

**KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH  
KULON PROGO**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

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



Oleh :  
Muhammad Jazim Afandi  
19601244063

**DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH  
KULON PROGO**

Disusun oleh  
Muhammad Jazim Afandi  
NIM. 19601244063

Telah Memenuhi, syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
Dilakukan Ujian Akhir Tugas Skripsi yang  
bersangkutan

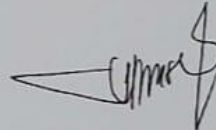
Yogyakarta, 10 April 2023

Mengetahui,  
Koordinasi Prodi PJKR



Dr. Hedi A. Hermawan, S.Pd, M.Or  
NIP. 197702182008011002

Diketahui,  
Dosen Pembimbing



Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.  
NIP. 196307141988122001

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang peserta didik kelas VII SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo” yang disusun oleh Muhammad Jazim Afandi, NIM. 19601244063 ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 10 April 2023  
Yang Menyatakan,



Muhammad Jazim Afandi  
NIM. 19601244063

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH  
KULON PROGO**

Disusun Oleh:



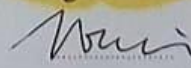
Muhammad Jazim Afandi  
NIM. 19601244063

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

Universitas Negeri Yogyakarta.


Pada Tanggal 10 April 2023

**TIM PENGUJI**

Nama/jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes.		3/5/2023
Ketua Penguji / Pembimbing		2/5/2023
Herka Maya Jatmika, M.Pd.		
Sekretaris		2/5/2023
Prof. Dr. Sri Winarni, M.Pd.		
Penguji Utama		

Yogyakarta, April 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan

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

## **MOTTO**

1. Siapa yang menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga (HR. Muslim, no. 2699).
2. Orang yang gagal merupakan orang yang tidak pernah mau untuk mencoba (M Jazim Afandi).

## PERSEMBAHAN

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

1. Kedua orang tuaku, Bapak Tri Tunggu E dan Ibu Umi Hani yang senantiasa mendoakanku, memberi dukungan, motivasi, kasih sayang, materi, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan padaku. Untuk ibu, “malaikatku yang terlihat” bangga bisa terlahir dari rahim sepertimu. Maafkan anakmu yang belum bisa membalasnya.
2. Untuk Kakak saya Miftah terimakasih atas doa dukungan dan semangat.

# **KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH KULON PROGO**

**Oleh :**

Muhammad Jazim Afandi  
19601244063

## **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan metode survei. Populasi penelitian ini yaitu seluruh peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Lendah sebanyak 191 peserta didik. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dan instrumen yang digunakan menggunakan tes yang disebarakan melalui *Google form*. Analisis data digunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Hasil penelitian diperoleh kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 15 peserta didik (7,85%), tinggi sebanyak 32 peserta didik (16,75%), sedang sebanyak 105 peserta didik (54,97%), rendah sebanyak 29 peserta didik (15,18%), sangat rendah sebanyak 10 peserta didik (5,24%). Hasil tersebut dinyatakan bahwa kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah sebagian besar peserta didik masuk dalam kategori sedang.

Kata kunci : *Kesulitan, pembelajara senam lantai guling belakang, SMP Negeri*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Allah S.W.T, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang peserta didik kelas VII SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ibu Prof. Dr. Sri Winarni, M.Pd. selaku Penguji Utama.
3. Bapak Herka Maya Jatmika, M.Pd. selaku Sekertaris Penguji.
4. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
6. Bapak B. Hardana, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Lendah yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Guru-guru dan siswa SMP Negeri 1 Lendah, yang telah membantu memberikan izin untuk penelitian.
8. Teman-temanku yang baik hati selalu peduli, Evelyn Yossi Miranda, Furqon Widiantera Aji, Fachrizal Ahnaf Maulana, Alda Adiatma, teman teman KKN Dusun Pereng dan lainnya yang tidak bisa disebutkan satu persatu terima kasih banyak atas dorongan serta dukungan yang sangat berarti, sehingga selalu termotivasi untuk cepat menyelesaikan tugas akhir ini. Temanmu doakan semoga mimpi-mimpi kalian segera terwujud, bahagia selalu dalam kehidupan kalian. Doakan temanmu ini sukses agar bisa membuat keluarga bangga, serta membuat kalian bangga mempunyai teman sepertiku.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

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

Yogyakarta, 10 April 2023

Penulis



Muhammad Jazim Afandi  
NIM. 19601244063

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN MOTTO .....	iv
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Gambar .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Teori Belajar Gerak.....	1
2. Tipe Gaya Belajar.....	10
3. Kesulitan Belajar .....	15
4. Pembelajaran .....	15
5. Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....	19
6. Hakikat Senam Lantai .....	22
7. Guling Belakang.....	23
8. Karakteristik Peserta Didik SMP .....	25
B. Penelitian Yang Relevan.....	27
C. Kerangka Berfikir .....	28

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
D. Definisi Operasional Variabel.....	32
E. Teknik dan Intrumen Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data.....	38

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data Penelitian.....	40
B. Hasil Penelitian.....	40
C. Pembahasan.....	58
1. Faktor Internal.....	59
2. Faktor Eksternal.....	60
D. Keterbatasan Hasil Penelitian.....	63

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	64
B. Implikasi.....	64
C. Saran.....	65

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>66</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>71</b>
----------------------	-----------

## Daftar Tabel

Table 1 Populasi Penelitian.....	33
Table 2. Skala Liker Skor penilaian Pada Alternatif Jawaban Angket.....	34
Table 3. Kisi-kisi Instrumen penelitian.....	34
Table 4. Kisi-kisi Instrumen penelitian.....	37
Table 5. Hasil Uji Ralibilitas .....	38
Table 6. Pengkategorian Tingkat Kesulitan Peserta Didik .....	39
Table 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah ....	41
Table 8. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah ....	41
Table 9. Deskriptif Statistik Faktor Internal .....	43
Table 10. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Faktor Internal .....	43
Table 11. Deskriptif Statistik Indikator Fisik .....	45
Table 12. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Fisik .....	45
Table 13. Deskriptif Statistik Indikator Paikologis.....	47
Table 14. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Indikator Psikologi .....	47
Table 15. Deskriptif Statistik Faktor Eksternal.....	48
Table 16. Norma Penilaian Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Faktor Internal .....	49
Table 17. Deskriptif Statistik Indikator Guru. ....	51
Table 18. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Indikator Guru. ....	51
Table 19. Deskriptif Statistik Indikator Lingkungan Sekolah. ....	53

Table 20. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Lingkungan Sekolah.....	53
Table 21. Deskriptif Statistik Indikator Hubungan Sosial. ....	55
Table 22. Norma Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Hubungan Sosial. ....	55
Table 23. Deskriptif Statistik Indikator Materi.....	57
Table 24. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Materi. ....	57

## Daftar Gambar

Gambar 1. Cara melakukan gerakan guling ke belakang dengan tahap persiapan jongkok .....	25
Gambar 2. Kerangka Berfikir .....	30
Gambar 3. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah. ....	42
Gambar 4. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Faktor Internal.....	44
Gambar 5. Diagram Tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah indikator fisik. ....	46
Gambar 6. Diagram Tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah indikator Psikologis. ....	48
Gambar 7. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Faktor Internal. .	50
Gambar 8. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Guru.....	52
Gambar 9. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Lingkungan Sekolah.....	54
Gambar 10. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Hubungan Sosial. ....	56
Gambar 11. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Indikator Materi. ....	58

## Daftar Lampiran

Lampiran 1 Kartu Bimbingan .....	72
Lampiran 2 Surat Expert Judgment .....	73
Lampiran 3 Surat Validasi Ahli .....	74
Lampiran 4 Izin Uji Coba Instrumen .....	75
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian .....	76
Lampiran 6 Angket Uji Coba Penelitian.....	77
Lampiran 7 Angket Penelitian .....	80
Lampiran 8 Hasil Jawaban Uji Coba Instrumen Tes .....	83
Lampiran 9 Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen Tes.....	84
Lampiran 10 Data Hasil Penelitian .....	86
Lampiran 11 Hasil Olah Data Tingkat Kesulitan .....	88
Lampiran 12 Hasil Olah Data Faktor Internal .....	89
Lampiran 13 Hasil Olah Data Indikator Fisik.....	900
Lampiran 14 Hasil Olah Data Indikator Psikologi .....	91
Lampiran 15 Hasil Olah Data Faktor Eksterna.....	92
Lampiran 16 Hasil Olah Data Indikator Guru .....	93
Lampiran 17 Hasil Olah Data Indikator Lingkungan Sekolah .....	94
Lampiran 18 Hasil Olah Data Indikator Hubungan Sosial .....	95
Lampiran 19 Hasil Olah Data Indikator Materi .....	96
Lampiran 20 Hasil Pengerjaan Tes Responden .....	97
Lampiran 21 Dokumentasi.....	104

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pembelajaran suatu hal yang sangat penting bagi peserta didik karena melalui pembelajaran dapat menambah sesuatu dalam individu seseorang. Menurut Suardi (2018: 7) pembelajaran pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Pembelajaran dari pernyataan tersebut dapat diartikan sebagai cara peserta didik untuk memperoleh ilmu guna mencapai tujuan yang diharapkan.

Pembelajaran yang diajarkan di sekolah meliputi beberapa mata pelajaran yang salah satunya yaitu pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). Menurut Saleh & Malinta, (2020: 56) pembelajaran PJOK yang diberikan pada peserta didik Sekolah Menengah Pertama diharapkan dapat membentuk tubuh yang sehat dan bugar. Pembelajaran PJOK secara khusus mengembangkan keterampilan fisik, potensi organ tubuh, keterampilan gerak fungsional, menanamkan kualitas moral seperti cinta tanah air, kerja sama, keberanian, ketekunan, dan kepercayaan diri. Pencapaian tujuan pembelajaran PJOK mencakup tiga ranah yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik (Nurbudiyani, 2013:89). Proses pembelajaran PJOK tentunya memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajarnya.

Proses belajar dan hasil belajar pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Rumini dkk

(1995: 61-62), proses belajar dan hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor yang terdapat dalam diri individu (internal) dan faktor yang berasal dari luar individu (eksternal). Faktor yang terdapat dalam diri individu meliputi faktor psikis dan fisik. Sedangkan faktor yang berasal dari luar individu meliputi faktor lingkungan maupun alam, faktor sosial, faktor ekonomi, faktor metode guru mengajar, faktor kurikulum, faktor materi pembelajaran, serta faktor sarana dan prasarana disekolah. Sehingga, dapat dinyatakan keberhasilan dari hasil belajar PJOK peserta didik tentunya melalui adanya sebuah proses pembelajaran yang efektif dan efisien yang dipengaruhi oleh adanya peran dari seorang guru serta ditunjang dengan faktor internal dan eksternal serta keberhasilan hasil belajar PJOK yang dilaksanakan di sekolah juga disesuaikan dengan kompetensi yang dipelajarinya.

Kompetensi dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK suatu hal yang penting guna menunjang keefektifan guru dalam mencapai tujuan pembelajaran. Salah satunya yaitu kompetensi inti (KI) 3 dan 4 kelas VII yang berbunyi “Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata” dan “Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai, memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.” Kemudian, KI tersebut diturunkan menjadi kompetensi dasar (KD) yang salah satunya yaitu KD 3.5 dan 4.5 berbunyi “Memahami konsep variasi dan kombinasi keterampilan dasar

senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana” dan “Mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dasar senam lantai dalam bentuk rangkaian sederhana”. Berdasarkan kompetensi dasar tersebut dapat diketahui bahwa materi pembelajaran PJOK meliputi banyak materi yang antarlain yaitu permainan bola, aktivitas fisik atau kebugaran, atletik, aktivitas aquatik, dan salah satu materi yang harus diajarkan pada peserta didik yaitu mengenai materi keterampilan dasar senam lantai.

Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Dikatakan senam lantai adalah salah satu dari rumpunan dari beberapa senam (Suratmin, 2020: 19). Menurut Nurjayadi, (2016 : 1) Senam lantai memiliki gerakan dan bentuk latihannya di lantai yang beralaskan matras. Senam lantai dibagi menjadi beberapa materi yang salah satunya yaitu guling belakang yang seharusnya dapat diperkenalkan dan diberikan oleh guru pada peserta didik untuk meningkatkan pengalamannya. Guling belakang adalah gerakan badan berguling ke arah belakang melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung, dan tengkuk (Priastuti, 2015: 138). Sehingga, materi senam lantai terutama guling belakang merupakan salah satu materi yang seharusnya diajarkan kepada peserta didik dengan langkah-langkah pembelajaran yang tepat agar peserta didik mudah untuk memahami materi yang diajarkan.

Guling belakang dalam pembelajaran PJOK diharapkan semua peserta didik memiliki nilai yang sesuai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Bagi sebagian besar peserta didik, materi guling belakang merupakan materi yang lebih sulit untuk dipelajari dibanding dengan guling depan, dengan materi yang lebih sulit peserta

didik harus lebih aktif saat mempraktekan guling belakang sehingga hasil belajar untuk materi guling belakang lebih sempurna dibanding tidak aktif saat mempraktekan guling belakang.

Berdasarkan dari hasil observasi pembelajaran PJOK guling belakang yang dicapai peserta didik khususnya kelas VII SMP Negeri 1 Lendah, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo masih kurang memuaskan, kenyataan tersebut dikarenakan masih ada peserta didik yang menganggap senam lantai kurang menarik karena variasi pembelajaran terutama alat yang digunakan untuk menyampaikan materi belum sering dilakukan, namun ada juga peserta didik mengatakan sudah nyaman karena bisa melakukan guling belakang dengan alat yang digunakan. Sehingga, peserta didik kelas VII menyebabkan hasil nilai yang tergolong dibawah nilai rata-rata KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Sesuai dengan hasil wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 1 Lendah KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang ditetapkan peserta didik sebesar 75 namun hasil presentase nilai ketuntasan materi senam lantai guling belakang peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Lendah sebesar 70% yang merupakan hasil akumulasi dari penilaian kognitif, afektif, dan psikomotorik. Namun, hal tersebut masih belum mencapai target ketuntasan. Selain itu, hambatan peserta didik dalam memahami dan mempraktikkan pembelajaran senam guling belakang disebabkan oleh beberapa faktor.

Saat melakukan gerakan senam lantai guling belakang, sebagian besar peserta didik yang tidak dapat melaksanakan gerakan senam lantai guling belakang tersebut dengan baik. Kesulitan tersebut dikarenakan dari faktor internal peserta didik itu

sendiri, yaitu peserta didik merasa takut saat melakukan gerakan guling belakang. Masalah lain yaitu saat melakukan gerakan badan tidak dapat mengguling dengan sempurna, sehingga pembelajaran senam lantai guling belakang pun tidak dapat tercapai secara maksimal.

Dengan adanya kenyataan dan kesenjangan tersebut maka dapat diteliti mengenai “Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.”

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Minimnya pengalaman peserta didik dalam pembelajaran guling belakang.
2. Nilai rata-rata siswa pada senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo belum mencapai KKM.
3. Guru belum menggunakan media yang menarik dalam pembelajaran senam lantai.
4. Belum diketahuinya kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan pada masalah-masalah yang ada dan agar tidak menimbulkan pemahaman yang salah, maka masalah yang akan diteliti dibatasi hanya pada permasalahan “Tingkat kesulitan dalam pembelajaran senam lantai guling belakang

peserta didik kelas VII SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo”.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan yaitu: “Seberapa tinggi kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo?”

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

Berdasarkan penelitian tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP 1 Negeri Lendah Kulon Progo.

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

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis, sebagai berikut:

##### 1. Secara teoritis:

Dapat Mampu memberikan informasi tentang faktor-faktor penyebab kesulitan belajar peserta didik, sehingga diharapkan karya ini dapat dijadikan acuan atau pedoman untuk menggambarkan keadaan yang sebenarnya secara objektif.

##### 2. Secara praktis :

- a) Bagi Peserta didik. Hal ini dapat dijadikan sebagai masukan dan motivasi yang berharga bagi peserta didik untuk mengikuti senam lantai khususnya senam lantai guling belakang. .

- b) Bagi Guru. Dapat menumbuhkan motivasi belajar para peserta didik dalam proses pembelajaran senam lantai guling belakang.
- c) Bagi Sekolah. Dapat diketahuinya kategori kesulitan peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Lendah dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Teori Belajar Gerak**

Belajar merupakan suatu kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Menurut Magill (1998: 311), “gerak atau gerakan adalah perilaku karakteristik anggota badan tertentu atau kombinasi dari anggota badan yang merupakan komponen bagian dari keterampilan tindakan atau motor”. Selanjutnya, Belajar gerak (*motor learning*) merupakan suatu proses belajar yang memiliki tujuan untuk mengembangkan berbagai keterampilan gerak yang optimal secara efisien dan efektif (Sriwahyuniati 2017: 3). Pendapat Sugiyanto (2012: 4) menyatakan bahwa belajar gerak adalah suatu proses adaptasi perilaku yang berkenaan dengan perilaku gerak yang relatif permanen, sebagai hasil usaha mengembangkan kemampuan melakukan tugas melalui praktik dan pengalaman yang melibatkan faktor-faktor fisik dan psikologis secara terpadu.

Dari beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aktivitas belajar gerak adalah kegiatan fisik yang memiliki tujuan spesifik, menghasilkan perubahan dan kemampuan keterampilan seseorang sebagai akibat dari kombinasi anggota badan atau tubuh yang relatif permanen serta melibatkan beberapa faktor secara terpadu.

##### **a. Tahap Belajar Gerak**

Tahap belajar gerak yang dimana memiliki tahap tahap untuk belajar gerak. Menurut Fitts & Fosner (dalam Herlambang, dkk 2017: 37) mengemukakan bahwa perolehan tiga tahap belajar: tahap kognitif, tahap asosiatif, dan tahap otonom.

1) Tahap belajar kognitif

Fitts dan Fosner (dalam Magil, 2011: 274) menjelaskan bahwa tahap belajar kognitif adalah di mana peserta didik berfokus pada masalah- masalah yang berorientasi pada kognitif yang berkaitan dengan apa yang harus dilakukan dan bagaimana melakukannya. Lebih lanjut Fitts dan Fosner (dalam Edward, 2011: 251) menyebut tahap ini sebagai tahap kognitif karena proses mental yang sadar mendominasi tahap awal pembelajaran. Edward (2011: 251) menambahkan bahwa dalam tahapan ini hampir sepenuhnya peserta didik tergantung pada memori deklaratif dan informasi secara sadar dimanipulasi dan dilatih dalam merumuskan perintah motorik.

2) Tahap belajar asosiatif

Edward (2011: 274) menyatakan dalam tahap belajar asosiatif, peserta didik mencoba untuk mengasosiasikan isyarat lingkungan tertentu dengan gerakan- gerakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan keterampilan. Dalam tahap fiksasi atau yang sering disebut tahap belajar asosiatif. Schmidt & Lee (2008: 430) menyatakan bahwa sebagian besar masalah kognitif yang berhubungan dengan isyarat lingkungan yang menjadi fokus sebelumnya dan tindakan yang perlu dilakukan telah terpecahkan.

### 3) Tahap belajar otonom

Setelah berlatih cukup, anak didik secara bertahap memasuki tahap belajar otonom. Tahap ini merupakan tahap akhir dari rangkaian proses belajar, Gerakan otomatisasi merupakan hasil dari latihan yang dilakukan dengan efektif. Gerakan otomatisasi dapat terjadi karena terjadinya hubungan yang permanen antara reseptor dengan efektor. Gerakan otomatisasi dalam mekanismenya tidak lagi dikoordinasikan oleh sistem syaraf pusat, melainkan pada jalur singkat pada sistem otonom (Sriwahyuniati, 2017: 52).

## 2. Tipe Belajar Gerak

### a. Tipe Belajar Visual (*Visual Learning*)

Visual learning adalah gaya belajar dimana gagasan, konsep data dan informasi lainnya dikemas dalam bentuk gambar dan teknik (Asela, dkk. 2020: 3). Peserta didik yang memiliki tipe belajar visual memiliki minat yang tinggi ketika diperlihatkan gambar, grafik, grafis organisator, video, ilustrasi visual dll (Darman, 2020: 35). Berapa teknik pembelajaran visual yang digunakan untuk meningkatkan berfikir dan belajar, dengan mengutamakan peran penting mata sebagai penglihatan.

### b. Tipe Belajar Audit (*Audit Learner*)

Audit learner adalah suatu gaya belajar dimana peserta didik belajar melalui mendengarkan (Asela, dkk. 2020: 4). Peserta didik yang memiliki gaya belajar auditor akan mengandalkan kesuksesan dalam belajarnya melalui telinga (alat pendengarannya), oleh karena itu guru sebaiknya memperhatikan peserta didik

nya hingga ke alat pendengarannya (Darman, 2020: 36). Peserta didik dengan gaya belajar auditori dapat belajar lebih cepat dengan menggunakan percakapan lisan untuk mendengarkan penjelasan guru.

c. Tipe Belajar Kinestetik (*Tectual Lerner*)

Tectual lerner adalah peserta didik belajar dengan cara melakukan, menyentuh, kinestetik mengandalkan belajar melalui bergerak, menyentuh, dan melakukan tindakan (Asela, dkk. 2020: 5). Peserta didik seperti ini sulit untuk duduk diam berjam-jam karena keinginan beraktivitas dan eksplorasi sangatlah kuat (Darman, 2020: 37). Peserta didik yang bergaya belajar seperti ini belajarnya melalui gerak dan sentuhan (Darman, 2020: 37). Oleh karena itu, diperlukan pembelajaran yang bersifat kontekstual dan lebih praktis.

### 3. Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar dapat dikatakan sebagai kondisi yang dialami oleh peserta didik dengan ditandai adanya hambatan-hambatan tertentu dalam menerima dan menyerap pelajaran yang disebabkan oleh banyak faktor, bukan hanya masalah instruksional atau pedagogis saja, tetapi bisa juga merujuk pada masalah psikologis sehingga peserta didik mengalami kesulitan dalam aktivitas mendengarkan, berbicara, membaca, menulis, menalar atau menghitung. Berikut dijelaskan lebih detail mengenai pengertian dan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kesulitan belajar dari peserta didik:

a. Pengertian Kesulitan Belajar

Biasanya kesulitan yaitu kondisi tertentu yang ditandai ada hambatan dalam

kegiatan untuk mencapai tujuan tertentu, sehingga dibutuhkan usaha lebih untuk mengatasinya. Kesulitan belajar dapat diartikan kondisi dimana dalam suatu proses belajar yang ditandai dengan adanya hambatan-hambatan untuk mencapai hasil dan tujuan tertentu. Menurut Mulyadi dalam Cahyono (2019: 2) Menyatakan bahwa kesulitan belajar adalah suatu kondisi dalam pembelajaran yang ditandai oleh hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar. Hambatan ini bisa bersifat seperti psikologis, keseluruhan sosiologis dan fisiologis dalam pembelajaran. Orang yang mengalami hambatan dalam proses belajarnya, sehingga hasil yang dicapai tidak sesuai dengan potensi yang diinginkan.

Definisi lain dari kesulitan belajar diungkapkan oleh Ahmadi & Supriyono dalam Amallia & Unaenah (2018: 126) yang menyatakan bahwa kesulitan belajar adalah keadaan dimana peserta didik tidak dapat belajar sebagaimana mestinya, itulah yang disebut dengan kesulitan belajar. Dari tulisan di atas dapat diuraikan, jelasnya bahwa kesulitan belajar peserta didik tersebut tidak selalu disebabkan oleh faktor kecerdasan yang rendah, tetapi dapat juga disebabkan oleh faktor non kecerdasan. Contoh peserta didik memiliki kecerdasan dalam bidang pembelajaran matematika belum tentu peserta didik itu mahir dalam bidang lain. Dengan demikian, bahwa IQ yang tinggi belum tentu menjamin keberhasilan belajar. Jadi peserta didik yang belum memiliki IQ tinggi, bisa berusaha untuk melakukan kegiatan belajar yang sungguh-sungguh agar bisa mendapat keberhasilan dalam melakukan belajar tersebut.

Dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar merupakan kondisi dimana seseorang mengalami hambatan saat belajar yang mana biasanya, ditandai dengan hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar. Hambatan tersebut dapat bersifat psikologis, fisiologis dan sosiologis umum.

b. Faktor Penyebab Kesulitan Belajar

Fenomena kesulitan belajar merupakan salah satu pengaruh terhadap rendahnya hasil belajar siswa, baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari lingkungan terdekat siswa. Dalam hambatan ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Membagi faktor kesulitan belajar dalam dua kategori yaitu faktor faktor yang berasal dari luar diri pelajar (faktor sosial dan faktor nonsosial) dan faktor-faktor berasal dari dalam diri pelajar (psikologis dan fisiologis) (Suryabrata dalam Muktiani 2014: 4). Menurut Caryono & Suhartono (2012: 2) Faktor kesulitan belajar yang di alami peserta didik bisa berasal dari dalam diri peserta didik (faktor internal) dan dari luar diri peserta didik (faktor eksternal).

Ahmadi dan Supriyono (dalam Pautina 2018:24) Menjelaskan faktor-faktor penyebab kesulitan belajar dapat digolongkan kedalam dua golongan sebagai berikut:

- 1) Faktor intern atau faktor dari dalam diri manusia, yang meliputi :
  - a) Faktor fisiologi

Faktor fisiologis yang dapat menyebabkan munculnya kesulitan belajar pada siswa seperti kondisi siswa yang sedang sakit, kurang sehat, adanya

kelemahan atau cacat tubuh dan sebagainya.

b) Faktor psikologi

Faktor psikologi siswa yang dapat menyebabkan kesulitan belajar meliputi tingkat intelegensi yang pada umumnya rendah, bakat terhadap mata pelajaran rendah, minat belajar yang kurang, motivasi yang rendah, dan kondisi kesehatan mental yang kurang baik.

2) Faktor ekstern (faktor dari luar manusia) meliputi :

a) Faktor-faktor non-sosial.

Faktor non sosial yang dapat menyebabkan kesulitan belajar pada peserta didik dapat berupa peralatan belajar atau media belajar yang kurang baik atau bahkan kurang lengkap, kondisi ruang belajar atau gedung yang kurang layak, kurikulum yang sangat sulit dijabarkan oleh guru dan dikuasai oleh peserta didik, waktu pelaksanaan proses pembelajaran yang kurang disiplin, dan sebagainya.

b) Faktor-faktor sosial.

Faktor-faktor sosial yang juga dapat menyebabkan munculnya permasalahan pada siswa seperti faktor keluarga, faktor sekolah, teman bermain, dan lingkungan masyarakat yang lebih luas.

Dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesulitan peserta didik untuk belajar yaitu faktor internal dari peserta didik yaitu mungkin karena sakit, karena kurang sehat, kurang memotivasi diri sendiri, malas untuk melakukan sesuatu, faktor kesehatan mental, dan faktor dari luar diri peserta didik meliputi orang tua, faktor sekolah dan faktor lingkungan masyarakat.

Selain faktor internal dan luar peserta didik. Pautina (2018: 23-24) mengemukakan bahwa terdapat empat faktor yang menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan belajar yaitu:

Pertama kondisi fisik, yang meliputi gangguan visual, gangguan pendengaran, gangguan keseimbangan dan orientasi ruang *body image* yang rendah, hiperaktif, serta kekurangan gizi. Kedua lingkungan keluarga, masyarakat dan sekolah yang kurang menguntungkan bagi anak, yang akan menghambat perkembangan sosial, psikologis dan pencapaian prestasi akademis. Ketiga faktor motivasi dan afeksi, kedua faktor ini dapat memperberat anak yang mengalami kesulitan belajar, anak yang selalu gagal pada satu atau beberapa mata pelajaran cenderung menjadi tidak percaya diri, mengabaikan tugas dan rendah diri. Sikap ini akan mengurangi motivasi belajar dan memunculkan perasaan-perasaan negatif terhadap hal-hal yang berhubungan dengan sekolah. Kegagalan ini dapat membentuk pribadi anak menjadi seorang pelajar yang pasif. Keempat kondisi psikologis, kondisi psikologis meliputi gangguan perhatian, persepsi visual, persepsi pendengaran, persepsi motorik, ketidakmampuan berfikir, dan lambat dalam kemampuan berbahasa.

#### 4. Pembelajaran

Pembelajaran bentuk dari adanya proses pendidikan yang diberikan oleh tenaga pendidik atau guru kepada peserta didik guna memperoleh pengetahuan, keterampilan, serta sikap yang baik. Berikut merupakan penjelasan lebih detail mengenai pengertian, faktor-faktor, serta model pembelajaran:

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran adanya interaksi dalam proses belajar mengajar. Menurut Fakhurrazi (2018: 1-2) pembelajaran memiliki hakekat perencanaan atau perancangan (desain) sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik. Dalam pembelajaran peserta didik mendapatkan banyak dorongan untuk berproses dan berkembang. Menurut Pane & Dasopang (2017: 5) Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar.

Menurut uraian di atas dapat disimpulkan bahwa lingkungan sekitar juga bisa mempengaruhi proses belajar peserta didik. Jika lingkungan peserta didik negatif maka proses pembelajarannya akan bisa menimbulkan kesulitan atau bisa menimbulkan penghambatan saat proses belajar.

Pembelajaran terdiri dari proses yaitu mengajar dan belajar, dimana mengajar dan belajar merupakan dua proses yang saling berkaitan. Hubungan belajar-mengajar adalah proses dua arah di mana suatu komunikasi yang berlangsung. Komunikasi yang dimaksud adalah guru dan peserta didik. Terjadinya proses komunikasi adalah suatu keberhasilan dalam proses tercapainya tujuan yang telah ditetapkan dalam mengajar dan belajar.

Menurut Kimble (dalam Festiawan 2020: 5) mengkaji lebih dalam tentang belajar yaitu:

- 1) Belajar diukur berdasarkan perubahan dalam perilaku, dengan kata lain hasil

dari belajar harus selalu diterjemahkan ke dalam perilaku atau tindakan yang dapat diamati. Sehingga setelah menjalani proses belajar, pembelajar (*learner*) akan mampu melakukan sesuatu yang tidak bisa mereka lakukan sebelum belajar.

- 2) Perubahan behavioral ini relatif permanen, artinya hanya sementara dan tidak menetap.
- 3) Perubahan perilaku itu bertindak secara berbeda, potensi untuk bertindak ini mungkin tidak akan diterjemahkan ke dalam bentuk perilaku secara langsung.
- 4) Perubahan perilaku berasal dari pengalaman atau praktik (latihan).
- 5) Pengalaman atau praktik harus diperkuat, artinya hanya respon-respon yang menyebabkan penguatanlah yang akan dipelajari.

#### b. Faktor-Faktor Pembelajaran

Pembelajaran dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yang mendukung tercapainya pembelajaran, sebagai berikut:

##### 1) Faktor Guru

Guru merupakan faktor terpenting dalam pembelajaran. Menurut Hamid (2017: 275) Guru adalah orang yang mempunyai wewenang serta mempunyai tanggung jawab untuk membimbing serta membina peserta didik. Berhasil atau tidaknya suatu pembelajaran tergantung dari bagaimana guru mengajarkan materi tersebut kepada peserta didiknya. Contoh guru memberi tahapan gerakan dan memberi bantuan peserta didik saat melakukan gerakan guling belakang, memberi media semacam gambar maupun yang lain, memberi pujian setelah

melakukan gerakan, memberi motivasi agar siswa lebih semangat dalam pembelajaran guling belakang.

## 2) Faktor Peserta didik

Peserta didik merupakan anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi dirinya melalui pembelajaran. Menurut Hasbullah dalam Khairi (2017: 17-18) peserta didik merupakan salah satu input yang ikut menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Melalui pembelajaran peserta didik mendapatkan ilmu yang bermanfaat bagi diri sendiri untuk mencapai prestasi belajar.

## 3) Sarana prasarana

Sarana pembelajaran dasarnya merupakan segala sesuatu yang sifatnya tidak permanen, mudah dibawa kemana-mana atau dipindahkan dari satu tempat ke tempat lain Contoh bola, raket, pemukul, tongkat, balok, raket tenis meja, matras dll. Sarana prasarana memiliki pengertian yang berbeda namun tetap menghubungkan satu sama lain. Menurut Suryobroto, (2004: 4) Sarana atau alat sangat penting dalam memberikan motivasi peserta didik untuk bergerak aktif, sehingga siswa sanggup melakukan aktivitas dengan sungguh-sungguh dan akhirnya tujuan aktivitas dapat tercapai.

Prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak dapat dipindah-

pindahkan Contoh lapangan (sepakbola, bola voli, bola basket, bola keranjang, tenis lapangan, bulutangkis, kasti, Hall senam dll. Fasilitas harus memenuhi standar minimal untuk pembelajaran, antara lain ukuran sesuai dengan kebutuhan, bersih, terang, pergantian udara lancar dan tidak membahayakan penggunaannya/peserta didik (Suryobroto, 2004: 4).

Dari beberapa pendapat yang tertuliskan di atas dapat disimpulkan bahwa ada dua faktor yaitu : faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari fisik dan psikologis dan faktor eksternal terdiri dari guru, lingkungan sekolah, Hubungan sosial dan materi

## 5. Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berkesempatan terlibat langsung dalam pengalaman yang berbeda saat pembelajaran didalam kelas. Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan secara menyeluruh dalam kualitas individu, yang mencakup fisik, mental, serta emosional (Nugraha, 2015: 559). Tujuan pendidikan jasmani dapat dicapai dengan memiliki beberapa faktor pendukung seperti guru, peserta didik, fasilitas infrastruktur, metode, tujuan serta lingkungan. Berikut merupakan penjabaran detail mengenai pengertian dan tujuan pendidikan jasmani bagi peserta didik di sekolah.

### a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Menurut Rismayanthi (2011: 10), pendidikan jasmani merupakan bagian

integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan mengembangkan individu secara organik, neuro muskuler, intelektual dan emosional. Sedangkan menurut Kanca (2018: 21), pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang dirancang untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang menyeluruh yang bertujuan untuk memacu perkembangan jasmani, mental, serta sosial setiap individu supaya mampu menjalani kehidupan secara produktif (Wahyuni, 2013: 9).

Berdasarkan tujuan itulah dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan merupakan suatu bentuk pembelajaran yang penting diajarkan atau diberikan pada peserta didik karena jika intensitas pembelajaran pendidikan jasmani yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dari peserta didik serta dalam proses pembelajarannya dapat disampaikan dengan maksimal dapat menunjang tercapainya tujuan pendidikan jasmani yaitu meningkatkan kognisi, afeksi, dan psikomotorik dari peserta didik melalui adanya aktivitas gerak.

#### b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Hidayatullah (2012: 7), menyatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani bukan aktivitas jasmani itu sendiri, tetapi untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Rosdiani (2015: 2) yang menyatakan bahwa tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan

jasmani, karena gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri. “Pendidikan jasmani memiliki misi untuk menghasilkan misi untuk menghasilkan insan yang terdidik jasmaniahnya, artinya melalui pendidikan jasmani selayaknya mampu mengembangkan potensi siswa secara menyeluruh meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik”, (Widodo, 2018 : 55).

Menurut Suherman (2004: 12-13) tujuan pendidikan jasmani yaitu sebagai berikut.

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif.

Annarino (dalam Winarno 2006: 4) menyusun taksonomi tujuan pendidikan jasmani yang terdiri dari:

- (a) kawasan fisik terdiri dari; kekuatan, daya tahan, dan kelentukan.
- (b) kawasan psikomotor yang terdiri dari: kemampuan perseptual-motorik (keseimbangan, kinestetik, diskriminasi visual, diskriminasi auditory, koordinasi visual-motorik, sensitivity tactile, keterampilan gerak fundamental) (keterampilan memanipulasi tubuh, memanipulasi objek, dan keterampilan berolahraga).
- (c) kawasan kognitif atau perkembangan intelektual yang terdiri dari: pengetahuan, kemampuan dan keterampilan intelektual, dan.
- (d) kawasan afektif yang menyangkut perkembangan personal, sosial dan emosional yang terdiri dari respon kesehatan untuk aktivitas fisik, aktualisasi diri, dan penghargaan diri.

Berdasarkan pada pernyataan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan jasmani merupakan bentuk pembelajaran yang memiliki banyak tujuan jika diberikan pada peserta didik di sekolah dengan maksimal yaitu dapat mengembangkan 3 ranah tujuan pendidikan seperti kognisi, afeksi, dan psikomotorik peserta didik, bahkan dengan melalui pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dapat menunjang peserta didik memiliki bakat yang dapat dituangkan pada ekstrakurikuler di sekolah dan menunjang prestasi belajar maupun prestasi dirinya dalam menekuni berbagai cabang olahraga.

## 6. Hakikat Senam Lantai

Pengertian senam secara umum merupakan terjemahan dari kata *gymnastick* atau *gymnastiek* dalam bahasa Belanda (Mahendra, 2001: 11). Senam merupakan salah satu bagian dari Pendidikan Jasmani. Senam dapat diartikan segala jenis aktivitas fisik yang diselenggarakan secara sistematis, melibatkan gerakan-gerakan yang dipilih dan direncanakan untuk mencapai tujuan tertentu (Jayanti, 2021: 1).

Menurut Hidayat dalam Ristanti, Setiawan, & Setiawan (2019: 16) Senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental spiritual. Melalui berbagai pembelajaran senam, peserta didik sekiranya harus meningkatkan kualitas pembelajaran senam, peserta didik harus mampu meningkatkan kualitas fisiknya agar kemampuan menguasainya juga meningkat keterampilan senam yang dipelajari. Ada beberapa macam senam Menurut Nggaa (2022: 34) Senam itu sendiri terdiri dari senam artistik, senam ritmik sportif, senam akrobatik, senam aerobic sport, senam trampolin, dan senam umum.

#### 7. Guling Belakang

Guling belakang merupakan salah satu jenis senam lantai. Menurut Siregar & Widowati (2022: 71). Guling belakang adalah gaya gerakan senam yang dimana posisi badan berguling ke arah belakang badan melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang, pinggang, punggung, dan tengkuk.

Menurut Mahendra (2001: 51) guling belakang adalah gerakan dimulai sikap berdiri tegak membelakangi arah gerakan, dengan kedua tangan hendak duduk di

lantai dengan kaki lurus disusul pantat, gerakan kebelakang diteruskan mengangkat kedua kaki sehingga badan berguling ke arah belakang, bersamaan dengan menggulingkan kebelakang, pindahkan tangan ke samping telinga dengan telapak tangan menghadap kebelakang, segera tubuh dijatuhkan kebelakang, diteruskan mengangkat kaki bersamaan dengan datangnya kepata, kedua lutut ketika berada di atas muka, dorong kedua tangan kelantai terbalik, dorong kedua kaki untuk kembali ke sikap semula.

Dari pendapat dapat disimpulkan bahwa guling belakang merupakan gerakan yang dimana gerakan tersebut dilakukan menggulingkan badan kebelakan dengan posisi jongkok maupu berdiri dengan tumpuan telapak tangan sekuat-kuatnya lalu badan dikembalikan seperti posisi semula atau posisi awal.

Menurut Ertanti & Nugroho (2016: 24) guling belakang terdapat teknik – teknik tertentu yang harus dipahami oleh seseorang, yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, dan kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada.

Pendapat lain mengatakan guling belakang memiliki urutan gerakan untuk melakukannya. Menurut Farida Mulyaningsih, dkk (2010: 30) urutan guling ke belakang adalah:

- a. Sikap awal, jongkok membelakangi matras, kedua kaki rapat.
- b. Kedua paha menempel di perut, dagu menempel dada. Kedua telapak tangan menghadap ke atas dengan ibu jari menempel di samping telinga.
- c. Berguling secara berurutan mulai dari pinggul, punggung, terakhir pundak (posisi punggung melengkung).

- d. Kedua tangan menyentuh matras angkat kaki ke atas, jatuhkan ke belakang kepala.
- e. Sentuhkan ujung kaki pada matras, kedua telapak tangan menekan matras sehingga kedua tangan lurus kepala dan badan terangkat.
- f. Berjongkoklah dengan kedua lengan diluruskan ke depan dan diakhiri dengan sikap jongkok seperti semula.



Gambar 1. Cara melakukan gerakan guling ke belakang dengan tahap persiapan jongkok

Sumber: <https://images.app.goo.gl/U2asXCW49BCZXM9T6>

## 8. Karakteristik Peserta Didik SMP

Karakter setiap peserta didik memiliki karakter yang berbeda dengan peserta didik yang lain baik dari minat, bakat, motivasi, daya serap dan maupun perkembangan sosialnya. Rata-rata rentan usia peserta didik SMP diumur 12-14 tahun. Usia ini rentang tergolong masa remaja yang ditentukan oleh ahli psikologi diusia 12 sampai 22 tahun. Ciri-ciri remaja terbagi menjadi dua bagian kelompok, yaitu kelompok remaja awal dan kelompok remaja akhir. Kelompok remaja awal terdiri dari usia 12-17 tahun dan kelompok remaja akhir terdiri dari usia 17-22 tahun.

Dengan demikian, peserta didik SMP Kelas VII yang rata-rata berusia 12-14 tahun diklasifikasikan sebagai kelompok remaja awal.

Jean Piaget membagi perkembangan kognitif menjadi empat tahapan yaitu Marinda (2020: 116) yaitu tahap *sensory* motorik (0–2 tahun), pra-operasional (2–7 tahun), operasional konkret (7–11 tahun), dan operasional formal (11–15 tahun).

Menurut Rumini dalam Faris (2018: 22-23), masa remaja awal memiliki karakteristik sebagai berikut:

a. Keadaan perasaan dan emosi

Keadaan perasaan dan emosinya sangat peka sehingga tidak stabil. Remaja awal dilanda pergolakan sehingga selalu mengalami perubahan dalam perbuatannya. Hal ini pun berpengaruh kepada kondisi belajar yang mana keadaan emosi yang peka dan tidak stabil menimbulkan semangat belajar yang fluktuatif.

b. Keadaan mental

Kemampuan mental khususnya kemampuan berpikirnya mulai sempurna dan kritis. Ia mulai menolak hal-hal yang kurang dimengerti. Maka sering terjadi pertentangan dengan orang tua, guru, maupun orang dewasa lainnya.

c. Keadaan kemauan

Kemauan dan keinginan mengetahui berbagai hal dengan mencoba melakukan segala hal yang dilakukan oleh orang lain. Dalam hal ini, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi.

d. Keadaan moral

Pada awal remaja, dorongan seks sudah cenderung memperoleh pemuasan

sehingga mulai berani menunjukkan sikap-sikap agar menarik perhatian.

Penjelasan di atas sangatlah sesuai dengan karakteristik peserta didik remaja awal kelas VII memiliki keadaan perasaan/emosi yang tidak stabil yang cenderung membuat semangat belajarnya peserta didik juga tidak stabil.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

Penelitian yang relevan digunakan untuk memperkuat kajian teori yang sudah ada, sehingga dapat dijadikan acuan dalam penelitian yang dilakukan. Penelitian yang relevan pada penelitian yang dilakukan meliputi:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Jayasakti (2020) yang berjudul “Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 26,06% (37 peserta didik), “cukup” sebesar 67,61% (96 peserta didik), “tinggi” sebesar 6,34% (9 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 peserta didik). Dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang dalam kategori “cukup”.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Heriyanti (2008) yang berjudul “Identifikasi

Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Pada Siswa SMP Negeri 5 Kota Jambi” Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi proporsi faktor-faktor penyebab kesulitan belajar pada siswa SMP Negeri 5 kota Jambi. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif yaitu memberikan gambaran tentang faktor-faktor penyebab kesulitan belajar dengan jumlah sampel sebanyak 93 siswa. Sampel diambil dengan teknik random sampling. Data dianalisis menggunakan rumus persentase (%).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa Proporsi faktor internal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian kecil” (20.31%) dikarenakan faktor jasmani, proporsi faktor internal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian besar” (61.16%) dikarenakan faktor psikologi, Proporsi faktor internal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian besar” (55.73%) dikarenakan faktor emosi dan kebiasaan yang salah, Proporsi faktor eksternal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian kecil” (39.52%) dikarenakan faktor lingkungan keluarga, Proporsi faktor eksternal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian” (53.88%) dikarenakan faktor lingkungan sekolah, Proporsi faktor eksternal penyebab kesulitan belajar siswa “sebagian” (40.43%) dikarenakan faktor lingkungan sosial.

### **C. Kerangka Berfikir**

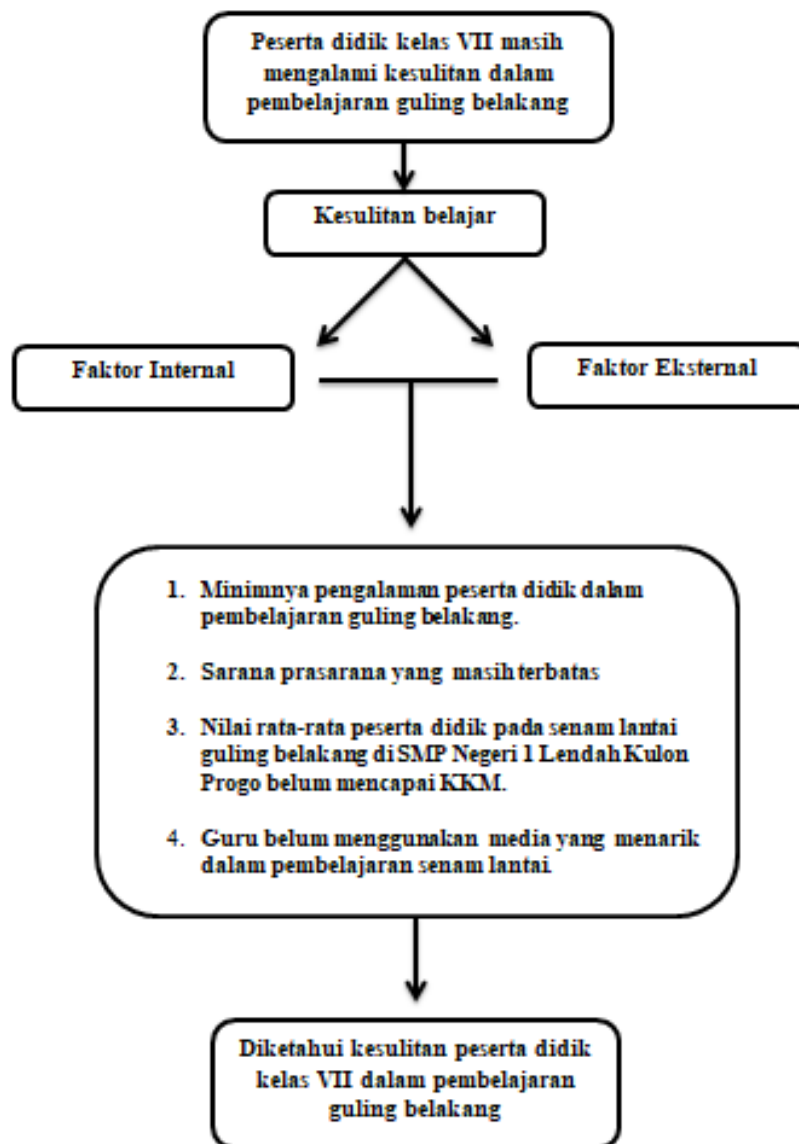
Kesulitan belajar dapat dikatakan sebagai kondisi yang dialami oleh peserta didik dengan ditandai adanya hambatan-hambatan tertentu dalam menerima dan menyerap pelajaran yang disebabkan oleh beberapa faktor. Berdasarkan latar belakang dan kajian teori di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan pendidikan

jasmani terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar peserta didik.

Khususnya dalam pembelajaran senam lantai guling belakang ditentukan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar yaitu dari dalam diri (faktor instrinsik : fisiologis dan psikologis) maupun faktor luar diri (faktor ekstrinsik : guru, lingkungan, dan materi) individu. Pengenalan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar sangat penting, yaitu untuk membantu siswa mencapai hasil belajar yang sebaik mungkin.

Berdasarkan dari hasil observasi pembelajaran PJOK guling belakang yang dicapai peserta didik khususnya kelas VII SMP Negeri 1 Lendah, Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo masih kurang memuaskan, kenyataan tersebut dikarenakan masih ada peserta didik yang menganggap senam lantai kurang menarik karena variasi pembelajaran terutama alat yang digunakan untuk menyampaikan materi belum sering dilakukan, namun ada juga peserta didik mengatakan sudah nyaman karena bisa melakukan guling belakang dengan alat yang digunakan. Sehingga, peserta didik kelas VII menyebabkan hasil nilai yang tergolong dibawah nilai rata-rata KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal).

Dengan adanya prestasi atau hasil belajar yang rendah dimungkinkan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Lendah masih mengalami kesulitan dalam belajar guling belakang. Dengan permasalahan yang ada maka dapat diteliti mengenai kesulitan yang dialami oleh peserta didik serta penyebab kesulitan dalam pembelajaran guling belakang.



Gambar 2. Kerangka Berfikir

### **BAB III**

## **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Menurut Mathar (2013: 21) Penelitian kuantitatif adalah sebuah metode penelitian yang menggunakan pendekatan kalkulasi angka-angka (*numeric*). Sehingga, penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang informasinya diungkapkan melalui angka-angka bukan kata-kata, maka analisis data kuantitatif selalu berkenaan dengan prosedur statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *survey* dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner. Hasil dari tes tersebut akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan dituangkan dalam bentuk persentase untuk mendapatkan gambaran tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP N 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.

#### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Lendah yang beralamat di Tempel, Bumirejo, Kec. Lendah, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa

Yogyakarta 55663. Penelitian dilaksanakan pada 27-28 Maret 2023.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

Arikunto dalam Jayasakti (2020: 55), menyatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Populasi dalam penelitian adalah seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Lendah yang berjumlah 192 peserta didik. Teknik *sampling* menggunakan *total sampling*, yaitu seluruh populasi dari seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Lendah yang berjumlah 192 peserta didik diambil semua untuk menjadi sampel. Rincian sampel dalam penelitian ini, sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	VII A	32
2	VII B	32
3	VII C	32
4	VII D	32
5	VII E	32
6	VII F	32
Jumlah		192

### D. Definisi Operasional Variabel

Menurut Arikunto dalam Triyanto (2015: 25) Variabel adalah segala yang akan menjadi obyek penelitian atau apa saja yang menjadi titik perhatian dari suatu penelitian. Pada penelitian ini terdapat satu variable yaitu kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang. Secara operasional, kesulitan peserta didik yaitu sesuatu yang mengganggu kelancaran peserta didik dalam pembelajaran guling belakang.

Definisi Variabel diambil secara operasional dimana seluruh peserta didik kelas

VII di SMP Negeri 1 Lendah nantinya akan mengungkap tentang kesulitan peserta didik didalam pembelajaran guling belakang ada faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup (Fisik, Psikologis) dan eksternal mencakup (Guru, lingkungan sekolah dan materi guling belakang) yang nantinya akan diambil dengan menggunakan angket.

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

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

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

- a. Peneliti mengajukan surat izin penelitian ke SMP Negeri 1 Lendah
- b. Peneliti menentukan subjek penelitian
- c. Menyebarkan angket pada responden atau peserta didik sebagai subjek penelitian menggunakan *google form*.
- d. Mengumpulkan angket dan melakukan transkrip hasil penelitian.
- e. Mengambil kesimpulan dan saran

### **2. Instrumen Pengumpulan Data**

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Pendapat Arikunto (2010: 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda check list ( $\surd$ ) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Skala bertingkat dalam angket ini

menggunakan modifikasi skala Likert dengan empat pilihan jawaban Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 2. Skala Likert Skor penilaian Pada Alternatif Jawaban Angket

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

Teknik angket ini digunakan untuk mengungkapkan kesulitan peserta didik dalam pembelajaran senam lantai guling belakang. Kuisisioner ini “Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.” Kisi-kisi instrument sebagai, berikut :

Tabel 3. Adopsi Kisi-kisi Instrumen penelitian Kesulitan Peserta Didik Kelas VII dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta

Konstrak	Faktor	Indikator			$\Sigma$
			+	-	
Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo	Intrnal	Fisik	2,3,4,5	1	5
		Psikologis	6,7,8,9	10,11	6
	Eksternal	Guru	12,13,14,15,17	16	6
		- Lingkungan Sekolah	18,19,20	21,22	5
		- Hubungan sosial	23	24,25	3
		Materi			
	- Sikap awal	26,27,28		3	
- Pelaksanaan	30	29,31	3		
- Sikap akhir	34	32,33	2		
<b>Jumlah</b>			<b>33</b>		



a. Uji Validitas

Pendapat Arikunto (2010: 96) bahwa “validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan sesuatu instrumen”. Menghitung validitas menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi *Product Moment* (Arikunto, 2010: 46).

Instrumen diujikan di kelas VII F SMP 1 Lendah, kelas ini semestinya berjumlah 32 peserta didik tetapi karena satu peserta didik tidak hadir (Sakit), sehingga yang hadir 31 peserta didik.

Cara menghitung tingkat validitas atau indeks validitas yaitu koefisien *Product Moment* dengan angket kasar (Arikunto, 2013: 213).

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

Keterangan :

rx<sub>y</sub> : Koefisien validitas butir soal

N : Banyaknya peserta tes

X : Skor item/ butir soal

Y : Skor total butir soal

Berdasarkan hasil analisis validitas diolah menggunakan SPSS versi 25 terdapat 1 butir pertanyaan yang tidak valid dari 33 butir pertanyaan. Butir pernyataan yang tidak valid adalah nomor 11 yaitu mengenai salah satu butir faktor internal dengan indikator psikologis, butir ini tidak di revisi karena di indikator psikologis masih ada 5 butir yang valid, dimana bisa sebagai mewakili secara keseluruhan. Dengan demikian ada 32 butir pernyataan dinyatakan sah dan digunakan untuk pengambilan

data.

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen penelitian

Konstrak	Faktor	Indikator			Σ
			+	-	
Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo	Intrnal	Fisik	2,3,4,5	1	5
		Psikologis	6,7,8,9	10	5
	Ekstreernal	Guru	11,12,13,14,16	15	6
		- Lingkungan Sekolah	17,18,19	20,21	5
		- Hubungan sosial	22	23,24	3
		Materi			
		- Sikap awal	25,26,27		3
- Pelaksanaan	29	28,30	3		
- Sikap akhir		31,32	2		
<b>Jumlah</b>			<b>32</b>		

b. Uji Reabilitas

Reliabilitas instrumen mengacu pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2010: 41). Uji reliabilitas ini menggunakan rumus koefisien Alpha cronbach. Instrumen dikatakan reliabel jika rhitung > rtabel dan sebaliknya jika rhitung < rtabel instrumen dikatakan tidak reliabel atau nilai rhitung dikonsultasikan dengan tabel interpretasi r dengan ketentuan dikatakan reliabel jika rhitung  $\geq 0,600$  (Sugiyono, 2016: 231).

Rumus *Alpha Cronbach* menurut Asep Jihad (2012:179) sebagai berikut:

$$r_{11} = \left[ \frac{n}{n-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

Keterangan :

$r_{11}$  : Koefisien reliabilitas

N : Banyaknya butir soal

$\sum S^2$  : Jumlah varians skor setiap item

$S^2$  : Varians skor total

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.931	32

Nilai Cronbach's Alpha .931 > 0,6 maka hasil instrumen dapat dikatakan reliabel dan layak digunakan.

## F. Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan statistik deskriptif. Adapun teknik penghitungannya untuk masing-masing butir dalam angket menggunakan persentase. Widoyoko (2014: 238) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN)

Berdasarkan Sugiono dalam Triyanto (2015: 38) dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi Pengamatan

N : Jumlah responden

Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikannya dalam bentuk histogram. Pengkategorian disusun dengan 5 kategori yaitu menggunakan teknik kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah Azwar (2016: 163). Rumus yang digunakan dalam menyusun kategori yaitu:

Tabel 6. Pengkategorian Tingkat Kesulitan Peserta Didik

No.	Rentang Norma	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

Saifuddin Azwar (2016:163).

Keterangan:

M : Mean/ rata-rata (mean)

X : Skor responden (nilai yang dihasilkan siswa)

S : Standar Deviasi

Saifuddin Azwar (2016:163).

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Lendah yang beralamat di Tempel, Bumirejo, Kec. Lendah, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta 55663. Subjek dalam penelitian ini adalah semua peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Lendah tahun pelajaran 2022/2023, dengan jumlah awal 192 dikarenakan 1 peserta didik (Sakit) jumlah keseluruhan menjadi 191 peserta didik. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan bulan Maret 2023.

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

Data hasil penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan yaitu tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah, yang diungkapkan dengan menggunakan angket yang berjumlah 32 butir pertanyaan, dan terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Hasil analisis data keseluruhan diperoleh nilai *minimum* (terendah) 67, nilai *maximum* (tertinggi) 100, *mean* (rata-rata) 80,97, *median* (nilai tengah) 78, *mode* (nilai yang sering muncul) 78, *standar deviasi* (SD) 6,44. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah

Statistik	
N	191
Mean	80,97
Median	79
Mode	78
Standar Deviasi	6,44
Minimum	67
Maximum	100

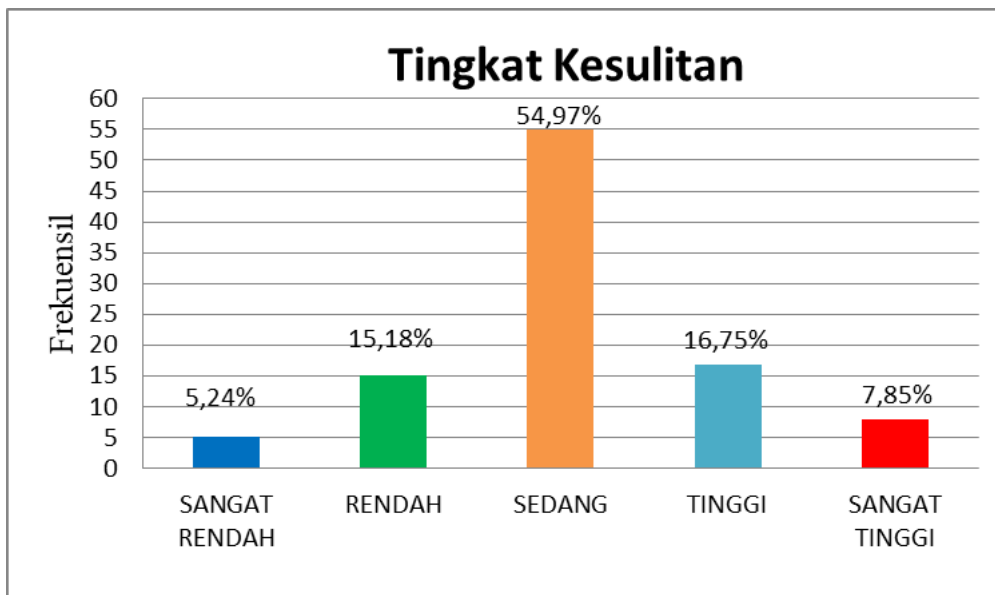
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah. Disajikan tabel 8. Sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 90,63$	Sangat Tinggi	15	7,85%
2	$90,63 < X \leq 84,19$	Tinggi	32	16,75%
3	$84,19 < X \leq 71,25$	Sedang	105	54,97%
4	$71,75 < X \leq 71,31$	Rendah	29	15,18%
5	$X < 71,31$	Sangat Rendah	10	5,24%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 15 peserta didik (7,85%), tinggi sebanyak 32 peserta didik (16,75%), sedang sebanyak 105 peserta didik (54,97%), rendah sebanyak 29 peserta didik (15,18%), sangat rendah sebanyak 10 peserta didik (5,24%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah

masuk dalam kategori sedang. Hasil penelitian secara keseluruhan apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah.

Faktor-faktor yang digunakan kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah selengkapnya dideskripsikan sebagai berikut:

#### 1. Faktor Internal

Analisis data penelitian terhadap hasil faktor internal tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 10 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 17, nilai *maximum* (tertinggi) 36, *mean* (rata-rata) 26,49, *median* (nilai tengah) 27, *mode* (nilai yang sering muncul) 28, *standar deviasi* (SD) 2,83. Hasil dapat disajikan ke dalam

tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Internal

Statistik	
N	191
Mean	26,49
Median	27
Mode	28
Standar Deviasi	2,83
Minimum	17
Maximum	36

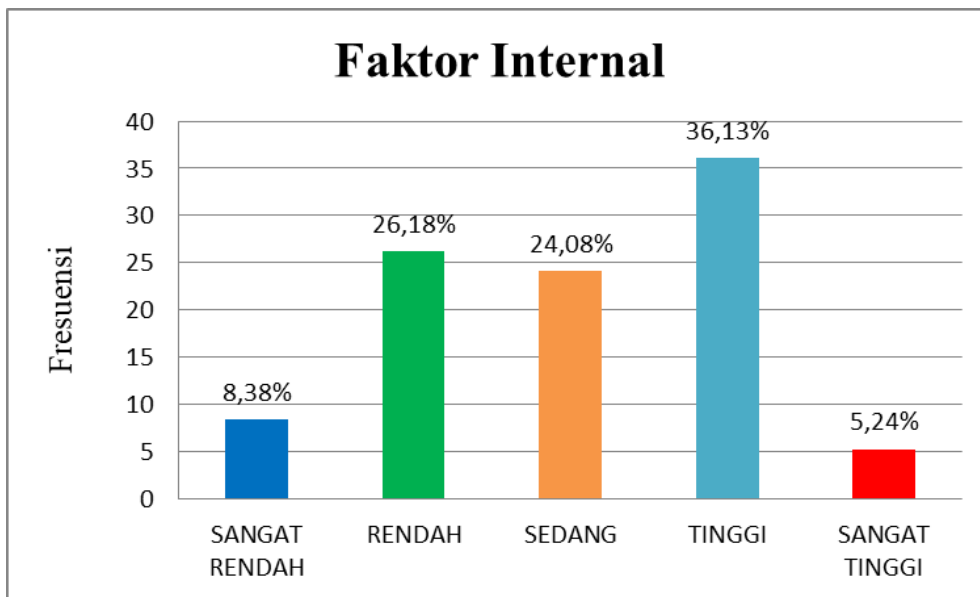
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari faktor internal. Disajikan tabel 10. Sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Faktor Internal

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 30,73$	Sangat Tinggi	10	5,24
2	$30,73 < X \leq 27,91$	Tinggi	69	36,13
3	$27,91 < X \leq 25,08$	Sedang	46	24,08
4	$2,08 < X \leq 22,25$	Rendah	50	26,18
5	$X < 22,25$	Sangat Rendah	16	8,38
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 10 peserta didik (5,24%), tinggi sebanyak 69 peserta didik (36,13%), sedang sebanyak 49 peserta didik (24,08%), rendah sebanyak 50 peserta didik (26,18%), sangat rendah sebanyak

16 peserta didik (8,38%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Tinggi. Hasil penelitian secara keseluruhan apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Faktor Internal

Faktor internal tersusun atas dua indikator, yaitu indikator fisik dan psikologis. Deskripsi tentang tiap indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Indikator Fisik

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator fisik tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 5 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 8, nilai *maximum* (tertinggi) 20, *mean* (rata-rata) 13,31, *median* (nilai tengah) 13, *mode* (nilai yang sering muncul) 14, *standar deviasi* (SD) 1,62. Hasil dapat disajikan ke dalam

tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Indikator Fisik

Statistik	
N	191
Mean	13,31
Median	13
Mode	14
Standar Deviasi	1,62
Minimum	8
Maximum	20

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1

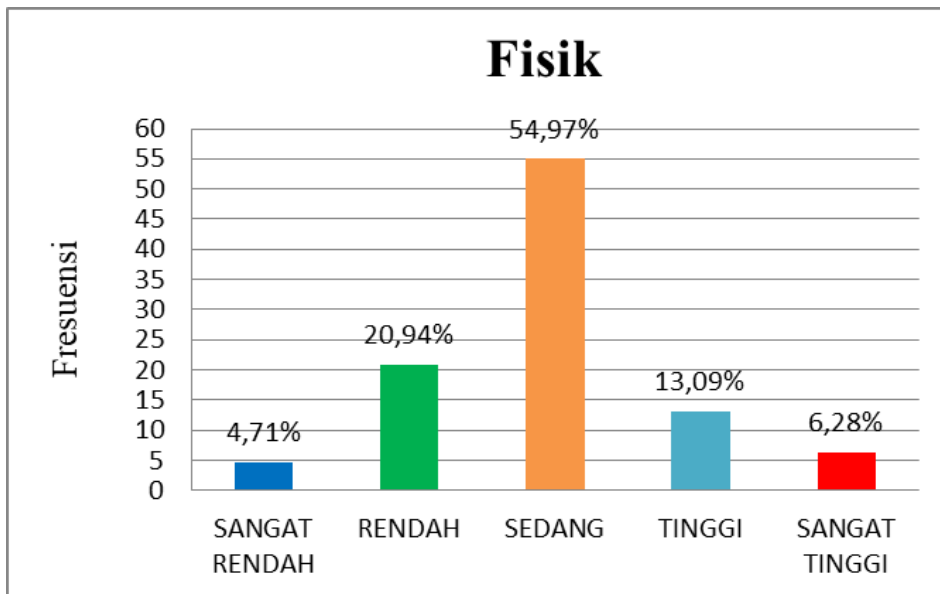
Lendah dari indikator fisik. Disajikan tabel 12. Sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Fisik

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 15,75$	Sangat Tinggi	12	6,28%
2	$15,75 < X \leq 14,12$	Tinggi	25	13,09%
3	$14,12 < X \leq 12,50$	Sedang	105	54,97%
4	$12,50 < X \leq 10,88$	Rendah	40	20,94%
5	$X < 10,88$	Sangat Rendah	9	4,71%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 12 peserta didik (6,28%), tinggi sebanyak 25 peserta didik (13,09%), sedang sebanyak 105 peserta didik (54,97%), rendah sebanyak 40 peserta didik (20,94%), sangat rendah sebanyak

9 peserta didik (4,71%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator fisik apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 5. Diagram Tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah indikator fisik

b. Indikator Psikologis

. Analisis data penelitian terhadap hasil indikator fisik tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 5 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 7, nilai *maximum* (tertinggi) 19, *mean* (rata-rata) 13,18, *median* (nilai tengah) 13, *mode* (nilai yang sering muncul) 15, *standar deviasi* (SD) 1,98. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Indikator Psikologis

Statistik	
N	191
Mean	13,18
Median	13
Mode	15
Standar Deviasi	1,98
Minimum	7
Maximum	19

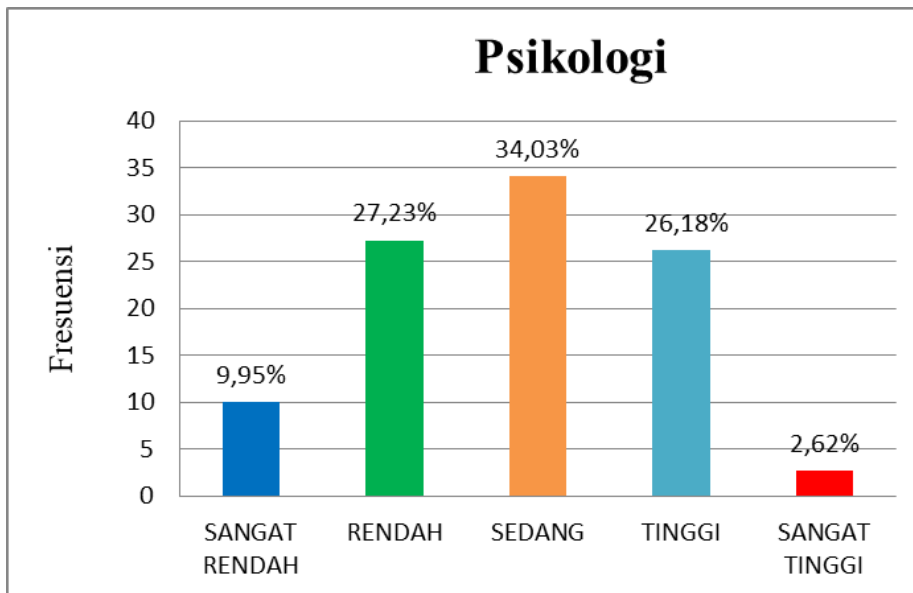
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator fisik. Disajikan tabel 14. Sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Indikator Psikologi

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 32,68$	Sangat Tinggi	5	2,62%
2	$32,68 < X \leq 19,68$	Tinggi	50	26,18%
3	$19,68 < X \leq 6,68$	Sedang	65	34,03%
4	$6,68 < X \leq -6,32$	Rendah	52	27,23%
5	$X < -6,32$	Sangat Rendah	19	9,95%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 14 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 5 peserta didik (2,62%), tinggi sebanyak 50 peserta didik (26,18%), sedang sebanyak 65 peserta didik (34,03%), rendah sebanyak 52 peserta didik (27,23%), sangat rendah sebanyak 19 peserta didik (9,95%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik

kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator fisik apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 6. Diagram Tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah indikator Psikologis

## 2. Faktor Eksternal

Analisis data penelitian terhadap hasil faktor eksternal tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 22 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 42, nilai *maximum* (tertinggi) 68, *mean* (rata-rata) 54,48, *median* (nilai tengah) 54, *mode* (nilai yang sering muncul) 54, *standar deviasi* (SD) 5,14. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 15 sebagai berikut:

Tabel 15. Deskriptif Statistik Faktor Eksternal

Statistik	
N	191
Mean	54,48
Median	54
Mode	54
Standar Deviasi	5,14
Minimum	42
Maximum	68

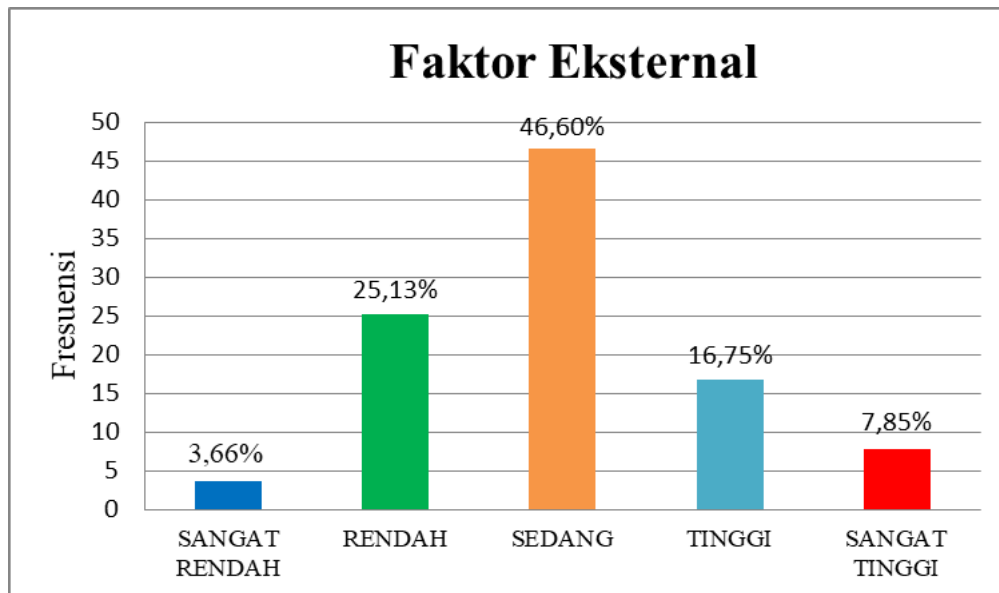
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari faktor internal. Disajikan tabel 16 Sebagai berikut:

Tabel 16. Norma Penilaian Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Faktor Eksternal

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 65,02$	Sangat Tinggi	15	7,85%
2	$65,02 < X \leq 59,52$	Tinggi	32	16,75%
3	$59,52 < X \leq 54,02$	Sedang	89	46,60%
4	$54,02 < X \leq 48,52$	Rendah	48	25,13%
5	$X < 48,52$	Sangat Rendah	7	3,66%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 16 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 15 peserta didik (7,85%), tinggi sebanyak 32 peserta didik (16,75%), sedang sebanyak 89 peserta didik (46,60%), rendah sebanyak 48 peserta didik (25,13%), sangat rendah sebanyak 7 peserta didik (3,66%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik

kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori sedang. Hasil penelitian secara keseluruhan apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 7. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Faktor Eksternal.

Faktor Eksternal tersusun atas empat indikator, yaitu indikator guru, lingkungan sekolah, hubungan sosial, materi. Deskripsi tentang tiap indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Guru

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator guru tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 6 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 9, nilai *maximum* (tertinggi) 21, *mean* (rata-rata) 14,81, *median* (nilai tengah) 15, *mode* (nilai yang sering muncul) 13, *standar deviasi* (SD) 2,45. Hasil dapat disajikan ke dalam

tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Indikator Guru

Statistik	
N	191
Mean	14,81
Median	15
Mode	13
Standar Deviasi	2,45
Minimum	9
Maximum	21

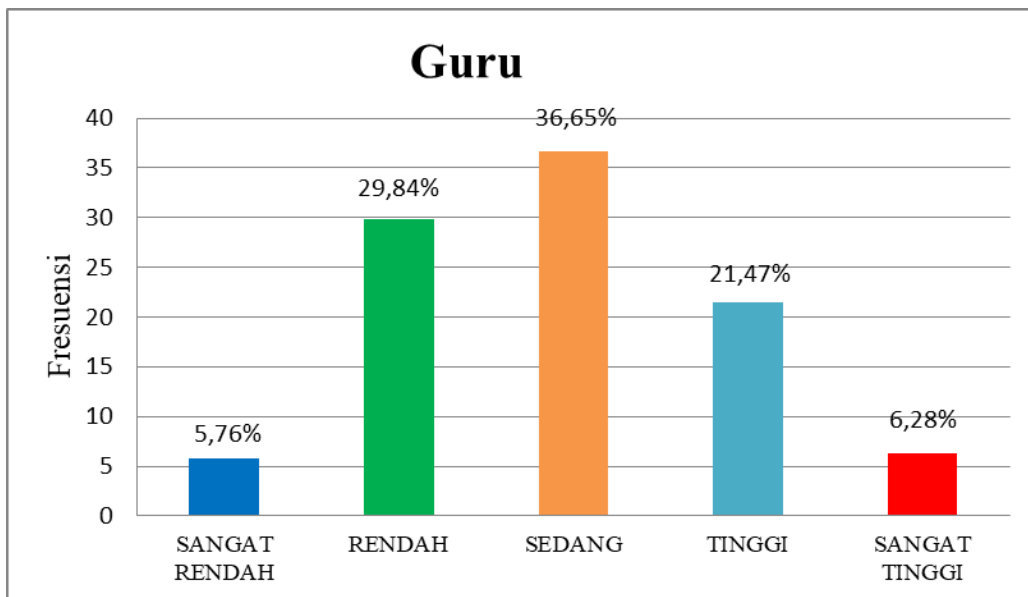
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator guru. Disajikan tabel 18. Sebagai berikut:

Tabel 18. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan Dari Indikator Guru

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 18,49$	Sangat Tinggi	12	6,28
2	$18,49 < X \leq 16,03$	Tinggi	41	21,47
3	$16,03 < X \leq 13,58$	Sedang	70	36,65
4	$13,58 < X \leq 11,13$	Rendah	57	29,84
5	$X < 11,13$	Sangat Rendah	11	5,76
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 18 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator guru, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 12 peserta didik (6,28%), tinggi sebanyak 41 peserta didik (21,47%), sedang sebanyak 70 peserta didik (36,65%), rendah sebanyak 57 peserta didik (29,84%), sangat rendah sebanyak 11 peserta didik

(5,76%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator guru apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Guru.

b. Lingkungan Sekolah

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator lingkungan sekolah tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 5 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 7, nilai *maximum* (tertinggi) 18, *mean* (rata-rata) 12,41, *median* (nilai tengah) 12, *mode* (nilai yang sering muncul) 12, *standar deviasi* (SD) 1,99. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Indikator Lingkungan Sekolah

Statistik	
N	191
Mean	12,41
Median	12
Mode	12
Standar Deviasi	1,99
Minimum	7
Maximum	18

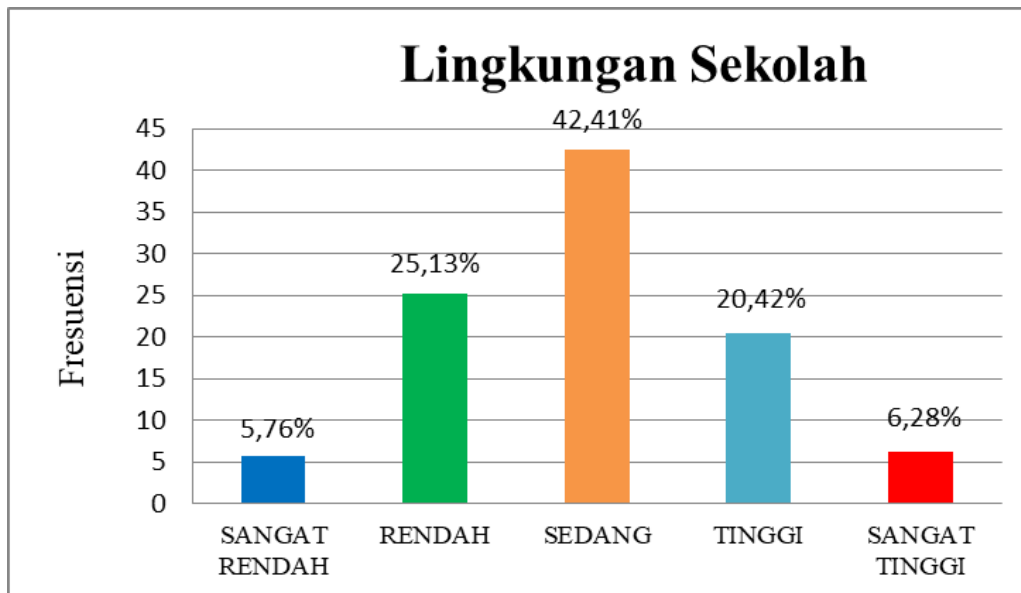
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator lingkungan sekolah. Disajikan tabel 20. Sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Lingkungan Sekolah

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 15,39$	Sangat Tinggi	12	6,28%
2	$15,39 < X \leq 13,40$	Tinggi	39	20,42%
3	$13,40 < X \leq 11,41$	Sedang	81	42,41%
4	$11,41 < X \leq 9,43$	Rendah	48	25,13%
5	$X < 11,13$	Sangat Rendah	11	5,76%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 20 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator lingkungan sekolah, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 12 peserta didik (6,28%), tinggi sebanyak 39 peserta didik (20,42%), sedang sebanyak 81 peserta didik (42,41%), rendah sebanyak 48 peserta didik (25,13%), sangat rendah sebanyak 11 peserta didik (5,76%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik

kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator lingkungan sekolah apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 9. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Lingkungan Sekolah

### c. Hubungan Sosial

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator hubungan sosial tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 3 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 4, nilai *maximum* (tertinggi) 12, *mean* (rata-rata) 7,30, *median* (nilai tengah) 7, *mode* (nilai yang sering muncul) 6, *standar deviasi* (SD) 1,47. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Deskriptif Statistik Indikator Hubungan Sosial

Statistik	
N	191
Mean	7,30
Median	7
Mode	6
Standar Deviasi	1,47
Minimum	4
Maximum	12

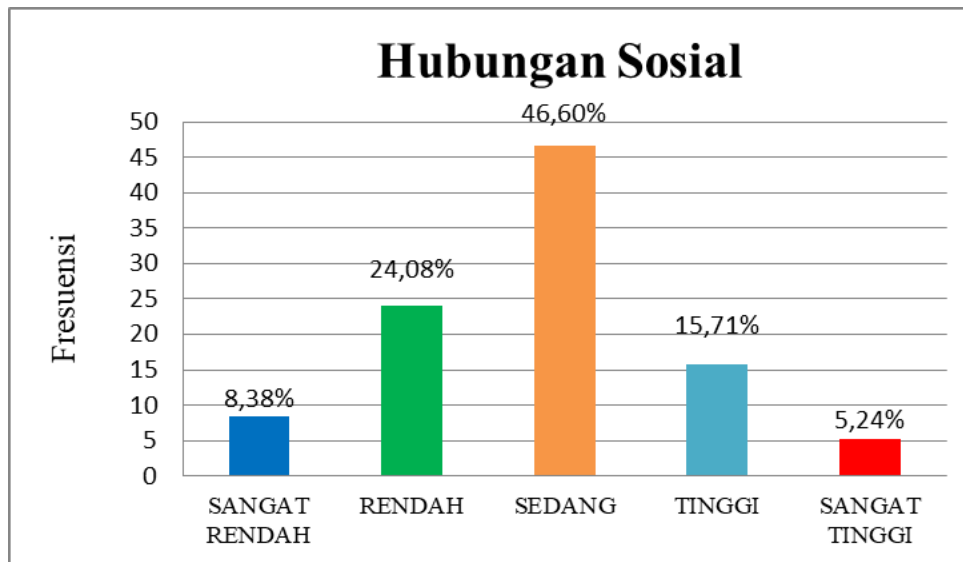
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator hubungan sosial. Disajikan tabel 22. Sebagai berikut:

Tabel 22. Norma Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Hubungan Sosial

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 9,51$	Sangat Tinggi	10	5,24%
2	$9,51 < X \leq 8,04$	Tinggi	30	15,71%
3	$8,04 < X \leq 6,57$	Sedang	89	46,60%
4	$6,57 < X \leq 5,09$	Rendah	46	24,08%
5	$X < 5,09$	Sangat Rendah	16	8,38%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 22 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator hubungan sosial, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 10 peserta didik (5,24%), tinggi sebanyak 30 peserta didik (15,71%), sedang sebanyak 89 peserta didik (46,60%), rendah sebanyak 46 peserta didik (24,08%), sangat rendah sebanyak 16 peserta didik (8,38%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik

kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator hubungan sekolah apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah indikator Hubungan Sosial.

d. Materi

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator materi tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah terdiri dari 8 butir soal menghasilkan nilai *minimum*(terendah) 12, nilai *maximum* (tertinggi) 27, *mean* (rata-rata) 19,96, *median* (nilai tengah) 20, *mode* (nilai yang sering muncul) 19, *standar deviasi* (SD) 2,44. Hasil dapat disajikan ke dalam tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Deskriptif Statistik Indikator Materi

Statistik	
N	191
Mean	19,96
Median	20
Mode	19
Standar Deviasi	2,44
Minimum	12
Maximum	27

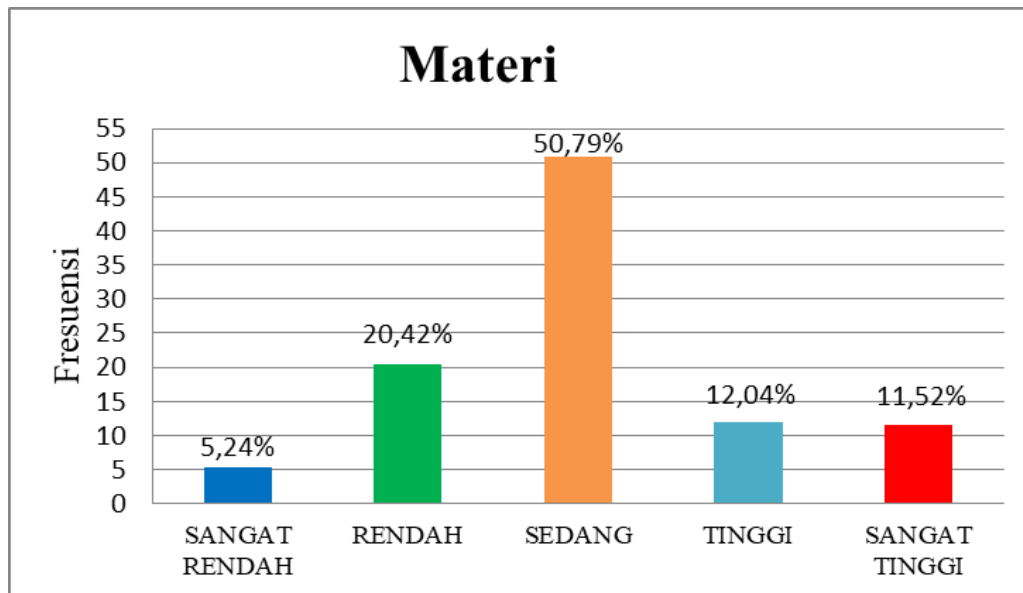
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma penilaian, tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator materi. Disajikan tabel 24. Sebagai berikut:

Tabel 24. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Berdasarkan dari Indikator Materi

No	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	$X > 23,61$	Sangat Tinggi	22	11,52%
2	$23,61 < X \leq 21,18$	Tinggi	23	12,04%
3	$21,18 < X \leq 18,74$	Sedang	97	50,79%
4	$18,74 < X \leq 16,30$	Rendah	39	20,42%
5	$X < 16,30$	Sangat Rendah	10	5,24%
Jumlah			191	100%

Berdasarkan tabel 24 menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah dari indikator materi, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 22 peserta didik (11,52%), tinggi sebanyak 23 peserta didik (12,04%), sedang sebanyak 97 peserta didik (50,79%), rendah sebanyak 39 peserta didik (20,42%), sangat rendah sebanyak 10 peserta didik (5,24%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam

pembelajaran senam lantai guling belakan di SMP Negeri 1 Lendah masuk dalam kategori Sedang. Hasil penelitian indikator materi apabila disajikan dalam bentuk diagram dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Tingkat Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Indikator Materi

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan tingkat kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah termasuk dalam kategori sedang sebanyak 105 peserta didik dengan presentase (54,97%). Hasil ini dikarenakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang. Peserta didik masih

mengalami kesulitan di faktor internal dalam indikator fisik karena peserta didik belum kuat untuk menumpu badan saat melakukan guling belakang. Peserta didik juga masih memiliki kesulitan di faktor eksternal dalam indikator guru karena guru belum menggunakan media saat pembelajaran.

Kesulitan dalam hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor tertentu. Faktor yang mempengaruhi kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah dalam penelitian ini yaitu faktor internal dan eksternal :

#### 1. Faktor Internal

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor internal tergolong dalam kategori tinggi sebanyak 69 peserta didik dengan presentase (36,13%). Hal ini menunjukkan bahwa banyak peserta didik yang sudah mampu mempelajari materi tersebut dengan baik. Ada beberapa peserta didik lebih cenderung kesulitan yang memiliki hambatan dari faktor diri sendiri meliputi keadaan fisik dan psikologis peserta didik. Perasaan malas belajar yang muncul dalam diri peserta didik mungkin disebabkan oleh kurangnya atau kurangnya motivasi diri. Menurut Prihartanta (2015:3). Motivasi mempunyai peranan strategis dalam aktivitas belajar seseorang sehingga mampu terlaksana dengan baik. Motivasi ini mungkin belum tumbuh karena anak belum mengetahui manfaat dari belajar atau belum ingin mencapai sesuatu.

Berdasarkan faktor internal dari indikator fisik kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah tergolong

dalam kategori sedang sebanyak 105 peserta didik dengan presentase (54,97%) namun peserta didik lebih cenderung kesulitan. Hal ini dikarenakan dalam indikator fisik dimana penghambatan bentuk fisik peserta didik untuk melakukan gerakan senam lantai guling belakang mungkin karena masih ada peserta didik yang memiliki berat badan yang berlebih atau gemuk dibanding dengan yang lainnya dan Peserta didik kurang mempunyai mempunyai kelentukan sehingga susah saat melakukan guling belakang. Menurut Medari (2016 : 3) Kelentukan adalah kemampuan seseorang untuk dapat melakukan gerak dengan ruang gerak seluas-luasnya dalam persendiannya. Akibatnya tubuh tidak bisa melakukan gerak dengan maksimal.

Berdasarkan faktor internal dari indikator psikologis kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah tergolong dalam kategori sedang sebanyak 65 peserta didik dengan presentase (34,03%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Hal ini dikarenakan dalam indikator psikologi dimana peserta didik tidak semangat untuk melakukan guling belakang karena dirasa pembelajaran guling belakang kurang menarik. Senam lantai guling belakang dianggap gerakannya susah, di samping itu para peserta didik tidak berani dan kurang percaya diri pada saat melakukan guling belakang karena takut pusing, takut cidera dan kesulitan dalam melakukan gerakan mengguling (Prastya, Aminudin, & Irawan, 2022 : 111).

## 2. Faktor Eksternal

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling

belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor eksternal tergolong dalam kategori sedang. Hasil penelitian ini untuk kategori sedang sebanyak 89 peserta didik dengan presentase (46,60%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Faktor eksternal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang meliputi guru, lingkungan sekolah, hubungan sosial dan materi. Dalam penelitian ini memiliki kesulitan dalam indikator guru dimana guru kurang inovatif dalam mengajar pembelajaran guling belakang.

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor eksternal dari indikator guru tergolong dalam kategori sedang sebanyak 70 peserta didik dengan presentase (36,65%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Hal ini dikarenakan guru kurang inovatif menciptakan kondisi agar peserta didik tidak bosan selama proses pembelajaran. Menurut Buchari (2018: 107). Guru merupakan pelaksana proses belajar-mengajar di sekolah, dan keberhasilan pengajarannya sangat menentukan keberhasilan pendidikan pada umumnya. Contoh dalam pembelajaran guling belakang guru memberikan media sehingga peserta didik tertarik dan mudah memahami gerakan guling belakang.

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor eksternal dari indikator lingkungan sekolah tergolong dalam kategori sedang sebanyak 81 peserta didik dengan presentase (42,41%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Berdasarkan faktor eksternal dari indikator lingkungan sekolah dilihat dari segi

sarana dan prasarana masih kurang baik. Pembelajaran hanya dilakukan di halaman samping kelas, dikarenakan belum mempunyai *hall* unuk senam sehingga kurang leluasa dalam pembelajaran guling belakang. Dilihat dari segi sarana prasarana jika sarana prasarana dalam pembelajaran mendukung maka akan menciptakan pembelajaran yang kondusif dan dapat mendorong pesera didik untuk membangun semangat dalam pembelajaran. Dalam proses pembelajaran sarana dan prasarana yang dapat menunjang pembelajaran ini yaitu seperti tempat belajar yang bersih, peralatan praktik yang memadai, media pembelajaran yang lengkap dan tepat, untuk mempermudah proses pembelajaran (Aunurrahman, 2010: 177-196).

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor eksternal dari indikator hubungan sosial tergolong dalam kategori sedang sebanyak 89 peserta didik dengan presentase (46,60%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Hal ini disebabkan oleh peserta didik yang bercanda sendiri membuat konsentrasi peserta didik yang lain merasa terganggu. Menurut Navia & Yulia (2017 : 101) Konsentrasi belajar adalah suatu hal yang sulit untuk diatasi oleh peserta didik, karena banyak hal yang dapat mempengaruhi konsentrasi peserta didik dalam belajar.

Kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah berdasarkan dari faktor eksternal dari indikator materi tergolong dalam kategori sedang sebanyak 97 peserta didik dengan presentase (50,79%) namun peserta didik lebih cenderung memiliki kesulitan. Hal ini disebabkan oleh peserta didik saat pembelajaran guling belakang tangan belum kuat

untuk menumpu. Power otot lengan kurang baik maka peserta didik akan kesulitan dalam mengeluarkan kepala dari matras dan besar kemungkinan badan akan jatuh kearah samping serta beresiko cidera leher lebih besar karena kurangnya bantuan lengan dalam menopang dan mendorong (Romadhon & Mulyaningsih, 2019 : 2).

#### **D. Keterbatasan Hasil Penelitian**

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

1. Hasil penelitian ini berlaku terhadap peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Lendah saja dan tidak digenerasikan untuk mata pembelajaran yang lain.
2. Keterbatasan waktu penelitian menyebabkan konsentrasi peserta didik terganggu sehingga menunjang sulitnya peserta didik dalam memahami soal tes.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo, untuk kategori sangat tinggi sebanyak 15 peserta didik (7,85%), tinggi sebanyak 32 peserta didik (16,75%), sedang sebanyak 105 peserta didik (54,97%), rendah sebanyak 29 peserta didik (15,18%), sangat rendah sebanyak 10 peserta didik (5,24%). Hasil tersebut dapat diartikan disimpulkan bahwa kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah sebagian besar peserta didik masuk dalam kategori sedang.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan yang telah dikemukakan, maka pada uraian berikut akan peneliti sajikan implikasi hasil penelitian, sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat memberi informasi mengenai kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.
2. Dengan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan baik sekolah, guru, dan peserta didik dalam pembelajaran senam lantai guling belakang untuk meningkatkan proses dalam pembelajaran lebih optimal dan penyampaian semua materi bisa tersampaikan dengan baik

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan yaitu:

1. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang kesulitan peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 1 Lendah.
2. Bagi guru hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam mengatasi tingkat kesulitan yang dialami peserta didik sehingga dapat diambil cara penanganan secara tepat dalam kaitannya dengan peningkatan prestasi dan motivasi belajar peserta didik .

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, S. (2016). Tingkat Kesulitan Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Siswa Kelas V SD Negeri Se Kecamatan Kotagede Yogyakarta Tahun Ajaran 2015/2016. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Agus Mahendra. 2001. *Pembelajaran Senam*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Agus. S. Suryobroto. (2004). Diktat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Amallia, N., & Unaenah, E. (2018). Analisis kesulitan belajar matematika pada siswa kelas III sekolah dasar. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 2(2), 123-133.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asela, S., dkk. (2020). Peran Media Interaktif Dalam Pembelajaran PAI Bagi Gaya Belajar Siswa Visual. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(7), 1297-1304.
- Aunurrahman. (2010). *Belajar dan pembelajaran*. Cetakan ke-4. Bandung: Alfabeta.
- Buchari, A. (2018). Peran guru dalam pengelolaan pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, 12(2), 106-124.
- Cahyono, H. (2019). Faktor-Faktor Kesulitan Belajar Siswa Min Janti. *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran*, 7(1), 1-4.
- Caryono, S., SE, M., & Suhartono, M. M. (2012, November). Analisis Deskriptif Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Mata Pelajaran Matematika di SMA Negeri 8 Purworejo Tahun Pelajaran 2012/2013. In *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika FMIPA UNY* (pp. 819-826).
- Darman, R. A. (2020). *Belajar dan pembelajaran*. Padang: Guepedia.

- Ertanti, D. N., & Nugroho, D. Penerapan Model Pembelajaran Cooperative Learning Type Group Investigation Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Guling Belakang. *Phedheral*, 14(1), 21-33.
- Fakhrurrazi, F. (2018). Hakikat pembelajaran yang efektif. *At-Tafkir*, 11(1), 85-99.
- Farida Mulyaningsih dkk, 2010. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI kelas V. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional
- Faris, M. F. (2018). Persepsi Siswa Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di MTs. Negeri 6 Sleman Yogyakarta. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Festiawan, R. (2020). Belajar dan pendekatan pembelajaran. *Universitas Jenderal Soedirman*, 1-17.
- Hamid, A. (2017). Guru Profesional. *Al-Falah: Jurnal Ilmiah Keislaman dan Kemasyarakatan*, 17(2), 274-285.
- Heriyanti (2008). Identifikasi Faktot-Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Pada Siswa SMP Negeri 5 Kota Jambi. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Herlambang, T., Raharjo, A., Setiawan, I., Daryanto, Z. P., & Or, M. (2017). Tahap-Tahap Pembelajaran Gerak Seven Basics Steps Aerobic Gymnastics. *Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Indonesia 7 Oktober 2017*, 36.
- Ibnu Dwi Prasetyo, S. (2016). Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Belakang Melalui Penggunaan Media Video. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 5-10.
- Jayanti, K. D., (2021). *Senam Aerobik*. Media Sains Indonesia.
- Jayasakti,U.P (2020). Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Khairi. M. (2017) Implementasi Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia No 90 Tahun 2013 Tentang Penyelenggaraan Madrasah Studi Pada Mtsn Se-Kabupaten Tapin. Institut Agama Islam Negeri Antasari

- M. Furqon Hidayatullah. 2012. Pendidikan Jasmani dan Olahraga sebagai Media Pendidikan dalam Membangun Insan Berkarakter dan Bermartabat. Makalah Seminar Nasional Membangun Insan yang berkarakter dan Bermartabat melalui Olahraga. Yogyakarta, 12 Mei 2012.
- Magill, Richard A. 1998. Motor Learning (Concept and Application) Eight Edition. Singapore: McGrawHill International Editions.
- Marinda, L. (2020). Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Problematikanya Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan dan Keislaman*, 13(1), 116-152.
- Mathar, M. (2013). Metode penelitian kuantitatif untuk ilmu perpustakaan. UPT Perpustakaan UIN Alauddin.
- Medari, R. S. S. (2016). Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Kelentukan Tungkai Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Guling Depan Kelas IV Dan V SD N Kraton Yogyakarta. *PGSD Penjaskes*, (5).
- Muktiani, N. R. (2014). Identifikasi Kesulitan Belajar Dasar Gerak Pencaksilat pada Mahasiswa PJKR Bersubsidi di FIK UNY. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(1).
- Navia, Y., & Yulia, P. (2017). Hubungan disiplin belajar dan konsentrasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa. *Pythagoras: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 6(2). Negeri Yogyakarta,
- Nggaa, P. N. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Pada SMP. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 5(1), 32-38.
- Nugraha, B. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 4(1). (557-564)
- Nurbudiyani, I. (2013). Pelaksanaan pengukuran ranah kognitif, afektif, dan psikomotor pada mata pelajaran IPS kelas III SD Muhammadiyah Palangkaraya. *Anterior Jurnal*, 13(1), 88-93.
- Nurjayadi, A. (2016). Tingkat Kecemasan Siswa Kelas Vi Sd Negeri 3 Pengasih Terhadap Pembelajaran Kayang Dalam Senam Lantai Tahun Pembelajaran 2015/2016. *PGSD Penjaskes*, (4).

- Pane, A., & Dasopang, M. D. (2017). Belajar dan pembelajaran. *Fitrah: Jurnal Kajian Ilmu Ilmu Keislaman*, 3(2), 333-352.
- Pautina, A. R. (2018). Aplikasi Teori Gestalt dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 14-28.
- Prastya, R. R., Aminudin, R., & Irawan, A. A. (2022). Pengaruh Alat Bantu Bidang Miring Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Siswa di SMP Bintang Timur. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 110-115.
- Priastuti, D. (2015). Peningkatan keberanian guling belakang melalui permainan bola dan sampai pada siswa kelas IV A SDN 4 Wates Kulonprogo. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).
- Prihartanta, W. (2015). Teori-teori motivasi. *Jurnal Adabiya*, 1(83), 1-14.
- Ranti, S., Hermanzoni, H., & Mardela, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1019-1035.
- Rismayanthi, C. (2011). Optimalisasi pembentukan karakter dan kedisiplinansiswa sekolah dasar melalui pendidikan jasmaniolahraga dan kesehatan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1).
- Romadhon, R., & Mulyaningsih, F. (2019). Sumbangan Power Otot Lengan, Kekuatan Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Terhadap Hasil Belajar Guling Belakang Peserta Didik Putri Kelas Xi Mipa Di Sma N 1 Purworejo. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 8(12).
- Rosdiani, D. (2015). *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rumini dkk. (1995). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UPP Universitas
- Saifuddin Azwar. (2016). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Saleh, M. S., & Malinta, S. S. (2020). Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Smpn 30 Makassar. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 55-62.
- Setiawati, K. S., Parwata, I. G. L. A., & Suratmin, S. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 17-29.

- Siregar, A. Y. S., & Widowati, A. (2022). Efektivitas Bidang Miring Pada Mata Pelajaran Senam Lantai Gerakan Rol Depan Siswa SDN 93 Kota Jambi Secara Blended Learning. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 4(1), 70-78.
- Sriwahyuniati.F (2017). *Belajar motorik* (1st ed.). UNY Press.
- Suardi, M. (2018). *Belajar & pembelajaran*. Sleman: Deepublish.
- Sugiyanto. (2012). *Handout Matakuliah Belajar Gerak*. Surakarta: Prodi S2 IOR PPs UNS.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitin kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, W. S. (2004). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Penjas: Teori dan Praktik Pengembangan*. Yogyakarta: FIK-UNY.
- Wahyuni, S. (2013). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan SMA/MA*.
- Widodo, A. (2018). Makna dan Peran pendidikan jasmani dalam pembentukan insan yang melek jasmaniah/ter-literasi jasmaniahnya. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 53-60.
- Widoyoko, E.P. (2014). *Teknik penyusunan instrumen penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Winarno, M. E.(2006). *Sistematika pembelajaran pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani dan olahraga*, 1.

# LAMPIRAN

Lampiran 1 Kartu Bimbingan

**KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Muhammad Jazim Afandi  
 NIM : 19601244063  
 Program Studi : PJKR  
 Pembimbing : Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda-Tangan
1.	1-2-2023	Konfirmasi	Jul
2.	<del>3-2-2023</del>	Bab I	Jul
3.	8-2-2023	Bab I	Jul
4.	13-2-23	Bab I	Jul
5.	15-2-23	Bab II	Jul
6.	22-2-23	Bab II, III	Jul
7.	27-2-23	Instrumen	Jul
8.	13-3-23	Instrumen	Jul
9.	20-3-23	Uji Coba Instrumen	Jul
10.	5-4-23	Bab IV	Jul
11.	10-4-23	Total & siap ujian	Jul

Ketua Departemen POR

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



## Lampiran 2 Surat Expert Judgment

Hal : Surat permohonan menjadi expert judgment

Lampiran : 1 Bendel Angket

Kepada : Yth.

Bapak Ari Iswanto, M.Or.

Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat, saya Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta,

Nama : Muhammad Jazim Afandi

NIM : 19601244063

Prodi : PJKR

Dengan ini bermaksud untuk mengajukan permohonan *expert judgment* untuk  
penelitian tugas akhir skripsi saya yang berjudul "KESULITAN PESERTA DIDIK  
KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI  
SMP NEGERI 1 LENDAH KULON PROGO".

Demikian surat permohonan ini, besar harapan saya bapak berkenan dengan  
permohonan ini. Atas permohonan dan terpenuhinya permohonan ini saya ucapkan  
terimakasih.

Yogyakarta 1 Maret 2023

Dosen Pembimbing

Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes.

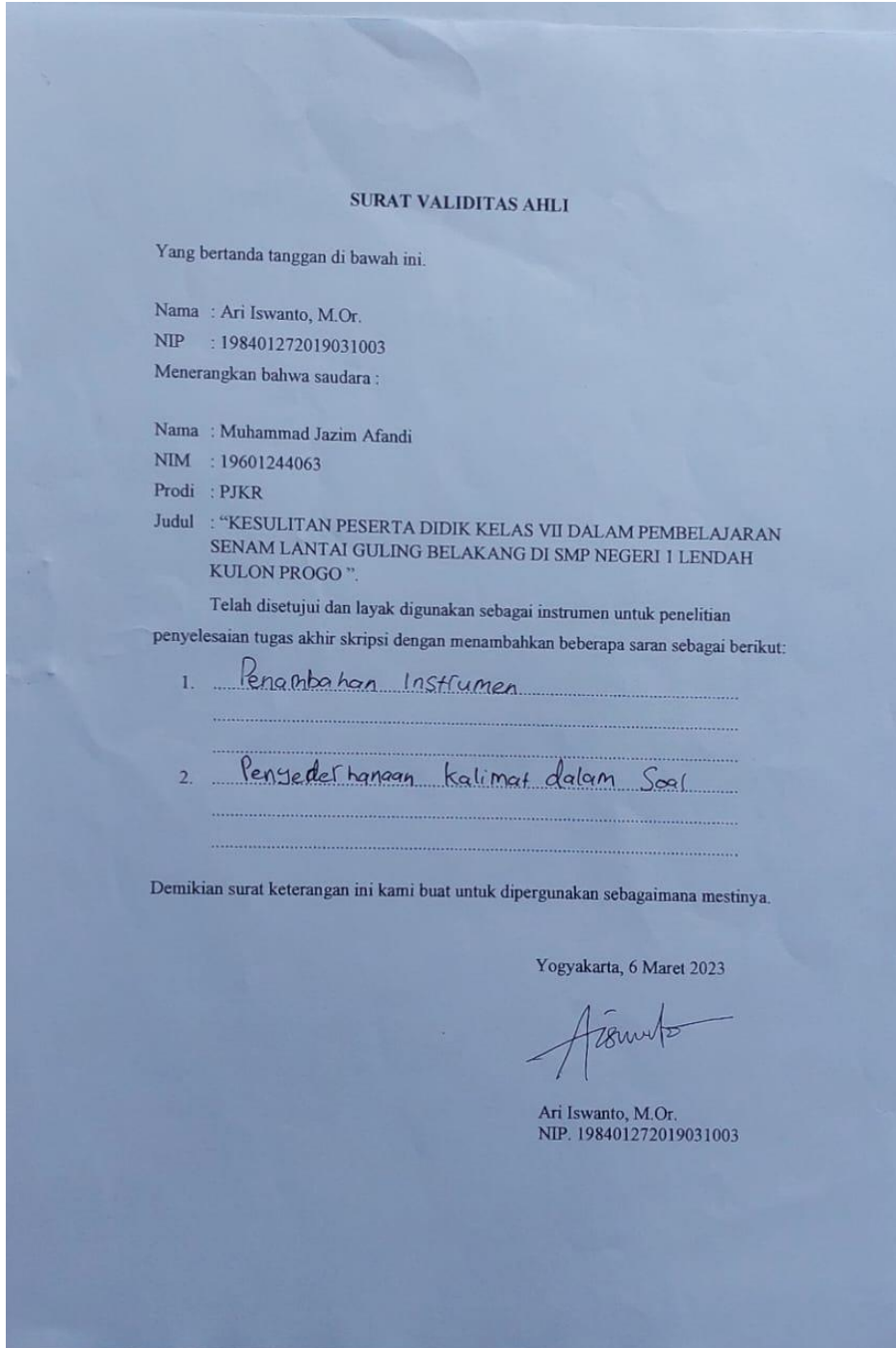
NIP. 196307141988122001

Mahasiswa

Muhammad Jazim Afandi


NIM. 19601244063

### Lampiran 3 Surat Validasi Ahli



## Lampiran 4 Izin Uji Coba Instrumen

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/402/UN34.16/LT/2023 13 Maret 2023  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian**

**Yth. SMP Negeri 1 Lendah**  
**Tempel, Bumirejo, Kec. Lendah, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta**  
**55663.**

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

Nama : Muhammad Jazim Afandi  
NIM : 19601244063  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Judul Tugas Akhir : Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP N 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.  
Waktu Uji Instrumen : 15 - 21 Maret 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,  
Mahasiswa dan Alumni,  
  
Dr. Guntur, M.Pd.  
NIP. 19810926 200604 1 001

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

## Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN 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/1017/UN34.16/PT.01.04/2023 20 Maret 2023  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

**Yth . SMP Negeri 1 Lendah**  
**Tempel, Bumirejo, Kec. Lendah, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta**  
**55663.**

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

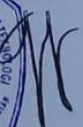

Nama : Muhammad Jazim Afandi  
NIM : 19601244063  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo.  
Waktu Penelitian : 21 - 30 Maret 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.

Tembusan :

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

Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Kemahasiswaan dan Alumni,

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

Lampiran 6 Angket Uji Coba Penelitian

**ANGKET**

**KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH  
KULON PROGO**

**Identitas**

Nama : .....

Kelas : .....

**Petunjuk Pengisian Tes**

Jawablah pernyataan ini dengan memberi centang (√) pada kolom yang telah tersedia dengan ketentuan menjawab :

SS bila Anda **Sangat Setuju**

S bila Anda **Setuju**

TS bila Anda **Tidak Setuju**

STS bila Anda **Sangat Tidak Setuju**

	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
<b>A.</b>	<b>Intrernal</b>				
	<b>Fisik</b>				
1.	Tinggi badan saya mengganggu saat melakukan guling belakang.				
2.	Berat badan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
4.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung dalam melakukan guling belakang.				
5.	Saya memiliki kekuatan otot lengan, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
	<b>Psikologis</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
6.	Saya merasa percaya diri melakukan guling belakang tanpa bantuan guru.				
7.	Saya senang dengan pembelajaran guling belakang karena gerakannya menarik.				

8.	Saya semangat mengikuti pembelajaran guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.				
9.	Badan saya merasa nyaman setelah belajar guling belakang.				
10.	Saya takut dalam pembelajaran guling belakang karena pernah cidera				
11.	Saya kurang melakukan pemanasan ketika akan melakukan guling belakang sehingga gerakan saya kurang maksimal.				
<b>B.</b>	<b>Faktor Eksternal</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
	<b>Guru</b>				
12.	Guru sudah menjelaskan materi guling belakang dengan baik.				
13.	Guru menggunakan media dalam mengajarkan guling belakang.				
14.	Guru memberikan contoh tahap-tahap guling belakang.				
15.	Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan gerakan guling belakang.				
16.	Guru kurang memberikan kesempatan yang banyak kepada peserta didik untuk mencoba gerakan yang diajarkan.				
17.	Guru memberikan pujian pada peserta didik saat melakukan guling belakang dengan baik dan lancar.				
	<b>Lingkungan Sekolah</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
18.	Sekolah memiliki matras yang baik dan layak.				
19.	Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.				
20.	Tempat pembelajaran guling belakang luas dan nyaman				
21.	Ruangan dekat dengan kelas, sehingga mengganggu konsentrasi pembelajaran guling belakang.				
22.	Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga mengganggu dalam mengikuti pembelajaran guling belakang.				
	<b>Hubungan Sosial</b>				
23.	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang menyemangati, saya merasa semangat.				
24.	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang bercanda sendiri, saya merasa terganggu.				
25.	Saya malu melakukan guling belakang jika ada teman dari kelas lain yang melihat pembelajaran guling belakang.				

	<b>Materi</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
	<b>a. Sikap Awal</b>				
26.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan posisi awal jongkok.				
27.	Saya lebih mudah dalam pembelajaran guling belakang pada posisi awal saat menempel dagu ke dada.				
28.	Saya lebih mudah pada saat telapak tangan menghadap keatas disamping telinga.				
	<b>b. Pelaksanaan</b>				
29.	Saya kesulitan pada saat mendorong badan ke belakang.				
30.	Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat menggulingkan ke belakang.				
31.	Setelah mengguling ke belakang saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras.				
	<b>c. Sikap Akhir</b>				
32.	Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal posisi jongkok.				
33.	Saya mengalami kesulitan tahapan gerakan guling belakang, dari sikap awal sampai akhir.				

Lampiran 7 Angket Penelitian

**ANGKET**

**KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH  
KULON PROGO**

**Identitas**

Nama : .....

Kelas : .....

**Petunjuk Pengisian Tes**

Jawablah pernyataan ini dengan memberi centang (√) pada kolom yang telah tersedia dengan ketentuan menjawab :

SS bila Anda **Sangat Setuju**

S bila Anda **Setuju**

TS bila Anda **Tidak Setuju**

STS bila Anda **Sangat Tidak Setuju**

	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
<b>A.</b>	<b>Intrernal</b>				
	<b>Fisik</b>				
1.	Tinggi badan saya mengganggu saat melakukan guling belakang.				
2.	Berat badan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
4.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung dalam melakukan guling belakang.				
5.	Saya memiliki kekuatan otot lengan, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
	<b>Psikologis</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
6.	Saya merasa percaya diri melakukan guling belakang tanpa bantuan guru.				
7.	Saya senang dengan pembelajaran guling belakang karena gerakannya menarik.				

8.	Saya semangat mengikuti pembelajaran guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.				
9.	Badan saya merasa nyaman setelah belajar guling belakang.				
10.	Saya takut dalam pembelajaran guling belakang karena pernah cidera				
<b>B.</b>	<b>Faktor Eksternal</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
	<b>Guru</b>				
11.	Guru sudah menjelaskan materi guling belakang dengan baik.				
12.	Guru menggunakan media dalam mengajarkan guling belakang.				
13.	Guru memberikan contoh tahap-tahap guling belakang.				
14.	Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan gerakan guling belakang.				
15.	Guru kurang memberikan kesempatan yang banyak kepada peserta didik untuk mencoba gerakan yang diajarkan.				
16.	Guru memberikan pujian pada peserta didik saat melakukan guling belakang dengan baik dan lancar.				
	<b>Lingkungan Sekolah</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
17.	Sekolah memiliki matras yang baik dan layak.				
18.	Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.				
19.	Tempat pembelajaran guling belakang luas dan nyaman				
20.	Ruangan dekat dengan kelas, sehingga mengganggu konsentrasi pembelajaran guling belakang.				
21.	Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga mengganggu dalam mengikuti pembelajaran guling belakang.				
	<b>Hubungan Sosial</b>				
22.	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang menyemangati, saya merasa semangat.				
23.	Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang bercanda sendiri, saya merasa terganggu.				
24.	Saya malu melakukan guling belakang jika ada teman dari kelas lain yang melihat pembelajaran guling belakang.				
	<b>Materi</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
	<b>a. Sikap Awal</b>				
25.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan posisi awal jongkok.				

26.	Saya lebih mudah dalam pembelajaran guling belakang pada posisi awal saat menempel dagu ke dada.				
27.	Saya lebih mudah pada saat telapak tangan menghadap keatas disamping telinga.				
<b>b. Pelaksanaan</b>					
28.	Saya kesulitan pada saat mendorong badan ke belakang.				
29.	Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat menggulingkan ke belakang.				
30.	Setelah mengguling ke belakang saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras.				
<b>c. Sikap Akhir</b>					
31.	Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal posisi jongkok.				
32.	Saya mengalami kesulitan tahapan gerakan guling belakang, dari sikap awal sampai akhir.				

### Lampiran 8 Hasil Jawaban Uji Coba Instrumen Tes

NO	NAMA RESPONDEN	PERTANYAAN																																JUMLAH			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		33		
1	RPN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	106
2	APC	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	1	1	103		
3	ADP	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	4	3	1	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	88		
4	ANF	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	95		
5	JDS	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	106		
6	VAKP	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	100		
7	NDR	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	2	89		
8	DRC	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	89			
9	HYA	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	77		
10	AAZ	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	75			
11	NQA	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	1	3	3	2	1	2	2	1	2	76			
12	NPR	3	2	3	2	2	1	2	1	1	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	3	2	2	1	1	1	67		
13	PANF	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	3	2	2	1	1	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	1	1	54		
14	NSD	3	2	2	2	1	1	1	2	2	4	2	1	1	1	1	2	1	3	2	2	2	4	2	2	1	2	1	2	2	2	3	1	1	61		
15	LDK	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	50		
16	RFA	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	83		
17	GOS	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	83		
18	MUF	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	85		
19	IDP	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	85		
20	DRS	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	4	4	3	2	1	2	2	2	2	2	73		
21	MARS	4	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	4	4	4	2	4	3	2	2	3	2	3	1	1	2	3	3	1	3	2	1	2	86		
22	ANR	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	87		
23	RA	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	91		
24	FR	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	3	4	2	1	2	4	4	2	1	4	2	2	1	2	3	4	3	4	4	3	3	88		
25	ANR	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	95		
26	GAP	3	3	2	2	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	3	3	3	4	4	3	1	3	4	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	76		
27	DAP	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	1	3	4	4	3	1	3	1	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	69		
28	RAN	3	2	2	2	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	90		
29	NM	3	2	2	2	2	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	86		
30	ADL	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	81		
31	MOA	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	77		



Nomor10	.457	0,355	Valid
Nomor11	.204	0,355	Tidak Valid
Nomor12	.679	0,355	Valid
Nomor13	.709	0,355	Valid
Nomor14	.761	0,355	Valid
Nomor15	.668	0,355	Valid
Nomor16	.445	0,355	Valid
Nomor17	.644	0,355	Valid
Nomor18	.357	0,355	Valid
Nomor19	.498	0,355	Valid
Nomor20	.466	0,355	Valid
Nomor21	.449	0,355	Valid
Nomor22	.482	0,355	Valid
Nomor23	.377	0,355	Valid
Nomor24	.431	0,355	Valid
Nomor25	.577	0,355	Valid
Nomor26	.394	0,355	Valid
Nomor27	.636	0,355	Valid
Nomor28	.530	0,355	Valid
Nomor29	.546	0,355	Valid
Nomor30	.639	0,355	Valid
Nomor31	.553	0,355	Valid
Nomor32	.557	0,355	Valid
Nomor33	.552	0,355	Valid

Uji Reabilitas Instrumen

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.985	33

## Lampiran 10 Data Hasil Penelitian

NO	Fisik				Psikologis						Guru				Lingkungan Sekolah				Hub Sosial				a. Sikap Awal			b. Pelaksanaan			c. Sikap Akhir			Jumlah			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		32	33	
1 VNT	3	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	4	1	2	2	1	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	1	2	3	3	3	79		
2 YKR	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	77	
3 VNDK	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	77	
4 RPP	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	81	
5 NNR	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	2	3	3	3	80		
6 NAZ	3	3	2	3	3	2	3	4	4	4	2	4	3	4	3	1	1	2	2	4	3	3	1	3	4	4	2	4	2	4	1	1	4	91	
7 DZI	3	2	1	3	3	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	82		
8 LFK	2	4	3	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	78	
9 FBK	3	2	3	3	2	2	1	2	4	1	2	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	1	3	2	1	3	2	1	2	2	1	3	83	
10 NSD	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	77	
11 NTA	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	80	
12 NMR	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	79	
13 FNI	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	78	
14 KHR	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	
15 MS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	80		
16 AR	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	80	
17 HS	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	3	3	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	78	
18 NNH	2	1	3	3	4	2	2	3	3	2	3	2	1	3	2	1	1	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69	
19 WOM	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	81	
20 FZR	4	2	3	2	2	2	2	2	4	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
21 RA	2	3	4	1	2	3	3	2	2	3	3	3	1	4	1	1	2	2	2	4	1	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	78	
22 REM	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	79	
23 BCP	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	3	2	1	3	2	1	3	2	2	2	81	
24 APK	3	4	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	4	3	77	
25 APP	3	2	2	4	3	3	2	2	2	2	3	1	3	4	3	1	2	3	2	1	1	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	80	
26 AVP	3	3	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	88	
27 FRI	3	4	2	2	1	2	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	2	4	4	4	4	2	2	79		
28 AAP	3	3	2	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	1	4	2	1	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	78	
29 EY	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	2	1	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	78	
30 UA	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	78	
31 SIC	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	78	
32 AAY	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	80	
33 SER	3	3	2	3	3	2	1	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	79	
34 AAA	3	3	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	83	
35 RW	2	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	78	
36 ANW	4	3	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	4	1	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	79	
37 SRA	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	78	
38 MAA	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	78	
39 ZPM	4	4	2	4	1	2	2	3	3	3	1	2	3	2	3	2	1	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	82
40 ANW	3	3	1	2	1	2	2	1	2	2	3	1	2	4	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	68
41 SR	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	90	
42 TRW	4	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	3	78	
43 SAS	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	1	1	2	3	4	2	2	1	4	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	82	
44 AHF	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	70
45 GHP	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	78
46 BNP	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	79
47 JNPT	2	3	2	3	3	3	1	1	2	4	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	4	4	3	2	1	3	2	2	2	2	4	3	4	78	
48 AMW	4	2	2	3	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	79	
49 (HYA)	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	84	
50 NL	2	1	3	4	3	4	4	4	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	79	
51 CFX	4	3	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	72	
52 PHA	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	3	78		
53 DPA	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	77
54 DA	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	80
55 RNA	2	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	1	2	2	1	4	2	3																	

97	FMZ	4	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	4	1	3	3	3	87
98	RPK	2	1	4	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	69
99	SCR	4	4	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	1	3	2	1	3	3	1	4	3	2	3	3	2	2	2	2	2	4	76
100	ES	4	3	3	3	3	2	2	2	2	4	1	2	2	4	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	77
101	ASKP	4	2	2	3	3	3	2	4	4	1	2	2	2	3	4	2	4	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	4	75
102	TAA	2	2	3	3	3	4	4	4	4	3	1	2	1	1	3	2	4	2	3	3	3	3	1	4	2	2	1	3	3	2	83	
103	RA	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	83	
104	FIA	3	4	2	1	3	4	2	1	2	4	1	2	1	2	4	1	2	2	1	4	4	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	79
105	AR	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	79
106	HRK	4	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	85	
107	FNA	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	3	1	1	86
108	AMP	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	79
109	RA	2	4	2	2	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	4	2	3	3	2	2	2	2	3	77
110	YJ	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	80
111	SBMP	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	1	2	3	2	1	3	3	2	76	
112	NAL	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	1	3	3	1	3	1	3	79	
113	SA	2	2	2	3	2	3	4	2	2	1	3	1	2	1	2	3	1	3	3	3	3	2	3	1	2	3	3	2	3	1	1	72
114	PAI	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	1	1	81
115	INAS	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	79	
116	RMP	3	3	2	2	2	3	1	1	2	3	2	3	1	1	3	2	1	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	71
117	NAP	4	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	78
118	SDR	3	2	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	3	78
119	HAI	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	1	3	3	2	4	2	2	1	2	2	3	74
120	ARS	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	78	
121	SS	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	79	
122	AS	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3	71	
123	BH	2	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	2	3	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	79	
124	MNK	3	3	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	3	67
125	ANS	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	79	
126	ATRP	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	4	1	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	1	3	1	2	1	80
127	NAH	3	3	1	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	4	4	2	3	3	3	3	79	
128	RUA	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	85	
129	PM	3	4	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	78	
130	VND	3	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	78	
131	TZ	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	72
132	KCE	4	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	78
133	AA	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	77	
134	NAS	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	77	
135	FEA	4	3	1	3	2	2	2	3	3	1	4	2	1	2	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	4	2	84
136	KTR	4	3	2	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	84
137	B A P	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	79
138	MR	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	74
139	AAB	3	4	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	3	4	3	3	2	2	3	1	3	3	4	81	
140	TS	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	2	2	3	3	79	
141	SRA	4	4	1	2	4	1	2	1	3	4	4	4	4	3	1	4	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	1	4	3	3	90
142	EFS	2	3	4	3	3	2	3	1	3	1	4	1	4	2	2	3	2	3	4	4	3	3	2	1	1	3	4	3	2	3	85	
143	CF	3	3	3	1	3	1	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	1	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	73
144	LRK	4	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	1	3	2	3	1	3	2	2	3	2	78	
145	FD	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	78	
146	OCIS	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	1	2	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	2	1	2	3	2	3	3	3	79	
147	NAD	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	1	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	1	87	
148	ZIP	3	3	3	4	2	3	1	1	3	4	4	4	4	4	1	1	1	3	4	1	4	2	2	3	1	2	2	3	1	3	82	
149	SDPM	3	3	2	3	3	4	3	3	1	2	4	3	2	2	2	1	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	2	3	3	3	82	
150	F	3	3	2	3	3	3	4	3	3	1	2	4	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	1	3	3	3	2	2	2	77	
151	MALP	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	83	
152	FA	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	82	
153	NKA	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	1	3	1	2	2	3	3	1	3	4	4	2	3	2	4	3	3	88	
154	DA	4	4	2	3	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	74	
155	AFR	2	2	2	2	1	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	4	4	2	3	2	3	3	3	2	78	
156	MAMA</																																

Lampiran 11 Hasil Olah Data Tingkat Kesulitan

**Statistics**

**Kesulitan**

N Valid	191
Missing	0
Mean	80.97
Median	79.00
Mode	78
Std. Deviation	6.441
Minimum	80.97
Maximum	79.00

**Faktor Kesulitan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 67	2	1,0	1,0	1,0
68	2	1,0	1,0	2,1
69	2	1,0	1,0	3,1
70	1	0,5	0,5	3,7
71	3	1,6	1,6	5,2
72	6	3,1	3,1	8,4
73	4	2,1	2,1	10,5
74	4	2,1	2,1	12,6
75	2	1,0	1,0	13,6
76	3	1,6	1,6	15,2
77	10	5,2	5,2	20,4
78	35	18,3	18,3	38,7
79	29	15,2	15,2	53,9
80	10	5,2	5,2	59,2
81	10	5,2	5,2	64,4
82	6	3,1	3,1	67,5
83	11	5,8	5,8	73,3
84	4	2,1	2,1	75,4
85	5	2,6	2,6	78,0
86	5	2,6	2,6	80,6
87	6	3,1	3,1	83,8
88	4	2,1	2,1	85,9
89	5	2,6	2,6	88,5
90	7	3,7	3,7	92,1
91	2	1,0	1,0	93,2
94	1	0,5	0,5	93,7
95	8	4,2	4,2	97,9
97	1	0,5	0,5	98,4
98	1	0,5	0,5	99,0
99	1	0,5	0,5	99,5
100	1	0,5	0,5	100,0
Total	191	100,0	100,0	

## Lampiran 12 Hasil Olah Data Faktor Internal

### Internal

N Valid	191
Missing	0
Mean	26.49
Median	27.00
Mode	28
Std. Deviation	2.826
Minimum	17
Maximum	36

### Internal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	1	0,5	0,5	0,5
	19	2	1,0	1,0	1,6
	20	2	1,0	1,0	2,6
	21	4	2,1	2,1	4,7
	22	7	3,7	3,7	8,4
	23	10	5,2	5,2	13,6
	24	18	9,4	9,4	23,0
	25	22	11,5	11,5	34,6
	26	23	12,0	12,0	46,6
	27	23	12,0	12,0	58,6
	28	33	17,3	17,3	75,9
	29	28	14,7	14,7	90,6
	30	8	4,2	4,2	94,8
	31	5	2,6	2,6	97,4
	32	3	1,6	1,6	99,0
	33	1	0,5	0,5	99,5
	36	1	0,5	0,5	100,0
Total	191	100,0	100,0		

Lampiran 13 Hasil Olah Data Indikator Fisik

**Statistics**

Fisik

N Valid	191
Missing	0
Mean	13.31
Median	13.00
Mode	14
Std. Deviation	1.621
Minimum	8
Maximum	20

Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	1	0,5	0,5	0,5
	9	2	1,0	1,0	1,6
	10	6	3,1	3,1	4,7
	11	15	7,9	7,9	12,6
	12	25	13,1	13,1	25,7
	13	52	27,2	27,2	52,9
	14	53	27,7	27,7	80,6
	15	25	13,1	13,1	93,7
	16	8	4,2	4,2	97,9
	17	3	1,6	1,6	99,5
	20	1	0,5	0,5	100,0
Total		191	100,0	100,0	

Lampiran 14 Hasil Olah Data Indikator Psikologi

**Statistics**

Psikologis

N Valid	191
Missing	0
Mean	13.18
Median	13.00
Mode	15
Std. Deviation	1.981
Minimum	7
Maximum	19

Psikologis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	1	0,5	0,5	0,5
	8	1	0,5	0,5	1,0
	9	5	2,6	2,6	3,7
	10	12	6,3	6,3	9,9
	11	17	8,9	8,9	18,8
	12	35	18,3	18,3	37,2
	13	30	15,7	15,7	52,9
	14	35	18,3	18,3	71,2
	15	37	19,4	19,4	90,6
	16	13	6,8	6,8	97,4
	17	4	2,1	2,1	99,5
	19	1	0,5	0,5	100,0
	<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

Lampiran 15 Hasil Olah Data Faktor Eksterna

**Statistics**

Eksternal

N Valid	191
Missing	0
Mean	54.48
Median	54.00
Mode	54
Std. Deviation	5.142
Minimum	42
Maximum	68

Eksternal

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulat ive Percent
Valid	42	1	0,5	0,5	0,5
	43	1	0,5	0,5	1,0
	45	1	0,5	0,5	1,6
	46	4	2,1	2,1	3,7
	47	5	2,6	2,6	6,3
	48	5	2,6	2,6	8,9
	49	9	4,7	4,7	13,6
	50	15	7,9	7,9	21,5
	51	14	7,3	7,3	28,8
	52	16	8,4	8,4	37,2
	53	20	10,5	10,5	47,6
	54	23	12,0	12,0	59,7
	55	13	6,8	6,8	66,5
	56	9	4,7	4,7	71,2
	57	8	4,2	4,2	75,4
	58	6	3,1	3,1	78,5
	59	6	3,1	3,1	81,7
	60	10	5,2	5,2	86,9
	61	6	3,1	3,1	90,1
	62	4	2,1	2,1	92,1
64	4	2,1	2,1	94,2	
66	9	4,7	4,7	99,0	
68	2	1,0	1,0	100,0	
Total	191	100,0	100,0		

## Lampiran 16 Hasil Olah Data Indikator Guru

### Statistics

#### Guru

N Valid	191
Missing	0
Mean	14.81
Median	15.00
Mode	13
Std. Deviation	2.454
Minimum	9
Maximum	21

#### Guru

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	1	0,5	0,5	0,5
	10	4	2,1	2,1	2,6
	11	6	3,1	3,1	5,8
	12	22	11,5	11,5	17,3
	13	35	18,3	18,3	35,6
	14	26	13,6	13,6	49,2
	15	27	14,1	14,1	63,4
	16	17	8,9	8,9	72,3
	17	22	11,5	11,5	83,8
	18	19	9,9	9,9	93,7
	19	6	3,1	3,1	96,9
	20	3	1,6	1,6	98,4
	21	3	1,6	1,6	100,0
	Total	191	100,0	100,0	

Lampiran 17 Hasil Olah Data Indikator Lingkungan Sekolah

**Statistics**

Lingkungan Sekolah

N Valid	191
Missing	0
Mean	12.41
Median	12.00
Mode	12
Std. Deviation	1.987
Minimum	7
Maximum	18

Lingkungan Sekolah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	2	1,0	1,0	1,0
	8	1	0,5	0,5	1,6
	9	8	4,2	4,2	5,8
	10	17	8,9	8,9	14,7
	11	31	16,2	16,2	30,9
	12	55	28,8	28,8	59,7
	13	26	13,6	13,6	73,3
	14	16	8,4	8,4	81,7
	15	23	12,0	12,0	93,7
	16	7	3,7	3,7	97,4
	17	4	2,1	2,1	99,5
	18	1	0,5	0,5	100,0
	<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

## Lampiran 18 Hasil Olah Data Indikator Hubungan Sosial

### Statistics

#### Hubungan Sosial

N Valid	191
Missing	0
Mean	7.30
Median	7.00
Mode	6 <sup>a</sup>
Std. Deviation	1.473
Minimum	4
Maximum	12

#### Hubungan Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	5	2,6	2,6	2,6
	5	11	5,8	5,8	8,4
	6	46	24,1	24,1	32,5
	7	43	22,5	22,5	55,0
	8	46	24,1	24,1	79,1
	9	30	15,7	15,7	94,8
	10	7	3,7	3,7	98,4
	11	1	0,5	0,5	99,0
	12	2	1,0	1,0	100,0
	Total	191	100,0	100,0	

Lampiran 19 Hasil Olah Data Indikator Materi

**Statistics**

Materi

N Valid	191
Missing	0
Mean	19.96
Median	20.00
Mode	19
Std. Deviation	2.436
Minimum	12
Maximum	27

Materi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	1	0,5	0,5	0,5
	14	1	0,5	0,5	1,0
	15	4	2,1	2,1	3,1
	16	4	2,1	2,1	5,2
	17	16	8,4	8,4	13,6
	18	23	12,0	12,0	25,7
	19	39	20,4	20,4	46,1
	20	33	17,3	17,3	63,4
	21	25	13,1	13,1	76,4
	22	15	7,9	7,9	84,3
	23	8	4,2	4,2	88,5
	24	17	8,9	8,9	97,4
	25	3	1,6	1,6	99,0
	26	1	0,5	0,5	99,5
	27	1	0,5	0,5	100,0
	<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

## Lampiran 20 Hasil Pengerjaan Tes Responden

### **KUESIONER KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 1 LENDAH KULON PROGO**

Assalamualaikum WR.WB  
Saya Muhammad Jazim Afandi mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang sedang melakukan penelitian untuk Tugas Akhir Skripsi (TAS). Saya memohon kesediaan dari peserta didik kelas VII Terhadap SMP 1 Lendah untuk dapat mengisi tes Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo ini dengan jujur dan lengkap. Semua informasi yang anda berikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya saya gunakan untuk kepentingan akademis. Atas kesediaannya saya ucapkan terimakasih

[Login ke Google](#) untuk menyimpan progres.  
[Pelajari lebih lanjut](#)

**\* Wajib**

Nama \*

VNT \_\_\_\_\_

Kelas \*

7D \_\_\_\_\_

### Petunjuk Pengisian Tes

Jawablah

pernyataan ini dengan memberi centang (✓) pada kolom yang telah tersedia dengan ketentuan menjawab :

SS bila Anda **Sangat Setuju**

S bila Anda **Setuju**

TS bila Anda **Tidak Setuju**

STS bila Anda **Sangat Tidak Setuju**

1. Tinggi badan saya mengganggu saat melakukan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

2. Berat badan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

3. Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

4. Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung dalam melakukan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

5. Saya memiliki kekuatan otot lengan, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

6. Saya merasa percaya diri melakukan guling belakang tanpa bantuan guru.

- SS
- S
- TS
- STS

7. Saya senang dengan pembelajaran guling belakang karena gerakannya menarik.

- SS
- S
- TS
- STS

8. Saya semangat mengikuti pembelajaran guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

9. Badan saya merasa nyaman setelah belajar guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

10. Saya takut dalam pembelajaran guling belakang karena pernah cidera

- SS
- S
- TS
- STS

11. Guru sudah menjelaskan materi guling belakang dengan baik.

- SS
- S
- TS
- STS

12. Guru menggunakan media dalam mengajarkan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

13. Guru memberikan contoh tahap-tahap guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

14. Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan gerakan guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

15. Guru kurang memberikan kesempatan yang banyak kepada peserta didik untuk mencoba gerakan yang diajarkan.

- SS
- S
- TS
- STS

16. Guru memberikan pujian pada peserta didik saat melakukan guling belakang dengan baik dan lancar.

- SS
- S
- TS
- STS

17. Sekolah memiliki matras yang baik dan layak.

- SS
- S
- TS
- STS

18. Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

19. Tempat pembelajaran guling belakang luas dan nyaman

- SS
- S
- TS
- STS

20. Ruangan dekat dengan kelas, sehingga mengganggu konsentrasi pembelajaran guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

21. Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga mengganggu dalam mengikuti pembelajaran guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

22. Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang menyemangati, saya merasa semangat.

- SS
- S
- TS
- STS

23. Jika dalam pembelajaran guling belakang ada teman yang bercanda sendiri, saya merasa terganggu.

- SS
- S
- TS
- STS

24. Saya malu melakukan guling belakang jika ada teman dari kelas lain yang melihat pembelajaran guling belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

25. Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan posisi awal jongkok.

- SS
- S
- TS
- STS

26. Saya lebih mudah dalam pembelajaran guling belakang pada posisi awal saat menempel dagu ke dada.

- SS
- S
- TS
- STS

27. Saya lebih mudah pada saat telapak tangan menghadap keatas disamping telinga.

- SS
- S
- TS
- STS

28. Saya kesulitan pada saat mendorong badan ke belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

29. Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat menggulingkan ke belakang.

- SS
- S
- TS
- STS

30. Setelah mengguling ke belakang saya kesulitan menumpukan kedua kaki pada matras.

- SS
- S
- TS
- STS

31. Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal posisi jongkok.

- SS
- S
- TS
- STS

32. Saya mengalami kesulitan tahapan gerakan guling belakang, dari sikap awal \* sampai akhir.

- SS
- S
- TS
- STS

Kirim

Kosongkan formulir

Jangan pernah mengirimkan sandi melalui Google Formulir.

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google. [Laporkan Penyalahgunaan](#) - [Persyaratan Layanan](#) - [Kebijakan Privasi](#)

Google Formulir

Lampiran 21 Dokumentasi



Gambar 1 Penjelasan Penelitian



Gambar 2 Pengisian Tes Kesulitan Guling Belakang



Gambar 3 Pelaksanaan Tes Kesulitan Guling belakang



Gambar 4 Foto Bersama Responden

