

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI DENGAN  
HASIL BELAJAR PEMBELAJARAN RENANG PESERTA  
DIDIK KELAS XI DI SMA N 1 WATES**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh :  
Arfan Julistya Hadi  
NIM 19601241072

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi

### HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI DENGAN HASIL BELAJAR PEMBELAJARAN RENANG PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA N 1 WATES



Disusun Oleh:

Arfan Julistya Hadi

NIM 19601241072

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

Yogyakarta, 13 Maret 2023

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi

Disetujui,  
Dosen Pembimbing

Dr. Hedi Ardiyanto H, M.Or.  
NIP. 197702182008011002

Dr. Komarudin, M.A.  
NIP. 197409282003121002

**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi




**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI DENGAN HASIL  
BELAJAR PEMBELAJARAN RENANG PESERTA  
DIDIK KELAS XI DI SMA N 1 WATES**

Disusun Oleh:  
Arfan Julistya Hadi  
NIM 19601241072

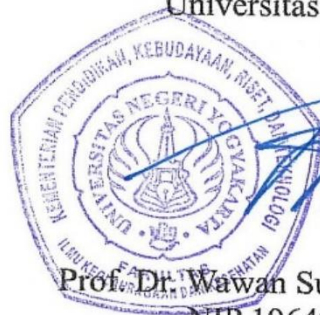
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 31 Maret 2022

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Komarudin, S.Pd., M.A. Ketua Penguji		11/4 - 2023
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or. Sekretaris Penguji		10/4 - 2023
Dr. Hedi Ardiyanto H, S.Pd., M.Or. Penguji Utama		10/4 - 2023

Yogyakarta, 11 April 2023  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



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

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arfan Julistya Hadi

NIM : 19601241072

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Hubungan antara Kecemasan dan Motivasi dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik Kelas XI di SMA N 1 Wates

Menyatakan bahwa, Skripsi ini benar-benar karya penulis sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai bahan acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 13 Maret 2023



Arfan Julistya Hadi  
NIM. 19601241072

## **MOTTO**

Kesalahan adalah suatu proses wajar dalam keberhasilan

*(JH)*

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillah, dengan mengucapkan rasa syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis diberi kemudahan dan kelancaran dalam menyusun Tugas Akhir Skripsi ini. Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Ngadiman dan Ibu Sunarti yang selalu memberi dukungan baik berupa semangat dan doa sehingga pada akhirnya saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
2. Kakak saya Latifah Alifiana Rahmawati yang selalu memberikan semangat dan doa.

Semoga Allah senantiasa memberikan rahmat dan hidayahnya kepada kita semua, sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik dan semoga suatu saat nanti semua dapat dipersatukan kembali dalam surga Allah SWT.

**HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI DENGAN  
HASIL BELAJAR PEMBELAJARAN RENANG PESERTA  
DIDIK KELAS XI DI SMA N 1 WATES**

Oleh:

Arfan Julistya Hadi  
NIM 19601241072

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui (1) hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang. (2) hubungan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang. (3) hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates tahun ajaran 2022/2023.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates yang berjumlah 252 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportional random sampling* berdasarkan rumus Slovin dengan toleransi kesalahan 5% diambil sampel sejumlah 161 peserta didik. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode *survey* angket/kuesioner. Instrumen untuk mengukur kecemasan dan motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang menggunakan kuesioner dan hasil belajar menggunakan dokumen nilai dari pendidik pada materi pembelajaran renang. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *Spearman's rho* dan konkordansi Kendall W.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) terdapat hubungan yang signifikan serta arah hubungan negatif antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang dimana diperoleh nilai signifikansi  $0,00 < 0,05$  dan hasil koefisien korelasi sebesar  $- 0,513$ . (2) terdapat hubungan yang signifikan serta arah hubungan positif antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang dimana diperoleh nilai signifikansi  $0,00 < 0,05$  dan hasil koefisien korelasi sebesar  $0,479$ . (3) terdapat hubungan yang signifikan dengan arah hubungan positif antara kecemasan dan motivasi dimana diperoleh hasil belajar pembelajaran renang dengan nilai *Asymp. Sig.*  $0,00 < 0,05$  dan nilai koefisien sebesar  $0,369$ .

**Kata kunci:** Kecemasan, Motivasi, Hasil Belajar Pembelajaran Renang

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik kelas XI di SMA N 1 Wates” dapat diselesaikan dengan lancar.

Terselesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Komarudin, M.A, selaku Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto H, M.Or. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bantuan dan persetujuan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Sriawan, M.Kes. selaku Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik selama ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.

5. Kepala SMA N 1 Wates yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Kepala SMA N 1 Pengasih yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan uji coba instrumen penelitian.
7. Para guru dan staff SMA N 1 Wates yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Teman-teman PJKR B 2019 yang selalu bekerjasama dan berbagi kebahagiaan selama perkuliahan.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan motivasi dan dukungan, serta bantuan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan. Harapan kami semoga penulisan Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, baik mahasiswa, dosen, maupun masyarakat.

Yogyakarta, 13 Maret 2023  
Penulis,



Arfan Julistya Hadi  
NIM. 19601241072

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
A. Deskripsi Teori.....	11
1. Hakikat Kecemasan .....	11
2. Hakikat Motivasi .....	19
3. Hakikat Hasil Belajar .....	27
4. Hakikat Pembelajaran Renang .....	32
5. Karakteristik Peserta Didik SMA .....	42
B. Kajian Penelitian Yang Relevan .....	44
C. Kerangka Berfikir.....	46
D. Hipotesis.....	48
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>49</b>
A. Jenis Penelitian.....	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	50
C. Populasi dan Sampel dalam Penelitian .....	51

D. Definisi Operasional.....	52
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	54
F. Instrumen Penelitian.....	62
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	67
H. Teknik Analisis Data.....	70
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>74</b>
A. Hasil Penelitian .....	74
B. Pembahasan.....	84
C. Keterbatasan Penelitian.....	89
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>90</b>
A. Kesimpulan .....	90
B. Implikasi Hasil Penelitian .....	90
C. Saran.....	91
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>93</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>97</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penskoran Angket .....	55
Tabel 2. Kisi – kisi Instrumen Kecemasan.....	57
Tabel 3. Kisi – kisi Instrumen Motivasi.....	57
Tabel 4. Instrumen Uji Coba Angket Kecemasan.....	58
Tabel 5. Instrumen Uji Coba Angket Motivasi.....	60
Tabel 6. Instrumen Penelitian Angket Kecemasan .....	63
Tabel 7. Instrumen Penelitian Angket Motivasi .....	65
Tabel 8. Uji Validitas Angket Kecemasan.....	68
Tabel 9. Uji Validitas Angket Motivasi .....	69
Tabel 10. Uji Reliabilitas Instrumen Angket Penelitian .....	70
Tabel 11. Rumus Kategorisasi Lima Jenjang.....	71
Tabel 12. Tingkat Keeratan Hubungan .....	72
Tabel 13. Hasil Statistik Variabel Kecemasan.....	74
Tabel 14. Perhitungan Skor Kategori Variabel Kecemasan.....	75
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Variabel Kecemasan.....	75
Tabel 16. Hasil Statistik Variabel Motivasi .....	77
Tabel 17. Perhitungan Skor Kategori Variabel Motivasi.....	77
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi .....	77
Tabel 19. Hasil Statistik Variabel Hasil Belajar .....	79
Tabel 20. Perhitungan Skor Kategori Variabel Hasil Belajar .....	79
Tabel 21. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Belajar .....	79
Tabel 22. Hasil Uji Hipotesis 1 .....	81
Tabel 23. Hasil Uji Hipotesis 2.....	82
Tabel 24. Hasil Uji Hipotesis 3.....	83

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Piramida Hierarki Kebutuhan Maslow.....	25
Gambar 2. Gerakan Renang Gaya Bebas 1 .....	37
Gambar 3. Gerakan Renang Gaya Bebas 2 .....	37
Gambar 4. Gerakan Renang Gaya Dada 1 .....	38
Gambar 5. Gerakan Renang Gaya Dada 2 .....	38
Gambar 6. Gerakan Renang Gaya Punggung 1 .....	39
Gambar 7. Gerakan Renang Gaya Punggung 2 .....	40
Gambar 8. Gerakan Renang Kupu-kupu 1 .....	41
Gambar 9. Gerakan Renang Kupu-kupu 2 .....	41
Gambar 10. Kerangka Berfikir.....	48
Gambar 11. Desain Penelitian.....	50
Gambar 12. Diagram Batang Variabel Kecemasan .....	76
Gambar 13. Diagram Batang Variabel Motivasi.....	78
Gambar 14. Diagram Batang Variabel Hasil Belajar.....	80
Gambar 15. Proses Pembelajaran Renang .....	124
Gambar 16. Evaluasi Pembelajaran Renang .....	124
Gambar 17. Pengisian Angket Kuesioner 1 .....	125
Gambar 18. Pengisian Angket Kuesioner 2 .....	125
Gambar 19. Pengisian Angket Kuesioner 3 .....	126
Gambar 20. Pengisian Angket Kuesioner 4 .....	126
Gambar 21. Pengisian Angket Kuesioner 5 .....	127
Gambar 22. Pengisian Angket Kuesioner 6 .....	127

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi .....	98
Lampiran 2. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian .....	99
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	100
Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian .....	101
Lampiran 5. Kisi – kisi Instrumen Penelitian.....	102
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas .....	104
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas .....	106
Lampiran 8. Instrumen Penelitian .....	107
Lampiran 9. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 1 .....	112
Lampiran 10. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 2 .....	112
Lampiran 11. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 3 .....	112
Lampiran 12. Tabel Data Hasil Penelitian .....	113
Lampiran 13. Hasil Belajar Pembelajaran Renang .....	123
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	124

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan menjadi sebuah kebutuhan dalam kehidupan manusia sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas diri dan mengembangkan berbagai potensi pada diri seseorang. Pendidikan memiliki peranan penting dalam membentuk insan manusia seutuhnya yang berakal dan berakhlak mulia melalui proses yang berjenjang dan berkelanjutan. Dalam prosesnya, pendidikan tidak terlepas dari komponen-komponen yang menyusunnya. Tiap-tiap komponen pendidikan ini secara bersama-sama memberikan sumbangsih terhadap proses pendidikan yang dijalankan. Beberapa komponen pendidikan tersebut diantaranya adalah materi ajar yang menjadi informasi untuk disampaikan pada proses pembelajaran, pendidik sebagai fasilitator dan sumber dari informasi yang akan disampaikan, peserta didik sebagai penerima informasi, lingkungan sebagai tempat terjadinya proses pembelajaran, dan sarana prasarana sebagai pendukung terlaksananya proses pembelajaran.

Pembelajaran pada hakikatnya merupakan proses transfer informasi antara pendidik sebagai sumber informasi kepada peserta didik sebagai penerima informasi. Proses transfer informasi ini meliputi berbagai macam studi ilmu dan cakupan materi yang disesuaikan dengan tingkatan jenjang pendidikannya. Pembelajaran yang dilaksanakan ini meliputi proses dari perencanaan pembelajaran hingga evaluasi pembelajaran dimana output atau keluaran dari pembelajaran yang dilaksanakan tersebut diantaranya adalah hasil belajar. Sudjana (2010: 22) berpendapat bahwa hasil belajar merupakan suatu kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah menerima

pengalaman belajar yang telah diikutinya. Pada dasarnya perubahan perilaku akan muncul atau terlihat setelah peserta didik mengikuti proses pembelajaran, yang kemudian disebut dengan hasil belajar. Hasil belajar juga dapat digunakan sebagai indikator untuk mengetahui tingkat ketercapaian tujuan pembelajaran dan untuk mengetahui seberapa jauh materi yang telah disampaikan tersebut dapat dipahami oleh peserta didik.

Dalam proses pencapaian hasil belajar, berbagai faktor dan variabel dapat memberikan pengaruh terhadap pembelajaran yang dilaksanakan. Faktor dan variabel yang ikut andil ini dapat memberikan pengaruh baik positif ataupun negatif terhadap pembelajaran yang dilaksanakan. Pengaruh positif dapat dimaknai sebagai pengaruh baik, yang berasal dari berbagai hal sehingga objek yang dipengaruhi tersebut meningkat atau berubah menjadi lebih baik dibandingkan sebelumnya. Sementara itu, pengaruh negatif dapat dimaknai sebagai pengaruh yang kurang baik sehingga merubah objek yang dipengaruhi tersebut menjadi lebih buruk atau mengalami penurunan dibandingkan sebelumnya.

Pada pelaksanaan proses pembelajaran, faktor-faktor yang berpengaruh dapat berasal dari berbagai sumber, mulai dari materi pembelajaran sebagai informasi yang akan ditransfer, diri peserta didik itu sendiri sebagai penerima informasi, pendidik sebagai sumber informasi, sarana prasarana sebagai pendukung pelaksanaan pembelajaran, serta lingkungan pembelajaran sebagai tempat terjadinya proses transfer informasi. Tiap-tiap aspek dari beberapa sumber tersebut dapat memberikan pengaruh yang berbeda dan bermacam-macam, baik positif ataupun negatif terhadap proses

pembelajaran. Pengaruh positif ataupun negatif ini dapat muncul dan terjadi pada semua studi ilmu yang disampaikan pada pembelajaran di sekolah.

Salah satu studi ilmu yang disampaikan dalam proses pembelajaran di sekolah adalah ilmu tentang olahraga dan kesehatan yang terangkum dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Sukintaka (2001: 2) berpendapat bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menjadi bagian yang terintegrasi dengan pendidikan total sebagai usaha untuk mencapai tujuan mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional melalui aktivitas jasmani. Sebagai bagian dari proses pendidikan, PJOK memiliki fokus pada pendidikan melalui aktivitas fisik dan gerak yang diimplementasikan dalam berbagai macam materi pokok dari beberapa cabang olahraga dan juga pemahaman dasar terkait kesehatan guna pencapaian tujuan pendidikan.

Dalam pelaksanaannya, PJOK lebih banyak didominasi oleh pembelajaran praktik di lapangan yang disesuaikan dengan materi ajar. Karena lebih banyak didominasi oleh materi praktik, tak jarang pembelajaran PJOK menimbulkan suatu tekanan pada diri peserta didik berkaitan dengan materi yang akan dilaksanakan. Tekanan yang diterima oleh peserta didik ini dapat mempengaruhi mental dan psikologisnya, serta pada akhirnya berdampak pada pengambilan sikap oleh peserta didik terhadap suatu materi pembelajaran PJOK yang dilaksanakan dan lebih lanjut dapat berdampak pada hasil belajar yang diperolehnya.

Tekanan pada diri peserta didik ini biasanya muncul pada materi yang memiliki resiko cukup besar seperti renang. Dari penelitian Arhesa, dkk. (2020: 57-62) tentang identifikasi faktor-faktor penghambat belajar renang, diperoleh hasil bahwa

faktor resiko, kecemasan, dan takut lebih menghambat dibandingkan dengan faktor belajar renang lainnya. Dari fenomena tersebut dapat diketahui bahwa dalam pembelajaran renang terdapat pengaruh dari faktor dan variabel tertentu terhadap proses pembelajaran renang, yang pada akhirnya akan berdampak pada perolehan hasil belajar dalam pembelajaran renang.

Salah satu materi atau sub bahasan dalam pembelajaran PJOK adalah pembelajaran renang. Dalam kurikulum 2013, pembelajaran renang masuk pada KD 3.8 (Menganalisis keterampilan dua gaya renang) dan KD 4.8 (Mempraktikkan hasil analisis keterampilan dua gaya renang). Renang merupakan bagian dari cabang olahraga akuatik dimana konsep dari olahraga ini adalah menggerakkan badan dan meluncur di air. Olahraga renang melibatkan seluruh badan untuk dapat bergerak dan meluncur di air sehingga memerlukan koordinasi yang baik didalamnya. Selain melibatkan aspek fisik, aspek psikis juga berperan dalam olahraga renang. Kombinasi antara fisik dan psikis yang baik akan sangat mendukung dalam pelaksanaan olahraga renang ini.

Dalam renang terdapat teknik dasar sebagai keterampilan awal yang hendaknya dikuasai sebelum selanjutnya mempelajari gaya dalam berenang yang terdiri dari gaya bebas (*freestyle/crawl*), gaya dada (*breaststroke*), gaya kupu-kupu (*butterfly stroke*), dan gaya punggung (*backstroke*). Dari keempat gaya renang tersebut, gaya yang dapat diajarkan pada pembelajaran renang di sekolah antara lain gaya bebas, gaya dada, dan gaya punggung.

Pembelajaran renang di sekolah dapat dilaksanakan jika situasi dan kondisinya memang memungkinkan, dalam artian terdapat sarana prasarana yang mendukung dan

memenuhi standar keamanan untuk digunakan. Pembelajaran dengan materi renang dapat dikatakan memiliki resiko yang tinggi sehingga keamanan dan keselamatan dalam pelaksanaannya harus benar-benar diperhatikan. Karena memiliki resiko yang cukup tinggi, tak jarang sebagian peserta didik mengalami kecemasan ketika harus mengikuti pembelajaran renang.

Faktor kecemasan yang dialami oleh peserta didik dapat menimbulkan dampak sebagaimana yang dijabarkan oleh Semiun (2006: 321) bahwa kecemasan yang dialami oleh seseorang tersebut menimbulkan dampak berupa simtom suasana hati, simtom kognitif, dan simtom motor. Ketika peserta didik merasakan dampak dari kecemasan yang dialaminya, proses transfer informasi dalam pembelajaran renang yang ia ikuti menjadi tidak optimal dan pada akhirnya berdampak pada hasil belajar yang diperoleh dalam pembelajaran renang kurang maksimal. Disisi lain, untuk bisa mendapatkan hasil belajar yang lebih maksimal dalam pembelajaran renang diperlukan adanya motivasi atau dorongan yang kuat.

Motivasi yang berasal dari dalam ataupun luar diri peserta didik memiliki peranan yang cukup penting dalam proses pembelajaran renang. Motif-motif atau hal dasar yang mendasari suatu tindakan untuk mencapai tujuan akan menentukan seberapa kuat dorongan yang akan diperoleh. Ketika terdapat banyak motif yang mendasari partisipasi peserta didik dalam pembelajaran renang, dorongan yang dihasilkan juga akan lebih kuat sehingga peserta didik akan melakukan suatu perilaku atau sikap sebagai usaha untuk mencapai tujuan akhir dari motif-motif tersebut.

Teori piramida kebutuhan dari Abraham Maslow (dalam Siagian, 2012: 146) menyebutkan adanya lima kebutuhan yang bisa memotivasi seseorang, dimana pada

pembelajaran renang ini salah satunya adalah hasil belajar atau nilai pembelajaran renang. Hasil belajar sebagai luaran dari pembelajaran renang bisa menjadi motif yang mendasari peserta didik untuk bersungguh-sungguh dalam pembelajaran renang. Dengan tujuan ingin mendapatkan nilai yang tinggi, sikap dari peserta didik ketika mengikuti pembelajaran renang akan menunjukkan keseriusan dan kesungguhan. Ketika motif yang menjadi dasar tidak hanya berasal dari kebutuhan berprestasi saja, seperti adanya kebutuhan fisiologis memperoleh kesehatan, maka dorongan pada diri peserta didik ketika mengikuti pembelajaran renang akan semakin kuat dan sikap atau perilaku untuk mencapai tujuan memperoleh kesehatan dan hasil belajar yang tinggi menjadi semakin positif.

Hasil belajar peserta didik dapat dipandang sebagai cerminan dari ketercapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Dari hasil belajar dalam pembelajaran renang tersebut kemudian dapat digunakan untuk mengetahui tingkat pemahaman dan penguasaan peserta didik terhadap materi yang disampaikan oleh pendidik. Kecemasan dan motivasi merupakan dua hal yang berkaitan dengan ranah psikologis yang dapat digunakan untuk mengetahui seperti apa hubungan antara keduanya dengan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang.

Berdasarkan observasi dan pengamatan yang peneliti lakukan di lapangan, diketahui bahwasannya di lingkungan sekitar sekolah yang digunakan sebagai tempat penelitian ini terdapat fasilitas kolam renang yang sangat memadai yaitu Kolam Renang Fakultas Vokasi UNY yang bertaraf internasional. Jarak dari sekolah dengan kolam renang tersebut cukup dekat (kurang dari 1 KM) dan juga didukung oleh pendidik yang cukup berkompetensi dalam materi renang sehingga pembelajaran

renang sangat mungkin untuk dilaksanakan dalam pembelajaran PJOK. Kemudian untuk pembelajaran renang pada tiap semesternya dilaksanakan sebanyak dua pertemuan dengan gaya yang diajarkan adalah gaya bebas (*freestyle/front crawl*) dan gaya dada (*breaststroke*).

Peneliti juga menemukan bahwa dalam setiap kelas terdapat peserta didik dengan tingkat kecemasan cukup tinggi yang disebabkan faktor materi renang itu sendiri atau dari faktor diluar materi renang, begitu pula dengan motivasi dalam mengikuti pembelajaran renang yang pada akhirnya berimplikasi pada pembelajaran renang yang diikutinya, dan lebih lanjut berdampak pada hasil belajar yang diperolehnya Peserta didik yang terlihat cemas pada saat pembelajaran renang terlihat kurang bisa mengikuti pembelajaran dengan maksimal sehingga penguasaan materi menjadi kurang dan hasil belajarnya kurang maksimal. Sementara itu pada peserta didik yang tidak memiliki motivasi kuat pada olahraga renang terlihat kurang serius dalam mengikuti pembelajaran renang sehingga penguasaan terhadap materi renang menjadi kurang dan perolehan hasil belajar tidak begitu maksimal. Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan pendidik di lapangan juga mengindikasikan adanya permasalahan yang terjadi dalam pelaksanaan pembelajaran renang. Permasalahan tersebut berkaitan dengan penguasaan materi dan partisipasi dari peserta didik dalam pembelajaran renang.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan mengkaji lebih dalam mengenai kecemasan, motivasi, dan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang. Disini peneliti ingin meneliti korelasi yang ada diantara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang. Oleh

karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik Kelas XI di SMA N 1 Wates”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas, dapat diambil beberapa masalah sebagai berikut:

1. Penguasaan materi oleh peserta didik dalam pembelajaran renang kurang maksimal.
2. Partisipasi peserta didik dalam pembelajaran renang berkaitan dengan faktor kecemasan dan motivasi pada masing-masing individu.
3. Kecemasan dalam diri peserta didik terhadap pembelajaran renang berkaitan dengan materi renang dan hal lain diluar materi.
4. Motivasi peserta didik terhadap pembelajaran renang berkaitan dengan faktor dari dalam diri ataupun dari luar diri peserta didik.
5. Hubungan kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates belum diketahui.

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan juga identifikasi masalah di atas, penulis membatasi penelitian ini pada lingkup kecemasan dan motivasi serta hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi permasalahan dan batasan permasalahan, dapat dirumuskan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates?
2. Adakah hubungan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates?
3. Adakah hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, penelitian ini memiliki beberapa tujuan yaitu:

1. Untuk mengetahui adakah hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.
2. Untuk mengetahui adakah hubungan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.
3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

#### **F. Manfaat Penelitian**

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

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam melakukan penelitian yang sejenis kedepannya, serta dapat memberikan sumbangsih bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan yang berfokus pada mata pelajaran PJOK dengan materi renang, kaitannya dengan hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan perolehan hasil belajar pembelajaran renang.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi Guru**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi para pendidik, terutama di bidang pendidikan jasmani sehingga para pendidik dapat lebih memahami terkait hubungan antara kecemasan dan motivasi terhadap hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang sebagai bahan pertimbangan dalam membuat perencanaan hingga pelaksanaan pembelajaran renang.

### **b. Bagi Peserta Didik**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada peserta didik sebagai tambahan pengetahuan terkait hubungan antara kecemasan dan motivasi yang dialaminya terhadap perolehan hasil belajar dalam pembelajaran renang.

### **c. Bagi Penulis**

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan penulis terkait kecemasan, motivasi, dan hasil belajar pembelajaran renang sebagai bekal dalam mengajar mata pelajaran PJOK di sekolah nantinya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Kecemasan**

###### **a. Definisi Kecemasan**

Kecemasan merupakan sebuah kondisi psikologis seseorang dimana muncul perasaan khawatir dan takut akan sesuatu hal yang mungkin akan terjadi pada dirinya. Nevid dkk. (2005: 54) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu keadaan emosional dimana terdapat ciri keterangsangan secara fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa suatu hal buruk akan terjadi. Respon fisiologis terkadang muncul tanpa disadari oleh seorang individu karena pikirannya teralihkan pada situasi atau hal buruk yang mungkin akan ia alami. Selain itu seorang individu akan merasakan perasaan tidak nyaman selama ada kemungkinan bahwa hal buruk tersebut masih dapat terjadi pada dirinya.

Rochman (2010: 104) mengemukakan bahwasanya kecemasan merupakan suatu perasaan yang subjektif kaitannya dengan ketegangan mental yang menimbulkan perasaan gelisah sebagai reaksi yang muncul karena ketidakmampuan menyelesaikan suatu masalah atau karena tidak adanya perasaan aman. Sependapat dengan pernyataan tersebut, Nawangsari (dalam Saputra, 2014: 77) mendefinisikan kecemasan sebagai suatu keadaan yang tidak menyenangkan meliputi perasaan takut, tegang, khawatir, bingung, tidak suka yang bersifat subjektif dan kemunculannya dipicu karena perasaan tidak aman terhadap kemungkinan adanya bahaya yang dapat terjadi pada dirinya. Karena bersifat subjektif, hal yang menyebabkan terjadinya kecemasan antara individu

satu dengan individu lainnya dapat berbeda. Ketika hal atau sesuatu yang dihadapi oleh seseorang tersebut bersifat abu – abu atau belum pernah diketahui sebelumnya, maka dapat memunculkan ketidakpastian dimana ketidakpastian tersebut semacam memberikan tekanan bagi diri individu sehingga memunculkan perasaan tidak tenang, khawatir, dan ketakutan.

Kemudian Husdarta (dalam Kumbara dkk, 2018: 29) menyatakan bahwa kecemasan dapat dimaknai sebagai suatu perasaan yang ditandai dengan adanya rasa kekhawatiran akan sesuatu hal. Kecemasan ini dapat timbul karena pengaruh dari berbagai faktor yang menyebabkan respon mental dari seseorang berupa perasaan khawatir tersebut. Dari berbagai macam hal serta situasi yang dihadapi oleh seorang individu, kecemasan dapat muncul sebagai respon terhadap hal yang menyebabkan diri individu merasa tidak aman. Lubis (2009: 14) menjelaskan kecemasan sebagai respon dari sebuah bahaya yang nyata ataupun khayal. Ketika seorang individu memikirkan atau menghadapi hal serta situasi yang dapat memberikan ancaman atau bahaya pada dirinya, kecemasan merupakan respon umum yang akan muncul pada diri individu tersebut.

Merujuk pada beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwasannya kecemasan merupakan suatu kondisi ketika seseorang merasa tidak nyaman yang meliputi perasaan tidak tenang, khawatir, takut, tegang, dan gelisah dimana perasaan tersebut muncul sebagai respon atau tanggapan dari individu terhadap hal atau situasi yang tidak jelas, tidak aman, serta menyebabkan individu merasa bahwa hal atau situasi tersebut akan memberikan dampak tidak baik pada dirinya.

## **b. Penyebab Kecemasan**

Sebagai suatu respon terhadap rangsangan yang diterima, kecemasan timbul karena sebab-sebab tertentu. Kecemasan yang dirasakan oleh seorang individu juga dapat berubah-ubah seiring dengan berjalannya waktu. Ketika menghadapi sesuatu yang tidak jelas, kecemasan dapat muncul dan ketika sudah terbiasa dengan hal tersebut maka kecemasan dapat berkurang. Meski begitu, kecemasan juga dapat menjadi bertambah seiring berjalannya waktu karena pengalaman-pengalaman tidak menyenangkan yang dialami oleh individu ketika menghadapi sesuatu hal.

Persepsi dan pemikiran seorang individu terhadap suatu hal atau kondisi dapat menjadi penyebab munculnya perasaan cemas tersebut. Zakiah Daradjat (dalam Rochman, 2010: 167) mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu:

- 1) Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran.
- 2) Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- 3) Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya.

Kemudian pendapat lain dari Page (dalam Rufaidah, 2009: 31) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan diantaranya:

1) Faktor Fisik

Kelemahan fisik dapat melemahkan kondisi mental individu sehingga memudahkan timbulnya kecemasan.

2) Trauma atau Konflik

Munculnya gejala kecemasan sangat bergantung pada kondisi individu, dalam arti bahwa pengalaman - pengalaman emosional atau konflik mental yang terjadi pada individu akan memudahkan timbulnya gejala-gejala kecemasan.

3) Lingkungan Awal Yang Tidak Baik

Lingkungan adalah faktor-faktor utama yang dapat mempengaruhi kecemasan individu, jika faktor tersebut kurang baik maka akan menghalangi pembentukan kepribadian sehingga muncul gejala-gejala kecemasan.

**c. Gejala Kecemasan**

Kecemasan yang dialami oleh seseorang pada dasarnya dapat diketahui oleh individu itu sendiri sebagai orang yang merasakannya. Meskipun begitu, kecemasan yang dialami oleh seseorang juga dapat diketahui melalui gejala-gejala serta tanda-tanda yang dapat dilihat pada diri individu tersebut.

Nevid, dkk (2005: 164) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu:

1) Gejala Fisik

Gejala fisik dari kecemasan meliputi kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, lemas, panas dingin.

## 2) Gejala Behavioral

Gejala behavioral dari kecemasan meliputi berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen

## 3) Gejala Kognitif

Gejala kognitif dari kecemasan meliputi khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

Sementara itu, Nolen (dalam Meiyanti, 2019: 9) menyebutkan ada 4 gejala dari kecemasan yang dirasakan oleh seseorang sebagai berikut:

- 1) Gejala fisik muncul berupa banyak keringat, gugup, sakit perut, tangan dan kaki terasa dingin, tidak selera makan, kepala pusing, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, sering buang air kecil, sulit tidur.
- 2) Gejala emosi muncul berupa sangat mudah tersinggung, mudah marah, mudah gelisah, takut, resah, dan khawatir.
- 3) Gejala kognitif muncul berupa khawatir terhadap sesuatu, pelupa, sulit berkonsentrasi, sulit berfikir jernih, sulit mengambil keputusan.
- 4) Gejala perilaku muncul berupa menghindar, meningkatnya respon permusuhan terhadap orang lain, acuh tak acuh, dan nafsu makan menurun.

Kemudian Stuart (dalam Taufan, 2017: 15-16) menyebutkan bahwa respon terhadap kecemasan terdiri dari:

### 1) Respon Fisiologis

- a) Kardiovaskular: palpitasi, jantung berdebar, tekanan darah meningkat, rasa ingin pingsan, tekanan darah menurun, denyut nadi menurun.
- b) Respirasi: nafas cepat, sesak nafas, tekanan pada dada, nafas dangkal, pembengkakan pada tenggorokan, seperti tercekik, terengah-engah.
- c) Neuromuskular: refleks meningkat, mudah terkejut, mata berkedipkedip, insomnia, tremor, rigiditas, gelisah, wajah tegang, kelemahan umum, tungkai lemah, gerakan yang janggal.
- d) Gastrointestinal: kehilangan nafsu makan, menolak makan, mual, nyeri ulu hati, diare.
- e) Saluran perkemihan: tidak dapat menahan kencing, sering berkemih.
- f) Kulit: wajah kemerahan, berkeringat pada telapak tangan, gatal, wajah pucat, diaphoresis.

### 2) Respons Perilaku

Respons perilaku antara lain gelisah, ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, bicara cepat, kurang koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri dari hubungan interpersonal, inhibisi, melarikan diri dari masalah, menghindar, hiperventilasi, sangat waspada.

### 3) Respons Kognitif

Respons kognitif antara lain perhatian terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, salah dalam memberikan penilaian, preokupasi, hambatan berpikir, lapang persepsi menurun, kreativitas menurun, produktivitas menurun, bingung, sangat waspada,

kesadaran diri, kehilangan objektivitas, takut kehilangan kendali, takut pada gambaran visual, takut cedera atau kematian, mimpi buruk.

#### 4) Respons Afektif

Respon afektif antara lain mudah terganggu, tidak sabar, gelisah, tegang, ketakutan, waspada, kekhawatiran, mati rasa, malu.

#### **d. Tingkat Kecemasan**

Kecemasan yang dialami oleh seseorang dapat disebabkan oleh hal yang berbeda-beda, serta tingkatannya pun juga dapat berbeda antara individu satu dengan individu lainnya. Menurut Stuart (dalam Taufan, 2017: 15-16) ada 4 tingkat kecemasan yaitu:

##### 1) Kecemasan Ringan

Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada. Kecemasan ringan dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas.

##### 2) Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada masalah yang penting dan mengesampingkan yang lain sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah.

##### 3) Kecemasan Berat

Seseorang dengan kecemasan berat cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal lain. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area yang lain.

#### 4) Panik (kecemasan sangat berat)

Berhubungan dengan ketakutan dan teror karena mengalami kehilangan kendali. Orang yang sedang panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan.

Senada dengan pendapat di atas, Townsend (dalam Lanani, 2014: 38-39) mengklasifikasikan tingkat kecemasan dapat 4 kategori yaitu:

##### 1) Kecemasan Rendah

Kecemasan rendah berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari yang menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan persepsinya. Kecemasan tingkat ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah kelelahan, iritabel, persepsi meningkat, kesadaran tinggi, mampu untuk belajar, motivasi meningkat, dan tingkah laku yang sesuai situasi.

##### 2) Kecemasan Sedang

Kecemasan sedang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada masalah yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah. Manifestasi yang terjadi pada tingkat ini, yaitu kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung, pernafasan meningkat, ketegangan otot meningkat, bicara cepat dengan volume tinggi, persepsi menyempit, mampu untuk belajar namun tidak optimal, kemampuan konsentrasi menurun, perhatian selektif dan terfokus pada rangsangan yang tidak menambah ansietas, mudah tersinggung, tidak sabar, mudah lupa, marah dan menangis.

### 3) Kecemasan Tinggi

Kecemasan tinggi sangat mengurangi persepsi seseorang. Seseorang cenderung untuk memusatkan pada sesuatu yang terinci dan spesifik, serta tidak dapat berpikir tentang hal yang lain. Individu tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan perhatiannya. Manifestasi yang muncul pada tingkat ini adalah mengeluh pusing, sakit kepala, tidak dapat tidur (insomnia), diare, tidak bisa belajar secara efektif, berfokus pada dirinya sendiri, dan keinginan untuk menghilangkan kecemasan tinggi, perasaan tidak berdaya, bingung.

### 4) Panik

Panik berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan terror karena mengalami kendali. Individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan pengarahan. Tanda dan gejala yang terjadi pada keadaan ini adalah susah bernafas, pucat, tidak dapat merespons terhadap perintah yang sederhana, berteriak, menjerit, mengalami halusinasi.

## **2. Hakikat Motivasi**

### **a. Definisi Motivasi**

Motivasi merupakan faktor yang memiliki peranan dalam menggerakkan seseorang untuk melakukan sesuatu. Motivasi dapat dimaknai sebagai dorongan yang mampu membuat seseorang tergugah, bersemangat, serta tergerak untuk melakukan sesuatu demi mencapai tujuan yang diinginkan. Uno (2013: 3) menjelaskan bahwa asal kata dari motivasi adalah kata motif yang dapat dimaknai sebagai suatu kekuatan yang ada dalam diri individu, yang menggerakkan seorang individu untuk bertindak atau berbuat. Motif inilah yang menjadi dasar penggerak seseorang untuk kemudian

diinterpretasikan dalam tingkah laku atau perbuatan dalam rangka untuk mencapai sesuatu.

Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2002: 80) motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menjadi penggerak dan mengarahkan perilaku seorang individu, termasuk didalamnya perilaku belajar. Dorongan mental yang menggerakkan serta mengarahkan tindakan seorang individu ini akan selaras dengan seberapa besar keinginan individu tersebut untuk mencapai tujuan yang ada, disamping dari pengaruh dari faktor-faktor lainnya. Semakin besar keinginan yang dimiliki, maka dorongan mental tersebut juga akan semakin kuat pula.

Pendapat lain disampaikan oleh Mc. Donald (dalam Sardiman, 2016: 73) yang memaknai motivasi sebagai suatu perubahan energi pada diri seseorang dimana munculnya hal tersebut ditandai dengan adanya "*feeling*" dan didahului dengan respon terhadap tujuan yang ada. Perubahan energi dalam diri seseorang ini akan berbanding lurus dengan tanggapan/respon terhadap tujuan yang hendak dicapai. Ketika tanggapan terhadap tujuan tersebut jelas dan kuat, perubahan energi yang terjadi juga akan mengikuti.

Motif-motif yang beraneka ragam bisa menjadi penyusun atau dasar yang nantinya dapat tergabung sehingga menjadi suatu motivasi yang dapat menggerakkan dan mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu sebagai upaya untuk mencapai tujuan yang dimiliki. Motivasi merupakan suatu set kemampuan perilaku yang melandasi seseorang untuk bertindak dalam usaha untuk mencapai tujuan spesifik tertentu (Soeroso 2003: 69).

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwasannya motivasi merupakan sebuah kumpulan dari motif-motif yang dapat memberikan dorongan dan energi pada diri seorang individu untuk melakukan suatu tindakan atau perbuatan dalam rangka untuk mencapai tujuan yang ada. Tujuan yang hendak dicapai memiliki poin cukup besar dalam membangkitkan motivasi seseorang, dimana tindak lanjut selanjutnya adalah tanggapan terhadap tujuan tersebut yang kemudian akan diikuti dengan tindakan sebagai upaya untuk mencapai tujuan.

#### **b. Jenis Motivasi**

Sebagai dorongan yang menjadi dasar landasan dalam perilaku seseorang, motivasi terbagi kedalam beberapa jenis. Meskipun tidak dapat diketahui secara langsung, jenis dari motivasi dapat diketahui dengan mencermati berbagai unsur seperti tujuan, sumber, serta kebutuhan yang melatarbekangi.

Dari pendapat WoodWorth dan Marquis (dalam Saleh, 2018: 130-131) motivasi digolongkan menjadi tiga macam, yaitu:

- 1) Kebutuhan organis, yakni motif-motif yang berhubungan dengan kebutuhan-kebutuhan bagian dalam dari tubuh (kebutuhan-kebutuhan organis), seperti: makan, minum, kebutuhan bergerak, istirahat/tidur, dan sebagainya.
- 2) Motif yang muncul tiba-tiba (*emergency motives*) ialah motif-motif yang timbul berdasarkan suatu kegiatan yang cepat dan kuat. Dalam hal ini motif yang timbul bukan karena kemauan kita, tetapi karena rangsangan dari luar diri kita, seperti saat seseorang sedang duduk santai di depan rumah, tiba - tiba teman-temannya berjalan lewat depan rumah membawa bola dengan maksud ingin bermain bola di lapangan. Dari situlah kemudian kita terdorong untuk melakukan sesuatu.

- 3) Motif obyektif ialah motif yang ditunjukkan ke suatu obyek atau tujuan tertentu disekitar kita. Motif ini timbul karena adanya dorongan dalam diri kita (kita menyadarinya), contohnya ketika seseorang memiliki tujuan untuk menjadi juara kelas, maka ia akan terdorong untuk belajar dengan tekun sebagai usaha untuk mencapai tujuan tersebut.

Selanjutnya menurut Arden N. Frandsen (dalam Sardiman, 2016: 84-89), motivasi dapat digolongkan menjadi:

- 1) Motif - motif Bawaan (*Physiological Drives*)

Maksud dari motif bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir tanpa perlu dipelajari. Contohnya seperti dorongan untuk makan, minum.

- 2) Motif yang Dipelajari (*Affiliative Needs*)

Merupakan motif yang timbul karena proses mempelajari yang dijalani. Misalnya dorongan untuk menguasai materi dalam cabang ilmu tertentu.

- 3) *Cognitive Motives*

Motif ini menunjukkan pada gejala instrinsik yakni menyangkut kepuasan individual yang berada pada diri manusia dan biasanya terbentuk proses dan produk mental. Jenis motif ini adalah sangat primer dalam kegiatan belajar disekolah, terutama yang berkaitan dengan pengembangan intelektual.

- 4) *Self Expression*

Penampilan diri adalah sebagian dari perilaku manusia yang penting kebutuhan individu tidak hanya sekedar tahu mengapa dan bagai mana sesuatu itu terjadi, tetapi juga mampu membuat suatu kejadian.

## 5) *Self Enhancement*

Melalui aktualisasi diri dan pengembangan kompetensi akan meningkatkan kemajuan seseorang. Ketinggian dan kemajuan diri ini menjadi salah satu keinginan bagi setiap individu. Dalam belajar dapat diciptakan suatu kompetensi yang sehat bagi anak didik untuk mencapai suatu prestasi, atau kegiatan yang lainnya.

Kemudian jika ditinjau dari sumber atau asalnya, motivasi dapat digolongkan kedalam dua jenis, yaitu motivasi intrinsik (dari dalam diri) dan motivasi ekstrinsik (dari luar diri). Menurut Tambunan (2015: 196), motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik merupakan jenis motivasi berdasarkan sumbernya. Adapun motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik tersebut yaitu:

### 1) Motivasi Intrinsik

Motivasi intrinsik atau motivasi yang berasal dari dalam merupakan jenis motivasi dimana dorongan muncul dari dalam diri individu itu sendiri. Suwatno (2011: 175) menyatakan motivasi intrinsik sebagai motif-motif yang dapat aktif atau bekerja tanpa adanya rangsangan dari luar, karena dorongan untuk melakukan sesuatu sudah ada dalam diri individu. Senada dengan pendapat diatas, Usman (2009: 249) mendefinisikan motivasi intrinsik sebagai motivasi yang muncul dari dalam diri seorang individu itu sendiri. Oleh karena itu, motivasi intrinsik lebih menitikberatkan pada pemikiran serta sikap individu itu sendiri terhadap adanya tujuan.

### 2) Motivasi Ekstrinsik

Kebalikan dari motivasi intrinsik, motivasi ekstrinsik ini merupakan jenis motivasi dimana dorongan yang ada itu muncul dari luar diri individu. Suwatno (2011:

175-176) mengemukakan bahwa motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan dapat bekerja karena adanya rangsangan dari luar diri individu. Motivasi ini biasanya dalam bentuk nilai dari suatu materi, misalnya imbalan dalam bentuk uang atau intensif lainnya yang diperoleh atas suatu upaya yang telah dilakukan.

### **c. Fungsi Motivasi**

Dorongan sebagai landasan seseorang dalam melakukan suatu perilaku atau usaha menjadi penting dalam rangka pencapaian tujuan yang ada. Ketika seorang individu memiliki motivasi yang kuat, maka tujuan yang hendak dicapai akan semakin mungkin digapai. Menurut Sardiman (2016: 85), fungsi motivasi ada 3 yaitu:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan, yakni ke arah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuan.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.

Hamalik (2004: 175) juga menjelaskan bahwasannya fungsi motivasi ialah mendorong munculnya perilaku atau suatu perbuatan. Tanpa adanya motivasi pada diri seorang individu, pencapaian tujuan yang direalisasikan melalui perilaku atau tindakan akan terhambat dan terganggu. Motivasi bagaikan roda penggerak yang akan membawa individu untuk melakukan tindakan dalam rangka mencapai tujuan.

#### d. Teori Motivasi

Salah satu teori tentang motivasi adalah teori dari Abraham Maslow yang mendasarkan munculnya motivasi pada seseorang berdasarkan kebutuhan. Maslow (dalam Siagian, 2012: 146) membuat teori hierarki kebutuhan untuk menjabarkan tentang tingkatan kebutuhan manusia tersebut. Kebutuhan manusia diklasifikasi menjadi lima hierarki kebutuhan yaitu :



Gambar 1. Piramida Hierarki Kebutuhan Maslow  
(Sumber: Kurniawati & Maemonah, 2021)

##### 1) Kebutuhan Fisiologis (*Physiological Needs*)

Kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan paling mendasar atau kebutuhan pokok yang diperlukan sehari-hari. Kebutuhan ini mencakup beberapa hal seperti makanan, minuman, pakaian, tempat tinggal, dll.

##### 2) Kebutuhan Rasa Aman (*Safety Needs*)

Kebutuhan rasa aman dapat dimaknai sebagai kebutuhan yang diperlukan oleh seseorang untuk merasa aman dalam arti yang luas. Keamanan disini mencakup keamanan secara fisik dan juga secara psikisnya.

### 3) Kebutuhan Sosial (*Social Needs*)

Kebutuhan sosial berkaitan dengan hakikat manusia sebagai makhluk sosial. Dalam kebutuhan sosial ini seseorang akan berusaha untuk mendapatkan afeksi, relasi dengan orang lain, dan penerimaan oleh orang lain.

### 4) Kebutuhan Penghargaan (*Esteem Needs*)

Kebutuhan akan penghargaan berkaitan dengan keinginan seseorang untuk diakui atau dihormati oleh orang lain. Pengakuan yang diharapkan dari orang lain itu termasuk seperti pencapaian, status/kedudukan, prestasi, dan kehormatan diri.

### 5) Aktualisasi Diri (*Self Actualization*)

Aktualisasi diri berkaitan dengan dorongan atau keinginan seseorang untuk bisa mengembangkan potensi dan meningkatkan kualitas dirinya sehingga dapat mencapai tujuan yang ia miliki dalam hidupnya.

## **e. Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi**

Segala sesuatu yang berada didalam diri atau diluar diri seorang dapat menjadi faktor penentu yang mempengaruhi dorongan atau motivasi pada dirinya. Faktor tersebut dapat mempengaruhi motivasi yang dimiliki oleh seseorang dalam belajar, baik memperkuat dorongan atau dapat pula melemahkan dorongan yang ada. Menurut Yusuf (2009: 23), motivasi belajar muncul karena beberapa faktor, yaitu:

#### 1) Faktor Internal

##### a) Faktor Fisik

Faktor fisik menjadi faktor yang memberikan pengaruh dari tubuh dan penampilan individu. Faktor fisik meliputi nutrisi (gizi), kesehatan dan fungsi-fungsi fisik terutama panca indera.

b) Faktor Psikologis

Faktor psikologis merupakan faktor dari dalam individu kaitannya dengan aspek-aspek yang memberikan dorongan ataupun hambatan dalam aktifitas belajar siswa. Faktor ini menyangkut kondisi rohani siswa.

2) Faktor Eksternal

a) Faktor Sosial

Merupakan faktor yang berasal dari individu lain di sekitar lingkungan siswa tersebut, dimana dalam hal ini meliputi guru, teman, orang tua, tetangga dan lain sebagainya,

b) Faktor Non Sosial

Faktor non sosial berkaitan dengan hal yang berasal dari kondisi lingkungan disekitar siswa, dimana didalamnya meliputi keadaan udara (panas atau dingin), waktu (pagi, siang atau malam), tempat (sepi, bising atau kualitas sekolah), dan fasilitas belajar.

**3. Hakikat Hasil Belajar**

**a. Definisi Hasil Belajar**

Sebagai bagian dari proses transfer pengetahuan dari pendidik ke peserta didik, hasil belajar merupakan gambaran yang dapat digunakan sebagai indikator untuk mengetahui seberapa tingkat pemahaman dan penguasaan peserta didik terhadap materi yang telah disampaikan. Sudjana (2017: 3) mendefinisikan hasil belajar siswa sebagai perubahan tingkah laku dalam pengertian yang lebih luas yang meliputi bidang kognitif, afektif, dan psikomotor. Dari perubahan tingkah laku inilah kemudian pendidik dapat mengukur ketercapaian tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Lebih lanjut, Sudjana (dalam Lestari dkk, 2020: 22) menyatakan bahwa hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki peserta didik setelah mengikuti proses pembelajaran. Kemampuan peserta didik tersebut dapat diketahui oleh pendidik berdasarkan indikator-indikator pengamatan yang telah disusun oleh pendidik guna mengetahui lebih pasti dan spesifik terkait materi yang disampaikan.

Menurut Nawawi (dalam Susanto, 2013: 5) hasil belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan peserta didik dalam memahami materi pelajaran di sekolah yang dinyatakan dalam skor perolehan dari hasil tes pada sejumlah materi pelajaran tertentu. Tingkat keberhasilan dalam memahami materi merupakan hal yang penting untuk diketahui oleh pendidik guna terus meningkatkan kualitas pembelajaran yang dilaksanakan, sehingga selain menjadi indikator penyerapan materi oleh peserta didik, hasil belajar juga menjadi bahan evaluasi oleh pendidik terhadap pelaksanaan proses pembelajaran.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat diketahui bahwasannya hasil belajar merupakan perubahan tingkah laku dan kemampuan peserta didik dalam proses pembelajaran yang mencakup ranah kognitif, afektif, dan psikomotor dimana tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi tersebut dapat menjadi indikator ketercapaian tujuan pembelajaran serta menjadi bahan evaluasi pelaksanaan pembelajaran oleh pendidik.

#### **b. Ranah Hasil Belajar**

Menurut Bloom (dalam Sudjana 2017: 22-23) hasil belajar terbagi menjadi tiga ranah, yakni ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotorik. Berikut untuk pemaparan lebih lengkapnya:

### 1) Ranah Kognitif,

Merupakan ranah yang berkaitan dengan kemampuan intelektual yang terdiri dari aspek mengingat, memahami, mengaplikasikan, menganalisis, mensintesis dan evaluasi.

### 2) Ranah Afektif

Merupakan ranah yang berkenaan dengan sikap dan emosi yang terdiri dari lima aspek, yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi.

### 3) Ranah Psikomotorik

Merupakan ranah yang berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan praktik. Adapun aspek dalam ranah psikomotorik meliputi gerakan refleks, keterampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual, keharmonisan atau ketepatan, gerakan keterampilan kompleks, dan gerakan ekspresif interpretatif.

Ketiga hal diatas merupakan ranah yang akan diamati dan dinilai oleh seorang pendidik dalam proses pembelajaran yang dilaksanakan. Bentuk dan macam penilaian pada masing-masing ranah tersebut juga terdapat beberapa macam dan pendidik dapat menyesuaikan dengan konteks pembelajaran serta hal yang menjadi fokus pengamatan.

## **c. Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar**

Sebagai produk akhir dari proses yang dijalani, hasil belajar tak luput dari pengaruh-pengaruh yang dapat meningkatkan pemerolehan hasil belajar ataupun yang menurunkan hasil belajar. Berbagai faktor ini baik secara sadar ataupun tidak sadar dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik sehingga penting untuk diperhatikan.

Untuk faktor yang mempengaruhi hasil belajar dapat diklasifikasikan kedalam dua jenis, yaitu faktor internal (dalam diri peserta didik) dan faktor eksternal (luar diri peserta didik).

Pendapat dari Slameto (2010: 54-60) menjelaskan bahwasannya faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa antara lain:

1) Faktor Internal

- a) Faktor fisiologis
- b) Faktor psikologis
- c) Faktor kelelahan

2) Faktor Eksternal

- a) Faktor keluarga
- b) Faktor sekolah
- c) Faktor Masyarakat

Kemudian Wiryawan (2007: 15) mengemukakan bahwa hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

- 1) Faktor dalam diri siswa (internal), yaitu keterampilan, minat, bakat, usaha, motivasi, perhatian dan kesehatan, serta kebiasaan siswa.
- 2) Faktor dari luar siswa (eksternal), yaitu lingkungan materi dan immateri (termasuk suasana kelas dalam pembelajaran), lingkungan keluarga, guru, pelaksanaan pembelajaran. Dalam hal ini guru merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam proses dan hasil belajar karena guru adalah pengelola atau direktur kelas.

Pendapat lain juga disampaikan menurut Suryabrata (dalam Asrofi 2008: 14) mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar digolongkan menjadi tiga, antara lain:

1) Faktor dari Dalam

Faktor dari dalam merupakan faktor yang dapat mempengaruhi belajar yang berasal dari peserta didik itu sendiri. Faktor-faktor tersebut diantaranya:

- a) Minat individu, merupakan ketertarikan individu terhadap sesuatu. Minat belajar peserta didik yang tinggi menyebabkan belajar lebih mudah dan cepat.
- b) Motivasi belajar antara peserta didik tidak sama. Motivasi belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: cita-cita peserta didik, kemampuan belajar peserta didik, kondisi peserta didik, kondisi lingkungan, unsur-unsur dinamis dalam belajar, dan upaya guru membelajarkan peserta didik.

2) Faktor dari Luar

Faktor dari luar merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi proses dan hasil belajar dari luar peserta didik. Faktor dari luar ini salah satunya lingkungan sosial. Maksud dari lingkungan sosial di sini yaitu manusia atau sesama manusia, baik manusia itu hadir maupun tidak langsung hadir. Kehadiran orang lain pada waktu sedang belajar, sering mengganggu aktivitas belajar.

3) Faktor Instrument

Faktor instrumen merupakan faktor yang berhubungan dengan perangkat pembelajaran seperti kurikulum, struktur program, sarana prasarana pembelajaran, dan guru sebagai perancang pembelajaran.

#### **d. Hasil Belajar Pembelajaran Renang**

Dari beberapa penjelasan sebelumnya, hasil belajar dapat dimaknai sebagai perubahan tingkah laku yang terjadi setelah peserta didik mengikuti pembelajaran sebagai representasi dari kemampuan yang diperoleh dari proses belajar yang diikutinya. Perolehan hasil belajar oleh peserta didik berkaitan dengan berbagai faktor yang memberikan dampak, sebagaimana yang telah dipaparkan pada penjelasan sebelumnya.

Pada pembelajaran renang, hasil belajar merepresentasikan tingkat penguasaan materi renang oleh peserta didik. Penguasaan materi sangat erat kaitannya dengan proses pembelajaran yang diikutinya. Ketika peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan maksimal tanpa adanya hambatan atau pengaruh negatif, maka hasil belajar yang diperoleh akan lebih maksimal. Sebaliknya, Ketika peserta didik tidak dapat mengikuti pembelajaran renang dengan maksimal karena adanya pengaruh negatif dari faktor-faktor yang telah dibahas sebelumnya, maka hasil belajar yang diperolehnya akan menjadi tidak maksimal.

Hasil belajar pembelajaran renang diperoleh dari hasil penilaian pendidik sejak proses pelaksanaan pembelajaran hingga evaluasi. Hasil akhir dari keseluruhan proses pembelajaran inilah yang kemudian disebut dengan hasil belajar dan digunakan sebagai indikator untuk mengetahui tingkat ketercapaian tujuan pembelajaran.

### **4. Hakikat Pembelajaran Renang**

#### **a. Pembelajaran (Penjas)**

Pembelajaran merupakan proses transfer pengetahuan yang terjadi antara pendidik dan peserta didik, serta terjadi hubungan timbal balik diantara keduanya

sehingga bersifat dua arah. Salah satu lingkup dalam pembelajaran adalah pendidikan jasmani/penjas. Pendidikan jasmani pada hakikatnya melingkupi berbagai macam materi tentang aktivitas fisik, olahraga, dan kesehatan didalamnya, termasuk materi pembelajaran renang.

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang berfokus pada pembelajaran gerak dan aktivitas olahraga serta kesehatan. Definisi pembelajaran pendidikan jasmani menurut Cholik dan Lutan (dalam Faridah, 2016: 39.) adalah proses pendidikan yang didalamnya terjadi interaksi antara peserta didik dengan lingkungan yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani secara sistematis untuk mencapai pembentukan manusia seutuhnya. Dengan begitu pendidikan jasmani merupakan usaha untuk mengembangkan dan membentuk peserta didik menjadi manusia seutuhnya melalui aktivitas jasmani.

Pendidikan jasmani menurut Samsudin (2008: 2) merupakan suatu proses pembelajaran yang dilaksanakan melalui aktivitas jasmani dengan tujuan untuk meningkatkan dan mengembangkan kebugaran serta keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Dengan kata lain pendidikan jasmani berusaha mengembangkan ranah psikomotor, afektif, dan kognitif melalui aktivitas gerak dan permainan yang merujuk pada berbagai cabang olahraga sesuai dengan kurikulum yang berlaku.

Kemudian menurut Rosdiani (2015: 1) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan, motorik,

keterampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral, pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat. Dalam pembelajaran penjas yang dilakukan di luar kelas, berbagai aspek dari peserta didik dapat terlihat dengan lebih jelas dan pendidik juga memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mengembangkan aspek-aspek tersebut karena sudut pandang yang digunakan dalam melihat peserta didik menjadi lebih luas.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, pendidikan jasmani merupakan sebuah proses yang tidak lepas dari pendidikan umum dimana pendidikan jasmani memiliki fokus untuk membentuk dan mengembangkan diri peserta didik dalam berbagai aspek guna menjadi manusia seutuhnya melalui aktivitas fisik/jasmani yang meliputi berbagai macam aktivitas permainan, olahraga, dan pemahaman terkait kesehatan.

#### **b. Hakikat Renang**

Renang merupakan aktivitas yang masuk dalam kategori olahraga akuatik, yang artinya aktivitas renang dilakukan di dalam air. Konsep dari olahraga renang sendiri ialah untuk meluncur dan bergerak di air dengan gaya dan teknik yang tepat. Teknik yang digunakan disini berkaitan dengan bagaimana seseorang melakukan gerakan dasar yang digunakan dalam berenang. Sedangkan gaya disini berkaitan dengan keempat gaya yang umum digunakan yaitu gaya bebas, gaya dada, gaya punggung, dan gaya kupu-kupu.

Olahraga renang menurut Supriyanto (2013: 3) merupakan aktivitas yang dilakukan di air dengan berbagai macam bentuk dan gaya yang sudah sejak lama dikenal banyak memberikan manfaat kepada manusia. Berenang menurut Subagyo (2017: 53) adalah aktivitas menggunakan badan mengapung melintas di air dengan

menggunakan kaki dan tangan. Lebih lanjut Supriyanto (2013: 4) menjelaskan bahwa olahraga renang merupakan keterampilan kompleks dan memerlukan banyak unsur pengetahuan dan keterampilan dasar untuk dapat menguasainya dengan cepat.

Kemudian menurut Muhajir (2004: 166) renang merupakan olahraga yang menyehatkan. Sebab hampir semua otot tubuh bergerak sehingga seluruh otot berkembang dengan pesat dan kekuatan perenang bertambah meningkat. Sependapat, menurut Erlangga (2010: 75), renang merupakan olahraga air yang sangat menyenangkan dan bermanfaat bagi kekuatan otot tubuh, jantung, paru-paru dan membangkitkan perasaan berani. Pendapat lain ialah bahwa olahraga renang merupakan keterampilan gerak yang dilakukan didalam air yang bertujuan untuk bersenang-senang, mengisi waktu luang dan mendapatkan prestasi di tingkat nasional maupun internasional (Haller, 2007: 7).

Dari beberapa pendapat di atas, dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa olahraga renang merupakan suatu aktivitas gerak yang dilakukan di air yang melibatkan berbagai keterampilan kompleks dan koordinasi dari seluruh anggota tubuh yang kemudian memberikan kebermanfaat bagi individu yang melakukannya baik dengan tujuan kesenangan, kompetisi/prestasi, ataupun tujuan lainnya.

### **c. Teknik Dalam Renang**

Dalam olahraga renang terdapat beberapa macam gaya/teknik yang umum dipertandingkan dalam perlombaan, dan beberapa diantaranya diajarkan pada pembelajaran renang di sekolah. Menurut Subagyo (2018: 26) dalam olahraga renang terdapat beberapa gaya renang yang diperlombakan secara resmi dalam suatu acara pertandingan/event perlombaan yang terdiri dari:

### 1) Gaya Bebas (*crawl/freestyle*)

Gaya ini dapat dikatakan mirip cara berenang seekor binatang. Oleh karena itu disebut juga dengan *crawl* yang artinya merangkak. Pada gaya *crawl* ini terdapat beberapa poin penting yang mencakup posisi badan, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan pengambilan nafas. Berikut beberapa perinciannya :

- a) Posisi Badan: Posisi badan dalam renang gaya *crawl* harus “*streamline*” dan sebisa mungkin harus datar sehingga hambatan dan gesekan yang timbul dengan air menjadi minimal.
- b) Gerakan Tungkai: Gerakan tungkai pada gaya *crawl*/bebas berfungsi sebagai alat keseimbangan dan mempertahankan posisi badan tetap tinggi di permukaan air, mendatar sejajar dengan permukaan air. Gerakan yang dilakukan berupa gerakan naik turun secara bergantian antara tungkai kanan dan tungkai kiri.
- c) Gerakan Lengan: Sebagai penyumbang gerakan meluncur terbesar, pada renang gaya *crawl* terdapat tiga fase gerakan lengan yaitu: *pull*, *push*, dan *recovery*. Gerakan *pull* dimulai setelah siku masuk ke dalam air sampai tangan mencapai bidang vertikal, dilanjutkan dengan gerak *push* sampai lengan lurus ke belakang. Setelah itu kemudian dilanjutkan dengan *recovery* ketika lengan telah lurus ke belakang dengan jalan mengangkat siku keluar dari air, diikuti lengan bawah dan jari-jari digeser dari belakang ke depan.
- d) Pengambilan Nafas: Gerakan pernafasan dapat dilakukan pada sisi kepala (kanan/kiri) tergantung dari kebiasaan masing-masing perenang.



Gambar 2. Gerakan Renang Gaya Bebas 1  
(Sumber: Subagyo, 2018)



Gambar 3. Gerakan Renang Gaya Bebas 2  
(Sumber: Subagyo, 2018)

## 2) Gaya Dada (*Breaststroke*)

Renang gaya dada atau *breaststroke* di Indonesia sering disebut juga dengan gaya katak. Sebutan ini dikarenakan gerakan renang gaya dada mirip sekali dengan gerakan katak pada waktu berenang. Pada gaya dada ini terdapat beberapa poin penting yang mencakup posisi badan, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan pengambilan nafas. Berikut beberapa perinciannya:

- a) Posisi Badan: Posisi badan dalam renang gaya dada harus “*streamline*” dan sedatar mungkin sehingga hambatan yang timbul semakin minimal.
- b) Gerakan Tungkai: Gerakan tungkai pada gaya dada berfungsi sebagai pemberi dorongan meluncur terbesar. Gerakan yang dilakukan berupa gerakan dengan pola tarik tungkai ke depan-putar pergelangan kaki ke arah luar-dorong ke belakang.
- c) Gerakan Lengan: Pada prinsipnya, gerakan lengan gaya dada dapat dibagi menjadi dua yaitu: (1) gerakan *pull* dan (2) gerakan *recovery*. Kedua gerakan

ini memiliki poin utama untuk membantu menaikkan kepala ke atas permukaan air dan mengambil nafas.

- d) Pengambilan Nafas: Gerakan pengambilan nafas pada gaya dada dilakukan pada akhir gerakan tarikan lengan, yaitu pada saat tangan siap di dorong ke depan. Pada posisi ini kepala diangkat sampai batas mulut ke luar permukaan air dan perenang segera menghirup udara melalui mulut dan hidung. Pada saat menghirup udara, badan diusahakan tetap dalam posisi horisontal dan bahu jangan sampai keluar dari permukaan air.



Gambar 4. Gerakan Renang Gaya Dada 1  
(Sumber: Subagyo, 2018)



Gambar 5. Gerakan Renang Gaya Dada 2  
(Sumber: Subagyo, 2018)

### 3) Gaya Punggung (*Backstroke*)

Gaya punggung atau *back crawl* dapat dikatakan mirip dengan gaya bebas/*crawl*. Bedanya pada gaya punggung ini posisi badannya terlentang dan menghadap ke atas. Prinsip-prinsip mekanis yang mempengaruhi renang gaya *back crawl* sama dengan prinsip-prinsip yang berlaku bagi gaya-gaya yang lain :

- a) Posisi Badan: Posisi badan pada gaya punggung tidak horisontal secara penuh, dikarenakan posisi yang terlalu horisontal dengan air akan menyebabkan kaki dalam posisi yang terlalu tinggi untuk dapat melakukan gerakan secara efektif.
- b) Gerakan Tungkai: Gerakan tungkai pada gaya punggung serupa dengan gerakan tungkai gaya *crawl*, tetapi dalam kondisi terbalik. Gerakan yang dilakukan berupa gerakan naik turun secara bergantian antara tungkai kanan dan tungkai kiri.
- c) Gerakan Lengan: Proses gerakan lengan pada gaya punggung terdapat tiga fase yaitu fase: (1) *pull*, (2) *push* dan (3) *recovery*. Gerakan *pull* dimulai setelah telapak tangan masuk beberapa inci dari permukaan air sampai titik maksimal tekukan siku tercapai, dilanjutkan dengan gerakan *push* dimana tangan mendorong ke belakang dan ke bawah membentuk gerakan seperempat lingkaran, dan kemudian dilanjutkan dengan *recovery* yaitu tangan ke luar dari permukaan air dengan ibu jari keluar terlebih dahulu.
- d) Pengambilan Nafas: Gerakan pernafasan dapat dilakukan setiap saat sesuai keinginan perenang karena posisi muka dan hidung berada di atas permukaan air.



Gambar 6. Gerakan Renang Gaya Punggung 1  
(Sumber: Subagyo, 2018)



Gambar 7. Gerakan Renang Gaya Punggung 2

(Sumber: Subagyo, 2018)

#### 4) Gaya Kupu-kupu (*Butterfly Stroke*)

Renang gaya kupu-kupu menyerupai gerakan gaya *crawl* dalam hal lengan dan kaki yang bekerja secara sempurna. Namun, ada ciri khas yang ada pada renang gaya kupu-kupu yaitu gerakan lengan yang bergerak bersamaan, demikian pula dengan gerakan kakinya. Berikut beberapa perinciannya :

- a) Posisi Badan: Posisi badan dalam renang gaya kupu-kupu sedikit berbeda dengan gaya yang lain, dimana hambatan dengan air lebih besar karena gerakan naik turun pada badan. Meskipun begitu, untuk posisi badan diusahakan mendekati horizontal.
- b) Gerakan Tungkai: Gerakan tungkai pada gaya kupu-kupu ini berupa *dolphin kick* dimana kedua tungkai bergerak secara bersama-sama dan seirama naik turun.
- c) Gerakan Lengan: Gerakan lengan pada gaya kupu-kupu terdapat tiga fase yaitu: (1) *pull*, (2) *push*, dan (3) *recovery*. Gerakan *pull* dimulai setelah kedua siku masuk ke dalam air sampai kedua lengan mencapai bidang vertikal, kemudian dilanjutkan dengan gerakan *push* sampai kedua lengan hampir pada posisi lurus ke belakang, dan dilanjutkan dengan gerakan *recovery* yaitu saat

kedua lengan hampir lurus ke luar dari permukaan air sampai kedua lengan mengayun ke depan dan masuk kembali ke air.

- d) Pengambilan Nafas: Gerakan mengambil nafas pada gaya kupu-kupu dilakukan dengan cara mengangkat kepala ke atas permukaan air, kemudian ketika mulut keluar dari permukaan air untuk mengambil nafas, dagu tidak boleh terlalu jauh di atas permukaan air, dan setelah itu kepala kembali turun dan masuk ke air.



Gambar 8. Gerakan Renang Kupu-kupu 1  
(Sumber: Subagyo, 2018)



Gambar 9. Gerakan Renang Kupu-kupu 2  
(Sumber: Subagyo, 2018)

#### **d. Pembelajaran Renang**

Berdasarkan beberapa penjabaran terkait hakikat pembelajaran penjas dan hakikat renang diatas, dapat ditarik sebuah benang merah bahwasannya pembelajaran renang termasuk salah satu lingkup materi yang ada dalam pembelajaran PJOK dimana pembelajaran renang ini ditujukan untuk mengembangkan keterampilan peserta didik pada aktivitas akuatik melalui berbagai sub materi yang dapat disesuaikan dengan jenjang dan tingkatan peserta didik. Dengan kata lain,

pengembangan ranah kognitif, afektif, dan psikomotor dilakukan melalui aktivitas olahraga di air. Adapun materi dalam pembelajaran renang yang dapat disampaikan di sekolah diantaranya ada gaya dada, gaya bebas, dan gaya punggung.

Keterampilan dasar dalam aktivitas akuatik/renang merupakan keterampilan yang penting untuk bisa dipahami dan dikuasai oleh peserta didik karena hal ini bisa menjadi sangat dibutuhkan ketika peserta didik menghadapi situasi atau kondisi tertentu. Pembelajaran renang yang dilaksanakan di sekolah dapat menjadi salah satu jembatan untuk memberikan pemahaman serta keterampilan dasar ketika di dalam air kepada peserta didik yang akan sangat berguna untuk pengembangan dirinya.

## **5. Karakteristik Peserta Didik SMA**

Peserta didik pada jenjang SMA berkisar antara rentang usia 16-19 tahun atau dapat dikategorikan sebagai remaja. Darajat (dalam Masdudi, 2015: 30) menyatakan remaja sebagai masa peralihan antara masa anak-anak dan masa dewasa, di mana anak-anak mengalami pertumbuhan yang cukup cepat di segala bidang, mereka bukan lagi anak, baik bentuk badan, sikap, cara berfikir dan bertindak. Senada dengan pendapat tersebut, Meriyati (2015: 30) menjeaskan bahwa masa remaja (12-21 tahun) merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa remaja ini juga seringkali dikenal sebagai masa pencarian jati diri

Dari rentang usia tersebut, beberapa ahli membagi masa remaja kedalam tiga kategori, yaitu remaja awal, pertengahan/madya, dan akhir. Mappiare (dalam Dewi, 2021: 55) menggolongkan rata-rata remaja pada rentang usia sekolah menengah atas sebagai kategori remaja akhir. Pada usia remaja akhir ini terdapat karakteristik sebagai ciri yang menunjukkan rentang usia tersebut. Karakteristik pada seorang

remaja menurut Gunarsa & Gunarsa dan Mappaire (dalam Putro, 2017: 29) ialah sebagai berikut:

- 1) Masa Remaja Awal (Sekolah Menengah Pertama)
  - a) Tidak stabil keadaannya dan cenderung lebih emosional.
  - b) Mempunyai banyak permasalahan.
  - c) Menjadi masa yang kritis.
  - d) Mulai muncul ketertarikan pada lawan jenis.
  - e) Muncul rasa kurang percaya diri.
  - f) Suka mengembangkan pikiran baru, gelisah, suka berkhayal dan suka menyendiri.
- 2) Masa Remaja Madya/Pertengahan (Sekolah Menengah Atas)
  - a) Sangat membutuhkan sosok teman.
  - b) Cenderung bersifat narsistik/kecintaan pada diri sendiri.
  - c) Berada dalam kondisi keresahan dan kebingungan karena pertentangan yang terjadi dalam diri.
  - d) Memiliki keinginan besar untuk mencoba segala hal yang belum diketahuinya.
  - e) Keinginan menjelajah ke alam sekitar yang lebih luas.
- 3) Masa Remaja Akhir (Sekolah Menengah Atas/Perkuliahan)
  - a) Aspek-aspek psikis dan fisiknya mulai stabil.
  - b) Cara berfikir sudah mulai realistis dan memiliki sikap pandang yang sudah baik.
  - c) Lebih matang dalam menghadapi suatu permasalahan.
  - d) Ketenangan emosional bertambah dan lebih mampu menguasai perasaan.

- e) Sudah terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- f) Lebih banyak perhatian terhadap lamabang-lambang kematangan.

## **B. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang pernah dilakukan dan relevan dengan penelitian ini antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Suhada, Muchamad Ishak, dan Andre Firman Hermawa tahun 2019 dengan judul “Hubungan Kecemasan Terhadap Keterampilan Renang Gaya Dada pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Gemilang Mutafannin”. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian korelasional deskriptif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* tes dan teknik pengumpulan data berupa pengukuran masing-masing sub variabel dengan angket kecemasan dan keterampilan berenang gaya dada. Sampel dari penelitian adalah 10 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Gemilang Mutafannin. Dari penelitian ini diketahui bahwa ada korelasi yang signifikan antara tingkat kecemasan dan keterampilan berenang gaya dada pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Gemilang Mutafannin dalam skor korelasi pearson 0,635 secara total dalam kisaran antara 0,60-0,80 atau dalam kategori kuat. Hasil Koefisien Determinant ( $R^2$ ) memperoleh total 0,426, yang berarti bahwa korelasi fisik memberikan efek besar pada 42,6% terhadap keterampilan renang gaya dada dan 57,4% dipengaruhi oleh faktor lain. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan keterampilan renang gaya dada pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Gemilang Mutafannin dimana semakin rendah tingkat kecemasan (x) maka keterampilan renang gaya dada (y) seseorang akan semakin baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Iqlima Chaerunisa pada tahun 2013 dengan judul “Dampak Kecemasan Siswa Terhadap Hasil Belajar Renang”. Penelitian ini dilakukan dengan metode korelasional dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa angket untuk variabel kecemasan dan tes performa untuk variabel hasil belajar. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas IX SMP N 1 Cisarua yang berjumlah 30 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat dimana rata – rata kecemasan siswa sebesar 60% dan nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar 0,977. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecemasan memiliki hubungan yang sangat kuat terhadap hasil belajar renang siswa kelas IX SMP N 1 Cisarua.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno Agus Setiadhi pada tahun 2013 dengan judul “Hubungan Motivasi Interinsik Dan Eksterinsik Dengan Hasil Renang Siswa SMK Swadhipa Natar”. Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif korelasional dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa angket dan pengambilan nilai dalam bentuk data sekunder. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI di SMK Swadhipa yang berjumlah 30 orang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dimana motivasi intrinsik menunjukkan hasil koefisien korelasi sebesar 0,5412 dan motivasi ekstrinsik menunjukkan hasil korelasi koefisien sebesar 0,8397. Jadi dapat disimpulkan bahwa motivasi intrinsik memiliki hubungan yang cukup kuat, dan motivasi ekstrinsik memiliki hubungan yang sangat kuat terhadap hasil evaluasi renang siswa kelas XI Akutansi SMK Swadhipa Natar.

### **C. Kerangka Berfikir**

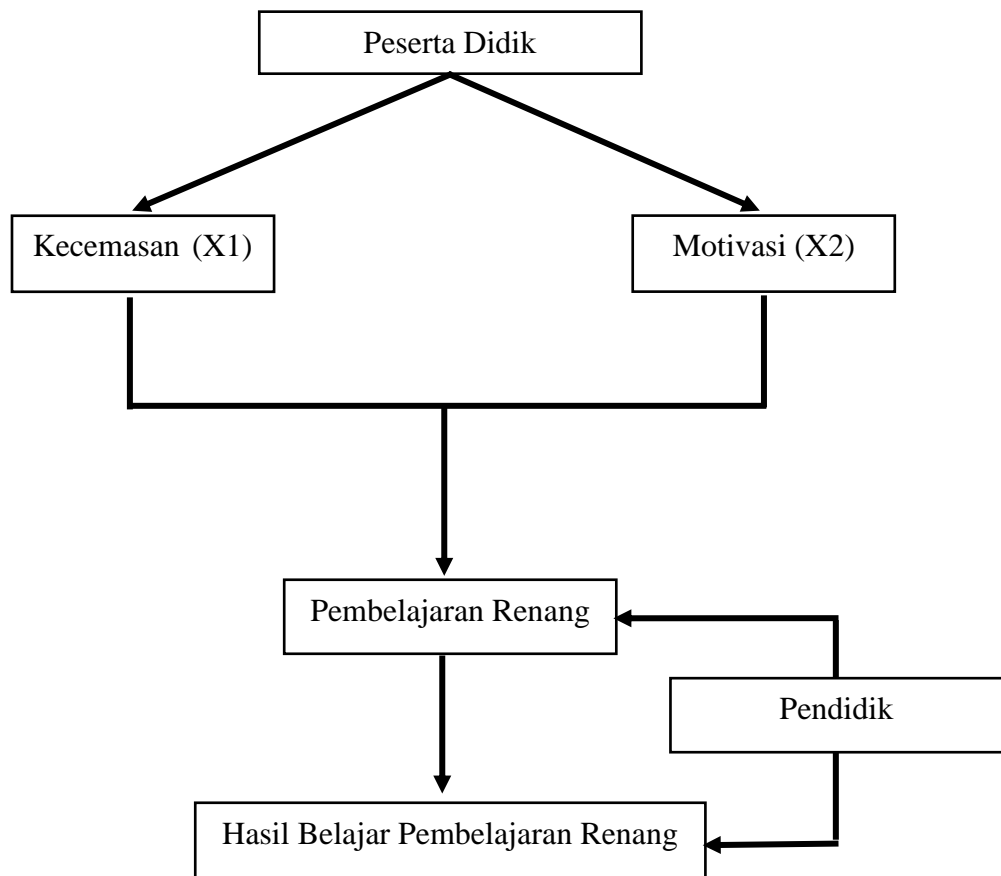
Berdasarkan uraian latar belakang dan kajian pustaka diatas maka dapat disusun kerangka berfikir sebagai hipotesis dasar penelitian yaitu salah satu indikator penguasaan materi oleh peserta didik dan ketercapaian tujuan pembelajaran adalah dengan melihat perolehan hasil belajar. Hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang diperoleh berdasarkan proses selama pembelajaran hingga evaluasi/pengambilan nilai. Dengan lingkup materi yang terdiri dari teknik renang gaya dada, gaya bebas, dan gaya punggung diharapkan peserta didik minimal mampu melakukan pola gerakan lengan, tungkai atau bahkan pernafasan sebagaimana yang telah dipaparkan di atas. Untuk bisa melakukan teknik renang pada ketiga gaya tersebut, peserta didik terlebih dahulu harus menguasai teknik dasar berenang yang terdiri dari meluncur, mengapung, dan bernafas. Ketiga teknik dasar ini menjadi dasar utama sebelum mempelajari gaya renang yang lebih kompleks.

Pada pencapaian hasil belajar yang tinggi dapat dimaknai bahwa peserta didik mampu mengikuti pembelajaran renang dengan maksimal, ada kesungguhan dari dalam dirinya, dan tidak adanya intervensi yang berarti dari variabel pengganggu dalam pencapaian hasil belajar yang maksimal. Dalam pembelajaran renang, kecemasan dan motivasi merupakan dua hal yang saling berkaitan namun bertolak belakang. Kecemasan sangat mungkin muncul pada peserta didik yang tidak begitu menguasai keterampilan serta teknik berenang dan begitu pula bagi peserta didik yang memiliki pengalaman buruk atau kejadian traumatik dengan kolam renang/air. Ketika peserta didik memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi, kemungkinan besar motivasi yang dimilikinya dalam mengikuti pembelajaran renang akan rendah. Dengan begitu,

kecemasan yang ada pada peserta didik ketika mengikuti pembelajaran renang dapat memberikan dampak pada hasil belajar yang akan diperoleh nantinya.

Sementara itu, motivasi merupakan dorongan yang membuat seorang individu mau melakukan suatu usaha atau tindakan untuk mencapai tujuan yang ada. Dalam pembelajaran, seorang pendidik akan menetapkan apa yang hendak dicapai pada tujuan pembelajaran, disertai dengan indikator-indikator pencapaian kompetensi. Kemudian respon peserta didik terhadap tujuan tersebut dapat memberikan gambaran tentang motivasi yang dimiliki peserta didik dalam mengikuti pembelajaran renang. Semakin banyak motif yang melandasi pencapaian tujuan oleh peserta didik dalam pembelajaran renang, maka semakin kuat pula dorongan yang akan muncul, dan juga sebaliknya. Tingkat motivasi yang tinggi tentu akan menampakkan respon berupa sikap positif dan partisipasi aktif serta kesungguhan dari peserta didik dalam mengikuti pembelajaran, sehingga motivasi tersebut juga akan berdampak pada hasil belajar pembelajaran renang.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa apabila kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang itu rendah dan motivasinya pada pembelajaran renang itu tinggi maka hasil belajar pembelajaran renang yang diperolehnya juga akan semakin baik. Jadi dapat diartikan ada hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang. Namun pendapat tersebut belum diketahui akan kebenarannya. Maka dari itu penulis melakukan penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang.



Gambar 10. Kerangka Berfikir

#### D. Hipotesis

Dari kajian teori dan juga kerangka berfikir di atas, dapat dirumuskan pernyataan penelitian berupa:

1. Terdapat hubungan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.
2. Terdapat hubungan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.
3. Terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

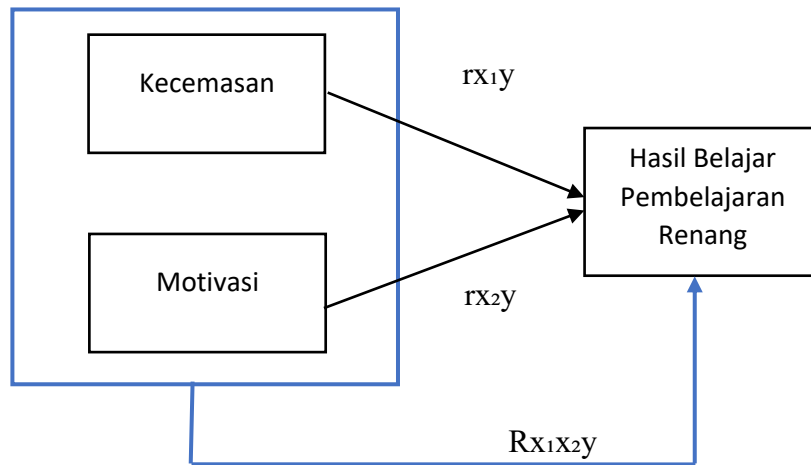
## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh penulis disini menggunakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan Kuantitatif menurut Sugiyono (2013: 8) adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Jenis penelitian yang penulis gunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian korelasional dimana penulis akan melihat hubungan antara variabel satu dengan variabel yang lain. Menurut Arikunto (2010: 247-248), penelitian korelasional (*Correlational Studies*) merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Karena berjenis korelasional, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen/bebas (X) dan variabel dependen/terikat (Y), dimana variabel tersebut terdiri dari variabel independen kecemasan (X1), motivasi (X2) dan untuk variabel dependen hasil belajar dalam pembelajaran renang (Y). Dari hasil analisis korelasi ini nantinya akan diperoleh koefisien korelasi yang menunjukkan besarnya hubungan antar variabel (Budiwanto, 2017: 62). Adapun bentuk desain pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 11. Desain Penelitian

**Keterangan**

$rx_{1y}$  : Koefisien korelasi antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang

$rx_{2y}$  : Koefisien korelasi antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang

$RX_{1X2y}$  : Koefisien korelasi antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang

Penelitian yang dilakukan oleh penulis dimaksudkan untuk mendapatkan serta menggali informasi yang mendalam terkait dengan hubungan yang ada antara kecemasan dan motivasi terhadap hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

**B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di salah satu sekolah menengah atas di Kabupaten Kulon Progo, lebih tepatnya di SMA N 1 Wates. Kemudian untuk pengambilan data dilakukan pada tanggal 1-22 Februari 2023.

### C. Populasi dan Sampel dalam Penelitian

#### 1) Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013: 80). Pada penelitian ini populasinya adalah peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates sejumlah 252 peserta didik.

#### 2) Sampel

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2013: 81). Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik *proportional random sampling*, dan untuk penentuan jumlah sampel minimal yang dalam penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumusan Slovin (dalam Riduwan, 2011: 65) sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{252}{1 + 252(0,05)^2}$$

$$n = \frac{252}{1 + 252(0,0025)}$$

$$n = \frac{252}{1 + 0,63}$$

$$n = \frac{252}{1,63} = 154,60 \text{ (sampel minimal)}$$

(dari jumlah sampel minimal diatas, kemudian diambil sebanyak 161 sampel)

Keterangan :

n: Besar sampel

N: Besar populasi

e: Toleransi penyimpangan

#### **D. Definisi Operasional**

Definisi operasional variabel penelitian menurut Sugiyono (2013: 38) adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari obyek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Definisi variabel-variabel penelitian harus dirumuskan untuk menghindari kesesatan dalam mengumpulkan data. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan dan motivasi peserta didik terhadap pembelajaran renang, sedangkan variabel terikatnya adalah hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang.

Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

##### 1. Kecemasan

Kecemasan merupakan perasaan tidak tenang, takut, khawatir, gelisah yang muncul pada diri seseorang sebagai respon terhadap lingkungan, situasi, atau suatu hal yang membuatnya merasa tidak aman, terancam, dan dalam bahaya. Kecemasan yang muncul pada peserta didik saat pembelajaran renang dapat disebabkan oleh berbagai macam hal, diantaranya seperti belum pernah atau jarang melakukan olahraga renang, takut tenggelam, memiliki pengalaman traumatik dengan kolam/air, merasa tidak aman, dan merasa tidak nyaman ketika di dalam air. Kecemasan ketika mengikuti

pembelajaran renang ini diukur berdasarkan hasil dari pengisian angket yang disusun oleh penulis dengan melihat melalui faktor fisiologis dan psikologis dari peserta didik.

## 2. Motivasi

Motivasi merupakan dorongan pada diri individu yang menjadi dasar dari suatu tindakan perilaku atau perbuatan sebagai tanggapan terhadap adanya tujuan, serta sebagai usaha dalam rangka pencapaian tujuan yang ada. Pada pembelajaran renang, tujuan yang hendak dicapai telah ditetapkan oleh pendidik dalam perencanaan pembelajaran yang kemudian akan disampaikan kepada peserta didik. Selain tujuan terkait pembelajaran, motif dari peserta didik dengan tujuan lain juga dapat menjadi tambahan dorongan yang menggerakkan peserta didik untuk mengikuti pembelajaran renang dengan maksimal seperti tujuan kesehatan, minat, penghargaan, dan hal lain baik yang berasal dari dalam diri ataupun luar diri peserta didik. Motif-motif yang melatarbelakangi pengambilan sikap atau respon terhadap tujuan dalam pembelajaran renang akan diukur melalui pengisian angket yang telah disusun oleh penulis dengan melihat faktor internal dan faktor eksternal pada peserta didik.

## 3. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan indikator untuk mengetahui seberapa besar materi yang disampaikan dapat dipahami dan dikuasai oleh peserta didik serta untuk mengetahui tingkat ketercapaian tujuan pembelajaran yang dilaksanakan. Hasil belajar peserta didik pada pembelajaran renang dapat diketahui dengan merujuk pada tujuan pembelajaran serta indikator pencapaian kompetensi yang digunakan untuk mengetahui tingkat penyerapan materi dan ketercapaian tujuan pembelajaran. Hasil

belajar dalam pembelajaran renang yang berupa catatan/dokumen nilai evaluasi renang inilah yang nantinya akan digunakan sebagai variabel terikat dalam penelitian ini.

## **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan oleh penulis adalah kuesioner. Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pernyataan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono 2013: 142). Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Kuisisioner yang digunakan oleh peneliti disini adalah kuisisioner dengan pertanyaan tertutup. Sugiyono (2013: 143) menjelaskan bahwa pertanyaan tertutup merupakan pertanyaan yang mengharapkan jawaban singkat atau mengharapkan responden dapat memilih salah satu jawaban yang dari setiap pertanyaan yang tersedia. Sementara itu untuk data berupa hasil belajar pembelajaran renang diperoleh penulis berdasarkan catatan nilai dari pendidik.

Kemudian untuk skala yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah skala likert. Sugiyono (2013: 93) menjelaskan bahwa skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial. Dengan skala likert, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel dimana nantinya akan digunakan sebagai patokan dalam menyusun instrumen pengumpulan data.

Skala likert yang digunakan oleh peneliti disini adalah modifikasi skala likert dengan empat tingkat skala. Modifikasi dilakukan untuk menjaring data penelitian

yang lebih akurat, karena adanya jawaban tengah (netral) dapat memunculkan kecenderungan pada diri sampel penelitian untuk memilih pilihan tengah tersebut. Dengan kata lain, peluang pilihan tengah untuk dipilih menjadi lebih besar dibandingkan respon positif dan negatif (Saifuddin, 2020: 74). Berikut ini untuk pemberian skor pada tiap-tiap pilihan jawaban:

**Tabel 1. Penskoran Angket**

PERNYATAAN	SKOR			
	SS	S	TS	STS
POSITIF	4	3	2	1
NEGATIF	1	2	3	4

## 2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen merupakan alat yang nantinya akan digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Arikunto (2013: 203) menyatakan instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga lebih mudah diolah. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam penyusunan instrumen ialah sebagai berikut:

### a. Mendefinisikan Konstruk

Langkah pertama yang dilakukan adalah mendefinisikan konstruk, yaitu membatasi variabel yang akan diukur. Pada penelitian ini, variabel pertama adalah kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang yang didefinisikan sebagai perasaan takut, khawatir, tidak tenang, dan berbagai perasaan lain yang muncul pada diri peserta didik ketika pembelajaran renang. Kemudian variabel kedua yaitu motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang yang didefinisikan sebagai landasan yang

menjadi dorongan pada diri peserta didik untuk melakukan usaha mengikuti pembelajaran renang semaksimal mungkin dalam rangka pencapaian tujuan yang ada.

b. Menyelidiki Faktor

Menyelidiki faktor merupakan tahapan kedua dimana pada tahapan ini variabel-variabel akan dijabarkan menjadi beberapa faktor yang akan diukur. Dalam penelitian ini, variabel yang akan diukur adalah kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang dan motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang. Variabel kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang akan diukur dengan berpatokan pada faktor fisiologis dan psikologis. Kemudian untuk variabel motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang akan diukur dengan berpatokan pada faktor internal dan faktor eksternal.

c. Menyusun Butir-butir Pertanyaan atau Pernyataan

Kemudian langkah ketiga adalah menyusun butir-butir pertanyaan atau pernyataan berdasarkan faktor yang menyusun konstruk. Sebelum peneliti menyusun butir-butir pertanyaan atau pernyataan, terlebih dahulu peneliti menyusun kisi-kisi dari masing-masing variabel.

Berikut ini merupakan kisi-kisi dari instrumen pengumpulan data yang penulis gunakan dalam uji coba instrumen untuk mengetahui validitas dan reliabilitas dari instrumen angket yang telah disusun sebelum digunakan pada penelitian yang sesungguhnya.

**1) Kisi-kisi Instrumen**

a) Kecemasan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 2. Kisi – kisi Instrumen Kecemasan**

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan		Jml
			Positif	Negatif	
Kecemasan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Renang	Faktor Fisiologis	Adanya gejala pada sistem saraf	1, 2, 3	4	4
		Adanya gejala pada sistem respirasi	5, 6, 7	8	4
		Adanya gejala pada sistem neuromuskular	9, 10	11	3
		Adanya gejala pada sistem kardiovaskuler	12, 13, 14	15	4
	Faktor Psikologis	Adanya perasaan takut	16, 17	18	3
		Adanya rasa tidak percaya diri	19, 20, 21	22	4
		Ketidakstabilan emosi	23, 24	25	3
		Adanya perasaan ingin menghindar	26, 27	28, 29	4
		Adanya gangguan fokus	30	31	2
		Adanya perasaan tidak aman	32	33	2
	<b>TOTAL</b>				

b) Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 3. Kisi – kisi Instrumen Motivasi**

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan		Jml
			Positif	Negatif	
Motivasi Peserta Didik	Faktor Internal	Senang dengan materi renang	1, 2	3, 4	4
		Keinginan untuk mengembangkan kemampuan diri	5, 6, 7	8	4
		Kesehatan	9, 10, 11	12	4
		Minat dan Bakat	13, 14, 15, 16		4

Dalam Pembelajaran Renang		Fisik dan Mental	17, 18, 19, 20		4
	Faktor Eksternal	Lingkungan yang mendukung	21, 22, 23	24, 25, 26	6
		Adanya penghargaan/ pengakuan	27, 28	29	3
		Proses Pembelajaran	30, 31, 32	33	4
<b>TOTAL</b>					33

## 2) Instrumen Uji Coba

- a) Kecemasan Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 4. Instrumen Uji Coba Angket Kecemasan**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Gejala Pada Sistem Saraf</b>					
1.	Saya merasakan pusing yang datang tiba-tiba ketika mengikuti pembelajaran renang tanpa disertai sebab yang jelas				
2.	Saya mengalami keringat dingin saat mengikuti pembelajaran renang tanpa sebab yang jelas				
3.	Saya merasa penglihatan menjadi berkunang-kunang ketika mengikuti pembelajaran renang				
4.	Saya tidak merasakan gangguan di area kepala ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Gejala Pada Sistem Respirasi</b>					
5.	Saya merasa sesak dalam bernafas ketika mengikuti pembelajaran renang				
6.	Saya merasa nafas menjadi cepat ketika mengikuti pembelajaran renang				
7.	Saya merasakan adanya tekanan pada bagian dada ketika mengikuti pembelajaran renang				
8.	Saya tidak merasa bahwa nafas menjadi dangkal/pendek ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>C. Gejala Pada Sistem Neuromuskular</b>					
9.	Tubuh saya menjadi lemas ketika mengikuti pembelajaran renang				

10.	Saya merasa gemetar pada bagian tubuh tertentu ketika mengikuti pembelajaran renang				
11.	Saya tidak merasakan gangguan pada anggota gerak ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>D. Gejala Pada Sistem Kardiovaskular</b>					
12.	Saya merasa jantung menjadi berdebar-debar ketika mengikuti pembelajaran renang				
13.	Denyut nadi saya menjadi tidak beraturan ketika mengikuti pembelajaran renang				
14.	Saya merasa seperti ingin pingsan ketika mengikuti pembelajaran renang				
15.	Saya merasa jantung berdenyut dengan normal ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>E. Perasaan Takut</b>					
16.	Saya memiliki pengalaman traumatis dengan kolam renang/air				
17.	Ada perasaan takut yang muncul dalam diri saya ketika melihat kolam renang/air yang dalam				
18.	Tidak ada perasaan takut dalam diri saya ketika harus masuk ke dalam kolam/air				
<b>F. Rasa Tidak Percaya Diri</b>					
19.	Ada perasaan tidak yakin pada diri saya sendiri ketika harus melakukan olahraga renang				
20.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga renang				
21.	Saya tidak yakin bahwa diri saya mampu menguasai teknik berenang				
22.	Tidak ada keraguan dalam diri saya ketika belajar teknik berenang				
<b>G. Ketidakstabilan Emosi</b>					
23.	Saya menjadi mudah tersinggung ketika mengikuti pembelajaran renang				
24.	Suasana hati saya menjadi mudah berubah karena hal-hal sepele				
25.	Saya tidak merasa kesulitan mengendalikan emosi saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>H. Perasaan Ingin Menghindar</b>					
26.	Ada keinginan dalam diri saya untuk tidak mengikuti pembelajaran renang				

27.	Saya berusaha mencari alasan untuk sengaja tidak mengikuti pembelajaran renang				
28.	Saya selalu berpartisipasi aktif dalam mengikuti pembelajaran renang				
29.	Tidak ada perasaan terpaksa atau terbebani dalam diri saya ketika harus mengikuti pembelajaran renang				
<b>I. Gangguan Fokus</b>					
30.	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika mengikuti pembelajaran renang				
31.	Saya mampu memahami materi yang disampaikan oleh guru dalam pembelajaran renang				
<b>J. Perasaan Tidak Aman</b>					
32.	Ada perasaan khawatir akan tenggelam dalam diri saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
33.	Adanya guru dan penjaga kolam membuat saya tidak khawatir ketika harus masuk ke dalam kolam				

b) Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 5. Instrumen Uji Coba Angket Motivasi**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Senang Dengan Materi Renang</b>					
1.	Materi tentang renang membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran PJOK				
2.	Saya meluangkan waktu diluar jam pelajaran PJOK untuk mempelajari tentang materi renang				
3.	Saya menjadi kurang bersemangat ketika materi yang dipelajari adalah renang				
4.	Materi renang termasuk sulit bagi saya, sehingga saya kurang tertarik dalam mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Keinginan Mengembangkan Diri</b>					
5.	Saya ingin bisa menguasai teknik dalam olahraga renang				
6.	Karena belum begitu menguasai teknik berenang, saya menjadi bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
7.	Pembelajaran renang menjadi sarana bagi saya untuk mengembangkan kemampuan berenang				

8.	Saya merasa kurang tertarik dengan olahraga renang sehingga tidak terlalu ingin mengembangkan kemampuan berenang				
<b>C. Kesehatan</b>					
9.	Saya memahami manfaat dari olahraga renang bagi kesehatan				
10.	Saya mengikuti pembelajaran renang untuk menyehatkan badan				
11.	Saya merasa lebih segar setelah mengikuti pembelajaran renang				
12.	Saya tidak merasakan efek dari pembelajaran renang pada kesehatan tubuh saya				
<b>D. Minat dan Bakat</b>					
13.	Saya memiliki minat pada olahraga renang				
14.	Saya ingin menekuni cabang olahraga renang				
15.	Saya merasa memiliki bakat dalam olahraga renang				
16.	Saya ingin mengembangkan bakat saya dalam olahraga renang				
<b>E. Fisik dan Mental</b>					
17.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena ingin memiliki postur tubuh yang ideal				
18.	Saya merasakan manfaat pada fisik saya setelah mengikuti pembelajaran renang				
19.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena fisik saya menjadi lebih rileks setelahnya				
20.	Saya merasa pikiran menjadi tenang setelah mengikuti pembelajaran renang				
<b>F. Lingkungan Yang Mendukung</b>					
21.	Jarak yang dekat antara sekolah dengan kolam renang membuat saya lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
22.	Fasilitas kolam renang yang baik membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran renang				
23.	Lingkungan sekitar kolam renang cukup kondusif sehingga mendukung pembelajaran renang yang dilaksanakan				

24.	Harga tiket masuk kolam renang bagi saya cukup mahal sehingga membuat saya kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
25.	Kondisi cuaca yang kurang mendukung membuat saya kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
26.	Saya merasa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena tidak memiliki peralatan renang yang mendukung				
<b>G. Penghargaan/Pengakuan</b>					
27.	Saya bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran renang karena ingin mendapatkan nilai yang baik				
28.	Saya berusaha untuk menguasai materi yang disampaikan dalam pembelajaran renang karena ingin menunjukkan kemampuan saya				
29.	Saya menjadi kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran renang jika tidak ada reward yang akan didapat				
<b>D. Proses Pembelajaran</b>					
30.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran renang karena guru sering memberikan pujian ketika gerakan yang dilakukan sudah benar				
31.	Saya menjadi bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena guru memberikan koreksi yang bersifat membangun ketika gerakan yang saya lakukan kurang tepat				
32.	Saya merasa bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena penyampaian materi dari guru mudah dipahami				
33.	Saya merasa kurang suka dengan pembelajaran renang karena harus mempersiapkan pakaian dan peralatan yang lebih banyak dibandingkan materi PJOK yang lain				

## F. Instrumen Penelitian

Dari uji coba instrumen yang telah dilaksanakan di SMA N 1 Pengasih pada 36 peserta didik, diperoleh hasil bahwasannya dari keseluruhan instrumen di atas terdapat beberapa poin pernyataan yang tidak valid sehingga untuk poin pernyataan

yang tidak valid tersebut tidak digunakan dalam pengambilan data penelitian. Adapun instrumen yang telah valid dan nantinya akan digunakan dalam pengambilan data adalah sebagai berikut:

a) Kecemasan Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 6. Instrumen Penelitian Angket Kecemasan**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Gejala Pada Sistem Saraf</b>					
1.	Saya merasakan pusing yang datang tiba-tiba ketika mengikuti pembelajaran renang tanpa disertai sebab yang jelas				
2.	Saya mengalami keringat dingin saat mengikuti pembelajaran renang tanpa sebab yang jelas				
3.	Saya merasa penglihatan menjadi berkunang-kunang ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Gejala Pada Sistem Respirasi</b>					
4.	Saya merasa sesak dalam bernafas ketika mengikuti pembelajaran renang				
5.	Saya merasa nafas menjadi cepat ketika mengikuti pembelajaran renang				
6.	Saya tidak merasa bahwa nafas menjadi dangkal/pendek ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>C. Gejala Pada Sistem Neuromuskular</b>					
7.	Tubuh saya menjadi lemas ketika mengikuti pembelajaran renang				
8.	Saya merasa gemetar pada bagian tubuh tertentu ketika mengikuti pembelajaran renang				
9.	Saya tidak merasakan gangguan pada anggota gerak ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>D. Gejala Pada Sistem Kardiovaskular</b>					
10.	Saya merasa jantung menjadi berdebar-debar ketika mengikuti pembelajaran renang				
11.	Denyut nadi saya menjadi tidak beraturan ketika mengikuti pembelajaran renang				
12.	Saya merasa seperti ingin pingsan ketika mengikuti pembelajaran renang				

13.	Saya merasa jantung berdenyut dengan normal ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>E. Perasaan Takut</b>					
14.	Saya memiliki pengalaman traumatis dengan kolam renang/air				
15.	Ada perasaan takut yang muncul dalam diri saya ketika melihat kolam renang/air yang dalam				
16.	Tidak ada perasaan takut dalam diri saya ketika harus masuk ke dalam kolam/air				
<b>F. Rasa Tidak Percaya Diri</b>					
17.	Ada perasaan tidak yakin pada diri saya sendiri ketika harus melakukan olahraga renang				
18.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga renang				
19.	Saya tidak yakin bahwa diri saya mampu menguasai teknik berenang				
20.	Tidak ada keraguan dalam diri saya ketika belajar teknik berenang				
<b>G. Ketidakstabilan Emosi</b>					
21.	Saya menjadi mudah tersinggung ketika mengikuti pembelajaran renang				
22.	Suasana hati saya menjadi mudah berubah karena hal-hal sepele				
23.	Saya tidak merasa kesulitan mengendalikan emosi saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>H. Perasaan Ingin Menghindar</b>					
24.	Ada keinginan dalam diri saya untuk tidak mengikuti pembelajaran renang				
25.	Saya berusaha mencari alasan untuk sengaja tidak mengikuti pembelajaran renang				
26.	Saya selalu berpartisipasi aktif dalam mengikuti pembelajaran renang				
27.	Tidak ada perasaan terpaksa atau terbebani dalam diri saya ketika harus mengikuti pembelajaran renang				
<b>I. Gangguan Fokus</b>					
28.	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika mengikuti pembelajaran renang				
29.	Saya mampu memahami materi yang disampaikan oleh guru dalam pembelajaran renang				

<b>J. Perasaan Tidak Aman</b>					
30.	Ada perasaan khawatir akan tenggelam dalam diri saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
31.	Adanya guru dan penjaga kolam membuat saya tidak khawatir ketika harus masuk ke dalam kolam				

b) Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

**Tabel 7. Instrumen Penelitian Angket Motivasi**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Senang Dengan Materi Renang</b>					
1.	Materi tentang renang membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran PJOK				
2.	Saya meluangkan waktu diluar jam pelajaran PJOK untuk mempelajari tentang materi renang				
3.	Saya menjadi kurang bersemangat ketika materi yang dipelajari adalah renang				
4.	Materi renang termasuk sulit bagi saya, sehingga saya kurang tertarik dalam mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Keinginan Mengembangkan Diri</b>					
5.	Saya ingin bisa menguasai teknik dalam olahraga renang				
6.	Karena belum begitu menguasai teknik berenang, saya menjadi bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
7.	Pembelajaran renang menjadi sarana bagi saya untuk mengembangkan kemampuan berenang				
8.	Saya merasa kurang tertarik dengan olahraga renang sehingga tidak terlalu ingin mengembangkan kemampuan berenang				
<b>C. Kesehatan</b>					
9.	Saya memahami manfaat dari olahraga renang bagi kesehatan				
10.	Saya merasa lebih segar setelah mengikuti pembelajaran renang				
<b>D. Minat dan Bakat</b>					
11.	Saya memiliki minat pada olahraga renang				
12.	Saya ingin menekuni cabang olahraga renang				

13.	Saya merasa memiliki bakat dalam olahraga renang				
14.	Saya ingin mengembangkan bakat saya dalam olahraga renang				
<b>E. Fisik dan Mental</b>					
15.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena ingin memiliki postur tubuh yang ideal				
16.	Saya merasakan manfaat pada fisik saya setelah mengikuti pembelajaran renang				
17.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena fisik saya menjadi lebih rileks setelahnya				
18.	Saya merasa pikiran menjadi tenang setelah mengikuti pembelajaran renang				
<b>F. Lingkungan Yang Mendukung</b>					
19.	Jarak yang dekat antara sekolah dengan kolam renang membuat saya lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
20.	Fasilitas kolam renang yang baik membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran renang				
21.	Lingkungan sekitar kolam renang cukup kondusif sehingga mendukung pembelajaran renang yang dilaksanakan				
22.	Harga tiket masuk kolam renang bagi saya cukup mahal sehingga membuat saya kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
23.	Saya merasa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena tidak memiliki peralatan renang yang mendukung				
<b>G. Penghargaan/Pengakuan</b>					
24.	Saya bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran renang karena ingin mendapatkan nilai yang baik				
25.	Saya berusaha untuk menguasai materi yang disampaikan dalam pembelajaran renang karena ingin menunjukkan kemampuan saya				
26.	Saya menjadi kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran renang jika tidak ada reward yang akan didapat				

<b>H. Proses Pembelajaran</b>					
27.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran renang karena guru sering memberikan pujian ketika gerakan yang dilakukan sudah benar				
28.	Saya merasa bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena penyampaian materi dari guru mudah dipahami				
29.	Saya merasa kurang suka dengan pembelajaran renang karena harus mempersiapkan pakaian dan peralatan yang lebih banyak dibandingkan materi PJOK yang lain				

#### c) Hasil Belajar Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui hasil belajar peserta didik kelas XI dalam pembelajaran renang di SMA N 1 Wates berdasarkan catatan nilai dari pendidik pada pelaksanaan pembelajaran renang. Seperti yang diungkapkan Sugiyono (2016: 476) dokumentasi adalah suatu cara yang digunakan untuk memperoleh data dan informasi dalam bentuk buku, arsip, dokumen, tulisan angka dan gambar yang berupa laporan serta keterangan yang dapat mendukung penelitian. Dengan demikian, instrumen pengumpulan data pada hasil belajar pembelajaran renang ini berupa dokumen.

### G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

#### 1. Validitas Instrumen

Dalam penelitian kuantitatif, kriteria utama terhadap data hasil penelitian adalah valid, reliabel dan obyektif. Instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2013: 121). Instrumen yang valid berarti instrumen yang telah dibuat tersebut layak untuk dijadikan alat untuk mengukur sesuatu yang akan diukur dalam penelitian.

Pengujian validitas dilakukan dengan rumus korelasi *Product Moment*. Apabila nilai  $r_{hitung}$  yang diperoleh lebih besar dari  $r_{tabel} = 0,329$  pada taraf signifikansi 5% atau 0,05 maka butir soal dinyatakan valid. Sebaliknya, jika  $r_{hitung}$  lebih kecil dari  $r_{tabel} = 0,329$  maka butir soal dinyatakan tidak valid. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 untuk menghitung validitas instrumen. Untuk rumus dari korelasi *Product Moment* adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

$R_{xy}$  = Koefisien Korelasi

$\sum X$  = Jumlah skor butir

$\sum Y$  = Jumlah skor total

$N$  = Jumlah sampel (Sugiyono, 2015: 356)

Adapun hasil uji validitas terhadap instrumen uji coba angket pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Variabel Kecemasan

Dari hasil uji validitas 33 butir pernyataan terdapat 31 butir soal yang valid dan 2 butir soal tidak valid. Berikut adalah rangkuman hasil uji validitas pada variabel kecemasan penelitian ini :

**Tabel 8. Uji Validitas Angket Kecemasan**

Variabel	Jumlah Soal	No. Soal Gugur	Nilai r hitung	Nilai r tabel	Valid
Kecemasan Pada Pembelajaran Renang	33	4	0,186	0,329	31
		7	0,245	0,329	

b. Variabel Motivasi

Dari hasil uji validitas 33 butir pernyataan terdapat 29 butir soal yang valid dan 4 butir soal tidak valid. Berikut adalah rangkuman hasil uji validitas pada variabel motivasi penelitian ini :

**Tabel 9. Uji Validitas Angket Motivasi**

Variabel	Jumlah Soal	No. Soal Gugur	Nilai r hitung	Nilai r tabel	Valid
Motivasi Pada Pembelajaran Renang	33	10	0,193	0,329	29
		12	0,216	0,329	
		25	0,180	0,329	
		31	0,259	0,329	

2. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas (*reliability*) menunjuk pada pengertian apakah sebuah instrumen dapat mengukur sesuatu yang diukur secara konsisten dari waktu ke waktu (Nurgiyantoro, 2012: 341). Pengujian reliabilitas pada penelitian ini menggunakan formula *Alpha Crombach* atau disebut juga dengan *Alpha Coeficient*. Rentangan nilai koefisien alpha berkisar antara 0 (tanpa reliabilitas) sampai dengan 1 (reliabilitas sempurna). Pada penelitian ini, peneliti juga menggunakan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 untuk menghitung reliabilitas dari instrumen. Untuk rumus dari *Alpha Crombach* ialah sebagai berikut :

$$r_{11} = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r^{11}$  = reliabilitas yang dicari

$n$  = jumlah item pertanyaan yang diuji

$\sum \sigma_t^2$  = jumlah varians skor tiap – tiap item

$\sigma_t^2$  = varians total

Para ahli Manning & Munro, Gregory, dan Nunally (dalam Budiastuti, 2018: 211) menentukan nilai koefisien alpha sebagai berikut:

0 = Tidak memiliki reliabilitas (*no reliability*)

> .70 = Reliabilitas yang dapat diterima (*acceptable reliability*)

> .80 = Reliabilitas yang baik (*good reliability*)

.90 = Reliabilitas yang sangat baik (*excellent reliability*)

1 = Reliabilitas sempurna (*perfect reliability*)

Adapun hasil uji reliabilitas terhadap instrumen uji coba angket pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

**Tabel 10. Uji Reliabilitas Instrumen Angket Penelitian**

Variabel	Reliabilitas
Kecemasan Pembelajaran Renang	0,942
Motivasi Pembelajaran Renang	0,952

## H. Teknik Analisis Data

### 1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif menurut Sugiyono (2013: 147) merupakan proses analisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Analisis ini dilakukan untuk menyajikan data dalam bentuk tabel ataupun diagram agar lebih mudah dipahami. Analisis deskriptif pada penelitian ini meliputi:

#### a. Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif digunakan untuk menyajikan data kuantitatif dengan tujuan mendapatkan gambaran dari data penelitian yang dikumpulkan. Adapun yang akan

dicari dalam statistik deskriptif pada penelitian ini meliputi mean, median, standar deviasi, varian, maksimum, dan minimum.

b. Kategorisasi

Azwar (2012: 107) mengemukakan bahwa tujuan dari kategorisasi adalah untuk menempatkan individu kedalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Dalam membuat kategorisasi ini diperlukan data berupa mean dan standar deviasi dimana keduanya akan digunakan untuk menentukan rentang nilai kategori yang dibuat.

Azwar (2016: 163) menyatakan untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN), data dibagi ke dalam 5 kategori dengan rumus sebagai berikut. Dalam penelitian ini rumus yang digunakan untuk membuat kategorisasi adalah sebagai berikut :

**Tabel 11. Rumus Kategorisasi Lima Jenjang**

<b>Kategori</b>	<b>Rumus</b>
Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$
Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$
Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$
Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$
Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$

Sumber : (Azwar, 2016)

**2. Uji Hipotesis**

a. Uji Korelasi

Uji korelasi digunakan untuk mengetahui hubungan yang ada antara variabel bebas terhadap variabel terikat. Pada penelitian ini data yang dikumpulkan berupa data ordinal dan data rasio sehingga untuk analisis statistik yang digunakan adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji korelasi Spearman. Korelasi Spearman akan

digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sugiyono (2013: 357) menjelaskan bahwa penentuan koefisien korelasi pada analisis korelasi Spearman menggunakan rumus :

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum bi^2}{n(n^2 - 1)}$$

Keterangan:

$\rho$  = Koefisien Korelasi Rank Spearman

$bi$  = Rangkaing Data Variabel  $Xi - Yi$

$n$  = Jumlah Responden

Pada penelitian ini uji korelasi dilakukan dengan bantuan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 dimana kriteria pengambila keputusan menurut Wiratna (2012: 57) sebagai berikut:

- 1) Jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Artinya tidak ada hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.
- 2) Jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen.

Adapun tingkat keeratan hubungan antar variabel dapat diketahui melalui hasil koefisien korelasi dan dicocokkan dengan tabel berikut:

**Tabel 12. Tingkat Keeratan Hubungan**

<b>Koefisien Korelasi</b>	<b>Tingkat Keeratan Hubungan</b>
0,00 – 0,199	Sangat Rendah
0,20 – 3,99	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber: (Sugiyono, 2016: 183)

b. Uji Konkordansi Kendall W

Analisis konkordansi Kendall W (*Kendall's W Test*) digunakan untuk melihat seberapa besar korelasi dua atau tiga variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependent yang ditunjukkan oleh nilai *Kendall's W* (Rihandoyo dalam Gusmania & Nuryuliana, 2016: 4). Uji konkordansi Kendall W dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *software* IBM SPSS Statistics versi 26 dimana dasar pengambilan keputusan yang digunakan ialah berdasarkan nilai *Asymp. Sig.* Jika nilai *Asymp. Sig.* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

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

##### **1. Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar peserta didik kelas XI dalam pembelajaran renang di SMA N 1 Wates tahun ajaran 2022/2023. Adapun data yang dikumpulkan berupa angket yang disebarluaskan melalui *google form* (link: <http://bit.ly/3HUntOe>) untuk mengukur tingkat kecemasan dan juga tingkat motivasi, serta data berupa hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang. Deskripsi dari data yang telah dikumpulkan tersebut lebih lanjut akan dipaparkan sebagai berikut :

##### **a. Angket Kecemasan**

Berdasarkan data yang diperoleh dari angket Kecemasan Peserta Didik terhadap Pembelajaran Renang yang terdiri dari 31 item pernyataan dengan jumlah responden sebanyak 161 peserta didik, diperoleh hasil statistik data penelitian yang dijabarkan pada tabel dibawah:

**Tabel 13. Hasil Statistik Variabel Kecemasan**

Statistik	
<i>N</i>	161
<i>Mean</i>	60,46
<i>Median</i>	62
<i>Mode</i>	66
<i>Standard Deviation</i>	13,87
<i>Minimum</i>	31
<i>Maximum</i>	93

Kemudian untuk penyusunan tabel distribusi frekuensi variabel kecemasan dilakukan dengan cara kategorisasi yang terdiri dari lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Adapun data yang digunakan dalam penyusunan tabel distribusi frekuensi adalah *Mean* (M) dan *Standar Deviation* (SD).

Tabel distribusi frekuensi untuk variabel kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang adalah sebagai berikut :

**Tabel 14. Perhitungan Skor Kategori Variabel Kecemasan**

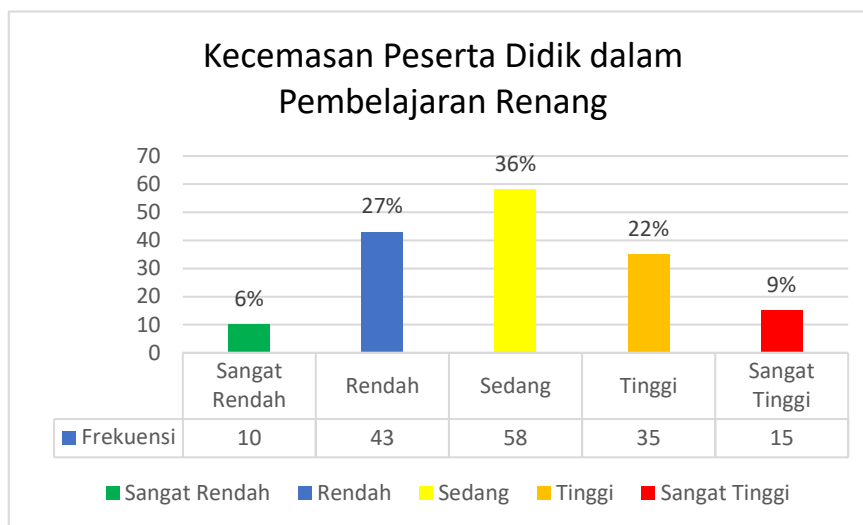
No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$> 81,27$
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$67,40 \leq X < 81,27$
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$53,53 \leq X < 67,40$
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$39,66 \leq X < 53,53$
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 39,66$

Dengan mengacu pada perhitungan skor kategori di atas, maka kemudian dapat dibuat tabel distribusi frekuensi untuk kategorisasi variabel kecemasan pada tabel dibawah :

**Tabel 15. Distribusi Frekuensi Variabel Kecemasan**

No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$> 81,27$	15	9%
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$67,40 \leq X < 81,27$	35	22%
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$53,53 \leq X < 67,40$	58	36%
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$39,66 \leq X < 53,53$	43	27%
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 39,66$	10	6%
Jumlah				161	100%

Dari tabel distribusi frekuensi variabel kecemasan yang telah disusun di atas, jika disajikan dalam bentuk lain yaitu diagram batang dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 12. Diagram Batang Variabel Kecemasan

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi variabel kecemasan (Tabel 15) dan gambar diagram batang (Gambar 12) menunjukkan bahwa tingkat kecemasan peserta didik terhadap pembelajaran renang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6% (10 peserta didik), “rendah” sebesar 27% (43 peserta didik), “sedang” sebesar 36% (58 peserta didik), “tinggi” sebesar 22% (35 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 9% (15 peserta didik). Berdasarkan hal tersebut, tingkat kecemasan peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates dalam pembelajaran renang mayoritas berada pada kategori sedang.

b. Angket Motivasi

Berdasarkan data yang diperoleh dari angket Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang yang terdiri dari 29 item pernyataan dengan jumlah responden sebanyak 161 peserta didik, diperoleh hasil statistik data penelitian yang dijabarkan pada tabel dibawah:

**Tabel 16. Hasil Statistik Variabel Motivasi**

Statistik	
<i>N</i>	161
<i>Mean</i>	81,86
<i>Median</i>	83
<i>Mode</i>	85
<i>Standard Deviation</i>	11,71
<i>Minimum</i>	54
<i>Maximum</i>	111

Kemudian untuk penyusunan tabel distribusi frekuensi variabel motivasi dilakukan dengan cara kategorisasi yang terdiri dari lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Adapun data yang akan digunakan dalam penyusunan tabel distribusi frekuensi adalah *Mean* (M) dan *Standar Deviation* (SD).

Tabel distribusi frekuensi untuk variabel motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang adalah sebagai berikut :

**Tabel 17. Perhitungan Skor Kategori Variabel Motivasi**

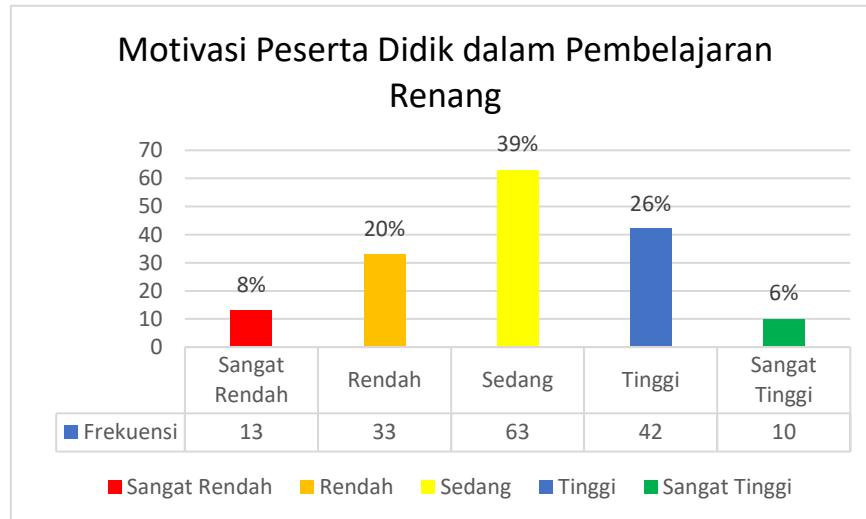
No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$> 99,42$
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$87,71 \leq X < 99,42$
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$76,00 \leq X < 87,71$
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$64,29 \leq X < 76,00$
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 64,29$

Dengan mengacu pada perhitungan skor kategori di atas, maka kemudian dapat dibuat tabel distribusi frekuensi untuk variabel motivasi pada tabel dibawah :

**Tabel 18. Distribusi Frekuensi Variabel Motivasi**

No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$> 99,42$	10	6%
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$87,71 \leq X < 99,42$	42	26%
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$76,00 \leq X < 87,71$	63	39%
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$64,29 \leq X < 76,00$	33	20%
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 64,29$	13	8%
Jumlah				161	100%

Dari tabel distribusi frekuensi variabel motivasi di atas, jika disajikan dalam bentuk diagram batang dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Variabel Motivasi

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi motivasi (Tabel 18) dan gambar diagram batang (Gambar 13) menunjukkan bahwa tingkat motivasi peserta didik dalam pembelajaran renang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8% (13 peserta didik), “rendah” sebesar 20% (33 peserta didik), “sedang” sebesar 39% (63 peserta didik), “tinggi” sebesar 26% (42 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 6% (10 peserta didik). Dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa tingkat motivasi peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates dalam pembelajaran renang mayoritas berada pada kategori sedang.

#### c. Hasil Belajar

Berdasarkan data nilai hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang yang diperoleh dari guru PJOK kelas XI di SMA N 1 Wates dengan jumlah sebanyak 161 peserta didik, diperoleh hasil statistik data penelitian yang dijabarkan pada tabel dibawah:

**Tabel 19. Hasil Statistik Variabel Hasil Belajar**

Statistik	
<i>N</i>	161
<i>Mean</i>	81,43
<i>Median</i>	80
<i>Mode</i>	78
<i>Standard Deviation</i>	4,38
<i>Minimum</i>	72
<i>Maximum</i>	95

Kemudian untuk penyusunan tabel distribusi frekuensi variabel hasil belajar dilakukan dengan cara kategorisasi yang terdiri dari lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Adapun data yang akan digunakan dalam penyusunan tabel distribusi frekuensi adalah *Mean* (M) dan *Standar Deviation* (SD).

Tabel distribusi frekuensi untuk variabel kecemasan peserta didik dalam pembelajaran renang adalah sebagai berikut :

**Tabel 20. Perhitungan Skor Kategori Variabel Hasil Belajar**

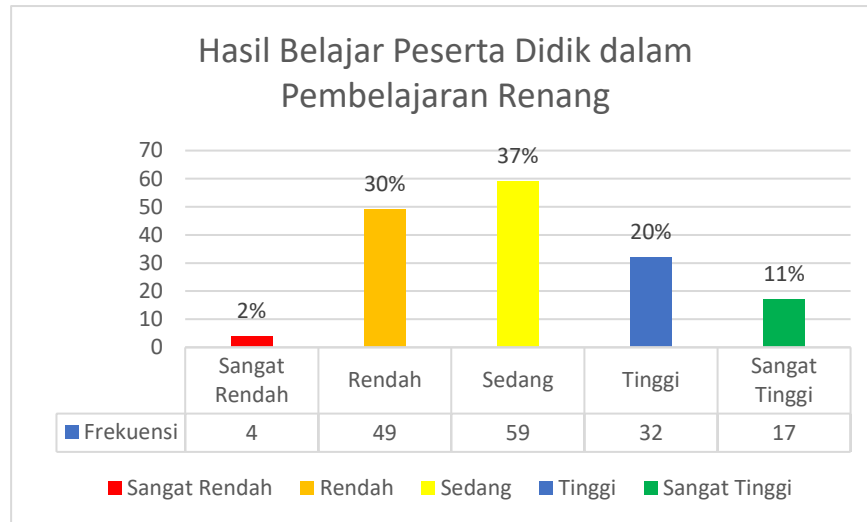
No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$\geq 88,00$
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$83,62 \leq X < 88,00$
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$79,24 \leq X < 83,62$
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$74,86 \leq X < 79,24$
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 74,86$

Dengan mengacu pada perhitungan skor kategori di atas, maka kemudian dapat dibuat tabel distribusi frekuensi untuk variabel hasil belajar pada tabel dibawah :

**Tabel 21. Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Belajar**

No	Kategori	Rumus	Hasil Hitung	Frekuensi	Presentase
1	Sangat Tinggi	$X \geq (M + 1,5.SD)$	$\geq 88,00$	17	11%
2	Tinggi	$(M + 0,5.SD) \leq X < (M + 1,5.SD)$	$83,62 \leq X < 88,00$	32	20%
3	Sedang	$(M - 0,5.SD) \leq X < (M + 0,5.SD)$	$79,24 \leq X < 83,62$	59	37%
4	Rendah	$(M - 1,5.SD) \leq X < (M - 0,5.SD)$	$74,86 \leq X < 79,24$	49	30%
5	Sangat Rendah	$X < (M - 1,5SD)$	$< 74,86$	4	2%
Jumlah				161	100%

Dari tabel distribusi frekuensi variabel hasil belajar di atas, jika disajikan dalam bentuk diagram batang dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 14. Diagram Batang Variabel Hasil Belajar

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi hasil belajar (Tabel 21) dan gambar diagram batang (Gambar 14) menunjukkan bahwa hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran renang berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 2% (4 peserta didik), “rendah” sebesar 30% (49 peserta didik), “sedang” sebesar 37% (59 peserta didik) “tinggi” sebesar 20% (32 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 11% (17 peserta didik). Berdasarkan hal tersebut, hasil belajar peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates dalam pembelajaran renang mayoritas berada pada kategori sedang.

## 2. Uji Hipotesis

Karena penelitian ini berjenis penelitian korelasional, maka uji hipotesis dilakukan melalui uji korelasi. Uji korelasi dimaksudkan untuk mencari tahu ada tidaknya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Dalam penelitian ini, dengan uji korelasi akan dicari tahu hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1

Wates. Uji korelasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi *Spearman's Rho* dan *Kendall's W Test* dengan taraf signifikansi 5%. Adapun dasar pengambilan keputusannya ialah jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka dapat dikatakan berkorelasi, sedangkan jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka tidak berkorelasi. Untuk pemaparan terkait uji korelasi akan dijabarkan sebagai berikut:

1) Uji Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama yang akan diuji adalah :

$H_{a1}$  : Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates.

$H_{01}$  : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates.

Kaidah atau acuan dalam pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan sebaliknya. Hasil uji hipotesis akan dijelaskan sebagai berikut :

**Tabel 22. Hasil Uji Hipotesis 1**

Variabel	Koefisien Korelasi	$\alpha$	Hasil Nilai Sig.	Keterangan
Kecemasan (X1) dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang (Y)	(-) 0,513	0,05	0,000	Negatif dan Signifikan

Berdasarkan hasil analisis diatas diketahui bahwasannya nilai signifikansi antara variabel Kecemasan (X1) dengan Hasil Belajar (Y) sebesar 0,000 dimana nilai tersebut  $< 0,05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$

diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Kecemasan dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang, dengan arah hubungan yang negatif dikarenakan pada hasil koefisien korelasi terdapat tanda negatif (-) dan untuk derajat hubungannya adalah sedang dikarenakan nilai koefisien korelasi 0,513 (terletak diantara 0,40 s/d 0,599).

## 2) Uji Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua yang akan diuji adalah :

$H_{a2}$  : Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates.

$H_{02}$  : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates.

Kaidah atau acuan dalam pengambilan keputusan adalah jika nilai nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan sebaliknya. Hasil uji hipotesis akan dijelaskan sebagai berikut :

**Tabel 23. Hasil Uji Hipotesis 2**

Variabel	Koefisien Korelasi	$\alpha$	Hasil Nilai Sig.	Keterangan
Motivasi (X2) dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang (Y)	0,479	0,05	0,000	Positif dan Signifikan

Dari hasil analisis diatas, diketahui bahwasannya nilai signifikansi antara variabel Motivasi (X2) dengan Hasil Belajar (Y) sebesar 0,000 dimana nilai tersebut  $< 0,05$ . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya

terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Motivasi dengan Hasil Belajar, dengan arah hubungan positif dan derajat hubungannya adalah sedang dikarenakan nilai koefisien korelasi 0,479 (terletak diantara 0,40 s/d 0,599).

### 3) Uji Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga yang akan diuji adalah :

$H_{a3}$  : Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

$H_{03}$  : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.

Pada uji hipotesis yang ketiga ini pengujian dilakukan dengan uji konkordansi Kendall W dengan acuan pengambilan keputusan berdasarkan nilai *Asymp. Sig.* Jika nilai *Asymp. Sig.* < 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berikut untuk hasil uji konkordansi Kendall W (*Kendall's W Test*):

**Tabel 24. Hasil Uji Hipotesis 3**

Test Statistics	
N	161
Kendall's W <sup>a</sup>	.369
Chi-Square	118.792
df	2
Asymp. Sig.	.000
a. Kendall's Coefficient of Concordance	

Dari tabel hasil analisis data di atas diperoleh nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,000. Karena nilai *Asymp. Sig.* 0,000 < 0,05 maka dapat ditarik kesimpulan bawah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya, Kecemasan dan Motivasi berkorelasi secara simultan dan signifikan dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang. Adapun besarnya

hubungan antara Kecemasan dan Motivasi (secara simultan) dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang sebesar 0,369 dimana hal ini menunjukkan hubungan yang rendah dikarenakan nilai koefisien Kendall W 0,369 (terletak diantara 0,20 s/d 0,399).

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai koefisien konkordansi Kendall W sebesar 0,369 yang apabila dikalikan 100% maka akan diperoleh nilai kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel X1 dan X2 terhadap Y sehingga  $0,369 \times 100\% = 36,9\%$ . Dari hasil ini kemudian dapat diartikan bahwa kontribusi atau sumbangan secara simultan variabel Kecemasan dan Motivasi terhadap Hasil Belajar Pembelajaran Renang sebesar 36,9% dan sisanya 63,1% merupakan variabel lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI di SMA N 1 Wates.. Berdasarkan pada analisis data yang telah dilakukan, maka selanjutnya akan dilakukan pembahasan terkait hasil penelitian yang akan dijabarkan sebagai berikut :

### 1) Hubungan Kecemasan dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik Kelas XI SMA N 1 Wates

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, diketahui bahwasannya nilai signifikansi antara variabel Kecemasan (X1) dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang (Y) sebesar 0,000 dimana nilai tersebut  $< 0,05$ . Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang. Adapun pada hasil output koefisien korelasi ditemukan tanda negatif (-) di depannya sehingga untuk arah hubungan yang terjadi

antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang adalah negatif. Artinya, semakin tinggi kecemasan pada diri peserta didik terhadap pembelajaran renang maka akan semakin rendah hasil belajar yang diperolehnya. Kemudian untuk derajat keeratan hubungan yang terjadi ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,513 dan nilai tersebut terletak diantara (0,40 s/d 0,599) yang dimaknai bahwa derajat hubungannya adalah sedang. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhada, dkk. (2019) dimana hasil pada penelitian tersebut menjelaskan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan keterampilan berenang. Keterampilan dalam berenang memiliki sumbangsih yang besar terhadap hasil belajar pembelajaran renang sehingga hasil penelitian Suhada, dkk yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan memiliki korelasi yang signifikan dengan keterampilan berenang juga dapat dikatakan memiliki korelasi dengan hasil belajar pada pembelajaran renang. Penelitian lain yang dilakukan oleh Chaerunisa (2013) juga menyatakan bahwa terdapat korelasi antara tingkat kecemasan peserta didik dengan hasil belajar renang.

Hasil dari pengujian hipotesis ini juga sesuai dengan kajian teori Semiun (2006: 321) yang menyatakan bahwa ketika seseorang mengalami kecemasan, maka akan menimbulkan dampak berupa simtom suasana hati, simtom kognitif, dan simtom motor. Dalam kasus ini ketika peserta didik mengalami kecemasan terhadap pembelajaran renang, hal tersebut akan menimbulkan dampak sebagaimana kajian teori dari Semiun (2006: 321) sehingga pada akhirnya mempengaruhi hasil belajarnya dalam pembelajaran renang. Sebagai suatu perasaan subyektif, kecemasan dapat disebabkan oleh berbagai macam hal sebagaimana pendapat dari Page (Rufaidah, 2009: 31) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan bisa

disebabkan oleh: 1.) Kelemahan fisik yang kemudian melemahkan kondisi mental individu, 2.) Pengalaman traumatis atau konflik yang pernah dialami oleh seorang individu akan memudahkan timbulnya kecemasan, dan 3.) Lingkungan awal yang kurang baik dimana sebagai faktor utama, lingkungan yang kurang baik tersebut dapat menghalangi pembentukan kepribadian sehingga muncul gejala-gejala kecemasan. Berbagai faktor tersebut dapat muncul pada diri peserta didik ketika mengikuti pembelajaran renang sehingga menimbulkan kecemasan dan pada akhirnya berdampak pada hasil belajar pembelajaran renang.

Dengan adanya hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang, dapat diartikan bahwa kecemasan termasuk dalam faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar pembelajaran renang.

## 2) Hubungan Motivasi dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik Kelas XI SMA N 1 Wates

Dari hasil analisis korelasi yang telah dilakukan, diketahui bahwasannya nilai signifikansi antara variabel Motivasi ( $X_2$ ) dengan Hasil Belajar ( $Y$ ) sebesar 0,000 dimana nilai tersebut  $< 0,05$ . Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang. Adapun untuk arah hubungan yang terjadi adalah positif, yang artinya semakin tinggi motivasi pada diri peserta didik terhadap pembelajaran renang maka akan semakin tinggi pula hasil belajar yang diperolehnya. Kemudian untuk tingkat keeratan hubungan yang terjadi ditunjukkan oleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,479 dan nilai tersebut terletak diantara (0,40 s/d 0,599) yang dimaknai bahwa derajat hubungannya adalah sedang. Hasil ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno Agus

Setiadhi (2013) dimana hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil evaluasi renang.

Sebagai suatu dorongan yang menggerakkan seorang individu untuk bertindak dan melakukan sesuatu, motivasi dipicu oleh berbagai macam hal, baik yang berasal dari dalam diri individu ataupun yang berasal dari luar diri individu. Hasil dari pengujian hipotesis ini juga selaras dengan teori hierarki kebutuhan dari Abraham Maslow yang memuat lima kebutuhan dalam memotivasi seseorang, mulai dari kebutuhan fisiologis, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan sosial, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Berdasarkan teori hierarki kebutuhan tersebut, ketika seorang peserta didik menemukan adanya kebutuhan yang ia perlukan dalam pembelajaran renang maka motif-motif akan terkumpul dan pada akhirnya menjadi sebuah motivasi untuk mencapai tujuan yang telah ia tetapkan, salah satunya ialah kebutuhan penghargaan yang bisa diperoleh melalui pencapaian hasil belajar yang tinggi pada pembelajaran renang.

Dengan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang, dapat diartikan bahwa motivasi termasuk dalam faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar pembelajaran renang.

### 3) Hubungan Kecemasan dan Motivasi dengan Hasil Belajar Pembelajaran Renang Peserta Didik Kelas XI SMA N 1 Wates

Hasil analisis korelasi variabel kecemasan dan motivasi (secara simultan) dengan hasil belajar pembelajaran renang menunjukkan bahwasannya nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,000. Karena nilai *Asymp. Sig.*  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat

hubungan yang signifikan antara kecemasan dan motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang. Adapun untuk arah hubungan yang terjadi adalah positif, artinya semakin rendah kecemasan dan semakin tinggi motivasi pada diri peserta didik dalam pembelajaran renang maka akan semakin tinggi hasil belajar yang diperolehnya. Kemudian derajat hubungan yang terjadi ditunjukkan oleh nilai koefisien konkordansi Kendall W sebesar 0,369 dan nilai tersebut terletak diantara (0,20 s/d 0,399) sehingga derajat hubungannya adalah rendah.

Kecemasan yang rendah pada diri peserta didik mengindikasikan peserta didik tersebut tidak terlalu terpengaruh oleh dampak dari kecemasan yang ia alami sehingga mampu mengikuti pembelajaran renang dengan optimal dan hasil belajar pembelajaran renang yang diperoleh juga akan semakin tinggi. Sementara itu jika motivasi pada diri peserta didik adalah tinggi, hal tersebut mengindikasikan semakin kuatnya dorongan dari motif-motif yang ada sehingga peserta didik bisa mengikuti pembelajaran renang dengan optimal dan hasil belajar yang diperoleh juga semakin tinggi.

Hasil belajar pembelajaran renang mencakup proses pembelajaran yang dilaksanakan hingga evaluasi/penilaian. Peningkatan hasil belajar dalam pembelajaran renang dapat diraih jika kecemasan pada diri peserta didik tersebut adalah rendah dan motivasi yang dimiliki oleh peserta didik adalah tinggi. Jika seorang peserta didik mampu mengatasi kecemasannya dan meningkatkan motivasinya dalam pembelajaran renang, maka hasil belajar yang diperoleh dalam pembelajaran renang akan semakin meningkat.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu :

- 1) Terdapat kemungkinan responden kurang bersungguh-sungguh dalam mengisi kuesioner kecemasan dalam pembelajaran renang ataupun motivasi dalam pembelajaran renang.
- 2) Terbatasnya variabel yang diteliti yaitu hanya pada kecemasan, motivasi, dan hasil belajar pembelajaran renang.
- 3) Terbatasnya waktu sehingga peneliti tidak mengontrol kondisi fisik dan psikis terlebih dahulu apakah responden dalam keadaan fisik yang baik atau tidak saat penilaian renang.
- 4) Kesadaran peneliti akan terbatasnya pengetahuan yang dimiliki sehingga masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi pengujian, dan pembahasan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan yang signifikan dan arah hubungan negatif antara kecemasan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates serta derajat hubungan yang sedang. Artinya semakin tinggi kecemasan, maka semakin rendah hasil belajar pembelajaran renang yang diperoleh.
2. Terdapat hubungan yang signifikan dan arah hubungan positif antara motivasi dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates serta derajat hubungan yang sedang. Artinya semakin tinggi motivasi, maka semakin tinggi pula hasil belajar pembelajaran renang yang diperoleh.
3. Terdapat hubungan yang signifikan dan arah hubungan positif antara kecemasan dan motivasi secara simultan dengan hasil belajar pembelajaran renang peserta didik kelas XI SMA N 1 Wates serta derajat hubungan yang rendah. Artinya semakin rendah kecemasan dan semakin tinggi motivasi, maka semakin tinggi hasil belajar pembelajaran renang yang diperoleh.

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

Berdasarkan kesimpulan di atas maka implikasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Kecemasan yang berpengaruh terhadap pembelajaran renang dapat disebabkan oleh berbagai macam hal dan faktor serta antara individu satu dengan lainnya

dapat berbeda – beda, sehingga dalam mengatasi kecemasan tersebut diperlukan usaha dari individu itu sendiri dan juga dari pendidik dalam rangka meningkatkan hasil belajar pada pembelajaran renang.

2. Motivasi yang berasal dari dalam ataupun dari luar diri peserta didik perlu diperhatikan dan ditingkatkan dalam rangka meningkatkan hasil belajar pembelajaran renang, dimana peserta didik dan juga pendidik sama – sama memegang peran didalamnya.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi peserta didik yang hasil belajar pembelajaran renangnya masih kurang atau rendah dapat ditingkatkan dengan cara lebih mengenali diri sendiri dan mencari tahu penyebab kecemasan yang dirasakan ketika mengikuti pembelajaran renang serta berusaha mengendalikan dan mengatasi kecemasan tersebut. Motif – motif pada pembelajaran renang juga perlu dikembangkan lagi sehingga mampu memunculkan dorongan yang kuat pada diri untuk bisa mengikuti pembelajaran renang dengan maksimal dan berusaha untuk mampu menguasai keterampilan berenang sehingga hasil belajar pembelajaran renang dapat lebih meningkat lagi.
2. Bagi pendidik untuk dapat lebih mengeksplor dan menggali lebih jauh terkait kecemasan yang dialami oleh peserta didiknya ketika pembelajaran renang sehingga kemudian dapat diberikan perlakuan pengajaran yang berbeda pada peserta didik yang mengalami kecemasan tersebut. Pemberian motivasi oleh pendidik juga perlu untuk ditekankan lagi seperti pemberian reward, kata – kata

pujian dan motivasi, serta pemilihan kata yang bersifat membangun ketika memberikan koreksi kepada peserta didik sehingga dorongan pada diri peserta didik dalam pembelajaran renang dapat lebih kuat lagi dan nantinya hasil belajar pembelajaran renang yang diperoleh dapat lebih meningkat lagi.

3. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi pada penelitian selanjutnya, dan dapat menggunakan variabel bebas lainnya yang mempengaruhi hasil belajar pada pembelajaran renang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusdwitanti, H., Tambunan, S. M., & Retraningsih. 2015. Kelekatan dan Intimasi pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi*, 8, 18-24.
- Arhesa, S. Sofyan, D. & Ramadhan, M.F. 2020. Identifikasi Faktor-Faktor Penghambat Belajar Renang. *Jurnal Research Physical Education and Sports*, 2, 57-62.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asrofi, M. 2008. Minat dan Motivasi dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 7, 11–21.
- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- \_\_\_\_\_. 2016. *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes dan Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Budiastuti, D. Bandur, A. 2018. *Validitas dan Reliabilitas Penelitian, Dilengkapi Analisis Dengan Nvivo, Spss, Dan Amos*. Bogor: Mitra Wacana Media.
- Chaerunisa, I. 2013. *Dampak Kecemasan Siswa Terhadap Hasil Belajar Renang*. Skripsi, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Dewi, F.N.R. 2021. Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *Journal of Guidance and Counseling*, 5, 46-62.
- Dimiyati & Mujiono. 2002. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Dirjen Perguruan Tinggi dan Depdikbud.
- Erlangga, T. 2010. *Rangkuman Pengetahuan Penjas-orkes*. Solo: Bringin.
- Faridah, E. 2016. Mengajar Pendidikan Jasmani Melalui Permainan “Ide Kreatif Mengoptimalkan Aspek Pedagogis”. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 15, 38-53.
- Ghozali, I. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25 (Ed. 9)*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gusmania, Y., Nuryuliana, E. 2016. Hubungan Kepercayaan Diri dan Partisipasi Aktif Siswa Terhadap Nilai Try Out Ujian Nasional Matematika Tingkat Diknas Kota Batam Siswa Kelas IX SMP Baptis Batam. *Jurnal PHYTAGORAS*, 5, 1-5.
- Haller, D. 2007. *Belajar Berenang*. Bandung: Pionir Jaya.
- Hamalik, O. 2004. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Husdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Alfabeta: Bandung.

- Kumbara, H. Metra, Y. & Ilham, Z. 2018. Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17, 28 – 35.
- Kurniawati, U.M., Maemonah. 2021. Analisis Hierarki Kebutuhan Maslow dalam Pembelajaran Daring Anak Usia Dasar: Analisis Jurnal Sinta 2 sampai 6. *AULADUNA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 8, 51-65.
- Lanani, K. 2014. Menurunkan Kecemasan dan Perilaku Menolak Bantuan Pada Siswa Dalam Pembelajaran Matematika Suatu Pendekatan Cooperatif Learning. *Pasundan Journal of Mathematics Education (PJME)*, 1, 37-42.
- Lestari, A., Suryadi, A., & Ismail, A. 2020. Pengaruh Media Pembelajaran Berbasis Komputer Dengan Model Tutorial Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran TIK. *Jurnal PETIK*, 6, 18-26.
- Lubis, N.L. 2009. Depresi: Tinjauan Psikologis. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Masdudi. 2015. Aplikasi Psikologi Perkembangan Dalam Perilaku Sosial Individu. Cirebon: Eduvision.
- Meiyanti, N.R., Sarjana, W., & Hadiati, T. 2019. Perbedaan Tingkat Kecemasan dan Insomnia antara Tahanan dan Narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Wanita Semarang. Skripsi, Universitas Diponegoro.
- Meriyati. 2015. Memahami Karakteristik Anak Didik. Bandar Lampung: Fakta Press IAIN Raden Intan Lampung.
- Muhajir. 2004. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Erlangga.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., Greene, B. 2005. Pengantar Psikologi Abnormal (Terjemahan Tim Psikologi UI, Trans.). Jakarta: UI Press.
- Nurgiyantoro, B. 2012. Statistika Terapan untuk Penilaian Ilmu-ilmu Sosial. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Putro. K.Z. 2017. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. Aplikasi: *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17, 25-32.
- Riduwan. 2011. Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Muda. Bandung: Alfabeta.
- Rochman, K.L. 2010. Kesehatan Mental. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Rosdiani, D. 2015. Kurikulum Pendidikan Penjas. Bandung: Alfabeta.
- Rufaidah, E.R. 2009. Efektifitas Terapi Kognitif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Penderita Asma di Surakarta. Tesis, Universitas Gadjah Mada.
- Saifuddin, A. 2020. Penyusunan Skala Psikologi. Jakarta: Kencana.

- Saleh, A.A. 2018. Pengantar Psikologi. Makassar: Penerbit Aksara Timur.
- Samsudin. 2008. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs. Jakarta: Litera.
- Santoso, S. 2003. Manajemen Sumber Daya Manusia di Rumah Sakit; Suatu Pendekatan Sistem. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Saputra, P.R. 2014. Kecemasan Matematika dan Cara Mengurangnya (Mathematic Anxiety and How To Reduce It). *Jurnal PHYTAGORAS*, 3, 75-84.
- Sardiman, A.M. 2016. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Semiun, Y. 2006. Kesehatan Mental 2. Yogyakarta: Kanisius.
- Setiadhi, S.A. 2013. Hubungan Motivasi Interinsik dan Eksterinsik Dengan Hasil Renang Siswa SMK Swadhipa Natar. *Jurnal Physical Education (JUPE)*, 1, 1-11.
- Siagian, S.P. 2012. Fungsi-Fungsi Manajerial. Jakarta: Bumi Aksara.
- Slameto. 2010. Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta.
- Soeroso, S. 2003. Manajemen Sumber Daya Manusia di Rumah Sakit; Suatu Pendekatan Sistem. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Subagyo. 2017. Pendidikan Olahraga Renang Dalam Perspektif Aksiologi. Yogyakarta: LPPM UNY.
- Subagyo. 2018. Belajar Berenang Bagi Pemula. Yogyakarta: LPPM UNY.
- Sudjana, N. 2010. Proses dan Hasil Belajar. Jakarta : Bumi Aksara.
- \_\_\_\_\_. 2017. Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2015. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2015. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2016. Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suhada., Ishak, M., & Hermawa, A.F. 2019. Hubungan Kecemasan Terhadap Keterampilan Renang Gaya Dada pada Siswa Ekstrakurikuler di SMP Gemilang Mutafannin. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 2, 62-68.
- Sujarweni, V.W. 2012. SPSS Untuk Paramedis. Yogyakarta: Gava Media.


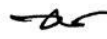

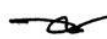

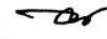
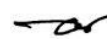

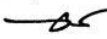
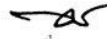


- Sukintaka, 2001. *Administrasi Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Supriyanto, A. 2012. Penggunaan Metode Hypnoterapi Untuk Meningkatkan Konsentrasi Saat Start Dalam Renang. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 8, 3-4.
- \_\_\_\_\_. 2013. *Pedoman Identifikasi Pemanduan Bakat Istimewa*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY Yogyakarta.
- Susanto, A. 2015. *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar Jakarta*: Prenada Media Group.
- Suwatno. 2011. *Manajemen SDM dalam Organisasi Publik dan Bisnis*. Bandung: Alfabeta.
- Syafitri, A. 2015. Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Jurnal Psikosains*, 10, 25–43.
- Taufan, A. 2017. *Pengaruh Terapi Doa Terhadap Skala Kecemasan Pasien Pre Operasi Di Ruang Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. M. Ashari Pematang*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang.
- Uno, H.B. 2013. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Usman, H. 2009. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wiryawan, A.S., dkk. 2007. *Strategi Pembelajaran di SD*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Yusuf, S. 2009. *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press.

# **LAMPIRAN**


Lampiran 1. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Arfan Julistya Hadi  
 NIM : 19601241072  
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
 Pembimbing : Dr. Komarudin, M.A.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1	27-12-2022	Bab I (Latar belakang masalah, rumusan masalah)	
2	5-1-2023	Tata tulis sesuai pedoman TAS	
3	11-1-2023	Bab I (Keseluruhan)	
4	20-1-2023	- Bab II (Kajian pustaka, penelitian yang relevan) - Mempersiapkan instrumen penelitian	
5	26-1-2023	Bab III (Metode penelitian)	
6	3-2-2023	Konsultasi bab III dan instrumen penelitian	
7	9-2-2023	Bab IV (pengolahan dan analisis data)	
8	17-2-2023	Konsultasi hasil dan pembahasan bab IV	
9	23-2-2023	- Revisi bab IV - Konsultasi bab V	
10	3-3-2023	Bimbingan kembali bab I - bab V	
11	9-3-2023	Revisi tata tulis	
12	13/3-2023	Aec upa	

Ketua Jurusan POR,

  
 Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.  
 NIP. 19770218 200801 1 002



Lampiran 2. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN

about:blank



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

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 : B/334/UN34.16/LT/2023

19 Januari 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth . **Kepala SMA Negeri 1 Pengasih  
Jl. KRT Kertodiningrat, Gn. Gondang, Margosari, Kec. Pengasih, Kabupaten Kulon Progo,  
Daerah Istimewa Yogyakarta**

Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:

Nama : Arfan Julistya Hadi  
NIM : 19601241072  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI TERHADAP  
HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN  
RENANG DI SMA N 1 WATES  
Waktu Uji Instrumen : 20 - 27 Januari 2023

bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



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

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](mailto:humas_fik@uny.ac.id)

Nomor : B/1193/UN34.16/PT.01.04/2023

19 Januari 2023

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala SMA Negeri 1 Wates  
Jl. Terbahsari Nomor 1, Terbah, Wates, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta

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

Nama : Arfan Julistya Hadi  
NIM : 19601241072  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI TERHADAP  
HASIL BELAJAR PESERTA DIDIK DALAM PEMBELAJARAN  
RENANG DI SMA N 1 WATES  
Waktu Penelitian : 1 - 28 Februari 2023

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,  
Mahasiswa dan Alumni,

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

Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



Lampiran 5. Kisi – kisi Instrumen Penelitian

1) Kecemasan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Renang

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan		Jml	
			Positif	Negatif		
Kecemasan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Renang	Faktor Fisiologis	Adanya gejala pada sistem saraf	1, 2, 3	4	4	
		Adanya gejala pada sistem respirasi	5, 6, 7	8	4	
		Adanya gejala pada sistem neuromuskular	9, 10	11	3	
		Adanya gejala pada sistem kardiovaskuler	12, 13, 14	15	4	
	Faktor Psikologis	Adanya perasaan takut	16, 17	18	3	
		Adanya rasa tidak percaya diri	19, 20, 21	22	4	
		Ketidakstabilan emosi	23, 24	25	3	
		Adanya perasaan ingin menghindar	26, 27	28, 29	4	
		Adanya gangguan fokus	30	31	2	
		Adanya perasaan tidak aman	32	33	2	
	<b>TOTAL</b>					33

2) Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pertanyaan		Jml
			Positif	Negatif	
Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran Renang	Faktor Internal	Senang dengan materi renang	1, 2	3, 4	4
		Keinginan untuk mengembangkan kemampuan diri	5, 6, 7	8	4
		Kesehatan	9, 10, 11	12	4
		Minat dan Bakat	13, 14, 15, 16		4

		Fisik dan Mental	17, 18, 19, 20		4
	Faktor Eksternal	Lingkungan yang mendukung	21, 22, 23	24, 25, 26	6
		Adanya penghargaan/ pengakuan	27, 28	29	3
		Proses Pembelajaran	30, 31, 32	33	4
	<b>TOTAL</b>				33

Lampiran 6. Hasil Uji Validitas

• Instrumen Kecemasan

Pernyataan	r hitung	r tabel 5%	Hasil	Keterangan
1	.808**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
2	.815**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
3	.575**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
4	0,186	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
5	.539**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
6	.452**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
7	0,245	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
8	.482**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
9	.555**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
10	.363*	0,329	r hitung > r tabel	Valid
11	.459**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
12	.451**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
13	.660**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
14	.626**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
15	.446**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
16	.772**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
17	.804**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
18	.647**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
19	.650**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
20	.618**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
21	.492**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
22	.658**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
23	.644**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
24	.548**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
25	.432**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
26	.831**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
27	.770**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
28	.675**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
29	.850**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
30	.613**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
31	.512**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
32	.598**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
33	.569**	0,329	r hitung > r tabel	Valid

- **Instrumen Motivasi**

Pernyataan	r hitung	r tabel 5%	Hasil	Keterangan
1	.791**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
2	.609**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
3	.709**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
4	.728**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
5	.732**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
6	.814**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
7	.842**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
8	.793**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
9	.556**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
10	0,193	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
11	.641**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
12	0,216	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
13	.757**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
14	.764**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
15	.541**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
16	.757**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
17	.809**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
18	.825**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
19	.553**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
20	.803**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
21	.743**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
22	.644**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
23	.581**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
24	.491**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
25	0,180	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
26	.417*	0,329	r hitung > r tabel	Valid
27	.358*	0,329	r hitung > r tabel	Valid
28	.594**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
29	.522**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
30	.402*	0,329	r hitung > r tabel	Valid
31	0,259	0,329	r hitung < r tabel	Tidak Valid
32	.621**	0,329	r hitung > r tabel	Valid
33	.536**	0,329	r hitung > r tabel	Valid

Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas

- **Instrumen Kecemasan**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.942	31

- **Instrumen Motivasi**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.952	29

## Lampiran 8. Instrumen Penelitian

### INSTRUMEN ANGKET PENELITIAN

#### A. Petunjuk Pengisian

1. Isikan identitas pada kolom yang telah disediakan.
2. Bacalah setiap butir pernyataan dengan cermat.
3. Berilah tanda centang (√) pada salah satu pernyataan yang paling sesuai dengan kondisi/keadaan yang sesungguhnya.
4. Contoh :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa jantung menjadi berdebar – debar ketika mengikuti pembelajaran renang			√	

#### Keterangan :

- SS : Jika Anda **Sangat Setuju** dengan pernyataan  
S : Jika Anda **Setuju** dengan pernyataan  
TS : Jika Anda **Tidak Setuju** dengan pernyataan  
STS : Jika Anda **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan

#### B. Identitas Responden

- Nama :  
Kelas :  
No. Presensi :

**C. Butir Pernyataan Kecemasan Peserta Didi dalam Pembelajaran Renang**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Gejala Pada Sistem Saraf</b>					
1.	Saya merasakan pusing yang datang tiba-tiba ketika mengikuti pembelajaran renang tanpa disertai sebab yang jelas				
2.	Saya mengalami keringat dingin saat mengikuti pembelajaran renang tanpa sebab yang jelas				
3.	Saya merasa penglihatan menjadi berkunang-kunang ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Gejala Pada Sistem Respirasi</b>					
4.	Saya merasa sesak dalam bernafas ketika mengikuti pembelajaran renang				
5.	Saya merasa nafas menjadi cepat ketika mengikuti pembelajaran renang				
6.	Saya tidak merasa bahwa nafas menjadi dangkal/pendek ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>C. Gejala Pada Sistem Neuromuskular</b>					
7.	Tubuh saya menjadi lemas ketika mengikuti pembelajaran renang				
8.	Saya merasa gemetar pada bagian tubuh tertentu ketika mengikuti pembelajaran renang				
9.	Saya tidak merasakan gangguan pada anggota gerak ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>D. Gejala Pada Sistem Kardiovaskular</b>					
10.	Saya merasa jantung menjadi berdebar-debar ketika mengikuti pembelajaran renang				
11.	Denyut nadi saya menjadi tidak beraturan ketika mengikuti pembelajaran renang				
12.	Saya merasa seperti ingin pingsan ketika mengikuti pembelajaran renang				
13.	Saya merasa jantung berdenyut dengan normal ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>E. Perasaan Takut</b>					
14.	Saya memiliki pengalaman traumatis dengan kolam renang/air				
15.	Ada perasaan takut yang muncul dalam diri saya ketika melihat kolam renang/air yang dalam				

16.	Tidak ada perasaan takut dalam diri saya ketika harus masuk ke dalam kolam/air				
<b>F. Rasa Tidak Percaya Diri</b>					
17.	Ada perasaan tidak yakin pada diri saya sendiri ketika harus melakukan olahraga renang				
18.	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk melakukan olahraga renang				
19.	Saya tidak yakin bahwa diri saya mampu menguasai teknik berenang				
20.	Tidak ada keraguan dalam diri saya ketika belajar teknik berenang				
<b>G. Ketidakstabilan Emosi</b>					
21.	Saya menjadi mudah tersinggung ketika mengikuti pembelajaran renang				
22.	Suasana hati saya menjadi mudah berubah karena hal-hal sepele				
23.	Saya tidak merasa kesulitan mengendalikan emosi saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
<b>H. Perasaan Ingin Menghindar</b>					
24.	Ada keinginan dalam diri saya untuk tidak mengikuti pembelajaran renang				
25.	Saya berusaha mencari alasan untuk sengaja tidak mengikuti pembelajaran renang				
26.	Saya selalu berpartisipasi aktif dalam mengikuti pembelajaran renang				
27.	Tidak ada perasaan terpaksa atau terbebani dalam diri saya ketika harus mengikuti pembelajaran renang				
<b>I. Gangguan Fokus</b>					
28.	Saya merasa sulit berkonsentrasi ketika mengikuti pembelajaran renang				
29.	Saya mampu memahami materi yang disampaikan oleh guru dalam pembelajaran renang				
<b>J. Perasaan Tidak Aman</b>					
30.	Ada perasaan khawatir akan tenggelam dalam diri saya ketika mengikuti pembelajaran renang				
31.	Adanya guru dan penjaga kolam membuat saya tidak khawatir ketika harus masuk ke dalam kolam				

#### D. Butir Pernyataan Motivasi Peserta Didik dalam Pembelajaran Renang

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
<b>A. Senang Dengan Materi Renang</b>					
1.	Materi tentang renang membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran PJOK				
2.	Saya meluangkan waktu diluar jam pelajaran PJOK untuk mempelajari tentang materi renang				
3.	Saya menjadi kurang bersemangat ketika materi yang dipelajari adalah renang				
4.	Materi renang termasuk sulit bagi saya, sehingga saya kurang tertarik dalam mengikuti pembelajaran renang				
<b>B. Keinginan Mengembangkan Diri</b>					
5.	Saya ingin bisa menguasai teknik dalam olahraga renang				
6.	Karena belum begitu menguasai teknik berenang, saya menjadi bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
7.	Pembelajaran renang menjadi sarana bagi saya untuk mengembangkan kemampuan berenang				
8.	Saya merasa kurang tertarik dengan olahraga renang sehingga tidak terlalu ingin mengembangkan kemampuan berenang				
<b>C. Kesehatan</b>					
9.	Saya memahami manfaat dari olahraga renang bagi kesehatan				
10.	Saya merasa lebih segar setelah mengikuti pembelajaran renang				
<b>D. Minat dan Bakat</b>					
11.	Saya memiliki minat pada olahraga renang				
12.	Saya ingin menekuni cabang olahraga renang				
13.	Saya merasa memiliki bakat dalam olahraga renang				
14.	Saya ingin mengembangkan bakat saya dalam olahraga renang				
<b>E. Fisik dan Mental</b>					
15.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena ingin memiliki postur tubuh yang ideal				
16.	Saya merasakan manfaat pada fisik saya setelah mengikuti pembelajaran renang				

17.	Saya mengikuti pembelajaran renang karena fisik saya menjadi lebih rileks setelahnya				
18.	Saya merasa pikiran menjadi tenang setelah mengikuti pembelajaran renang				
<b>F. Lingkungan Yang Mendukung</b>					
19.	Jarak yang dekat antara sekolah dengan kolam renang membuat saya lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
20.	Fasilitas kolam renang yang baik membuat saya tertarik untuk mengikuti pembelajaran renang				
21.	Lingkungan sekitar kolam renang cukup kondusif sehingga mendukung pembelajaran renang yang dilaksanakan				
22.	Harga tiket masuk kolam renang bagi saya cukup mahal sehingga membuat saya kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang				
23.	Saya merasa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena tidak memiliki peralatan renang yang mendukung				
<b>G. Penghargaan/Pengakuan</b>					
24.	Saya bersungguh - sungguh dalam mengikuti pembelajaran renang karena ingin mendapatkan nilai yang baik				
25.	Saya berusaha untuk menguasai materi yang disampaikan dalam pembelajaran renang karena ingin menunjukkan kemampuan saya				
26.	Saya menjadi kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran renang jika tidak ada reward yang akan didapat				
<b>H. Proses Pembelajaran</b>					
27.	Saya merasa senang mengikuti pembelajaran renang karena guru sering memberikan pujian ketika gerakan yang dilakukan sudah benar				
28.	Saya merasa bersemangat dalam mengikuti pembelajaran renang karena penyampaian materi dari guru mudah dipahami				
29.	Saya merasa kurang suka dengan pembelajaran renang karena harus mempersiapkan pakaian dan peralatan yang lebih banyak dibandingkan materi PJOK yang lain				

Lampiran 9. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 1

**Correlations**

			Hasil Belajar	Kecemasan
Spearman's rho	Hasil Belajar	Correlation Coefficient	1.000	-.513**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	161	161
	Kecemasan	Correlation Coefficient	-.513**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	161	161

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

Lampiran 10. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 2

**Correlations**

			Hasil Belajar	Motivasi
Spearman's rho	Hasil Belajar	Correlation Coefficient	1.000	.479**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	161	161
	Motivasi	Correlation Coefficient	.479**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	161	161

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

Lampiran 11. Hasil Uji Korelasi Hipotesis 3

Ranks	
	Mean Rank
Kecemasan	1.30
Motivasi	2.31
Hasil Belajar	2.39

Test Statistics	
N	161
Kendall's W <sup>a</sup>	.369
Chi-Square	118.792
df	2
Asymp. Sig.	.000
a. Kendall's Coefficient of Concordance	

Lampiran 12. Tabel Data Hasil Penelitian

Tabel Hasil Kuesioner Kecemasan

No	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	TTL
1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	57		
2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71	
3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	71		
5	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	66		
6	1	1	1	1	3	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	47			
7	2	2	2	1	3	3	1	1	4	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	53		
8	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66		
9	2	1	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	4	2	1	2	1	1	1	1	46				
10	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	54			
11	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	68			
12	1	2	1	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	2	4	4	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	80				
13	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	59			
14	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66		
15	2	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	59			
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	34			
17	1	1	1	1	2	3	1	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	66				
18	1	1	1	1	1	4	1	3	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	42				
19	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	56				
20	1	2	2	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	3	1	62						
21	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	3	71						
22	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	63				
23	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	70						
24	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60				
25	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	4	41						
26	1	1	1	1	1	4	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	44					
27	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	45						
28	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	1	3	4	1	1	1	1	2	2	1	1	44							

29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	68
30	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	82
31	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	51	
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	41	
33	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	1	2	1	3	1	42		
34	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	49	
35	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	63	
36	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	4	1	1	1	1	2	2	1	4	48	
37	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	72	
38	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	3	2	3	2	62	
39	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	74	
40	2	2	2	2	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	4	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	76
41	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	47	
42	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	3	4	3	4	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	82
43	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	59
44	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	40
45	1	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	84	
46	1	1	1	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	3	4	3	2	3	1	2	1	1	1	3	1	2	2	3	3	61	
47	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	49
48	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	50
49	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	37
50	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	46
51	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	1	66	
52	1	1	1	3	3	4	2	4	1	2	2	2	1	2	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	2	4	4	4	4	3	84
53	1	1	2	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	58
54	1	1	1	1	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	3	4	1	65
55	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	69
56	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	70
57	1	1	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	57
58	1	1	1	3	3	4	1	1	2	3	1	1	4	1	1	1	3	3	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	3	1	2	57	
59	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	70	
60	3	2	3	3	4	2	4	2	3	3	3	2	3	1	1	1	3	4	3	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	1	1	74	
61	2	1	1	1	3	3	1	1	2	3	2	2	3	1	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60
62	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	3	1	2	3	1	1	1	1	2	2	1	1	50	

63	1	1	1	1	3	3	2	3	3	1	1	1	1	4	2	1	1	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	3	1	72
64	4	2	4	4	2	2	4	1	1	3	2	4	3	3	3	4	3	2	2	2	4	4	3	4	2	4	3	4	2	4	4	93	
65	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	71		
66	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	67		
67	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	44	
68	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	62	
69	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	40
70	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	3	1	45
71	1	1	1	3	2	2	2	1	3	4	3	1	4	3	3	3	4	3	4	3	1	1	2	3	2	3	2	3	2	4	1	75	
72	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	2	2	3	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	1	44	
73	1	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	1	2	2	2	2	4	3	69	
74	1	1	1	2	3	3	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	1	63	
75	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	75	
76	1	1	1	1	2	2	1	1	4	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	52	
77	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	45	
78	1	1	1	2	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	4	3	3	2	3	1	1	1	2	50	
79	1	1	1	1	3	3	2	3	3	3	2	1	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	2	1	1	1	2	2	3	1	53	
80	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	4	2	84	
81	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	74	
82	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	71	
83	1	1	1	2	3	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	48	
84	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	1	39
85	2	1	2	2	2	1	2	3	3	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	54	
86	1	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	58
87	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	63
88	1	1	1	2	1	1	1	3	2	2	1	1	2	1	3	2	4	4	4	3	1	1	2	3	3	3	2	2	3	4	2	66	
89	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	1	3	1	3	2	3	2	4	3	83	
90	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64
91	1	1	3	2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	1	3	2	2	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	57	
92	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	78	
93	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	3	1	43	
94	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	32
95	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	3	3	3	3	1	1	2	3	1	2	2	2	4	1	2	59	
96	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	71	



131	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	51
132	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	67	
133	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	67		
134	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	55		
135	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	70	
136	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	52		
137	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	41	
138	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	43	
139	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	1	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	50	
140	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	4	2	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	83		
141	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	1	2	2	2	3	77		
142	1	1	1	1	1	3	1	2	4	1	4	1	3	1	3	1	2	2	1	2	1	3	3	1	1	2	3	1	2	3	1	57		
143	2	2	2	2	3	3	1	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	68		
144	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	65		
145	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	
146	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	86		
147	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	62	
148	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	35
149	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	60	
150	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	3	1	2	2	3	2	1	1	2	2	1	2	3	1	1	1	1	46		
151	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	83		
152	1	1	1	1	3	2	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	43		
153	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	4	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	60		
154	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	3	1	1	4	3	3	3	3	3	2	4	3	86		
155	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	38		
156	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65	
157	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	74		
158	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	
159	2	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	2	1	51		
160	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	4	53		
161	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	75		

Tabel Hasil Kuesioner Motivasi

No	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	TTL
1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	4	3	2	89			
2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	69				
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85			
4	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	76				
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	82				
6	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	83				
7	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	1	3	1	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	1	4	4	3	92				
8	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	86				
9	4	2	3	3	4	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	93				
10	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	80				
11	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	77				
12	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	1	3	3	2	58				
13	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	85				
14	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	87				
15	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	76				
16	4	2	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	101				
17	3	2	2	1	3	2	2	1	3	3	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	63				
18	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	103				
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	86				
20	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	96				
21	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	80				
22	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	80				
23	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	78				
24	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	87				
25	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	1	2	2	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	86				
26	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	92				
27	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	93				
28	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88				
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	83				
30	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	84				
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	82				

32	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	78	
33	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	1	2	1	3	2	4	2	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	89
34	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	94	
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	84	
36	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	91
37	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	76
38	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	4	3	3	2	3	3	91
39	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	73
40	3	2	3	2	3	2	3	2	4	4	3	2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	84
41	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	85
42	2	3	1	1	4	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	65
43	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	85
44	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	101
45	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	64
46	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	96
47	3	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	84
48	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	72
49	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	98
50	2	2	3	3	4	2	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	88
51	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	91
52	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	1	56
53	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	83
54	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	87
55	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
56	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84
57	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	83
58	3	1	4	3	3	3	3	4	3	3	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	69
59	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	82	
60	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	2	3	3	1	61
61	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	83
62	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	92	
63	3	2	2	1	4	2	3	2	4	2	1	1	1	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	68
64	1	2	1	2	4	2	1	2	4	4	1	2	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	68
65	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	73

66	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	84	
67	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	97	
68	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	88	
69	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	101	
70	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	4	4	2	91	
71	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	2	1	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	1	4	3	1	74	
72	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	2	2	1	3	3	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	95	
73	1	3	2	2	4	2	3	3	2	4	1	1	1	3	4	3	3	3	2	3	3	1	1	4	4	1	4	4	2	74	
74	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	73	
75	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	65	
76	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	84	
77	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	2	83	
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	82	
79	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	4	1	4	4	2	93	
80	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	73	
81	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	64	
82	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	1	78	
83	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	3	3	3	91	
84	3	3	4	3	4	3	4	3	4	1	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	90	
85	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	4	3	4	3	3	2	3	2	77	
86	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	78	
87	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	80	
88	2	1	2	1	3	2	3	2	4	3	2	1	1	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	57	
89	2	2	1	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	1	3	2	3	2	1	1	1	4	2	3	2	1	2	2	1	60	
90	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	73	
91	2	1	3	2	3	3	2	4	3	2	2	1	1	1	2	2	1	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	72	
92	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	69	
93	3	2	3	3	4	4	4	3	4	2	3	3	2	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	2	1	2	1	85	
94	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	1	3	3	3	1	3	2	3	85	
95	2	2	3	2	4	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	3	4	3	2	2	3	1	67	
96	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	77	
97	3	2	3	2	4	3	4	3	4	2	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	1	77	
98	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	77
99	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	2	4	4	90	

100	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	79		
101	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	3	4	4	108	
102	2	1	2	4	4	3	1	1	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	1	1	3	3	1	4	3	1	80	
103	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	1	95		
104	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	70	
105	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	95	
106	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	77	
107	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	71	
108	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	76	
109	2	2	2	3	4	2	2	3	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	62	
110	3	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	1	94		
111	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	66	
112	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	94	
113	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	74	
114	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	74	
115	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	54	
116	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	99	
117	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	4	1	67	
118	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	4	3	4	4	3	98	
119	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	110		
120	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	104	
121	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	86	
122	3	1	2	1	3	2	3	1	3	3	2	2	1	2	1	2	3	2	3	3	2	4	2	2	3	4	3	4	1	68	
123	2	1	3	3	2	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	4	4	3	3	2	2	2	2	2	63	
124	2	2	3	1	4	2	3	1	3	3	1	2	1	1	1	2	3	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	70	
125	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	1	1	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	89	
126	3	1	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	3	4	4	4	3	4	3	2	1	4	1	4	4	89	
127	3	1	4	4	4	3	4	4	4	3	4	1	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	2	3	4	97	
128	2	3	2	1	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	70	
129	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	111	
130	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	96	
131	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	80
132	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	1	64
133	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	84

134	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	73	
135	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77	
136	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	82	
137	3	2	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	93	
138	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	88	
139	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	2	1	1	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	89	
140	2	3	2	2	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	2	3	3	72	
141	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	80	
142	3	1	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	89	
143	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	85	
144	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82	
145	4	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	89	
146	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	65	
147	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	85	
148	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	102	
149	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	3	2	2	3	85	
150	2	1	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73	
151	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	1	4	3	3	3	3	66	
152	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	93	
153	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	2	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	90	
154	2	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	62	
155	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	104	
156	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	82	
157	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	1	2	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	2	3	69	
158	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	80	
159	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	94	
160	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	85	
161	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	65

Lampiran 13. Hasil Belajar Pembelajaran Renang

No	Nilai	No	Nilai	No	Nilai	No	Nilai	No	Nilai
1	90	39	78	77	80	115	76	153	80
2	80	40	80	78	90	116	78	154	72
3	86	41	82	79	86	117	76	155	86
4	84	42	80	80	76	118	78	156	84
5	78	43	80	81	76	119	95	157	76
6	86	44	80	82	82	120	90	158	78
7	90	45	80	83	82	121	80	159	80
8	82	46	78	84	82	122	72	160	84
9	76	47	80	85	82	123	86	161	82
10	82	48	86	86	78	124	76		
11	80	49	84	87	78	125	86		
12	76	50	90	88	78	126	82		
13	90	51	80	89	82	127	90		
14	90	52	82	90	84	128	76		
15	80	53	80	91	80	129	90		
16	90	54	78	92	76	130	78		
17	76	55	78	93	82	131	86		
18	82	56	80	94	90	132	78		
19	78	57	80	95	80	133	82		
20	82	58	78	96	76	134	80		
21	80	59	78	97	78	135	80		
22	78	60	78	98	80	136	82		
23	80	61	82	99	86	137	84		
24	78	62	78	100	82	138	86		
25	86	63	78	101	90	139	82		
26	84	64	72	102	72	140	78		
27	86	65	84	103	82	141	78		
28	78	66	90	104	78	142	78		
29	86	67	82	105	80	143	88		
30	86	68	82	106	78	144	82		
31	84	69	86	107	80	145	86		
32	84	70	82	108	80	146	76		
33	78	71	84	109	78	147	82		
34	90	72	82	110	80	148	86		
35	80	73	76	111	78	149	80		
36	90	74	82	112	80	150	78		
37	84	75	76	113	84	151	78		
38	78	76	84	114	80	152	86		

#### Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian

- Proses Pembelajaran



Gambar 15. Proses Pembelajaran Renang

- Penilaian Hasil Belajar



Gambar 16. Evaluasi Pembelajaran Renang

- Pengisian Kuesioner



Gambar 17. Pengisian Angket Kuesioner 1



Gambar 18. Pengisian Angket Kuesioner 2

- Pengisian Kuesioner



Gambar 19. Pengisian Angket Kuesioner 3



Gambar 20. Pengisian Angket Kuesioner 4

- Pengisian Kuesioner



Gambar 21. Pengisian Angket Kuesioner 5



Gambar 22. Pengisian Angket Kuesioner 6