmani dan kelelahan rohani (bersifat psikis)”. Kelelahan jasmani dapat terlihat dengan lemahnya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. Kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan, sehingga dorongan untuk menghasilkan

sesuatu hilang. Kelelahan dapat mempengaruhi belajar. Agar peserta didik dapat belajar dengan baik haruslah menghindari kelelahan.

2. Faktor Ekstrinsik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan faktor ekstrinsik pada kategori tinggi. Faktor ekstrinsik yaitu faktor yang berasal dari luar diri peserta didik. Artinya faktor dari luar diri peserta didik seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat menjadi hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator keluarga berada pada kategori tinggi. Keluarga adalah pengaruh utama dalam proses pembelajaran anak. Permasalahan lain yang terjadi bukan hanya terdapat pada sistem media pembelajaran, akan tetapi ketersediaan kuota yang membutuhkan biaya cukup tinggi harganya bagi peserta didik dan guru guna memfasilitasi kebutuhan pembelajaran daring. Kuota yang dibeli untuk kebutuhan internet menjadi melonjak dan banyak diantara orangtua peserta didik yang tidak siap untuk menambah anggaran dalam menyediakan jaringan internet. Hal ini pun menjadi permasalahan yang sangat penting bagi peserta didik, jam berapa mereka harus belajar dan bagaimana data (kuota) yang mereka miliki, sedangkan orangtua mereka yang berpenghasilan rendah atau dari kalangan menengah ke bawah (kurang mampu).

Hingga akhirnya hal seperti ini dibebankan kepada orangtua peserta didik yang ingin anaknya tetap mengikuti pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator sekolah berada pada kategori tinggi. Menurut Slameto (2015:64-69) “faktor sekolah yang mempengaruhi belajar mencakup relasi guru dengan peserta didik, relasi peserta didik dengan peserta didik, kedisiplinan, pelajaran dan jam pelajaran, standar pelajaran, keadaan gedung, metode belajar, dan tugas-tugas rumah. Sebagai garis depan pendidikan, tugas guru adalah mengajar, pendidikan, memberikan bimbingan dan konseling, pelatihan, penilaian dan evaluasi untuk memberikan para peserta didik dengan dukungan ideologis dan psikologis. Proses pengajaran dilakukan oleh guru dan peserta didik biasanya melakukan di sekolah, atau berinteraksi langsung tanpa medium. Namun, dalam beberapa bulan terakhir, pekerjaan guru telah berubah selama proses pembelajaran, karena epidemi telah melanda dunia, termasuk Indonesia. Dampak yang dirasakan guru yaitu tidak semua mahir menggunakan teknologi internet atau media sosial sebagai sarana pembelajaran, beberapa guru senior belum sepenuhnya mampu menggunakan perangkat atau fasilitas untuk penunjang kegiatan pembelajaran *online* dan perlu pendampingan dan pelatihan terlebih dahulu. Jadi, dukungan dan kerjasama orang tua demi keberhasilan pembelajaran sangat dibutuhkan. Komunikasi guru dan sekolah dengan orang tua harus terjalin dengan lancar.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berdasarkan indikator masyarakat berada pada kategori tinggi. “Masyarakat adalah faktor ekstern yang juga berpengaruh terhadap belajar peserta didik” (Slameto, 2015:69-70). Lingkungan masyarakat seperti perkampungan kumuh, teman sepermainan yang nakal. Lingkungan rumah yang terletak di area yang kumuh, jauh dari ketenangan dan ketentraman tentu akan memberi dampak bagi perkembangan, mental seseorang. Biasanya pengaruh yang ditimbulkan adalah bersifat negatif, perokok yang menjadi pecandu narkoba, mabuk-mabukan, serta segala keterbatasan sarana yang dapat menstimulasi seseorang berkembang secara negatif.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kerendahan. Beberapa kelemahan dan kerendahan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket yang dibagikan melalui *google form*, sehingga dimungkinkan adanya unsur rendah objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah

jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diketahui bahwa hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 0,00% (0 pesertadidik), “cukup” sebesar 41,91% (57 peserta didik), “tinggi” sebesar 57,35% (78 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,74% (1 peserta didik). Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 yaitu tidak stabilnya jaringan internet sehingga kurang optimal pelaksanaannya di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul pada kategori tinggi.

B. Implikasi

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

1. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam mengurangi hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.
2. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meminimalisir hambatan peserta didik dalam

pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul.
2. Agar melakukan penelitian tentang hambatan peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi pencak silat saat pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, A., Hidaayatullaah, H. N., Simamora, R. M., Fehabutar, D., & Mutakinati, L. (2020). The impact of covid-19 to indonesian education and its relation to the philosophy of “ Merdeka Belajar.” *Studies in Philosophy of Science and Education*, 1(1), 38–49.
- Ahmadi, A., & Supriyono, W. (2013). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aminoto, T. (2014). Penerapan media e-learning berbasis schoology untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar materi usaha dan energi di kelas xi sma n 10 kota jambi. *Sainmatika: Jurnal Sains dan Matematika Universitas Jambi*, 8(1), 221167.
- Ananda, R., & Fadhli, M. (2018). *Statistik pendidikan teori dan praktik dalam pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Andriansyah, M. F., & Winarno, M. E. (2020). Hubungan antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi dengan keterampilan dribbling peserta didik Akademi Arema U-14. *Sport Science and Health*, 2(1).
- Anjani, A., Ratnamulyani, I. A., & Kusumadinata, A. A. (2018). Penggunaan Media Komunikasi Whatsapp terhadap Efektivitas Kinerja Karyawan. *Jurnal Komunikatio*, 4(1).
- Ardiansyah, I. (2013). *Eksplorasi pola komunikasi dalam diskusi menggunakan moddle pada perkuliahan simulasi pembelajaran kimia*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Ariwobowo, Y. (2014). Pemahaman mahapeserta didik pjkr kelas b angkatan tahun 2009 terhadap permainan net. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(1).
- Ariyanti, F. E. (2013). Pengembangan website berbasis moodle melalui blended learning untuk mengefektifkan keterampilan proses dan hasil belajar kognitif siswa kelas X SMK Maospati. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 1(1).
- Ariyanto, Triansyah, A., & Gustian, U. (2020). Penggunaan permainan tradisional untuk meningkatkan keterampilan gerak fundamental peserta didik Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16 (1), 78-91.

- Arnesti & Hamid. (2015). Penggunaan media pembelajaran online – offline dan komunikasi interpersonal terhadap hasil belajar bahasa inggris. *Jurnal Teknologi Informasi & Komunikasi dalam Pendidikan*, 2(1).
- Asmanullah, A. S., Hamdani, A., & Ariyano, A. (2019). Faktor penyebab kesulitan belajar siswa pada mata pelajaran mekanika teknik di Smk bidang teknologi dan rekayasa kota Bandung. *Journal of Mechanical Engineering Education*, 6(1), 13-22.
- Azhar, K. A., & Iqbal, N. (2018). Effectiveness of google classroom: teachers ' perceptions'. *Prizren Social Science Journal*, 2(2), 1–16.
- Bilfaqih, Y., & Qamaruddin. M. N. (2015). *Esensi pengembangan pembelajaran daring*. Yogyakarta: Deepublihs.
- Bunjamin, A. C., Juita, D. R., & Syalsiah, N. (2020). Penggunaan kahoot sebagai media pembelajaran berbasis permainan sebagai bentuk variasi pembelajaran. *Gunahumas*, 3(1), 43-50.
- Desmita. (2014). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, H. E. (2012). *Memahami perkembangan fisik remaja*. Yogyakarta: Kanisius.
- Dharmawati, D. (2017). Penggunaan media e-learning berbasis edmodo dalam pembelajaran english for business. *Query Journal of Information Systems*, 162722.
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. (2020). *Pedoman kesiapsiagaan menghadapi infeksi novel coronavirus (2019-nCoV)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Djamarah, S. B. (2011). *Strategi belajar mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta. Ediyono
- & Widodo. (2019). Memahami makna seni dalam pencak silat. *Panggung*, 9(2).
- Fadil & Ismiyati. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar pada mata pelajaran otomatisasi perkantoran kelas X program studi administrasi perkantoran di SMK Negeri 1 Kendal. *Economic Education Analysis Journal*, 4 (2).
- Fajri, S. A., & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari pralon untuk pembelajaran ekstrakurikuler panahan peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).

- Faqihudin, A., & Wahadi, M. N. (2015). Pengaruh daya ledak dan latihan kekuatan terhadap hasil jump heading. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 4 (2).
- Fathurrohman, M. (2017). *Model-model pembelajaran Inovatif*. Yogyakarta. ArRuzz Media.
- Fehr, A. R., & Perlman, S. (2015). Coronavirus: an overview of their replication and pathogenesis. *Methods Mol Biol*, 1282: 1–23.
- Festiawan, R., & Arovah, N. I. (2020). Pengembangan “Buku Saku Pintar Gizi” untuk peserta didik SMP: alternatif media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan gizi olahraga. *Physical Activity Journal*, 1(2), 188-201.
- Firman, & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89.
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gikas, J., & Grant, M. M. (2013). Mobile computing devices in higher education: Student perspectives on learning with cellphones, smartphones & social media. *Internet and Higher Education*. *The Internet and Higher Education*, 19, 18–26.
- Goldschmidt, K., & Msn, P. D. (2020). The COVID-19 pandemic: technology use to support the wellbeing of children. *Journal of Pediatric Nursing*, xxxx, 3–5.
- Gorbalenya, A. E., Baker, S. C., Baric, R. S., de Groot, R. J., Drosten, C., Gulyaeva, A. A. (2020). The species Severe acute respiratory syndrome-related coronavirus: classifying 2019-nCoV and naming it SARS-CoV-2. *Nat Microbiol*. DOI: 10.1038/s41564-020-0695-
- Gunawan, Suranti, N. M. Y., & Fathoroni. (2020). Variations of models and learning platforms for prospective teachers during the covid-19 pandemic period. *Indonesian Journal of Teacher Education*, 1(2), 61–70.
- Hamalik, O. (2013). *Dasar-dasar pengembangan kurikulum*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Hambali, S. (2019). Pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar passing bawah bola voli di sekolah dasar. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 33(1).

- Haqien, D., & Rahman, A. A. (2020). Pemanfaatan zoom meeting untuk proses pembelajaran pada masa pandemi Covid-19. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 5(1).
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiwaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Wonosari: CV. Pustaka Ilmu.
- Harie, S., Hasanusi, F. S., & Leksono, A. W. (2020). Pembelajaran biopreneu r e-learning cisco webex meeting ditinjau dari sikap siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(3), 206-212.
- Haryanto. (2020). *Evaluasi pembelajaran (konsep dan manajemen)*. Yogyakarta: UNY Press.
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Zang, Li, & Fan, G. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 24.
- Imania, K. A. N. (2019). Rancangan pengembangan instrumen penilaian pembelajaran berbasis daring. *Jurnal PETIK*, 5, 31-47.
- Irham, M., & Wiyani, A. N. (2013). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ismail. (2016). *Diagnosis kesulitan belajar peserta didik dalam pembelajaran aktif*. Jakarta: Edukasi.
- Iswanto. (2017). Analisis instrumen ujian formatif mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat SMP. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 13 (2), 79-91.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Jamiludin, J., Darnawati, D., & Uke, W. A. S. (2020). Pelatihan Media Kahoot pada Guru dalam Proses Evaluasi Belajar. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 63-67.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. 2020. Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 35952/MPK.A/HK/2020.
- Khusniyah, N. L., & Hakim, L. (2019). Efektifitas pembelajaran berbasis daring: sebuah bukti pada pembelajaran bahasa inggris. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan*, 17(1).

- Komarudin. (2016). Membentuk kematangan emosi dan kekuatan berpikir positif pada remaja melalui pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2).
- Komarudin & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga pencak silat. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16 (1), 1-8.
- Kriswanto, E. S. (2015). *Pencak silat*. Yogyakarta: UNY Press.
- Kuntarto, E. (2017). Keefektifan model pembelajaran daring dalam perkuliahan bahasa indonesia di perguruan tinggi. *Indonesian Language Education and Literature*, 3(1), 99-110.
- Latif, S. (2016). Learning engagement in virtual environment. *International Journal of Computer Application*, 148(11), 7–13.
- Lubis, J., & Wardoyo, H. (2014). *Pencak silat panduan praktis edisi kedua*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mahardhika, N. A., Jusuf, J. B., & Priyambada. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi peserta didik SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14 (2), 62-68.
- Meidawati, M. (2019). Pengaruh daring learning terhadap hasil belajar IPA siswa Sekolah Dasar. In *Seminar Nasional Sains & Entrepreneurship*, 1(1).
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang *Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19)*
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? Internet and Higher Education. *The Internet and Higher Education*, 14(2), 129-135
- Mulyadi, (2010). *Diagnosis kesulitan belajar dan bimbingan terhadap kesulitan belajar khusus*. Yogyakarta: Nuha Litera.
- Mulyasa, E. (2015). *Prinsip-prinsip dan teknik evaluasi pengajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nurdyansyah & Fahyuni, E. F. (2016). *Inovasi model pembelajaran sesuai kurikulum 2013*. Semarang: UNISSULA Press.
- Nurjan, A. (2016). *Psikologi belajar*. Purwosari: WADE GROUP.

- Nurmukhametov, N., Temirova, A., & Bekzhanova, T. (2015). The problems of development of distance education in Kazakhstan. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 182, 15–19.
- Pasha & Hamdani. (2021). Pengaruh gerak seni ganda beladiri pada materi pencak silat terhadap minat belajar dalam pembelajaran PJOK di SMA Negeri 3 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 9(1).
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2020). *Pneumonia Covid-19 diagnosis & penatalaksanaan di Indonesia*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia.
- Prasetyo, Y. T. (2020). *Pengaruh metode latihan lari percepatan dan lari interval terhadap peningkatan dribbling pada pemain pencak silat KU 14 Tahun di SSB Pandawa*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Priastuti, D. (2015). Peningkatan keberanian guling belakang melalui permainan bola dan simpai pada peserta didik kelas IV A SDN 4 Wates Kulonprogo. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).
- Putrawangsa, S. (2018). *Desain pembelajaran: design research sebagai pendekatan desain pembelajaran*. Mataram: CV. Reka Karya Amerta (Rekarta).
- Putrawangsa, S., & Hasanah, U. (2018). Integrasi teknologi digital dalam pembelajaran di era industri 4.0. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan*, 16(1).
- Putri, L. A., & Dewi, P. S. (2020). Media pembelajaran menggunakan video atraktif pada materi garis singgung lingkaran. *Mathema Journal*, 2(1).
- Qoriawati, U. (2021). Upaya peningkatan kualitas pembelajaran daring bagi peserta didik MI/SD pada masa pandemi Covid-19. *JEMARI (Jurnal Edukasi Madrasah Ibtidaiyah)*, 3(1), 10-17.
- Rahyubi, H. (2014). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Rianto, Y. (2012). *Paradigma baru pembelajaran*. Jakarta: PT. Kencana.

- Riedel, S., Morse, S., Mietzner, T., Miller, S., Jawetz, Melnick, & Adelberg's. (2020). *Medical microbiology*. 28th ed. New York: McGrawHill Education/ Medica.
- Rigianti, H. A. (2020). Kendala pembelajaran daring guru sekolah dasar di Kabupaten Banjarnegara. *Elementary School*, 7, 297-302.
- Rithaudin, A., & Sari, P. T. P (2019). Analisis pembelajaran aspek kognitif materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 33-38.
- Rizal, S., & Walidain, B. (2019). Pembuatan media pembelajaran e-learning berbasis moodle pada matakuliah pengantar aplikasi komputer Universitas Serambi Mekkah. *JURNAL ILMIAH DIDAKTIKA: Media Ilmiah Pendidikan dan Pengajaran*, 19(2), 178-192.
- Rothan, H. A., & Byrareddy, SN. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *J Autoimmun*, DOI: 10.1016/j.jaut.2020.102433.
- Rulviana, V. (2018). Implementasi media edmodo dalam mata kuliah pengembangan kurikulum sekolah dasar. *Refleksi Edukatika: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 8(2).
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring di tengah wabah covid-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 6(2).
- Salsabila, U. H., Habiba, I. S., Amanah, I. L., Istiqomah, N. A., & Difany, S. (2020). Pemanfaatan aplikasi quizizz sebagai media pembelajaran ditengahpandemi pada siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi/JIITUJ*, 4(2), 163-173.
- Santoso, N. (2011). Peran guru pendidikan jasmani dalam ikut mengembangkan perpencah silatan nasional. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1).
- _____. (2014). Tingkat keterampilan passing-stopping dalam pencak silat pada mahapeserta didik PJKR B angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2).
- Sawitri, D. (2020). Penggunaan google meet untuk work from home di era pandemi coronavirus disease 2019 (Covid-19). *Prioritas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(01), 13-21.
- Semradova, I., & Hubackova, S. (2016). Teacher responsibility in distance education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 217, 544-550.


- Simbolon, N. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar peserta didik. *Elementary School Journal Pgsd Fip Unimed*, 1(2), 14–19.
- Situmorang, A. S. (2020). Microsoft teams for education sebagai media pembelajaran interaktif meningkatkan minat belajar. *Sepren*, 2(1), 30-30.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Slameto. (2015). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sofyana, & Rozaq, A. (2019). Pembelajaran daring kombinasi berbasis whatsapp pada kelas karyawan Prodi Teknik Informatika Universitas PGRI Madiun. *Jurnal Nasional Pendidikan Teknik Informatika*, 8(1).
- Subron, A. N., & Bayu, R. (2019). Persepsi peserta didik dalam studi pengaruh daring learning terhadap minat belajar ipa. *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme*, 1(2), 30-38.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suparman, A. (2014). *Teknologi pendidikan dalam pendidikan jarak jauh*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- 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*, 11(1).
- Supriyadi, M. (2018). Pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada sekolah dasar. *Jurnal Gelanggang Olahraga*, 1 (2), 6–11.
- Suryabrata, S. (2012). *Psikologi pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Syah, M. (2016). *Psikologi belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Ulva, N. L., Kantun, S., & Widodo, J. (2018). Penerapan E-learning dengan media schoology untuk meningkatkan motivasi dan hasil belajar siswa pada kompetensi dasar mendeskripsikan konsep badan usaha dalam perekonomian Indonesia. *JURNAL PENDIDIKAN EKONOMI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan, Ilmu Ekonomi dan Ilmu Sosial*, 11(2), 96-102.

- Uno, H. B. (2011). *Profesi Kependidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utama, AM. B. (2011). Pembentukan karakter anak melalui aktivitas jasmani bermain dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 2, 3.
- Utami & Cahyono. (2020). *Study at home*: analisis kesulitan belajar matematika pada proses pembelajaran daring. *Jurnal Ilmiah Matematika Realistik*, 1(1).
- Utami, M. S. U., & Purnomo, E. (2019). Minat peserta didik sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 12-21.
- Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2010). The social psychological outcomes of martial arts practise among youth: a review. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 528-537.
- Wang, Z., Qiang, W., & Ke, H. (2020). *A Handbook of 2019-nCoV Pneumonia Control and Prevention*. China: Hubei Science and Technologi Press.
- Wicaksono, L., Sardianto, T., & Utama, D. D. P. (2020). Pengaruh latihan pencak silat menggunakan beban dempel terhadap kecepatan tendangan depan pesilat di Padepokan Psht Cabang Lampung Barat. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 5(2), 47-52.
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Wedanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16 (1), 41-54.
- Widiastuti. (2019). Mengatasi keterbatasan sarana prasarana pada pembelajaran pendidikan jasmani. *POLYGLOT: Jurnal Ilmiah*, 15(1).
- Widoyoko, E. P. (2014). *evaluasi program pembelajaran; panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Wigianta, Z. (2021). *Faktor-faktor penghambat pembelajaran pencak silat peserta didik kelas atas Sekolah Dasar Negeri Kyai Mojo Jetis Kota Yogyakarta*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Wiyasa, I. K. N. (2013). Model pembelajaran pencak silat bagi peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1).

- Yudanto. (2008). Implementasi pendekatan taktik dalam pembelajaran *invasion games* di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2).
- _____. (2011). Model pemanasan dalam bentuk bermain pada pembelajaran pencak silat bagi peserta didik sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1).
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zhang, W., Wang, Y., Yang, L., & Wang, C. (2020). Suspending classes without stopping learning : china ' s education emergency management policy in the covid-19 outbreak. *Risk and Financial Management*, 13(55), 1–6.
- Zayapragassarazan, Z. (2020). COVID-19 : strategies for online engagement of remote learners. *Jawaharlal Institute of Postgraduate Medical Education and Research (JIPMER)*, 246, 1–11.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN
TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN
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

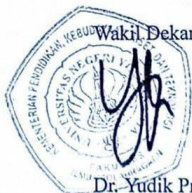
Nomor : 669/UN34.16/PT.01.04/2021 2 Agustus 2021
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . **Kepala SMP NEGERI 1 SEWON**
Jl. Parangtritis Km. 7 Sewon, Bantul

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



Nama : Khoirun Amala
NIM : 17601241070
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : **HAMBATAN PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN PJOK
MATERI PENCAK SILAT SAAT PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI
1 SEWON KABUPATEN BANTUL**
Waktu Penelitian : 2 - 9 Agustus 2021

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.


Wakil Dekan Bidang Akademik,
Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

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

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah

	PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL DINAS PENDIDIKAN DASAR PEMUDA DAN OLAHRAGA SMP 1 SEWON Alamat: Jl parangtritis Km.7 Sewon Yogyakarta Telp.0274383733 Kode Pos 55186
<u>SURAT KETERANGAN</u> Nomor :005/ 191 /SEW.P.01	
Yang bertandatangan di bawah ini :	
Nama	: HARYONO,S.Pd
NIP	:196201071986011004
Pangkat/ Gol. Ruang	: Pembina / IV a
Jabatan	: Kepala Sekolah
Unit Kerja	: SMP 1 Sewon, Bantul
Menerangkan bahwa :	
Nama	: Khoirun Amala
NIM	: 17601241070
Pekerjaan	: Mahasiswa S-1, Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
Telah melaksanakan penelitian di SMP 1 Sewon, Bantul pada tanggal 2 sampai dengan 9 Agustus 2021. Tema/Judul :	
Hambatan Peserta Didik Dalam Pembelajaran PJOK Materi Pencak Silat Saat Pandemi Covid-19 di SMP Negeri 1 Sewon Kabupaten Bantul	
Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.	
 Bantul, 11 Agustus 2021 Kepala Sekolah HARYONO, S.Pd NIP. 196201071986011004	

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

**HAMBATAN PESERTA DIDIK KELAS VIII DALAM PEMBELAJARAN
PJOK MATERI PENCAK SILAT SAAT PANDEMI COVID-19
DI SMP NEGERI 1 SEWON KABUPATEN BANTUL**

A. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah baik-baik setiap butir pernyataan.
2. Pilihlah alternatif jawaban yang paling sesuai dengan pengetahuan anda.
3. Mohon setiap butir pernyataan dapat diisi dan tidak ada yang terlewatkan dengan pengetahuan anda sesungguhnya.
4. Berilah tanda (√) pada alternatif jawaban yang dipilih.

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Pencak silat olahraga yang menyenangkan		√		

5. Data yang anda isi akan kami rahasiakan.

B. Isilah data ini dengan benar :

Nama :

Kelas :

Umur :

Alamat :

PERTANYAAN AWAL:

1. Apakah adik-adik memiliki *handphone* (pribadi)?

Ya	
Tidak	

2. Apakah adik-adik memiliki Laptop/Komputer (pribadi)?

Ya	
Tidak	

PERNYATAAN ANGKET

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
A.	Faktor Jasmaniah				
1	Kondisi tubuh saya kurang sehat, sehingga dalam mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat tidak bersemangat				
2	Badan saya mengalami kelelahan ketika mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat				
3	Pembelajaran daring materi pencak silat tidak membuat saya mengantuk				
4	Pembelajaran daring materi pencak silat membuat saya tidak sehat				
5	Saya sering pusing dalam mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat sampai selesai				
B.	Faktor Psikologi				
6	Saya merasakan pembelajaran daring materi pencak silat mudah dipelajari ketika praktik maupun materi				
7	Saya bersemangat saat pembelajaran daring materi pencak silat				
8	Saya kurang memperhatikan saat pembelajaran daring materi pencak silat				
9	Saya tidak suka pembelajaran daring materi pencak silat karena membutuhkan kuota internet yang banyak				
10	Saya mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat dengan sungguh-sungguh untuk mendapat nilai yang tinggi				

11	Saya merasa nyaman saat pembelajaran daring materi pencak silat karena jaringan internet stabil				
12	Saya selalu siap untuk mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat karena fasilitas saya mendukung				
C. Faktor Kelelahan					
13	Tugas praktek pembelajaran daring materi pencak silat membuat saya lelah				
14	Saya selalu pusing saat pembelajaran daring materi pencak silat				
15	Saya selalu merasakan lelah sekali setelah pembelajaran daring materi pencak silat				
16	Saya tidak merasakan capek saat pembelajaran daring materi pencak silat				
17	Saya tetap bisa beraktivitas lainnya setelah pembelajaran daring materi pencak silat yang berat dan lama				
D. Faktor Keluarga					
18	Orangtua saya mendukung dengan membelikan kuota internet ketika ada tugas pembelajaran daring materi pencak silat				
19	Orangtua saya senang jika saya mengikuti pembelajaran daring materi pencak silat				
20	Orang tua tidak pernah membantu ketika ada tugas pembelajaran daring materi pencak silat				
21	Keluarga saya kurang mampu membelikan fasilitas untuk pembelajaran daring materi permainan				
22	Orangtua memberikan fasilitas <i>handphone</i> untuk pembelajaran daring materi pencak silat				
23	Orang tua selalu memantau saya saat pembelajaran pencak silat selama daring				
E. Faktor Sekolah					
24	Saya merasakan bosan dengan cara guru mengajar pembelajaran daring materi pencak silat				
25	Materi pembelajaran daring materi pencak silat sesuai dengan kurikulum yang dipakai di sekolah				
26	Guru menjelaskan dengan bahasa yang mudah dipahami saat pembelajaran daring materi permainan				
27	Sekolah tidak memberikan kuota internet gratis untuk pembelajaran daring materi pencak silat				
28	Peralatan untuk pembelajaran daring materi pencak silat di sekolah saya cukup lengkap				

29	Video guru saat pembelajaran daring materi pencak silat sangat jelas				
30	Guru terlalu banyak memberikan tugas saat pembelajaran daring materi permainan membuat saya terbebani				
F.	Faktor Masyarakat				
31	Lingkungan rumah saya nyaman, sehingga saat tugas praktek pembelajaran daring materi pencak silat menjadi lebih mudah				
32	Masyarakat desa sering mengganggu ketika saya mengerjakan tugas pembelajaran daring materi pencak silat				
33	Teman dekat rumah sering membantu saat saya ada tugas pembelajaran daring materi pencak silat di rumah				
34	Masyarakat mempengaruhi untuk belajar pencak silat, sehingga saya tertarik menjadi atlet pencak silat				

Lampiran 4. Data Penelitian

No	Intrinsik																	Ekstrinsik														Σ			
	Jasmani					Psikologis						Kelelahan						Keluarga						Sekolah						Masyarakat					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		32	33	34
1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	101
2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	89
3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	2	84
4	3	3	3	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	1	3	2	1	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	98
5	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	2	2	2	3	4	4	97
6	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	1	3	2	3	90
7	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	97
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	95
9	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	97
10	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	110
11	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	101
12	3	1	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	2	2	3	2	4	2	2	93
13	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	1	3	2	1	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	93
14	2	4	4	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	93
15	2	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	3	97
16	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	4	4	3	2	1	3	4	4	3	2	1	3	104
17	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	102
18	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	101
19	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	103
20	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	99
21	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	97
22	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	4	4	102
23	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	99
24	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	95
25	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	1	3	99
26	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	89

27	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	93		
28	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	104	
29	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	92	
30	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	1	3	3	2	1	2	1	3	2	1	3	2	1	86	
31	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	103		
32	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	104	
33	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	4	4	3	96	
34	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	98	
35	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	102	
36	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	1	3	4	4	4	4	2	2	3	3	4	3	2	1	3	3	4	4	101	
37	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	2	100	
38	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	99	
39	2	3	2	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	3	3	4	4	1	2	3	2	1	4	3	3	3	2	3	2	99	
40	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	104	
41	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	2	96	
42	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	108
43	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	108	
44	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	100	
45	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	108	
46	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	108	
47	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	102
48	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	4	4	3	2	4	2	4	4	3	104	
49	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	104	
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	98	
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	99	
52	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	116	
53	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	98	
54	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
55	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	106	
56	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	102
57	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	1	4	3	3	2	3	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	93	

58	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	105		
59	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	104		
60	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	4	2	4	4	3	100		
61	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	100	
62	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105		
63	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	106	
64	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	99	
65	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	4	4	3	3	4	4	106	
66	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	4	4	3	2	4	2	4	4	3	101	
67	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	108	
68	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	100	
69	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	113	
70	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	4	4	4	4	3	2	3	3	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99	
71	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
72	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	1	2	1	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	98	
73	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	1	2	3	1	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	4	4	93
74	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	93	
75	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	100	
76	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	4	4	101	
77	3	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	4	3	96	
78	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	1	2	1	3	2	2	2	4	3	2	1	3	4	97	
79	4	3	4	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	1	2	3	3	3	3	3	97	
80	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	98		
81	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	85	
82	3	3	2	1	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	1	3	3	1	3	2	1	87	
83	3	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	3	84		
84	2	2	1	3	3	3	2	1	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	86	
85	3	2	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	2	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	96		
86	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	91	
87	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	83
88	3	3	1	3	2	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	2	2	4	3	87	

89	3	2	1	1	2	2	4	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	89
90	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	96
91	3	2	2	3	3	3	2	3	2	4	4	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	99	
92	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	99
93	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	94
94	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	96
95	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	88
96	2	3	3	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	2	1	3	88
97	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	106
98	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	97
99	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	86
100	3	2	1	3	2	3	2	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	92
101	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	91
102	3	3	3	3	2	1	2	1	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	4	2	88
103	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	3	3	96
104	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	83
105	3	3	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	1	3	86
106	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	107
107	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	94
108	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	92
109	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	101
110	3	2	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	91
111	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	4	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	2	87	
112	3	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	4	89
113	3	2	3	3	3	4	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	92
114	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	89
115	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	1	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	81
116	4	3	3	3	3	2	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	4	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	2	2	88
117	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	2	90
118	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	3	87
119	2	3	2	1	3	3	3	3	2	1	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	1	3	3	84

120	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	87	
121	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	4	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	1	4	3	2	3	3	2	85	
122	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	92	
123	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	93	
124	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	92	
125	1	3	3	3	3	2	3	1	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	93	
126	2	4	2	4	2	2	2	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99	
127	2	3	3	3	3	2	1	2	3	4	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	92
128	1	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	86	
129	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	94	
130	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	95	
131	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	4	94
132	2	2	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	2	2	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	3	89	
133	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	1	3	3	3	4	3	2	3	2	1	3	3	2	3	2	4	87	
134	4	2	4	4	4	3	2	1	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	118
135	2	2	3	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	106	
136	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	97

Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
BUTIR 01	208.2721	237.029	.271	.690
BUTIR 02	208.4926	237.881	.519	.691
BUTIR 03	208.3971	232.745	.436	.684
BUTIR 04	208.3897	235.291	.354	.681
BUTIR 05	208.3382	235.500	.394	.681
BUTIR 06	208.3235	235.939	.363	.688
BUTIR 07	208.4191	234.527	.379	.688
BUTIR 08	208.3603	234.514	.365	.681
BUTIR 09	208.2941	234.772	.393	.681
BUTIR 10	208.2647	237.959	.549	.691
BUTIR 11	208.2353	240.789	.535	.694
BUTIR 12	208.2647	234.626	.409	.688
BUTIR 13	208.3824	234.342	.382	.688
BUTIR 14	208.2941	237.513	.555	.691
BUTIR 15	208.2500	236.604	.346	.689
BUTIR 16	208.4265	238.735	.503	.692
BUTIR 17	208.6471	235.578	.320	.688
BUTIR 18	208.5662	238.455	.535	.692
BUTIR 19	208.6471	239.326	.569	.693
BUTIR 20	208.5294	240.962	.503	.694
BUTIR 21	208.6029	238.760	.523	.692
BUTIR 22	208.6765	241.243	.381	.696
BUTIR 23	208.8162	243.470	.326	.699
BUTIR 24	208.8382	242.211	.340	.691
BUTIR 25	208.5147	240.429	.365	.694
BUTIR 26	208.5515	235.568	.499	.681
BUTIR 27	208.6324	236.131	.502	.689
BUTIR 28	208.6838	241.625	.352	.691
BUTIR 29	208.6397	241.136	.382	.696
BUTIR 30	208.5809	235.742	.508	.688
BUTIR 31	208.7279	234.229	.440	.688
BUTIR 32	208.5588	232.352	.450	.684
BUTIR 33	208.4191	235.164	.344	.681
BUTIR 34	208.5000	237.052	.543	.690
Total	105.6618	60.848	1.000	.731

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.831	34

Lampiran 6. Tabel r

Tabel r Product Moment											
Pada Sig.0,05 (Two Tail)											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.200	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 7. Deskriptif Statistik

Statistics				
		Hambatan peserta didik	Faktor Instrinsik	Faktor Ekstrinsik
N	Valid	136	136	136
	Missing	0	0	0
Mean		96,46	50,45	46,01
Median		97,00	51,00	46,00
Mode		99,00	54,00	49,00
Std. Deviation		7,27	5,23	4,29
Minimum		81,00	38,00	34,00
Maximum		118,00	64,00	61,00
Sum		13119,00	6861,00	6258,00

Hambatan peserta didik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	81	1	.7	.7	.7
	83	2	1.5	1.5	2.2
	84	3	2.2	2.2	4.4
	85	2	1.5	1.5	5.9
	86	5	3.7	3.7	9.6
	87	6	4.4	4.4	14.0
	88	4	2.9	2.9	16.9
	89	6	4.4	4.4	21.3
	90	2	1.5	1.5	22.8
	91	3	2.2	2.2	25.0
	92	7	5.1	5.1	30.1
	93	9	6.6	6.6	36.8
	94	4	2.9	2.9	39.7
	95	3	2.2	2.2	41.9
	96	7	5.1	5.1	47.1
	97	9	6.6	6.6	53.7
	98	6	4.4	4.4	58.1
	99	11	8.1	8.1	66.2
	100	8	5.9	5.9	72.1
	101	7	5.1	5.1	77.2
	102	5	3.7	3.7	80.9
	103	2	1.5	1.5	82.4
	104	7	5.1	5.1	87.5
	105	2	1.5	1.5	89.0
	106	5	3.7	3.7	92.6
	107	1	.7	.7	93.4
	108	5	3.7	3.7	97.1
	110	1	.7	.7	97.8
	113	1	.7	.7	98.5
	116	1	.7	.7	99.3
	118	1	.7	.7	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Faktor Instrinsik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	38	1	.7	.7	.7
	39	2	1.5	1.5	2.2
	40	2	1.5	1.5	3.7
	41	1	.7	.7	4.4
	42	1	.7	.7	5.1
	43	11	8.1	8.1	13.2
	44	3	2.2	2.2	15.4
	45	6	4.4	4.4	19.9
	46	10	7.4	7.4	27.2
	47	5	3.7	3.7	30.9
	48	3	2.2	2.2	33.1
	49	9	6.6	6.6	39.7
	50	11	8.1	8.1	47.8
	51	7	5.1	5.1	52.9
	52	8	5.9	5.9	58.8
	53	9	6.6	6.6	65.4
	54	15	11.0	11.0	76.5
	55	10	7.4	7.4	83.8
	56	9	6.6	6.6	90.4
	57	4	2.9	2.9	93.4
	58	5	3.7	3.7	97.1
	59	1	.7	.7	97.8
	60	1	.7	.7	98.5
	62	1	.7	.7	99.3
	64	1	.7	.7	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Faktor Ekstrinsik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	34	1	.7	.7	.7
	35	1	.7	.7	1.5
	36	1	.7	.7	2.2
	38	2	1.5	1.5	3.7
	39	2	1.5	1.5	5.1
	40	5	3.7	3.7	8.8
	41	9	6.6	6.6	15.4
	42	7	5.1	5.1	20.6
	43	11	8.1	8.1	28.7
	44	6	4.4	4.4	33.1
	45	14	10.3	10.3	43.4
	46	14	10.3	10.3	53.7
	47	13	9.6	9.6	63.2
	48	10	7.4	7.4	70.6
	49	17	12.5	12.5	83.1
	50	5	3.7	3.7	86.8
	51	5	3.7	3.7	90.4
	52	7	5.1	5.1	95.6
	53	2	1.5	1.5	97.1
	54	2	1.5	1.5	98.5
	57	1	.7	.7	99.3
	61	1	.7	.7	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Lampiran 8. Deskriptif Statistik Berdasarkan Indikator

Statistics

		Jasmani	Psikologis	Kelelahan	Keluarga	Sekolah	Masyarakat
N	Valid	136	136	136	136	136	136
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		14,73	21,10	14,62	16,10	18,82	11,09
Median		14,50	21,00	15,00	16,00	18,50	11,00
Mode		14,00	21,00	15,00	16,00	18,00	11,00
Std. Deviation		2,16	2,63	2,00	1,88	2,35	1,82
Minimum		9,00	14,00	9,00	11,00	14,00	7,00
Maximum		20,00	27,00	20,00	21,00	25,00	15,00
Sum		2003,00	2870,00	1988,00	2190,00	2560,00	1508,00

Jasmani

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	7	5.1	5.1	5.1
	11	8	5.9	5.9	6.6
	12	12	8.8	8.8	15.4
	13	13	9.6	9.6	25.0
	14	34	25.0	25.0	50.0
	15	26	19.1	19.1	69.1
	16	12	8.8	8.8	77.9
	17	14	10.3	10.3	88.2
	18	11	8.1	8.1	96.3
	19	7	5.1	5.1	97.1
	20	4	2.9	2.9	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Psikologis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14	1	.7	.7	.7
	15	1	.7	.7	1.5
	16	4	2.9	2.9	4.4
	17	6	4.4	4.4	8.8
	18	12	8.8	8.8	17.6
	19	13	9.6	9.6	27.2
	20	14	10.3	10.3	37.5
	21	27	19.9	19.9	57.4
	22	17	12.5	12.5	69.9
	23	15	11.0	11.0	80.9
	24	12	8.8	8.8	89.7
	25	7	5.1	5.1	94.9
	26	6	4.4	4.4	99.3
	27	1	.7	.7	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Kelelahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	3	2.2	2.2	2.2
	10	2	1.5	1.5	3.7
	11	2	1.5	1.5	5.1
	12	11	8.1	8.1	13.2
	13	21	15.4	15.4	28.7
	14	20	14.7	14.7	43.4
	15	31	22.8	22.8	66.2
	16	22	16.2	16.2	82.4
	17	17	12.5	12.5	94.9
	18	6	4.4	4.4	99.3
	20	1	.7	.7	100.0
Total		136	100.0	100.0	

Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11	1	0.7	0.7	0.7
	12	3	2.2	2.2	2.9
	13	12	8.8	8.8	11.8
	14	6	4.4	4.4	16.2
	15	24	17.6	17.6	33.8
	16	35	25.7	25.7	59.6
	17	24	17.6	17.6	77.2
	18	21	15.4	15.4	92.6
	19	5	3.7	3.7	96.3
	20	3	2.2	2.2	98.5
	21	2	1.5	1.5	100.0
	Total	136	100.0	100.0	

Sekolah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14	5	3.7	3.7	3.7
	15	6	4.4	4.4	8.1
	16	8	5.9	5.9	14.0
	17	22	16.2	16.2	30.1
	18	27	19.9	19.9	50.0
	19	13	9.6	9.6	59.6
	20	17	12.5	12.5	72.1
	21	25	18.4	18.4	90.4
	22	4	2.9	2.9	93.4
	23	5	3.7	3.7	97.1
	24	3	2.2	2.2	99.3
	25	1	0.7	0.7	100.0
	Total	136	100.0	100.0	

Masyarakat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	4	2.9	2.9	2.9
	8	7	5.1	5.1	8.1
	9	16	11.8	11.8	19.9
	10	23	16.9	16.9	36.8
	11	29	21.3	21.3	58.1
	12	25	18.4	18.4	76.5
	13	19	14.0	14.0	90.4
	14	11	8.1	8.1	98.5
	15	2	1.5	1.5	100.0
	Total	136	100.0	100.0	

Lampiran 9. Menghitung Norma Penilaian (PAP)

Tabel. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = rata-rata

$Mi = \frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

$Sbi = \frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor terendah

Skor maks ideal	$= 34 \times 4 = 136$
Skor min ideal	$= 34 \times 1 = 34$
Mi	$= \frac{1}{2} (136 + 34) = 85$
Sbi	$= \frac{1}{6} (136 - 34) = 17$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $85 + (1,8 \times 17) < X$: $116 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $85 + (0,6 \times 17) < X \leq 85 + (1,8 \times 17)$: $95 < X \leq 116$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $85 - (0,6 \times 17) < X \leq 85 + (0,6 \times 17)$: $74 < X \leq 95$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $85 - (1,8 \times 17) < X \leq 85 - (0,6 \times 17)$: $53 < X \leq 74$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 85 - (1,8 \times 17)$: $X \leq 53$

Faktor Intrinsik

Skor maks ideal	$= 17 \times 4 = 68$
Skor min ideal	$= 17 \times 1 = 17$
Mi	$= \frac{1}{2} (68 + 17) = 42,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (68 - 17) = 8,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $42,5 + (1,8 \times 8,5) < X$: $58 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $42,5 + (0,6 \times 8,5) < X \leq 42,5 + (1,8 \times 8,5)$: $48 < X \leq 58$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $42,5 - (0,6 \times 8,5) < X \leq 42,5 + (0,6 \times 8,5)$: $38 < X \leq 48$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $42,5 - (1,8 \times 8,5) < X \leq 42,5 - (0,6 \times 8,5)$: $28 < X \leq 38$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$

$$: X \leq 42,5 - (1,8 \times 8,5)$$

$$: \mathbf{X \leq 28}$$

Indikator Jasmani

Skor maks ideal	$= 5 \times 4 = 20$
Skor min ideal	$= 5 \times 1 = 5$
Mi	$= \frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$: $17 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$: $14 < X \leq 17$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$: $11 < X \leq 14$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$: $8 < X \leq 11$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$: $X \leq 8$

Indikator Psikologis

Skor maks ideal	$= 7 \times 4 = 28$
Skor min ideal	$= 7 \times 1 = 7$
Mi	$= \frac{1}{2} (28 + 7) = 17,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (28 - 7) = 3,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $17,5 + (1,8 \times 3,5) < X$: $24 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $17,5 + (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (1,8 \times 3,5)$: $20 < X \leq 24$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $17,5 - (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (0,6 \times 3,5)$: $16 < X \leq 20$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $17,5 - (1,8 \times 3,5) < X \leq 17,5 - (0,6 \times 3,5)$: $12 < X \leq 16$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$

$$: X \leq 17,5 - (1,8 \times 3,5)$$

$$: \mathbf{X \leq 12}$$

Indikator Kelelahan

Skor maks ideal	$= 5 \times 4 = 20$
Skor min ideal	$= 5 \times 1 = 5$
Mi	$= \frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$
Sangat Tinggi	$: Mi + 1,8 Sbi < X$ $: 12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$ $: \mathbf{17 < X}$
Tinggi	$: Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ $: 12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$ $: \mathbf{14 < X \leq 17}$
Cukup	$: Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ $: 12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$ $: \mathbf{11 < X \leq 14}$
Rendah	$: Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ $: 12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$ $: \mathbf{8 < X \leq 11}$
Sangat Rendah	$: X \leq Mi - 1,8 Sbi$ $: X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$ $: \mathbf{X \leq 8}$

Faktor Ekstrinsik

Skor maks ideal	$= 17 \times 4 = 68$
Skor min ideal	$= 17 \times 1 = 17$
Mi	$= \frac{1}{2} (68 + 17) = 42,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (68 - 17) = 8,5$
Sangat Tinggi	$: Mi + 1,8 Sbi < X$ $: 42,5 + (1,8 \times 8,5) < X$ $: \mathbf{58 < X}$
Tinggi	$: Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$ $: 42,5 + (0,6 \times 8,5) < X \leq 42,5 + (1,8 \times 8,5)$ $: \mathbf{48 < X \leq 58}$
Cukup	$: Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$ $: 42,5 - (0,6 \times 8,5) < X \leq 42,5 + (0,6 \times 8,5)$ $: \mathbf{38 < X \leq 48}$
Rendah	$: Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$ $: 42,5 - (1,8 \times 8,5) < X \leq 42,5 - (0,6 \times 8,5)$ $: \mathbf{28 < X \leq 38}$
Sangat Rendah	$: X \leq Mi - 1,8 Sbi$

$$: X \leq 42,5 - (1,8 \times 8,5)$$

$$: \mathbf{X \leq 28}$$

Indikator Keluarga

Skor maks ideal	$= 6 \times 4 = 24$
Skor min ideal	$= 6 \times 1 = 6$
Mi	$= \frac{1}{2} (24 + 6) = 15$
Sbi	$= \frac{1}{6} (24 - 6) = 3$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $15 + (1,8 \times 3) < X$: $20 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $15 + (0,6 \times 3) < X \leq 15 + (1,8 \times 3)$: $17 < X \leq 20$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $15 - (0,6 \times 3) < X \leq 15 + (0,6 \times 3)$: $14 < X \leq 17$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $15 - (1,8 \times 3) < X \leq 15 - (0,6 \times 3)$: $11 < X \leq 14$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 15 - (1,8 \times 3)$: $X \leq 11$

Indikator Sekolah

Skor maks ideal	$= 7 \times 4 = 28$
Skor min ideal	$= 7 \times 1 = 7$
Mi	$= \frac{1}{2} (28 + 7) = 17,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (28 - 7) = 3,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $17,5 + (1,8 \times 3,5) < X$: $24 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $17,5 + (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (1,8 \times 3,5)$: $20 < X \leq 24$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $17,5 - (0,6 \times 3,5) < X \leq 17,5 + (0,6 \times 3,5)$: $16 < X \leq 20$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $17,5 - (1,8 \times 3,5) < X \leq 17,5 - (0,6 \times 3,5)$: $12 < X \leq 16$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$

$$: X \leq 17,5 - (1,8 \times 3,5)$$

$$: \mathbf{X \leq 12}$$

Indikator Masyarakat

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Lampiran 10. Data Peserta Didik

	A	B	C	D	
1	Timestamp	Nama	Kelas	Nomor Absen	1. Kondisi
2	04/08/2021 7:27:41	Ganesworo Wicaksono	VIII B		9 Sangat T
3	04/08/2021 7:30:21	BELINDA NURIVANA ME	VIII B		6 Tidak Se
4	04/08/2021 7:31:18	Tri annisa marsha kirani	VIII B		29 Tidak Se
5	04/08/2021 7:32:42	Muaffi aisyi dwi nurrahmi	VIII B		18 Tidak Se
6	04/08/2021 7:35:01	Pasha tektonik	VIII B		22 Tidak Se
7	04/08/2021 7:36:26	Nandya Shofiana sari	VIII B		20 Tidak Se
8	04/08/2021 7:37:08	Agitami Kartika Puteri	VIII B		2 Tidak Se
9	04/08/2021 7:37:19	Naufal Awanda Farhan	VIII B		21 Setuju
10	04/08/2021 7:39:31	RAFI IBNU JAVIER	VIII B		25 Tidak Se
11	04/08/2021 7:40:19	ANILA INTAN ANIMA	VIII B		3 Tidak Se
12	04/08/2021 7:40:46	Hasna Fathin Windhianda	VIII B		11 Tidak Se
13	04/08/2021 7:42:01	Aulia Ainy Amatullah	VIII B		4 Sangat T
14	04/08/2021 7:42:24	Hasbie asshidqy	VIII B		10 Tidak Se
15	04/08/2021 7:45:17	Abdurrosyid Tunggul Pray	VIII B		1 Sangat T
16	04/08/2021 7:47:41	Vania Rahmasari Rifi Putri	VIII B		30 Tidak Se
17	04/08/2021 7:50:22	Ika Nazihah Sarindri	VIII B		13 Tidak Se
18	04/08/2021 7:50:26	Vitamint yasminida	VIII B		32 Tidak Se
19	04/08/2021 7:50:28	MEITA KURNIA DEWM	VIII B		17 Tidak Se
20	04/08/2021 7:52:01	Khairana Abira Harjono	VIII B		15 Tidak Se
21	04/08/2021 7:52:22	Ayudya Hemas	VIII B		5 Sangat T
22	04/08/2021 8:00:35	raditya wiradama	VIII B		24 Tidak Se
23	04/08/2021 8:03:39	Muhammad Muhklis M	VIII B		19 Tidak Se
24	04/08/2021 8:03:47	Rexa cipta ganda	VIII B		28 Tidak Se
25	04/08/2021 8:06:42	Pasha Yudan ap	VIII B		23 Sangat T
26	04/08/2021 8:37:53	Vidante Putra Wahyudi	VIII B		31 Tidak Se
27	04/08/2021 8:52:44	Diandra Paramitha Mahm	VIII B		7 Tidak Se
28	04/08/2021 9:07:40	Dwi prasetyani	VIII B		8 Tidak Se
29	04/08/2021 9:48:21	Bagas dwi setiyawan	VIII A		8 Sangat T
30	04/08/2021 9:49:29	Siti Azzahro	VIII A		30 Sangat T
31	04/08/2021 9:50:13	Fathina Nur Hasanah	VIII A		11 Tidak Se
32	04/08/2021 9:51:42	Rahma luthfika	VIII A		21 Tidak Se
33	04/08/2021 9:52:35	Ratnaduhita Laksita Dewi	VIII A		25 Tidak Se
34	04/08/2021 9:54:35	Arya Wguna	VIII A		5 Tidak Se
35	04/08/2021 9:55:40	Taufiq Hidayat	VIII A		31 Tidak Se
36	04/08/2021 9:55:42	Fatimatuzzahra	VIII A		12 Tidak Se
37	04/08/2021 9:56:03	Nurizqi wakhid murendra	VIII A		18 Sangat T
38	04/08/2021 9:56:33	Ifaizah Azka Shalsa N	VIII A		14 Tidak Se
39	04/08/2021 10:04:07	Elsa zakya ficky azahra	VIII A		9 Tidak Se
40	04/08/2021 10:05:44	Azzahra risda khoirunnis	VIII A		7 Sangat T
41	04/08/2021 10:06:29	Nayla Grizhelda Putri Sal	VIII A		17 Tidak Se
42	04/08/2021 10:06:35	Fiona hadnice	VIII A		13 Tidak Se
43	04/08/2021 10:12:52	Raisya Azka Dafina	VIII A		24 Tidak Se
44	04/08/2021 10:13:17	Nara Ahran Ibrahim	VIII A		16 Tidak Se
45	04/08/2021 10:14:26	salsabila putri ramadhani	VIII A		29 Setuju
46	04/08/2021 10:43:38	Ahsan Rio Saputra	VIII A		3 Setuju
47	04/08/2021 10:43:53	Agha Anggia Saputra	VIII A		2 Tidak Se
48	04/08/2021 11:31:16	Rahmanda kirana putri	VIII A		22 Tidak Se
49	04/08/2021 11:33:32	Azizah Khairin Nisa	VIII A		6 Tidak Se
50	04/08/2021 15:24:37	Hermawan Subekti	VIII B		12 Tidak Se
51	04/08/2021 15:25:28	Adrianova Angger Arifin	VIII A		1 Tidak Se
52	04/08/2021 16:05:21	Raihana agustin salma	VIII A		23 Tidak Se
53	06/08/2021 7:31:04	Arya Nizar Prabasworo	VIII C		7 Sangat T
54	06/08/2021 7:31:15	AGNINDITA TASHFIA	VIII C		1 Tidak Se
55	06/08/2021 7:33:06	Raditya Sigit R	VIII C		26 Tidak Se

Lanjutan Lampiran 10.

	A	B	C	D	E
1	Timestamp	Nama	Kelas	Nomor Absen	1. Kondisi tubuh saya kur
56	06/08/2021 7:36:00	Azis Danuarto	VIII C		9 Tidak Setuju
57	06/08/2021 7:36:05	Teddy Nesard Dwi Saputr	VIII D		31 Tidak Setuju
58	06/08/2021 7:38:29	Kalisa ninda nur faiah	VIII C		16 Tidak Setuju
59	06/08/2021 7:39:45	G. Hercules Cahya Radity	VIII C		13 Tidak Setuju
60	06/08/2021 7:40:04	Alfan nur sidiq	VIII D		2 Setuju
61	06/08/2021 7:41:07	Neiry ica pradani	VIII C		24 Tidak Setuju
62	06/08/2021 7:42:13	Anifah Yuni Lestari	VIII C		4 Tidak Setuju
63	06/08/2021 7:46:24	Aulya Syafa Azzahra	VIII C		8 Tidak Setuju
64	06/08/2021 7:47:58	Anifah Yuni Lestari	VIII C		4 Tidak Setuju
65	06/08/2021 7:49:59	ALFAN NUR SIDIQ	VIII C		2 Setuju
66	06/08/2021 7:50:28	Bagas Eko Wicaksono	VIII C		10 Tidak Setuju
67	06/08/2021 7:52:51	Arka Rajendra Raff athall	VIII C		6 Tidak Setuju
68	06/08/2021 7:52:55	Anugrah Cinta	VIII C		5 Tidak Setuju
69	06/08/2021 7:53:52	I Gusti Ayu Sistarini Dewi	VIII C		14 Tidak Setuju
70	06/08/2021 8:00:32	DHANI ALVARO	VIII C		11 Tidak Setuju
71	06/08/2021 8:02:30	Anandha kristiara putri	VIII C		3 Setuju
72	06/08/2021 8:08:00	Khoufi Anas Hanifah	VIII C		18 Tidak Setuju
73	06/08/2021 8:08:23	Rindiantika orvalia alama	VIII C		29 Tidak Setuju
74	06/08/2021 8:08:31	Laila Nafwa Zahra	VIII C		19 Setuju
75	06/08/2021 8:17:26	Randi satya hitana	VIII C		27 Sangat Tidak Setuju
76	06/08/2021 8:19:26	Fajar Arif Saputro	VIII C		12 Setuju
77	06/08/2021 8:24:05	naya maharani putri	VIII C		23 Tidak Setuju
78	06/08/2021 8:34:42	RIZKI ISANDIKA PRATA	VIII C		23 Tidak Setuju
79	06/08/2021 8:36:26	Valentino H.M.T	VIII C		32 Setuju
80	06/08/2021 8:50:23	Nikeisha Nabila Sakhi	VIII D		20 Tidak Setuju
81	06/08/2021 8:51:15	Talitha Ivena Fiorenza	VIII D		28 Sangat Tidak Setuju
82	06/08/2021 8:54:39	Inayah Aulia Putri	VIII D		12 Tidak Setuju
83	06/08/2021 8:54:45	Suryani Endah Mahestu	VIII D		27 Sangat Setuju
84	06/08/2021 8:56:40	Zulfikri Khoirurrijal	VIII D		32 Setuju
85	06/08/2021 8:57:36	Fuad Zain Pasha	VIII D		8 Tidak Setuju
86	06/08/2021 9:00:21	Muzakki said hibatulloh	VIII D		18 Setuju
87	06/08/2021 9:00:24	Nabila khairi Nukma Safit	VIII D		19 Sangat Tidak Setuju
88	06/08/2021 9:01:49	Rakha Zaki Eka Putra	VIII D		23 Setuju
89	06/08/2021 9:02:55	Riyani Putri AzZahra	VIII D		25 Setuju
90	06/08/2021 9:04:48	Ulyia Rosyada	VIII D		29 Sangat Tidak Setuju
91	06/08/2021 9:05:13	Muhammad Dzaky Ahnaf	VIII D		17 Tidak Setuju
92	06/08/2021 9:07:22	Aswan Ardiansyah	VIII D		3 Setuju
93	06/08/2021 9:11:15	Marsya Putri zulfahni	VIII D		16 Setuju
94	06/08/2021 9:12:15	Ody indrawan	VIII D		21 Tidak Setuju
95	06/08/2021 9:13:02	LAILA NUR ROHMAH	VIII C		20 Tidak Setuju
96	06/08/2021 9:13:43	Rifki tri ardiansyah	VIII D		24 Setuju
97	06/08/2021 9:13:55	Bimo Febriana Sanjaya	VIII D		4 Tidak Setuju
98	06/08/2021 9:15:34	Kharisma Aulia	VIII D		13 Tidak Setuju
99	06/08/2021 9:17:09	Hasnatul Azizah Puteri P	VIII D		11 Tidak Setuju
100	06/08/2021 9:22:31	Doni putra perdana	VIII D		6 Setuju
101	06/08/2021 9:25:38	Diah Puspita Wibowo	VIII D		5 Setuju
102	06/08/2021 9:28:29	Rafi Dimas Saputra	VIII D		22 Setuju
103	06/08/2021 9:31:59	Adinda Cahyaningrum	VIII D		1 Tidak Setuju
104	06/08/2021 9:53:21	Arka Niandra	VIII D		33 Tidak Setuju
105	06/08/2021 9:53:44	Hafin Elwinskyah	VIII D		9 Setuju
106	06/08/2021 9:57:50	ZIDNI NUR AHMAD	VIII D		29 Setuju
107	06/08/2021 9:58:22	Fachri Ahmad Khotibul U	VIII D		7 Setuju
108	06/08/2021 10:12:37	Kezya Raya Noer Aziza	VIII C		17 Setuju
109	06/08/2021 10:26:52	Prisa Melrin EdeniaSari	VIII C		25 Tidak Setuju
110	06/08/2021 12:48:31	Aisha Reswara Candranir	VIII D		2 Tidak Setuju
111	07/08/2021 15:43:34	Zulfi syahrizal rustandi	VIII D		31 Tidak Setuju