

**FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM
LANTAI SISWA KELAS VII DI SMP N 3 TEMPEL KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapat gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh:

Nuril Anwar

NIM 19601244066

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

FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA KELAS VII DI SMP N 3 TEMPEL KABUPATEN SLEMAN

Oleh:
Nuril Anwar
NIM 19601244066

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi kurangnya pemanfaatan sarana dan prasarana serta peran keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran olahraga senam lantai yang belum terlaksana secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai pada kelas VII di SMP N 3 Tempel.

Teknik penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP N 3 Tempel. Tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 40 siswa. Instrumen yang digunakan berupa angket. Uji validitas instrumen menggunakan teknik *Corrected Item Total Correlation* dengan taraf signifikan 5% dengan batasan r tabel maka tingkat pendukung secara keseluruhan didapat validitas sebesar 0,304. Sedangkan uji Reliabilitas instrumen menggunakan *Alpha Cornbach* dan didapat reliabilitas sebesar 0,93. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Adapun teknik dalam menganalisis yang dilakukan menggunakan perhitungan ke dalam persentase.

Hasil dari penelitian faktor pendukung pembelajaran senam lantai pada siswa kelas VII SMP N 3 Tempel tahun 2023/2024 dengan melihat frekuensi terbanyak pada kategori sedang dengan 30 orang atau 75,00%. Faktor yang mendukung pembelajaran senam lantai pada kategori tinggi dengan frekuensi 6 orang atau 15,00 %, rendah dengan 4 orang atau 10,00%. Faktor yang memiliki frekuensi terbanyak terdapat pada faktor ekstrinsik dengan indikator sekolah dengan frekuensi 29 orang atau 72,50 %. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil dari faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel termasuk dalam kategori sedang.

Kata kunci: faktor pendukung, senam lantai, siswa kelas VII

**SUPPORTING FACTORS FOR THE IMPLEMENTATION OF GYMNASTICS
LEARNING FOR THE SEVENTH GRADE STUDENTS OF SMP N 3 TEMPEL,
SLEMAN REGENCY**

Nuril Anwar
NIM 19601244066

Abstract

This research is inspired by the lack of utilization of facilities and infrastructure as well as the active role of students in participating in gymnastics learning which has not been implemented optimally. This research aims to determine the supporting factors for implementing gymnastics learning for the seventh grade students at SMP N 3 Tempel (Tempel 3 Junior High School).

This research technique was a descriptive quantitative study. The research method was a survey method. The research subjects were the seventh grade students of SMP N 3 Tempel in 2023/2024 school year, totaling 40 students. The instrument used a questionnaire. Testing the validity of the instrument used the Corrected Item Total Correlation technique with a significance level of 5% with an r table limit, so the overall level of support was obtained with validity of 0.304. Meanwhile, the instrument reliability test used Cornbach's Alpha and obtained a reliability of 0.93. The data analysis technique used descriptive statistical analysis elaborated in percentages. The analysis technique was conducted by using calculations into percentages.

The results of research on supporting factors for gymnastics learning for the seventh grade students of SMP N 3 Tempel in 2023/2024 school year by looking at the highest frequency in the medium level with 30 students or at 75.00%. Supporting factors for gymnastics learning are as follows: in the high level with a frequency of 6 students or at 15.00%, in the low level for about 4 students or at 10.00%. The factors that have the highest frequency are extrinsic factors with school indicators with a frequency of 29 students or at 72.50%. Based on these results, it shows that the results of the supporting factors for implementing gymnastics learning for the seventh grade students of SMP N 3 Tempel are included in the medium level.

Keywords: supporting factors, gymnastics learning, seventh grade students

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nuril Anwar
NIM : 19601244066
Departemen : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN
PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA
KELAS VII SMP N 3 TEMPEL KABUPATEN
SLEMAN

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

Yogyakarta, Oktober 2023

Yang Menyatakan,



Nuril Anwar
NIM 19601244066

LEMBAR PERSETUJUAN

**FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM
LANTAI SISWA KELAS VII DI SMP N 3 TEMPEL KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**NURIL ANWAR
NIM 1960124406**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan TIM Penguji Tugas Akhir Fakultas
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 26 Oktober 2023

Ketua Departemen POR

Dosen Pembimbing,


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


Danang Pujo Broto S. Pd.,M.Or.
NIP 198802162014041001

LEMBAR PENGESAHAN

**FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM
LANTAI SISWA KELAS VII DI SMP N 3 TEMPEL KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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

Tanggal: 7 November 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Danang Pujo Broto, S.Pd. Jas., M.Or (Ketua Tim Penguji)		15/11/23
Ari Iswanto, S.Pd. Jas., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		10/11/23
Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or (Penguji Utama)		13/11/23

Yogyakarta, 16 November 2023
Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or.
NIP. 198306262008121002

MOTTO

“Man jadda wajada.”

(Barang siapa bersungguh-sungguh, maka dia akan mendapatkan kesuksesan).

“Barang siapa belum pernah merasakan pahitnya mencari ilmu, ia akan menelan
hinanya kebodohan sepanjang hidupnya.”

- Imam Syafi'i -

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan rasa syukur kepada Tuhan yang Maha Esa, ku persembahkan karya ini untuk orang yang saya sayangi.

1. Kepada Orang tua saya, Bapak Shoibul Makmun dan Ibu Dewi Muawanah serta Kakak saya M Ikhsan Nasir yang selalu memberikan kasih sayang, do'a dan Dukungan yang tiada henti untuk kesuksesan dan kelancaran saya.
2. Rekan PJKR A 2019 yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi dan Menemani ketika saya mencari ilmu agar selalu fokus dalam menyelesaikan tugas dan kewajiban saya sebagai mahasiswa agar mampu menyelesaikan pendidikan saya dengan sebaik mungkin.
3. Rekan KKN UNY 2022 Desa Sirahan yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi dan doa untuk menyelesaikan perkuliahan.
4. Sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan semangat.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat Rahmat dan karunia-Nya sehingga Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Dalam rangka untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “ Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman. Terelesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidaklepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan bagi penulis dalam penempuh studi S1.
2. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or., Ketua Departemen Pendidikan Olahraga dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Bapak Danang Pujo Broto, S.Pd. Jas., M.Or., selaku Pembimbing Tugas Akhir Skripsi dan Ketua Penguji yang telah banyak memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Dosen Penguji Tugas Akhir Skripsi yang sudah memberikan koreksi

perbaiki secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.

6. Kepada Kepala Sekolah dan Guru PJOK SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman.
7. Teman-teman PJKR A 2019 yang memberikan semangat serta bantuan selama perkuliahan serta dalam proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
8. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Semoga bantuan yang telah diberikan semua pihak dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari ALLAH SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Yogyakarta,2023
Penulis,

Nuril Anwar
NIM 19601244066

DAFTAR ISI

	Halaman
Abstrak	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II.....	7
A. Deskripsi Teori.....	7
B. Penelitian Relevan.....	21
C. Kerangka Berpikir.....	22

BAB III	24
A. Desain Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24
C. Definisi Oprasional	24
D. Populasi dan Sampel Penelitian	25
E. Instrumen Penelitian.....	27
F. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	28
G. Teknik Pengumpulan Data.....	30
H. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pembahasan.....	47
BAB V.....	53
A. Kesimpulan	53
B. Implikasi Penelitian.....	53
C. Keterbatasan Penelitian	54
D. Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Daftar Siswa Kelas VII Di SMP N 3 Tempel	26
Tabel 2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	28
Tabel 3 Cronbach Alpha	30
Tabel 4 Rumus Pengategorian	31
Tabel 5 Deskripsi Statistic Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	33
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	34
Tabel 7 Deskripsi Statistic Faktor Intrinsik	35
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Faktor Instrinsik.....	35
Tabel 9 Deskripsi Statistic Indikator Jasmani.....	36
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Indikator Jasmani.....	37
Tabel 11 Deskripsi Statistic Indikator Psikologi.....	38
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Indikator Psikologi	38
Tabel 13 Deskripsi Statistic Indikator Kelelahan.....	40
Tabel 14 Distribusi Frekuensi Indikator Kelelahan	40
Tabel 15 Deskripsi Statistic Faktor Ekstrinsik.....	41
Tabel 16 Distribusi Frekuensi Faktor Ekstrinsik	42
Tabel 17 Deskripsi Statistic Indikator Keluarga	43
Tabel 18 Distribusi Frekuensi Indikator Keluarga.....	43
Tabel 19 Deskripsi Statistic Indikator Sekolah.....	44
Tabel 20 Distribusi Frekuesnsi Indikator Sekolah	45
Tabel 21 Deskripsi Statistic Indikator Masyarakat	46
Tabel 22 Distribusi Frekuensi Indikator Masyarakat.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Gerakan Guling Depan.....	17
Gambar 2 Gerakan Guling Belakang	18
Gambar 3 Gerakan Loncat Harimau	18
Gambar 4 Denah Lokasi SMP N 3 Tempel	21
Gambar 5 Kerangka Berpikir	23
Gambar 6 Diagram Batang Faktor Pendukung Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	34
Gambar 7 Diagram Batang Faktor Instrinsik Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	36
Gambar 8 Diagram Batang Indikator Jasmani Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	37
Gambar 9 Diagram Batang Indikator Psikologi Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel	39
Gambar 10 Diagram Batang Indikator Kelelahan Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N Tempel	41
Gambar 11 Diagram batang Faktor Ekstrinsik Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel	42
Gambar 12 Diagram Batang Faktor Indikator Keluarga Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel	44
Gambar 13 Diagram Batang Faktor Indikator Sekolah Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel	46
Gambar 14 Diagram Batang Faktor Indikator Masyarakat Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Melakukan Penelitian	59
Lampiran 2 Surat Permohonan Uji Instrumen	60
Lampiran 3 Surat Permohonan Bimbingan Skripsi	61
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	62
Lampiran 5 Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi.....	63
Lampiran 6 Soal Instrumen Faktor Pendukung Pembelajaran Senam Lantai	64
Lampiran 7 Rumus R Tabel	68
Lampiran 8 Uji Reabilitas dan Validitas Instrumen.....	69
Lampiran 9 Hasil Perhitungan dari Faktor Internal	73
Lampiran 10 Hasil dari Perhitungan Faktor Eksternal.....	74
Lampiran 11 Hasil dari Kategorisasi Faktor Eksternal dan Internal.....	75
Lampiran 12 Contoh Angket Pengambilan Data	76
Lampiran 13 Uji Soal Instrumen Di SMP N 1 Tempel.....	78
Lampiran 14 Pengambilan Data Di SMP N 3 Tempel Sleman.....	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah suatu kegiatan usaha untuk mempersiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran dan latihan bagi siswa yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Pendidikan bertujuan mengembangkan segala potensi yang dimiliki oleh setiap individu. Sugihartono dkk (2007: 3-4), mengatakan bahwa pendidikan adalah suatu usaha yang dilakukan secara sengaja untuk mengubah tingkah laku manusia baik secara individu maupun kelompok untuk mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Melalui kegiatan pendidikan tersebut banyak hal yang dapat dikembangkan seperti aspek individu dan aspek sosial serta aspek keterampilan yang sangat penting untuk bekal dimasa yang akan datang.

Secara bahasa definisi pendidikan mengandung arti bimbingan yang dilakukan oleh seseorang (orang dewasa) kepada anak-anak, untuk memberikan pengajaran, perbaikan moral dan pelatihan intelektual. Bimbingan kepada anak-anak dapat dilakukan tidak hanya dalam pendidikan yang diberikan di sekolah, akan tetapi peran keluarga dan masyarakat dapat menjadi lembaga pembimbing yang mampu menumbuhkan pemahaman dan pengetahuan. Salah satu mata pelajaran yang mengembangkan potensi tersebut adalah Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang terdapat dalam kurikulum sekolah.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah sebuah proses pendidikan melalui aktivitas fisik dalam bentuk permainan atau olahraga untuk

mencapai tujuan pendidikan pada umumnya. Pendapat H.J.S Husdarta (2011: 18), pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan Pendidikan. Pendidikan jasmani bertujuan untuk mengembangkan seluruh aspek yang ada mulai dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang penting untuk di ajarkan kepada siswa mulai dari jenjang Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP/MTs) dan Sekolah Menengah Atas (SMA/SMK). Pembelajaran PJOK banyak mengajarkan berbagai pengalaman yang bermanfaat bagi peserta didik melalui kegiatan pembelajaran di luar kelas dan praktik langsung terkait materi yang di ajarkan. Selain memberikan pengalaman pendidikan jasmani juga dapat mengembangkan aspek sosial, berfikir kritis, kebugaran jasmani, kecerdasan dalam pengambilan keputusan guna mencapai tujuan Pendidikan Nasional.

Dalam pendidikan PJOK terdapat berbagai jenis aktivitas olahraga seperti atletik, senam, bola voli, pencak silat, dan Sepak bola selain aktivitas olahraga juga ada permainan tradisional yang dapat memberikan nilai-nilai kehidupan sebagai pesan moral kepada para peserta didik. Dari semua kegiatan aktivitas tersebut merupakan bagian penting dalam pembelajaran pendidikan jasmani serta memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dan dilakukan di sekolah.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan jika dilaksanakan dengan baik tentunya memberi dampak positif terhadap pelakunya, di harapkan

melalui pendidikan jasmani bukan hanya sekedar mata pelajaran biasa akan tetapi dapat dijadikan sebagai potensi atau prestasi oleh peserta didik dalam bidang olahraga. Untuk dapat mewujudkan tersebut peran guru PJOK sangatlah penting guru harus dituntut untuk memberikan ilmu serta latihan secara maksimal serta penggunaan sarana dan prasarana yang terdapat di sekolah dapat dimanfaatkan dengan baik untuk mendukung proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya pembelajaran senam yang ada di dalam sekolah meliputi senam lantai tanpa alat dan senam lantai menggunakan alat.

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang bergantung pada tindakan semua anggota tubuh, baik dalam olahraga itu sendiri maupun dalam olahraga lainnya (Muhajir, 2004: 133). Itulah sebabnya senam disebut juga sebagai olahraga dasar. Senam lantai merupakan gerakan yang dilakukan dengan mengkombinasikan setiap bagian anggota tubuh dengan kemampuan motorik atau gerakan yang mengandung unsur kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, kelincahan dan ketepatan.

Dalam ruang lingkup pembelajaran PJOK, aktivitas senam dijadikan sebagai salah satu materi pembelajaran. Adapun tujuan dari capaian pembelajaran senam lantai, siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan memahami pola gerak dominan senam tanpa menggunakan alat dan dengan menggunakan alat dengan benar (gerak keseimbangan, gerak guling depan, guling belakang dan loncat). Pembelajaran senam yang baik akan terlaksana apabila siswa mengikuti pembelajaran senam tanpa ada tekanan yang membuat siswa menjadi takut dalam melakukan senam lantai sehingga siswa merasa

senang dalam melakukannya, dengan rasa senang tersebut diharapkan siswa dapat meningkatkan kebugaran jasmani melalui pembelajaran senam lantai. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan di SMP Negeri 3 Tempel Kabupaten Sleman diketahui bahwa pembelajaran senam lantai merupakan olahraga yang sulit bagi sebagian siswa.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, pembelajaran senam lantai masih banyak terjadi kendala dalam proses pembelajaran. Peranan siswa yang cenderung kurang aktif serta tidak percaya diri dalam melakukan senam lantai dan siswa masih takut merasakan nyeri pada bagian tubuh tertentu. Tidak hanya itu saja, terdapat permasalahan lain yang muncul baik dari sarana dan prasarana yang sudah tidak layak pakai serta keterbatasan sarana dan prasarana yang jumlahnya tidak mencukupi sehingga membuat siswa harus menunggu giliran untuk menggunakan peralatan. Sehingga ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan siswa kurang aktif ketika pembelajaran dengan materi senam lantai. Namun, proses pembelajaran masih dapat berjalan dengan segala faktor. Hal tersebut tidak terlepas dari beberapa faktor pendukung seperti faktor internal dan eksternal. Demikian pula mengenai faktor guru, metode yang digunakan adalah metode komando. Berdasarkan observasi, metode yang sering digunakan metode komando karena metode ini dinilai cukup efektif dalam melaksanakan pembelajaran PJOK di SMP N 3 Tempel.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai pada Siswa Kelas VII di SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman”. Semoga dengan adanya

penelitian ini dapat memberikan dan meningkatkan pembelajaran olahraga yang lebih baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan masalah di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Peran keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran senam lantai masih kurang.
2. Sarana dan prasarana senam lantai sudah tidak layak pakai.
3. Belum diketahui faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran PJOK senam lantai siswa kelas VII di SMP N 3 Tempel kabupaten Sleman.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas maka dalam penelitian ini penulis hanya dibatasi oleh faktor-faktor pendukung pelaksanaan senam lantai para siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Tempel Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa tinggi faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK senam lantai peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Tempel Kabupaten Sleman?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai dalam

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kelas VII SMP Negeri 3 Tempel Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tentang permasalahan yang diteliti, penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman, wawasan dan pengetahuan dalam melakukan penelitian serta dapat memberikan informasi bagi guru atau calon guru agar pembelajaran PJOK khususnya senam lantai dapat berjalan dengan baik.

2. Secara Praktis

a. Bagi Siswa

Dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran yang berharga dan dapat meningkatkan motivasi siswa untuk mengikuti pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya senam lantai.

b. Bagi Guru

Dapat digunakan sebagai materi bahan evaluasi bagi guru PJOK agar dapat meningkatkan pembelajaran olahraga khususnya senam lantai.

c. Bagi Sekolah

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memperbaiki dan meningkatkan sarana dan prasarana pembelajaran yang ada disenam lantai sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian Pendukung

Pendukung pembelajaran merupakan upaya atau usaha dalam proses belajar yang ditandai oleh adanya faktor-faktor yang mendorong atau mempengaruhi keberhasilan siswa yang terus meningkat untuk mencapai tujuan belajar. Pendukung dan mendukung mempunyai arti dorongan, membantu atau penunjang (Dendy Sugono, dkk., 2008: 346). Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung adalah kontribusi atau keadaan yang turut menyebabkan terjadinya sesuatu yang berdifat mendukung sedangkan pada Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa “Pembelajaran adalah proses interaksi siswa dengan guru dan sumber belajar dalam lingkungan pembelajaran”. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung adalah kondisi atau upaya terjadinya sesuatu yang bersifat mendukung proses interaksi siswa dengan guru dan sumber belajar dalam lingkungan pembelajaran.

Kegiatan pembelajaran tidak akan terlepas dari kegiatan proses belajar dan mengajar di sekolah. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran adalah:

- a. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari siswa itu sendiri baik secara kondisi fisik jasmani atau secara psikologis.

b. Faktor eksternal yaitu faktor yang dipengaruhi dari luar siswa seperti lingkungan sosial, keluarga atau lingkungan.

Pendapat Slameto (1995: 54-72), faktor yang dapat mempengaruhi dalam proses belajar dapat dibedakan menjadi dua, yaitu:

a) Faktor Internal

Faktor yang asalnya dari dalam diri seseorang atau individu itu sendiri. Di dalam faktor intern ini terdapat faktor yaitu : jasmani, psikologi dan kelelahan.

a. Faktor Jasmani

1) Faktor Kesehatan

Sehat adalah keadaan dengan kondisi tubuh atau fisik berada dalam keadaan sehat dan bebas dari penyakit. Proses pembelajaran akan menjadi lebih baik jika kondisi jasmani seseorang tersebut termasuk dalam kategori sehat dan tidak sakit. Sebaliknya, apa bila kondisi tubuh tidak sehat maka akan kurang maksimal dalam pembelajaran.

2) Cacat Tubuh

Cacat tubuh atau fisik adalah merupakan kondisi dimana anggota tubuh tidak lengkap dan tidak dapat berfungsi secara semestinya menjadikan kurang baik atau tidak sempurna mengenai organ tubuh atau fisik. Seperti: kebutaan, tuli, patah tulang dan lain-lain.

b. Faktor Psikologi

Faktor psikologi adalah faktor yang ada dalam diri seseorang mulai dari cara kemampuan untuk merespon dan beradaptasi dengan situasi yang baru dengan

cepat dan efektif. Ada 7 faktor yang tergolong dalam faktor psikologi yang mempengaruhi belajar, yaitu: kecerdasan, perhatian, bakat, minat, motivasi, kematangan dan persiapan.

c. Faktor Kelelahan

Lelah atau kelelahan adalah kondisi dimana kondisi tubuh yang terasa lemas dan tidak bugar yang dapat ditandai dengan menurunnya kemampuan melakukan pekerjaan dan penurunan kinerja dan biasanya disertai dengan perasaan lemah, letih dan lesuh. Kelelahan dibagi menjadi dua yaitu:

1) Kelelahan Jasmani

Pada saat proses pembelajaran terlihat jelas kelelahan fisik pada diri siswa, siswa mudah lelah, mengantuk dan kurang berminat dalam mengikuti kegiatan.

2) Kelelahan Rohani

Sedangkan kelelahan rohani diwujudkan dalam munculnya perasaan bosan, malas dan rasa jenuh.

b) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar peserta didik yang berkaitan dengan kegiatan belajar. Adapun yang termasuk di dalamnya adalah faktor keluarga, sekolah, kurikulum, masyarakat dan sarana prasarana.

a. Faktor Keluarga

Keluarga memiliki peran utama dalam kegiatan proses pembelajaran anak. Hal ini menunjukkan bahwa anak masih ketergantungan kepada orang tuanya. Peran orang tua dalam memberikan pendidikan anak sangatlah besar terbelih karena orang tualah yang pertama kali memberikan arahan, perhatian dan kasih

sayang. Berikut pengertian terkait keluarga terhadap pembelajaran pendapat Slameto (2013: 60-64), yaitu:

1) Cara Orang tua Mendidik

Cara dalam orang tua mendidik anak memiliki peranan yang cukup besar terhadap hasil belajarnya. Orang tua perlu menyadarkan anak bahwa belajar itu penting, menyenangkan dan harus dilakukan. Pada masa prasekolah, anak lebih bergantung pada orang tuanya, sehingga ia akan mendengarkan dan menyerap secara mendalam arahan orang tuanya segala hal yang ia lakukan. Oleh karena itu, orang tua harus membimbing anaknya pada perilaku yang baik.

2) Relasi Antar Anggota Keluarga

Relasi antara orang tua dan anak sangat penting untuk membangun kepercayaan terhadap orang lain dan diri sendiri. Selain itu juga dapat membantu perkembangan sosial, emosional dan kognitif pada anak. Namun jika hubungan anak dengan saudaranya tidak serasi maka dapat menghambat tumbuh kembang anak, membuat pembelajaran menjadi tidak nyaman dan menimbulkan masalah psikologis lainnya.

3) Suasana Rumah

Suasana rumah merupakan keadaan dimana hal-hal yang sering terjadi di dalam keluarga. Kondisi rumah yang berisik dan ramai tidak akan dapat memberikan rasa tenang dan kenyamanan kepada anak dalam belajar. Suasana tegang di rumah dan seringnya terjadi pertengkaran dan pertikaian anggota keluarga atau dengan keluarga lain membuat anak merasa tidak nyaman berada di rumah dan memilih keluar dan mencari tempat lain.

4) Keadaan Ekonomi Keluarga

Keadaan ekonomi memberikan pengaruh bagi hasil belajar siswa. Anak yang sedang belajar memiliki kebutuhan yang banyak seperti ruangan belajar, meja, lampu penerangan, alat tulis, buku teks dan lain-lain. Fasilitas tersebut dapat tercukupi jika orang tua memiliki finansial yang cukup. Namun, jika anak yang kebutuhannya tidak terpenuhi akan berdampak kepada kualitas belajar anak itu sendiri. Anak dari keluarga kurang mampu juga merasa kurang percaya diri. Penghasilan pendapatan ekonomi keluarga yang rendah dapat membuat anak yang seharusnya fokus untuk bersekolah namun harus membantu orang tua dengan membantu pekerjaan atau mencari penghasilan tambahan. Hal ini tidak dapat dipungkiri sebagai motivasi yang besar bagi anak tersebut.

b. Faktor Sekolah

Faktor sekolah memiliki peran penting dalam keberhasilan siswanya karena mempengaruhi belajar meliputi metode mengajar, kurikulum, relasi guru dengan siswa, hubungan siswa dengan siswa dan fasilitas sekolah.

1) Metode Mengajar

Metode mengajar adalah suatu cara yang harus di lakukan dalam mengajar. Di dalam proses kegiatan pembelajaran siswa harus dapat menerima, menguasai dan memahami apa saja yang disampaikan oleh pendidik, maka diperlukan metode mengajar yang baik untuk membantu dalam proses penyampaian materi kepada siswa.

2) Kurikulum

Kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi

dan bahan pelajaran serta digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran. Sehingga bahan pembelajaran tersebut sangat mempengaruhi proses belajar siswa.

3) Relasi Guru dengan Siswa

Proses interaksi guru dengan siswa terjadi pada saat pembelajaran di kelas. Bentuk relasi yang dijalin dengan baik antara guru dengan siswa dapat memberikan pengaruh positif bagi siswa serta mempermudah proses penyampaian materi pembelajaran. Siswa yang merasa senang dan menyukai seorang guru tentunya juga akan menyukai mata pelajaran yang diampu oleh guru tersebut. Kesenangan siswa tersebut membuat siswa belajar dengan senang hati.

4) Siswa dengan siswa

Setiap siswa memiliki karakter dan sifat yang berbeda-beda. Anak yang jarang bergaul dengan temannya biasanya sulit untuk diajak berkomunikasi sehingga banyak teman-temannya yang menjauhinya. Keadaan seperti ini tentunya tidak memberikan kenyamanan pada saat proses pembelajaran di sekolah. Relasi antar sesama siswa sangat penting untuk dijaga agar dapat memberikan suasana yang nyaman pada saat di sekolah.

5) Fasilitas Sekolah

Fasilitas sekolah merupakan faktor penting dalam menunjang tujuan pembelajaran di sekolah, karena tanpa adanya fasilitas sekolah dapat menyebabkan pembelajaran tidak terlaksana dengan baik. Fasilitas yang tepat

dan lengkap dapat membuat peserta didik menjadi mudah memahami penjelasan yang disampaikan oleh guru. Sehingga pembelajaran dapat berjalan secara efektif dan efisien.

c. Faktor Masyarakat

Masyarakat merupakan faktor eksternal yang memberi dampak terhadap belajar siswa. Hal ini juga dapat memberikan dampak pengaruh baik dan buruk terhadap siswa. Pengaruh ini terjadi baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat. Lingkungan tersebut dapat berupa hubungan siswa dengan orang disekitarnya atau kondisi lingkungan masyarakat.

1) Kegiatan dan Masyarakat

Kegiatan siswa dalam masyarakat dapat membentuk sikap sosial yang baik. Hal tersebut memberikan dampak baik terhadap perkembangan psikologis siswa. Siswa harus dapat membagi waktu untuk kegiatan sekolah dan masyarakat agar tidak mengganggu waktu belajar di rumah siswa sebaiknya memilih kegiatan yang memberi dampak positif yang tidak mengganggu kegiatan belajar seperti kumpulan karang taruna, bimbingan belajar, kegiatan olahraga atau musik.

2) Media Massa

Perkembangan teknologi yang semakin maju membuat perubahan yang pesat pada setiap siswa. Pemanfaatan media massa yang semakin canggih seperti Radio, Televisi, Hp dan Komputer memberikan dampak positif bagi peserta didik dalam mencari materi pelajaran yang ada di sekolah. Penggunaan media massa memerlukan bimbingan dan pengawasan yang baik oleh orang tua dan

guru di sekolah, rumah dan masyarakat.

Berdasarkan penjelasan di atas, memberikan gambaran mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kegiatan pembelajaran senam lantai di sekolah. Faktor-faktor tersebut terdiri dari dalam diri siswa dan dari luar siswa, hal itu perlu diperhatikan oleh sekolah agar mampu memanfaatkan faktor tersebut untuk mendukung proses pembelajaran di sekolah.

2. Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan pendidik dalam lingkup belajar. Pembelajaran merupakan usaha yang dilakukan oleh faktor eksternal (luar) agar terjadi proses belajar pada individu yang belajar (Karwono & Mularsih, 2018). Pembelajaran merupakan bentuk buatan pendidik agar proses perolehan ilmu, pengetahuan, penguasaan keterampilan serta pembentukan sikap dan keyakinan pada diri peserta didik dapat berlangsung agar tercapainya tujuan pembelajaran dengan baik.

Adapun pendapat Harnum Prabawati (2013: 12-13), mengatakan bahwa pembelajaran memiliki makna yang hampir sama dengan pengajaran, meskipun maknanya berbeda. Pengajaran memberikan kesan sebagai sebuah pekerjaan guru saja, sedangkan pembelajaran dapat di artikan sebagai interaksi antar guru dan murid serta dalam pembelajaran dapat dilakukan dengan adanya atau tanpanya guru. Secara menyeluruh pembelajaran kegiatan pembelajaran terdapat komunikasi antar dua arah, mengajar dilakukan oleh guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh siswa atau murid. Sedangkan pendapat Hasan Basri (2015:21), adalah “seluruh mekanisme dan proses pembelajaran yang

dilakukan oleh para pendidik terhadap peserta didik dengan melibatkan seluruh komponen pembelajaran untuk menunjang tercapainya tujuan pembelajaran". Pembelajaran dapat diartikan sebagai pemanfaatan dari sumber belajar yang berguna untuk memperbaiki sikap dan kemampuan manusia.

Selain itu, Nasution dalam Sugihartono, dkk (2007: 80), pembelajaran dapat diartikan sebagai bentuk kegiatan pengorganisasian atau kegiatan mengatur lingkungan yang baik dan menghubungkan guru dengan peserta didik sehingga berlangsungnya kegiatan pembelajaran. Dalam pengertian ini, lingkungan tidak hanya sekedar ruang belajar tetapi juga mencakup guru, bahan ajar, perpustakaan, laboratorium cocok untuk kegiatan belajar siswa.

Berdasarkan dari uraian di atas, maka dapat kita simpulkan bahwa belajar merupakan proses terjadinya interaksi pendidik dan siswa yang sengaja diciptakan agar peserta didik melakukan kegiatan belajar dan dalam proses interaksi terjadi proses penyampaian ilmu untuk dipelajari oleh peserta didik.

3. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk SMP/MTs, karena termasuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak secara keseluruhan. Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang mendorong, membimbing dan mengembangkan kemampuan jasmani dan rohani, kesehatan dan lingkungan hidup peserta didik agar jasmani dan rohani dapat berkembang dengan baik (Wawan Suherman, 2001: 25). Selain itu pendidikan jasmani juga dapat mengembangkan keterampilan motorik,

pengetahuan dan penalaran serta pembiasaan pola hidup sehat yang bertujuan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Sedangkan Agus S. Suryobroto (2004: 16), mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran yang dirancang khusus untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup positif serta sportivitas melalui aktivitas jasmani. Sedangkan pendapat Arma Abdullah dan Agus Manadji (1994: 17), pendidikan jasmani bertujuan mengembangkan dengan optimal secara umum dan kemampuan beradaptasi secara jasmaniah, sosial, dan mentalnya melalui pembelajaran yang dipimpin dan partisipasi dalam olahraga pilihan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani hakikatnya adalah merupakan bagian dari pendidikan seutuhnya yang mengutamakan kebugaran jasmani dan pembiasaan pola hidup sehat. Melalui aktivitas jasmani dapat mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, sikap sportif dan kestabilan emosional.

4. Hakikat Senam Lantai

Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang dikenal di Indonesia. Senam lantai merupakan senam yang dikelompokkan dalam senam artistik. Senam lantai merupakan salah satu bagian dari senam artistik. Dikatakan senam lantai karena seluruh keterampilan motorik dilakukan di lantai dengan beralaskan matras sebagai peralatan yang digunakan (Muhajir, 2007: 69). Sedangkan pendapat Imam Hidayat dalam Agus Mahendra (2000: 9), senam

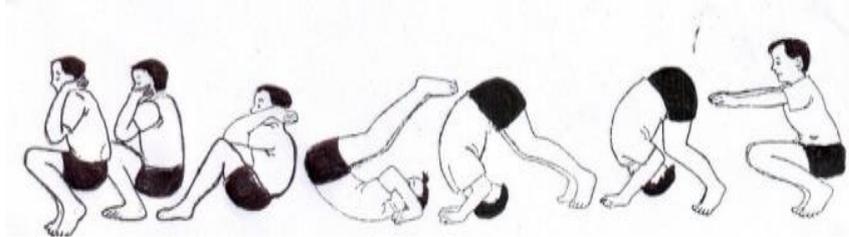
adalah olahraga yang dipilih dan dikembangkan, dilaksanakan secara sadar dan teratur, serta dilakukan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai spiritual. Senam lantai mengacu pada gerakan yang dilakukan dengan mengkombinasikan setiap bagian anggota tubuh dengan keterampilan motorik seperti kekuatan, ketangkasan, keseimbangan dan kecepatan. Pendapat Imam Hidayat (1982: 6-50), menyatakan bahwa bentuk latihan dalam senam lantai (*floor exercise*) meliputi sikap lilin, kayang, *handstand*, *headstand*, guling depan, guling belakang dan loncat harimau.

Materi senam lantai berdasarkan program Kurikulum Merdeka di SMP/MTs materi bahan ajar yang diajarkan pada senam dasar dalam aktivitas senam lantai sebagai berikut:

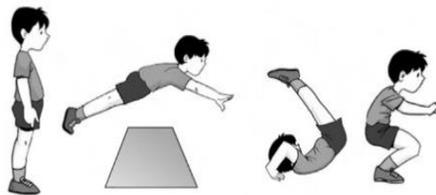
- a. Senam ketangkasan sederhana yang terdiri dari melatih keseimbangan dengan satu kaki, guling depan, guling belakang, sikap lilin, *headstand*, *handstand*, kayang dan loncat harimau.
- b. Senam ketangkasan tanpa alat yang terdiri dari guling depan, guling belakang, sikap lilin, kayang, *headstand* dan *handstand*.
- c. Senam ketangkasan menggunakan alat terdiri dari loncat harimau, dengan cara berguling melewati rintangan.



Gambar 1 Gerakan Guling Depan



Gambar 2 Gerakan Guling Belakang



Gambar 3 Gerakan Loncat Harimau

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa senam lantai adalah suatu bentuk latihan yang terusun secara terencana, teratur dan sistematis serta dapat dilakukan di lantai beralaskan matras. Gerakan-gerakan dalam senam lantai dilakukan secara sadar dan terencana untuk mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan dan sportifitas.

5. Karakteristik Siswa SMP/MTs

Masa pertumbuhan siswa diusia 13-15 tahun (SMP/MTs) merupakan masa remaja, pada usia tersebut merupakan perpindahan dari masa anak ke masa remaja. Dalam waktu yang singkat ini siswa mengalami pertumbuhan yang signifikan dalam kehidupan mereka. Sukintaka (1992: 45), mengatakan bahwa anak SMP mempunyai ciri-ciri tertentu diantaranya:

a. Jasmani

- 1) Laki-laki atau perempuan mengalami pertumbuhan yang pesat.

- 2) Membutuhkan waktu istirahat yang cukup.
- 3) Sering mencari perhatian agar sering diperhatikan.
- 4) Merasa memiliki kekuatan dan energi yang besar.
- 5) Mudah mengalami kelelahan, tetapi dipaksakan.
- 6) Persiapan dan kematangan dalam ketrampilan bermain menjadi baik.

b. Psikis dan Mental

- 1) Banyak mengeluarkan energi dan berkhayalan.
- 2) Ingin menentukan pandangan hidupnya sendiri.

c. Sosial

- 1) Ingin diakui atau dikenal oleh banyak orang.
- 2) Rasa Solidaritas yang selalu berkembang.

Berkaitan dengan pendidikan, perkembangan masa remaja harus mendapat perhatian yang besar. Berikut penerapan teori Piaget pada pendidikan di kelas (Muhammad Ali dan Muhammad Asrori, 2005: 30):

- 1) Cara berpikir anak yang berbeda dan kurang logis dibandingkan caranya orang dewasa berpikir, maka guru harus mampu memahami cara berpikirnya anak, bukan sebaliknya anak yang beradaptasi dengan guru.
- 2) Anak-anak belajar baik melalui penemuan. Pembelajaran yang berpusat pada anak efektif, sedangkan guru tidak meninggalkan anak-anak untuk belajar sendiri, tetapi guru memberi mereka tugas dirancang khusus untuk membimbing anak-anak menemukan dan selesaikan masalahnya

sendiri.

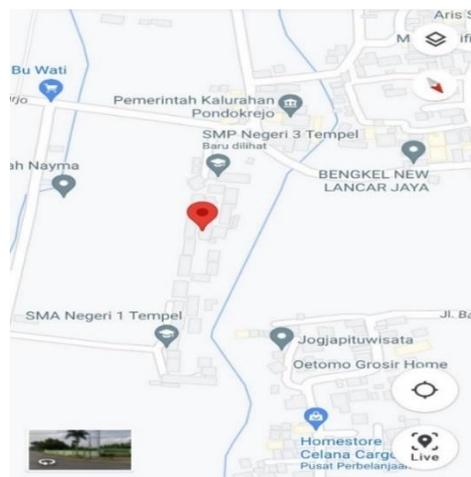
- 3) Pendidikan di sini bertujuan untuk mengembangkan pemikiran pada anak, artinya anak berusaha memecahkan masalah, penalaran mereka lebih penting daripada jawabannya.
- 4) Guru dapat menemukan dan menetapkan tujuan pembelajaran dari bahan materi pembelajaran.

Dengan demikian, kegiatan belajar diperuntukan bagi anak-anak SMP atau anak-anak yang baru memasuki usia remaja. yang baru saja beranjak remaja. Guru diminta untuk mampu memberikan perhatian yang besar terhadap siswa. Seperti yang telah dijelaskan di atas, remaja seringkali mencari perhatian, ingin dikenal oleh banyak orang dan banyak berfantasi yang diciptakan olehnya. Maka dari itu, sebagai guru harus benar-benar memahami kondisi tersebut, bukan sebaliknya siswa yang beradaptasi dengan guru.

6. Profil SMP N 3 Tempel Sleman

SMP N 3 Tempel merupakan sekolah berstatus negeri yang juga merupakan sekolah rintisan Standar Nasional yang terakreditasi A. Sekolah Menengah Pertama (SMP) ini beralamat di Desa Pondok Rejo, Kecamatan Tempel, Kabupaten Sleman. Saat ini SMP N 3 Tempel di kepalai oleh Dra. Dwi Utami, S.Pd., pada sekolah ini memiliki jumlah siswa sebanyak 470 siswa dengan memiliki 15 kelas dengan rata-rata setiap kelas berjumlah 31 siswa. SMP N 3 Tempel Memiliki banyak prestasi terutama dalam bidang olahraga karena

didukung dengan sarana dan prasarana olahraga yang cukup baik terutama dalam cabang olahraga senam lantai dengan memiliki ruangan olahraga dan matras yang mencukupi serta memiliki guru PJOK yang berkompeten. Hal ini, menjadikan pendukung tersendiri dalam pembelajaran pendidikan jasmani terutama senam lantai.



Gambar 4 Denah Lokasi SMP N 3 Tempel

B. Penelitian Relevan

- a. Hasil Penelitian yang berkaitan adalah Penelitian yang dilakukan Hassan Munawar (2017) berjudul “Faktor-faktor pendukung keterlaksanaan senam lantai menurut pendapat peserta didik kelas X di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul”. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK 1 Kasihan Bantul berjumlah 252 siswa dengan metode survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya. Hasil penelitian SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul Tahun Ajaran 2016/2017 diperoleh sangat baik sebesar 3 %, kategori baik sebesar 42 %, kategori cukup baik 20 %, kategori kurang baik sebanyak sebesar 28 %, dan kategori sangat kurang baik sebesar 4 %. Berdasarkan hasil

tersebut dapat disimpulkan faktor pendukung menurut peserta didik kelas X dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai penjasorkes di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul Tahun Ajaran 2016/2017 adalah baik.

- b. Hasil penelitian yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Andry Ferdian (2016) berjudul “ Faktor pendukung pembelajaran permainan bola basket siswa kelas XI SMA Se-Kecamatan Pakem”. Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan angket kuesioner. Subyek penelitiannya adalah siswa SMA kelas XI Se-Kecamatan Pakem dengan jumlah 212 siswa. Berdasarkan hasil analisis data faktor pendukung pembelajaran permainan bola basket siswa kelas XI SMA se-Kecamatan Pakem, besarnya kontribusi dari faktor internal pendukung pembelajaran permainan bolabasket sebesar 54,23% termasuk indikator jasmani siswa sebesar 18,57% dan indikator psikologi siswa sebesar 35,66%. Sedangkan kontribusi dari faktor eksternal sebesar 45,77% termasuk indikator guru sebesar 24,20%, indikator sarana dan prasarana sebesar 17,31% serta indikator lingkungan sekolah sebesar 4,26%.

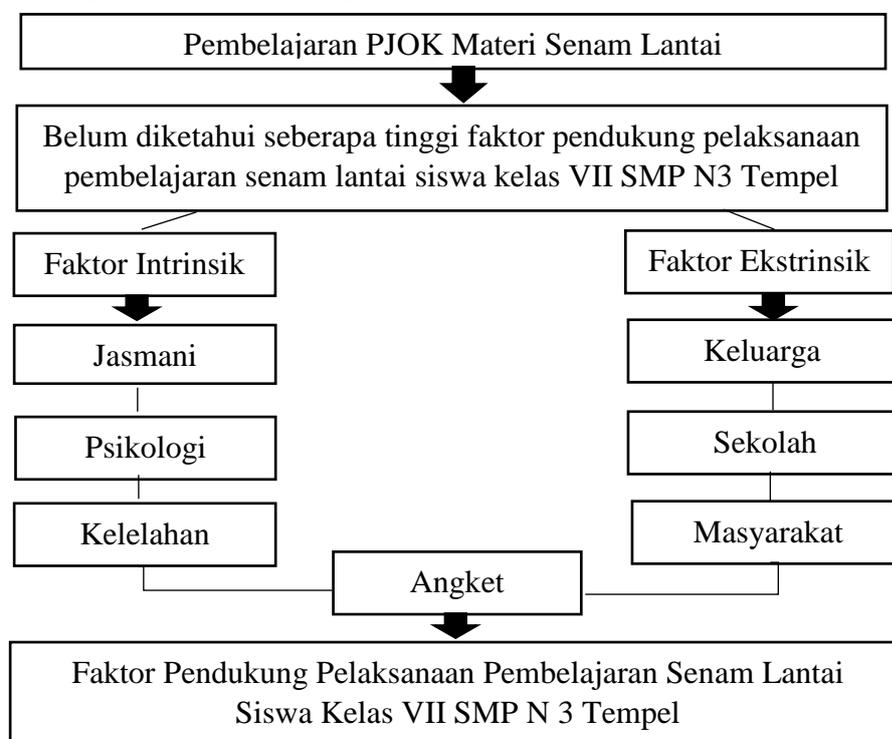
C. Kerangka Berpikir

Keberhasilan dalam belajar ditentukan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa. Terutama dalam pembelajaran senam lantai siswa sangat ditentukan oleh faktor internal yang berasal dari setiap diri masing-masing individu (siswa) yang terdiri faktor jasmani, psikologi dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal meliputi dari faktor keluarga, sekolah dan masyarakat. Proses belajar akan berjalan dengan baik dan lancar apabila faktor-

faktor tersebut di terapkan dengan baik.

Dengan adanya hasil belajar yang cukup baik, peran guru sebagai pendidik perlu mengetahui seberapa besar faktor yang mempengaruhi dan mendukung terutama pembelajaran senam lantai yang dapat membantu peserta didik dalam melaksanakan kegiatan belajar. Hal ini dapat menjadi pertimbangan pengambilan keputusan ketika menentukan pandangan dari guru PJOK dalam menentukan metode dan strategi agar siswa mudah dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.

Untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dalam pembelajaran penjasorkes khususnya senam lantai untuk siswa kelas VII di SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman dengan menggunakan metode angket/kuisisioner dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan untuk di jawab.



Gambar 5 Kerangka Berpikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif tentang faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII di SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman. Metode yang digunakan adalah survey dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumennya. Pendapat Sugiyono (2009: 21), penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian yang bertujuan memberikan wawasan terhadap fenomena yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka. Dengan metode survey, peneliti akan mengumpulkan data terkait tentang pelaksanaan pembelajaran senam lantai dalam penjasorkes dengan berdasarkan fakta-fakta yang ada dan kemudian di lakukan analisis.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Selasa, 29 Agustus 2023 di SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman. Peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut untuk mengetahui seberapa besar faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran PJOK khususnya senam lantai untuk siswa kelas VII di SMP N 3 Tempel Kabupaten Sleman.

C. Definisi Oprasional

Variabel merupakan objek yang dapat di jadikan sebagai titik perhatian dalam sebuah penelitian. Variabel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII di SMP N 3

Tempel Kabupaten Sleman. Variabel dimaksud adalah faktor pendukung yang ada di SMPN 3 Tempel Kabupaten Sleman yang berperan penting dalam mendukung pelaksanaan dalam pembelajaran senam lantai untuk siswa kelas VII. Dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi untuk mendukung pembelajaran senam di lihat dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi jamani, psikologi dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal meliputi keluarga, sekolah dan masyarakat. Indikator tersebut yang akan di gunakan untuk mendapatkan data dengan memberikan skor pada angket yang digunakan.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Penentuan populasi di tentukan berdasarkan tujuan dari penelitian tersebut. Populasi merupakan sekumpulan individu yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2018: 117). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP N 3 Tempel Sleman. Sampel adalah bagian dari populasi sebagai sumber data dalam penelitian dan mempunyai jumlah tertentu. Sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang diambil sebagai sumber data penelitian dan dapat mewakili semua populasi yang ada. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *probability sampling*, yaitu menggunakan teknik pengambilan data yang memberikan kesempatan yang setara sabagai populasi yang terpilih sebagai anggota sampel. Teknik dalam *probability sampling* ada beberapa macam yaitu *simple random sampling*, *proportionate stratified random sampling* dan *sampling area (cluster) sampling*. Selain itu, Arikunto (2012: 104) mengatakan bahwa jika jumlah seluruh polpulasinya tidak lebih dari 100 orang, maka jumlah

sampel yang harus diambil semua secara keseluruhan. Namun apabila jika populasinya lebih besar dari 100 orang, maka bisa diambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah seluruh populasinya.

SMP N 3 Tempel Sleman memiliki jumlah siswa kurang lebih 470 siswa dengan 3 jenis tingkatan yaitu kelas VII, VIII dan IX. Dari hasil observasi ke sekolah dan wawancara dengan guru PJOK jumlah siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berjumlah 158 orang. Berdasarkan hasil penelitian ini jumlah populasi lebih dari 100 orang responden. Maka jumlah sampel yang di ambil sebanyak 40 orang responden dengan menggunakan 25% dari jumlah populasi. Alasan peneliti menggunakan 25% dalam penentuan jumlah sampel sebagai berikut:

- a. Jumlah siswa 158 tidak mungkin semua menjadi sampel.
- b. Banyak siswa sedang melakukan kegiatan di luar kelas.
- c. Agar setiap kelas terwakili menjadi sampel.

Tabel 1 Daftar Siswa Kelas VII Di SMP N 3 Tempel

NO	KELAS	JUMLAH SIWA	SAMPEL
1	A	32	8
2	B	32	8
3	C	31	8
4	D	32	8
5	E	31	8
JUMLAH		158	40

Teknik pengambilan jumlah sampel dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Alasan menggunakan teknik ini

adalah karena yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII A, B, C, D, E SMP N 3 Tempel tahun ajaran 2023/2024 berjumlah 40 siswa dari 5 kelas. Agar semua kelas dapat terwakili maka sampel di ambil dari masing-masing kelas dengan porsi sama

E. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini berupa angket yang bersifat tertutup yang berisikan sejumlah pertanyaan tertulis sehingga siswa dapat dengan mudah dalam menjawab pertanyaan dengan memberi tanda pada jawaban yang di pilih. Dalam melakukan penskoran instrumen menggunakan skala *Likert* dengan 4 opsi jawaban yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pernyataan yang disusun sebagai instrumen berupa pernyataan positif untuk mengungkap faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII di SMPN 3 Tempel Kabupaten Sleman.

Langkah-langkah penyusunan instrument untuk penelitian menurut Sutrisno Hadi (2004) ada tiga diantaranya sebagai berikut:

a. Medefinisikan Konstrak

Langkah pertama adalah menentukan konstrak. Konstrak yang dimaksud adalah menentukan variabel yang ingin diukur. Konstrak dalam penelitian ini adalah faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel Sleman.

b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor yaitu bahan yang akan di jelaskan menjadi faktor-faktor untuk pengukuran. Faktor-faktor yang diukur dalam penelitian ini adalah faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel Sleman yaitu ada dua faktor diantaranya:

- 1) Faktor internal yang berasal dari dalam diri individu.
- 2) Faktor eksternal yang berasal dari dorongan luar diri individu.

c. Menyusun Butir-butir Pernyataan

Faktor-faktor yang telah diidentifikasi kemudian diubah menjadi butiran-butiran pertanyaan menyusun berdasarkan konstruk. Untuk dapat memberikan contoh gambaran mengenai angket yang akan digunakan dalam penelitian ini, peneliti menyajikan kisi-kisi dan mengembangkan menjadi butir-butir soal. Kisi-kisi instrumen penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian

	Faktor	Indikator	No butir soal
Faktor Pendukung Pembelajaran Senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel	Faktor dari dalam (intrinsik)	Jasmani	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10
		Psikologi	11,12,13,14,15,16,17,18,19
		Kelelahan	20,21,22,23,24,25,26
	Faktor dari luar (Ekstrinsik)	Keluarga	27,28,29,30,31,32,33,34,35
		Sekolah	36,37,38,39,40,41,42,43,44
		Masyarakat	45,46,47,48,49,50
TOTAL			50

F. Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

Persiapan sebelum melakukan penelitian, perlu dilakukan uji coba terhadap peserta didik di sekolah lain yang tidak jauh dari lokasi penelitian. Peserta didik

kelas VII F SMP N 1 Tempel, menjadi lokasi tempat uji instrumen dengan jumlah 30 siswa.

1. Uji Validitas Instrumen

Suatu tes dikatakan valid apabila dapat menilai hasil pengetesan atau skornya. Uji validitas dilaksanakan dengan memperbandingkan nilai r hitung (*correlated item-total correlations*) dengan nilai r tabel. Bila nilai r hitung lebih besar dari r tabel maka data tersebut valid, jika nilai r hitung kurang kurang dari r tabel maka data tersebut dinyatakan tidak valid. Pada uji coba angket dilakukan dikelas VII F SMP N 1 Tempel terhadap 30 sampel maka diperoleh r tabel sebesar 0,361 dengan menggunakan level of signifikan 95%. Dari hasil uji coba 50 soal terdapat 10 soal yang tidak valid, yaitu pada nomor 6, 17, 18, 21, 26, 34, 38, 39, 47, 48. Pertanyaan tersebut lalu diperbaiki dan diujikan kembali di tempat sekolah yang sama.

Setelah penyusunan instrument kembali dan dilakukan uji coba di sekolah SMP N 1 Tempel. Didapatkan hasil dari jumlah responden sebanyak 30 siswa dengan jumlah lebih dari 0,361 dan seluruh soal dinyatakan valid.

2. Uji Reabilitas Instrumen

Reliabilitas dapat diartikan sebagai keakuratan dan ketepatan dari suatu alat ukur bahwa instrument tersebut dapat dipercaya atau diandalkan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah layak dan bisa dilakukan penelitian. Untuk memperoleh reliabilitas menggunakan rumus (*Alpha Cronbach*). Rumus Alpha digunakan karena untuk mencari reliabilitas instrumen yang skornya bukan 1 dan 0, tetapi digunakan untuk soal uraian atau

angket.

Tabel 3 Cronbach Alpha

Croonbach's Alpha	N Of Items
0,93	50

Dari hasil percobaan uji instrumen dinyatakan valid reliabilitas diperoleh hasil 0,93, hasil tersebut melebihi dari nilai acuan 0,70. dengan hasil berikut instrumen pada penelitian ini dikatakan reliabel dan bisa digunakan untuk penelitian.

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik dalam pengumpulan data yaitu dengan cara menyebarkan angket. Angket yang digunakan untuk mendapatkan data tentang faktor-faktor yang mendukung pembelajaran pendidikan jasmani senam lantai. Angket tersebut bersifat tertutup. Selama proses pengumpulan data sebaiknya peneliti melakukan tindakan sebagai berikut:

- a. Meminta izin pengambilan data kepada guru atau kepala sekolah SMP N 3 Tempel.
- b. Peneliti mendatangi kelas VII untuk menyebarkan angket yang sudah di siapkan.
- c. Semua siswa mengisi angket dengan sukarela dan tanpa ada paksaan.
- d. Angket yang telah diisi oleh seluruh siswa akan diuji ulang atau dikumpulkan untuk mendapatkan data tentang faktor-faktor yang mendorong pembelajaran senam lantai.
- e. Pengolahan data penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif persentase. Pemilihan teknik analisis data ini berdasarkan pada tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor pendukung pembelajaran senam lantai. Dalam tahap pengolahan data ada beberapa yang harus di tempuh sebagai berikut:

1. Rekapitulasi Data

Langkah berikutnya adalah tahap pengelolaan data yang telah dapat dengan memindahkan jawaban responden ke dalam tabel. Data yang tersaji ditabel diolah menjadi angket kemudian dilakukan analisis data menggunakan metode deskriptif kuantitatif menggunakan persentase.

2. Analisis dan Interpretasi

Langkah kedua yaitu menganalisa data yang diolah secara verbal agar dapat mempermudah dalam memahami. Pengategorian mengenai faktor-faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel Tahun ajaran 2022/2023. Dalam membuat kategorisasi menggunakan tiga tingkatan yaitu “rendah”, “sedang” dan “tinggi”. Berikut Pedoman dalam ketentuan kriteria menurut (Azwar, 2012) sebagai berikut:

Tabel 4 Rumus Pengategorian

No	Rentangan Norma	Kategori
1	$X < (M - 1,0 \text{ SD})$	Rendah
2	$(M - 1,0 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1,0 \text{ SD})$	Sedang
3	$X > (M + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi

Keterangan:

M: nilai rata-rata (*Mean*)

X : skor

S : standar deviasi

3. Analisis data

Langkah selanjutnya adalah penarikan kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan. Data yang diperoleh dari angket disimpulkan dengan menggunakan deskriptif kuantitatif dengan mengubah frekuensi ke dalam bentuk persentase. Untuk menghitung persentase responden yang termasuk dalam kategori tertentu disetiap aspek adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

P: Persentase

f : Jumlah frekuensi

N: Jumlah Responden

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini tentang faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel Sleman yang dilakukan pengambilan data pada 25 Agustus sampai 31 Agustus 2023. Penelitian ini diikuti oleh 40 peserta didik. Dari hasil di atas akan di deskripsikan sebagai berikut:

Tabel 5 Deskripsi Statistic Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

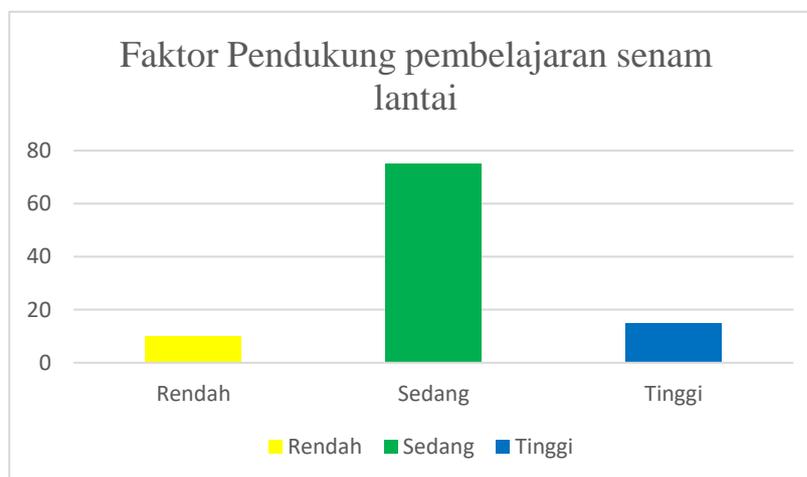
Statistic	
<i>Mean</i>	135,79
<i>Median</i>	140,00
<i>Mode</i>	140,00
<i>Std.Deviation</i>	16,13
<i>Minimum</i>	100,00
<i>Maximum</i>	159,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pembelajaran Senam Lantai pada kelas VII SMP N 3 Tempel Sleman, di peroleh nilai rata-rata (*Mean*) 135,72, nilai tengah sebesar (*Median*) 140,00, nilai yang sering muncul sebesar (*Mode*) 140,00. Sedangkan nilai terendah (*Minimum*) 100,00 dan nilai tertinggi (*Maximum*) 159,00. Dari hasil tes tersebut dapat di kategorikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan senam lantai di SMP N 3 Tempel dalam bentuk tabel berikut ini :

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Faktor Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 119,66$	4	10,00 %	Rendah
2	$119,66 \leq X < 151,92$	30	75,00 %	Sedang
3	$X > 151,92$	6	15,00 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00%	

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mendukung pembelajaran senam lantai pada siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah “sedang” dengan frekuensi terbanyak 30 orang atau 75,00 %. Faktor yang mendukung pembelajaran senam lantai pada kategori “tinggi” dengan frekuensi 6 orang atau 15,00 %, “rendah” dengan 4 orang atau 10,00 %. Berikut adalah grafik diagram batang faktor-faktor yang mendukung pembelajaran senam lantai di SMP N 3 Tempel:



Gambar 6 Diagram Batang Faktor Pendukung Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

1. Faktor Intrinsik

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dijelaskan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 7 Deskripsi Statistic Faktor Intrinsik

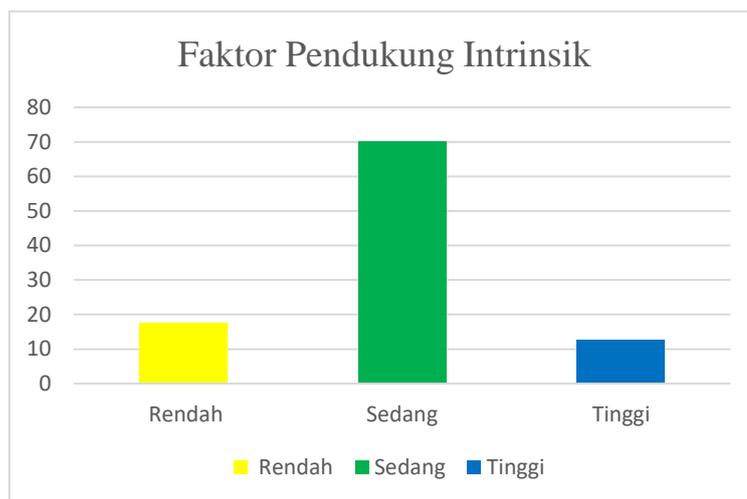
Statistic	
<i>Mean</i>	65,23
<i>Median</i>	67,00
<i>Modus</i>	73,00
<i>Std. Deviation</i>	8,81
<i>Minimum</i>	43,00
<i>Maximum</i>	80,00

Dari hasil data di atas dapat dijelaskan bahwa faktor yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel, berdasarkan faktor intrinsik dengan nilai terendah (*Minimum*) 43,00, tertinggi (*Maximum*) 80,00, rata-rata (*Mean*) 65,23, nilai tengah (*Median*) 67,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 73,00 dan standard deviasi (*Std.Deviation*) 8,81. Dari hasil tes tersebut maka dapat di kategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Faktor Instrinsik

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 56,42$	7	17,50 %	Rendah
2	$56,42 \leq X < 74,04$	28	70,00 %	Sedang
3	$X > 74,04$	5	12,50 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah tinggi dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu 28 orang atau 70,00 %. Faktor intrinsik kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 5 atau 12,50 %, “rendah” dengan frekuensi 7 orang atau 17,50 %. Berikut adalah grafik dari faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel.



Gambar 7 Diagram Batang Faktor Intrinsik Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

a. Jasmani

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel dari indikator faktor jasmani dengan angket berjumlah 10 butir soal.

Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 9 Deskripsi Statistic Indikator Jasmani

Statistic	
<i>Mean</i>	26,58
<i>Median</i>	27,50
<i>Modus</i>	30,00
<i>Std.Deviation</i>	4,03
<i>Minimum</i>	16,00
<i>Maximum</i>	34,00

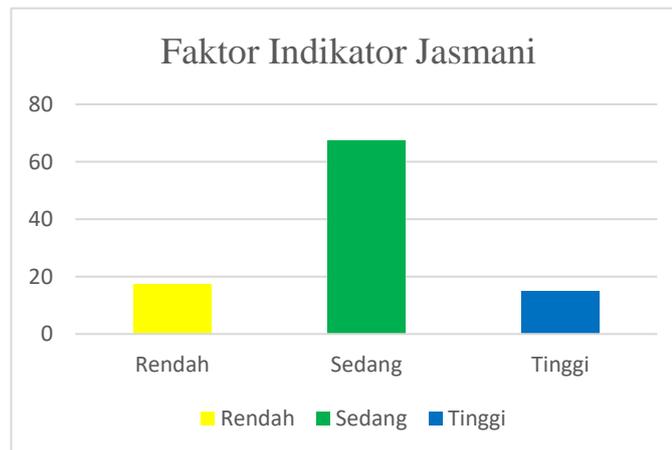
Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor jasmani dengan nilai terendah (*Minimum*) 16,00, tertinggi (*maximum*) 34,00, rata-rata (*Mean*) 26,58, nilai tengah (*Median*) 27,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 30,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 4,03.

Dari hasil tes tersebut maka dapat dikategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat di tampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 10 Distribusi Frekuensi Indikator Jasmani

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 22,5$	7	17,50 %	Rendah
2	$22,5 \leq X < 30,61$	27	67,50 %	Sedang
3	$X > 30,61$	6	15,00 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor jasmani yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori “sedang” dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang yaitu 27 orang atau 67,50%. Faktor jasmani kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori “rendah” dengan frekuensi 7 orang atau 17,50%. Berikut adalah grafik dari indikator jasmani pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 8 Diagram Batang Indikator Jasmani Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

b. Psikologi

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3

Tempel dari indikator faktor psikologi dengan angket berjumlah 9 butir soal.

Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 11 Deskripsi Statistic Indikator Psikologi

Statistic	
<i>Mean</i>	20,35
<i>Median</i>	21,00
<i>Modus</i>	20,00
<i>Std. Deviation</i>	4,00
<i>Minimum</i>	10,00
<i>Maximum</i>	26,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor psikologi dengan nilai terendah (*Minimum*) 10,00, tertinggi (*maximum*) 26,00, rata-rata (*Mean*) 20,35, nilai tengah (*Median*) 21,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 20,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 4,00.

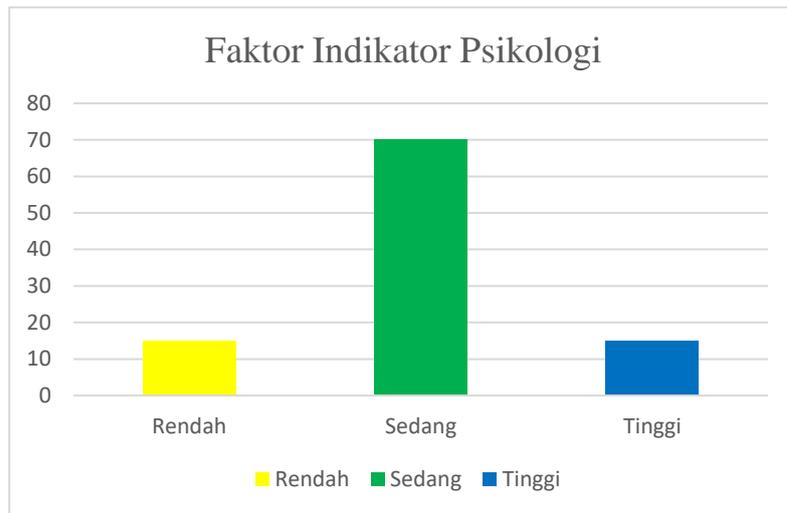
Dari hasil tes tersebut maka dapat dikategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 16,35$	6	15,00 %	Rendah
2	$16,35 \leq X < 24,35$	28	70,00 %	Sedang
3	$X > 24,35$	6	15,00 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Tabel 12 Distribusi Frekuensi Indikator Psikologi

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor psikologi yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu 28 orang atau 70,00%. Faktor psikologi kategori “tinggi” dengan jumlah

frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori “rendah” dengan frekuensi 6 orang atau 15,00%. Berikut adalah grafik dari indikator psikologi pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 9 Diagram Batang Indikator Psikologi Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N 3 Tempel

c. Kelelahan

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel dari indikator faktor kelelahan dengan angket berjumlah 7 butir soal. Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 13 Deskripsi Statistic Indikator Kelelahan

Statistic	
<i>Mean</i>	18,30
<i>Median</i>	18,00
<i>Modus</i>	18,00
<i>Std. Deviation</i>	2,80
<i>Minimum</i>	13,00
<i>Maximum</i>	23,00

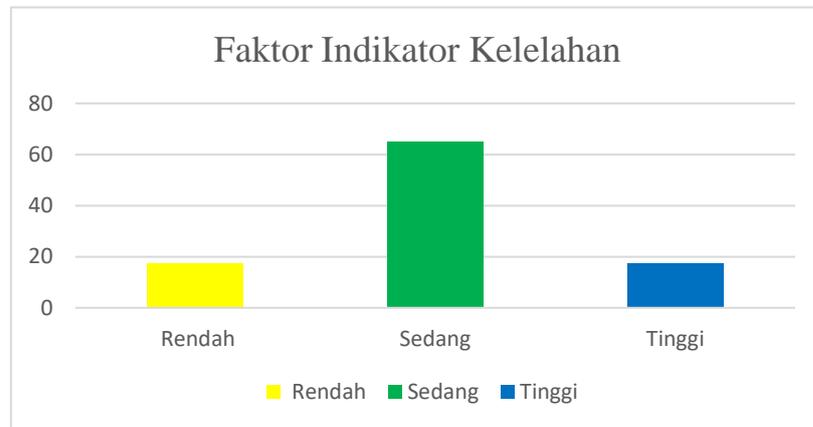
Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor kelelahan dengan nilai terendah (*Minimum*) 13,00, tertinggi (*maximum*) 23,00, rata-rata (*Mean*) 18,30, nilai tengah (*Median*) 18,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 18,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 2,80. Dari hasil tes tersebut maka dapat dikategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 14 Distribusi Frekuensi Indikator Kelelahan

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 15,5$	7	17,50 %	Rendah
2	$15,5 \leq X < 21,1$	26	65,00 %	Sedang
3	$X > 21,1$	7	17,50 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor kelelahan yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu 26 orang atau 65,00 %. Faktor Kelelahan kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 7 orang atau 17,50 %, kategori “rendah” dengan frekuensi 7 orang atau

17,50 %. Berikut adalah grafik dari indikator kelelahan pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 10 Diagram Batang Indikator Kelelahan Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa Kelas VII SMP N Tempel

2. Faktor Ekstrinsik

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 15 Deskripsi Statistic Faktor Ekstrinsik

Statistic	
<i>Mean</i>	71,23
<i>Median</i>	72,00
<i>Modus</i>	71,00
<i>Std.Deviation</i>	7,18
<i>Minimum</i>	56,00
<i>Maximum</i>	83,00

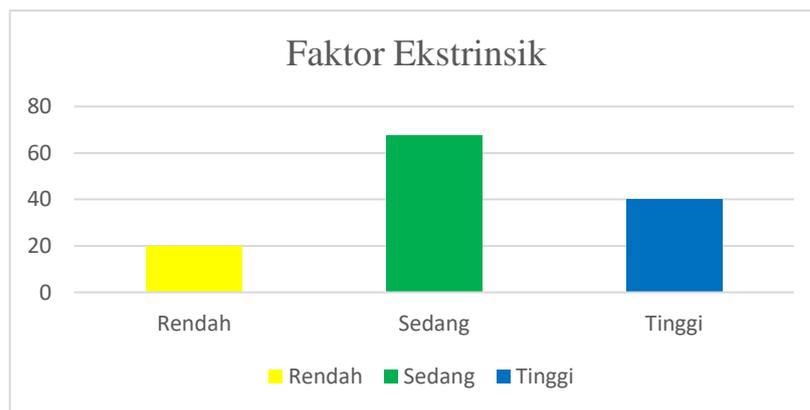
Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor ekstrinsik dengan nilai terendah (*Minimum*) 56,00, tertinggi (*maximum*) 83,00, rata-rata (*Mean*) 71,23, nilai tengah (*Median*) 72,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 71,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 7,18,.

Dari hasil tes tersebut maka dapat di kategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat di tampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 16 Distribusi Frekuensi Faktor Ekstrinsik

NO	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 64,5$	8	20,00 %	Rendah
2	$64,5 \leq X < 78,41$	27	67,50%	Sedang
3	$X > 78,41$	5	12,50 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor ekstrinsik yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu 27 orang atau 67,50 %. Faktor ekstrinsik kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 5 orang atau 12,50 %, kategori “rendah” dengan frekuensi 8 orang atau 20,00%. Berikut adalah grafik dari faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 11 Diagram batang Faktor Ekstrinsik Pendukung Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel

a. Keluarga

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3

Tempel dari indikator faktor keluarga dengan angket berjumlah 7 butir soal.

Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 17 Deskripsi Statistic Indikator Keluarga

Statistic	
<i>Mean</i>	27,89
<i>Median</i>	28,50
<i>Modus</i>	29,00
<i>Std.Deviation</i>	3,66
<i>Minimum</i>	18,00
<i>Maximum</i>	33,00

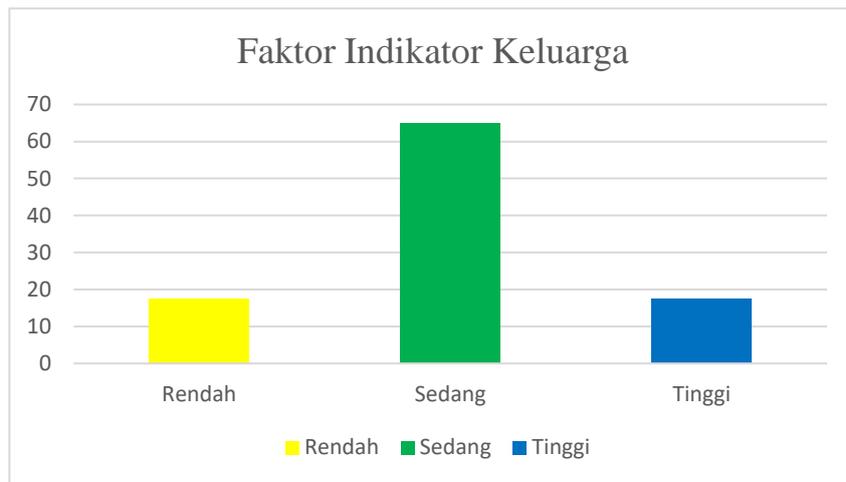
Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel, berdasarkan faktor keluarga dengan nilai terendah (*Minimum*) 18,00, tertinggi (*maximum*) 33,00, rata-rata (*Mean*) 27,89 nilai tengah (*Median*) 28,50, nilai yang sering muncul (*Modus*) 29,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 3,66. Dari hasil tes tersebut maka dapat dikategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 18 Distribusi Frekuensi Indikator Keluarga

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 24,12$	7	17,50 %	Rendah
2	$24,12 \leq X < 31,44$	26	65,00 %	Sedang
3	$X > 31,44$	7	17,50 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor keluarga yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu

26 orang atau 65,00%. Faktor keluarga kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 7 orang atau 17,50%, kategori” rendah” dengan frekuensi 7 orang atau 17,50%. Berikut adalah grafik dari faktor indikator keluarga senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 12 Diagram Batang Faktor Indikator Keluarga Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel

b. Sekolah

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel dari indikator faktor sekolah dengan angket berjumlah 9 butir soal. Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 19 Deskripsi Statistic Indikator Sekolah

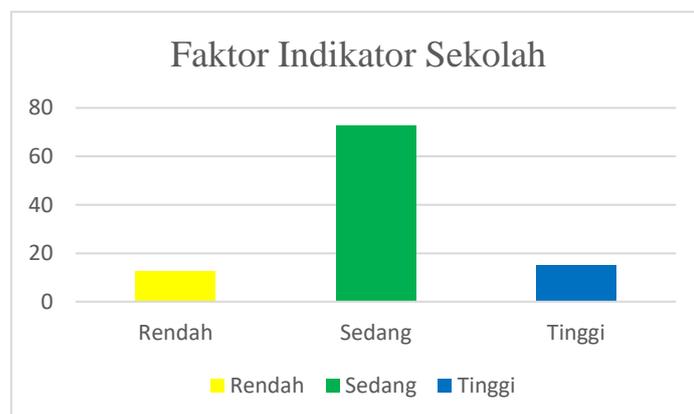
Statistic	
<i>Mean</i>	26,85
<i>Median</i>	27,00
<i>Modus</i>	27,00
<i>Std.Deviation</i>	3,56
<i>Minimum</i>	15,00
<i>Maximum</i>	35,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel, berdasarkan faktor sekolah dengan nilai terendah (*Minimum*) 15,00, tertinggi (*maximum*) 34,00, rata-rata (*Mean*) 26,85, nilai tengah (*Median*) 27,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 27,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 3,56. Dari hasil tes tersebut maka dapat dikategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 20 Distribusi Frekuensi Indikator Sekolah

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 23,29$	5	12,50 %	Rendah
2	$23,29 \leq X < 30,41$	29	72,50 %	Sedang
3	$X > 30,41$	6	15,00 %	Tinggi
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor sekolah yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” yaitu 29 orang atau 72,50%. Faktor sekolah kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori “rendah” dengan frekuensi 5 orang atau 12,50%. Berikut adalah grafik dari faktor indikator sekolah senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 13 Diagram Batang Faktor Indikator Sekolah Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel

c. Masyarakat

Faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel dari indikator faktor masyarakat dengan angket berjumlah 6 butir soal. Maka deskriptif statistik sebagai berikut:

Tabel 21 Deskripsi Statistic Indikator Masyarakat

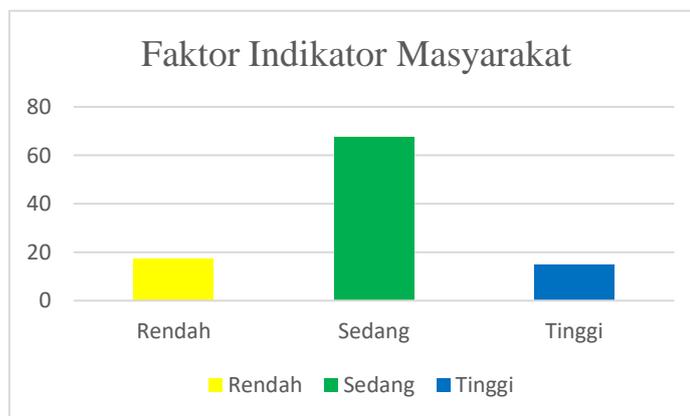
Statistic	
<i>Mean</i>	16,60
<i>Median</i>	17,00
<i>Modus</i>	18,00
<i>Std.Deviation</i>	2,27
<i>Minimum</i>	12,00
<i>Maximum</i>	22,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan faktor-faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor masyarakat dengan nilai terendah (*Minimum*) 12,00, tertinggi (*maximum*) 22,00, rata-rata (*Mean*) 16,60, nilai tengah (*Median*) 17,00, nilai yang sering muncul (*Modus*) 18,00 dan Standard Deviasi (*Std.Deviation*) 2,27. Dari hasil tes tersebut maka dapat di kategorikan faktor-faktor yang mendukung dapat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 22 Distribusi Frekuensi Indikator Masyarakat

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X < 14,33$	7	17,50 %	Sangat Tinggi
2	$14,33 \leq X < 18,87$	27	67,50 %	Tinggi
3	$X > 18,87$	6	15,00 %	Rendah
Jumlah		40	100,00 %	

Dari hasil tabel di atas dapat diketahui bahwa faktor masyarakat yang mendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel adalah kategori “sedang” dengan frekuensi terbanyak yaitu 27 orang atau 67,50%. Faktor masyarakat kategori “tinggi” dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori “rendah” dengan frekuensi 7 orang atau 17,50%. Berikut adalah grafik dari faktor indikator masyarakat senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel:



Gambar 14 Diagram Batang Faktor Indikator Masyarakat Pelaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel

B. Pembahasan

Dari deskripsi hasil penelitian faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel diperoleh hasil secara keseluruhan bahwa faktor yang mendukung pelaksanaan pembelajaran senam

lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor intrinsik dan ekstrinsik. Analisis data dilakukan secara diskriptif kuantitatif, yang diungkap menggunakan angket sejumlah 50 item soal. Soal tersebut terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik dengan 6 indikator. Dapat di peroleh hasil secara keseluruhan dengan pertimbangan frekuensi terbanyak pada kategori sedang yaitu dengan jumlah 30 orang atau 75,00% dari 40 Siswa kelas VII SMP N 3 Tempel. Faktor pendukung pembelajaran pelaksanaan senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel kategori rendah dengan frekuensi 4 orang atau 10,00%, kategori sedang dengan frekuensi 30 orang atau 75,00%, kategori tinggi dengan frekuensi 6 orang atau 15,00%.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor pendukung pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel dengan hasil kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa aspek-aspek pendukung seperti siswa, sekolah dan keluarga perlu ditingkatkan lagi agar dapat mendukung keberhasilan pelaksanaan pembelajaran senam lantai. Penerapan dalam pembelajaran senam lantai tidak akan berhasil jika siswa, guru, sekolah dan keluarga tidak memberikan kontribusi yang baik dalam mendukung pembelajaran senam lantai. Pembahasan hasil perhitungan distribusi frekuensi pada masing-masing faktor pendukung akan memperjelas faktor pendukung pembelajaran senam lantai. Menurut Slameto (2013: 54), mengatakan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi pembelajaran adalah faktor intern dan ekstern. Faktor intern adalah faktor-faktor yang pasti ada dalam setiap diri masing-masing individu (siswa) yang sedang belajar. Faktor ekstern faktor yang berasal dari luar diri

individu siswa. Adapun pembahasan hasil perhitungan dari distribusi frekuensi pada masing-masing faktornya adalah sebagai berikut:

1. Faktor Intrinsik

Faktor intrinsik merupakan faktor yang ada dalam diri setiap individu yang mempengaruhi keberhasilan artinya setiap individu (siswa) sudah pasti mempunyai faktor Intrinsik pada setiap siswa. Faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor intrinsik termasuk dalam kategori sedang yaitu 28 Orang atau 70,00%. Faktor intrinsik kategori rendah dengan jumlah frekuensi 7 atau 17,50%, untuk kategori tinggi dengan frekuensi 5 orang atau 12,50%.

Terdapat indikator yang di gunakan dalam penelitian ini adalah faktor jasmani, psikologi dan kelelahan. Dari indikator jasmani memperoleh hasil kategori sedang hal ini dilihat dari jumlah frekuensi terbanyak yaitu 27 orang atau 67,50%. Faktor jasmani kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori rendah dengan frekuensi 7 orang atau 17,50% dan. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesehatan jasmani perlu ditingkatkan lagi agar dapat mendukung kegiatan pembelajaran karena sangat mempengaruhi aktivitas belajar seseorang. Hal ini sesuai dengan pandangan Singgih D. Gunarsa (2004: 103-104), mengatakan bahwa kebugaran jasmani dan mental adalah kesatuan organis yang memungkinkan untuk menjadikan motivasi untuk terus berkembang. Kondisi jasmani yang baik dan bugar akan menjadikan dampak yang positif terhadap kegiatan pembelajaran pada setiap individu. Disisi lain, keadaan fisik yang kurang sehat atau sakit maka dapat menghambat tercapainya

tujuan pembelajaran. Dari indikator psikologi memperoleh hasil kategori sedang hal ini dilihat dari jumlah frekuensi sebanyak 28 orang atau 70,00%. Faktor psikologi kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori rendah dengan frekuensi 6 orang atau 15,00%. Dalam hal ini indikator psikologi mencakup beberapa aspek seperti kecerdasan, perhatian, bakat, minat, motivasi, kedewasaan dan persiapan. Materi pembelajaran senam lantai dianggap kurang menarik bagi sebagian siswa. Hal ini menunjukkan bahwa aspek-aspek yang ada dalam indikator psikologi kurang berpengaruh terhadap siswa dan perlunya adanya peningkatan agar memiliki keterampilan yang lebih baik. Menurut Slameto (2013: 59-60) berpendapat bahwa kelelahan merupakan faktor intern yang juga mempengaruhi terhadap hasil belajar siswa. Dari indikator kelelahan memperoleh hasil kategori sedang dengan melihat jumlah frekuensi terbanyak 26 orang atau 65,00%. Faktor kelelahan kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 7 orang atau 17,50%, kategori rendah dengan frekuensi 7 orang atau 17,50%. Dalam hal ini perlu ditingkatkan dalam indikator kelelahan karena memiliki peran penting dalam faktor intrinsik. Namun pada kenyataannya pada saat pelaksanaan siswa merasa kurang bertenaga dalam mengikuti kegiatan senam lantai.

2. Faktor Ekstrinsik

Faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar siswa yang berkaitan dengan proses pembelajaran. Faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel berdasarkan faktor ekstrinsik termasuk dalam kategori sedang dengan frekuensi terbanyak yaitu 27 orang atau

67,5%. Sedangkan faktor ekstrinsik kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 5 orang atau 12,50%, kategori rendah dengan frekuensi 8 orang atau 20,00%. Terdapat indikator dari faktor ekstrinsik yaitu keluarga, sekolah dan masyarakat.

Dari indikator keluarga memperoleh hasil kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang yaitu 26 orang atau 65,00%. Faktor keluarga kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 7 orang atau 17,50%, kategori rendah dengan frekuensi 7 orang atau 17,50%. Keluarga merupakan peran penting dalam mendukung siswa untuk mengikuti pembelajaran di sekolah. Kartini (2005: 17) berpendapat bahwa “keadaan lingkungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kesuksesan dalam berkembangnya seseorang, termasuk diantaranya adalah adanya hubungan yang harmonis antar sesama anggota keluarga, tempat terjadinya interaksi sosial. Keluarga juga memberikan dukungan siswa dalam belajar senam lantai oleh karena itu siswa akan menjadi termotivasi dalam mengikuti semua pelajaran di sekolah.

Dari indikator sekolah memperoleh hasil kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang yaitu 29 orang atau 72,00 %. Faktor sekolah kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori rendah dengan frekuensi 5 orang atau 12,50%. Menurut Slameto (2013: 64-69) faktor sekolah yang memberikan pengaruh belajar mencakup relasi guru dengan siswa, relasi siswa dengan siswa, kedisiplinan, pelajaran dan jam pelajaran, standar pelajaran, keadan gedung, metode belajar dan tugas-tugas rumah. Hal ini menunjukkan bahwa sekolah perlu ditingkatkan dalam aspek-aspek yang mendukung kegiatan pembelajaran agar siswa menjadi mudah memahami materi

pelajaran yang disampaikan oleh guru. Sehingga pembelajaran dapat berjalan secara efektif dan efisien. Slameto (2013: 69-72), mengemukakan lingkungan rumah atau masyarakat termasuk dalam faktor ekstern yang juga dapat mempengaruhi terhadap tujuan pembelajaran siswa. Pengaruh tersebut terjadi karena siswa keberadaan siswa dalam lingkungan masyarakat. Dari indikator masyarakat memperoleh hasil kategori sedang dengan frekuensi terbanyak yaitu 27 orang atau 67,50%. Dari indikator masyarakat kategori tinggi dengan jumlah frekuensi 6 orang atau 15,00%, kategori rendah dengan frekuensi 7 orang atau 17,5%. Artinya bahwa sebagian siswa menyadari bahwa lingkungan masyarakat dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan siswa. Hal itu juga dapat memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap siswa. Pengaruh ini dapat terjadi dalam lingkungan di sekolah maupun di luar sekolah. Lingkungan tersebut dapat berupa hubungan antara siswa terhadap orang disekitarnya atau kondisi yang ada di lingkungan masyarakat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan maka dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel termasuk dalam kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berjumlah 30 orang atau 75,00%. Sedangkan pada kategori tinggi dengan frekuensi 6 orang atau 15,00%, untuk kategori rendah dengan 4 orang atau 10,00%. Sedangkan untuk faktor intrinsik termasuk kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang yaitu 28 orang atau 70,00% dan faktor ekstrinsik termasuk kategori sedang dengan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang yaitu 27 orang atau 67,50%. Faktor yang memiliki frekuensi terbanyak terdapat pada faktor intrinsik dengan indikator sekolah dengan frekuensi 29 orang atau 72,50 %.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas dapat dijelaskan implikasi hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Agar terciptanya suasana yang kondusif dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel.
2. Sebagai sarana informasi tentang faktor pendukung pelaksanaan kegiatan belajar pada cabang senam lantai siswa kelas VII SMP N 3 Tempel.
3. Guru dan sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai rujukan dalam pengambilan keputusan dari hasil penelitian tersebut.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Pengumpulan hasil data
2. penelitian yang hanya menggunakan angket menyebabkan terjadinya lemahnya unsur objektif dalam pengisian.
3. Instrumen dalam penelitian ini berupa angket, sehingga kemungkinan responden tidak mengisi angket dengan benar.
4. Instrumen penelitian cakupannya kurang luas sehingga memungkinkan mengandung informasi tidak relevan dalam instrumen penelitian.

D. Saran

1. Diharapkan kepada guru untuk meningkatkan ilmu yang berkaitan terhadap cabor senam lantai baik secara teori maupun praktek sehingga kualitas proses pembelajaran dapat terus meningkat.
2. Bagi sekolah, harus lebih memperhatikan fasilitas pembelajaran senam lantai agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan maksimal.
3. Bagi siswa, agar siswa lebih giat lagi dan serius ketika mempelajari materi PJOK khususnya materi senam lantai.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Arma dan Agus Manadji. (1994). *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Agus Mahendra. (2000). *Senam*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataan Guru SLTP Setara D-III.
- Agus Suryobroto. (2004). *Diklat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: UNY.
- Aip Syarifuddin. (1999). *Pengembangan Kompetensi Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Dalam Mengelola Program Pembelajaran Gerak*, Jakarta: PPPITOR Menpora
- Ali, Mohammad dan Mohammad, Asrori. (2005). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. (2010). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka
- D, Singgih. Gunarsa & Ny.Singgih D.Gunarsa. (2004). *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia
- Dendy, Sugono, (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat*. Jakarta :Gramedia
- Ferdian, Andry. (2016). *Faktor Pendukung Pembelajaran Permainan Bola Basket Siswa Kelas XI SMA Se-Kecamatan Pakem*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- H.J.S Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Penelitian Research*. Yogyakarta: BPFE

- Harnum Prabawati. (2013). *“Identifikasi Keterlaksanaan Pendekatan Pembelajaran Menurut Mosston Oleh Guru Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri Bakulan Tahun Ajaran 2012/2013”*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Hasan Basri. (2015). *Paradigma Baru Sistem Pendidikan*. Bandung: Pustaka Ceria.
- Imam Hidayat (1995). *Senam dan Metodik*. Departemen P dan K. Jakarta: PT Abadi Kartini, Krtono. (2005). *Pemimpin dan Kepemimpinan*. Jakarta: Rajawali Pres
- Karwono, H., Heni, Mularsih. (2018). *Belajar dan Pembelajaran Serta Pemanfaatan Sumber Belajar*. Depok: PT . Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Erlangga.
- Munawar, Hassan. (2017). *Faktor-faktor Pendukung Keterlaksanaan Senam Lantai Menurut Pendapat Peserta Didik Kelas X Di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- SinggihD. Gunarsa. (2008). *Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Slameto (1995). *Belajar Dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sugihartono, dkk (2007). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Uny Press
- Sugiyono (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Proyek Pembinaan dan Peningkatan Mutu Tenaga Kependidikan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Wawan Suherman (2001) *Diktat Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani*.
Yogyakarta: UNY



LAMPIRAN

Lampiran 2 Surat Permohonan Uji Instrumen

**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/46/UN34.16/LT/2023 14 Agustus 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth . Kepala SMP N 1 Tempel, Jl Magelang Km 17

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

Nama : Nuril Anwar
NIM : 19601244066
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA VII SMP N 3 TEMPEL SLEMAN
Waktu Uji Instrumen : 15 - 31 Agustus 2023

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

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,


Prof. Dr. Guntur, M.Pd.
NIR. 19810926 200604 1 001

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

14/08/2023 14

Lampiran 3 Surat Permohonan Bimbingan Skripsi

**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/46/UN34.16/LT/2023 14 Agustus 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth . Kepala SMP N 1 Tempel, Jl Magelang Km 17

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

Nama : Nuril Anwar
NIM : 19601244066
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA VII SMP N 3 TEMPEL SLEMAN
Waktu Uji Instrumen : 15 - 31 Agustus 2023

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

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Kemahasiswaan dan Alumni,


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

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

14/08/2023. 1

Lampiran 4 . Surat Izin Penelitian

**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/252/UN34.16/PT.01.04/2023 17 Oktober 2023
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala SMP N 3 Tempel
Jl. Gendol, Pondok Rejo, Kec. Tempel

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

Nama : Nuril Anwar
NIM : 19601244066
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA KELAS VII DI SMP N 3 TEMPEL
Waktu Penelitian : 25 - 31 Agustus 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.

Dekan,

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

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



Lampiran 5 Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Nurul Anwar
 NIM : 19601244066
 Program Studi : PJKR A 19
 Pembimbing : Darang Pujo Broto M.Or.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	28/03/2023	Pembahasan Review proposal 1-3	<i>[Signature]</i>
2.	31/03/2023	Diskusi terkait proposal	<i>[Signature]</i>
3.	6/06/2023	Diskusi proposal skripsi BAB 3	<i>[Signature]</i>
4.	7/06/2023	Perbaikan terkait bab 2 bagian Krisi - Krisi	<i>[Signature]</i>
5.	17/07/2023	Konsultasi terkait proposal/skripsi	<i>[Signature]</i>
6.	18/07/2023	melakukan Uji Coba Instrumen	<i>[Signature]</i>
7.	24/07/2023	Melakukan Uji Validitas dan Reliabilitas	<i>[Signature]</i>
8.	26/07/2023	konsultasi terkait skripsi	<i>[Signature]</i>
9.	4/07/2023	konsultasi terkait Instrumen yg di Ujikan	<i>[Signature]</i>
10.	24/07/2023	konsultasi terkait skripsi	<i>[Signature]</i>
11.	14/09/2023	Bimbingan Skripsi Bab 4	<i>[Signature]</i>
12.	2/10/2023	perbaikan terkait skripsi	<i>[Signature]</i>

Ketua Departemen POR

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

Lampiran 6 Soal Instrumen Faktor Pendukung Pembelajaran Senam Lantai

ANGKET PENELITIAN

Nama :

No Absen :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Anket :

1. Isilah daftar identitas yang telah disediakan
2. Berilah tanda check (√) pada alternatif jawaban yang sesuai dengan diri Anda.
3. Mohon diisi semua tanpa ada yang terlewat pada lembar yang telah disediakan dan tidak diperkenankan memilih jawaban lebih dari satu.
4. Jawaban Anda tidak berpengaruh terhadap nilai mata pelajaran dan di jamin kerahasiaannya.
5. Selamat mengerjakan dan terima kasih atas bantuannya.

Keterangan Alternatif Jawaban :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

TS : Tidak Setuju

A. Faktor Internal

Nomor	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	KS	TS
1	Saya memiliki tinggi badan yang ideal untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
2	Saya memiliki tubuh yang sehat untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
3	Saya memiliki anggota Tubuh yang lengkap untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				

4	Saya memiliki kelincahan gerak tubuh yang ideal untuk mengikuti Senam Lantai.				
5	Saya mempunyai kekuatan tubuh yang ideal untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
6	Saya dapat mengikuti pembelajaran senam lantai.				
7	Saya memiliki pendengaran yang baik untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
8	Saya memiliki penglihatan yang baik untuk mengikuti Pembelajaran Senam Lantai.				
9	Saya memiliki tulang yang kuat untuk mengikuti pembelajaran senam lantai.				
10	Saya memiliki berat badan yang ideal untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
11	Saya tertarik dengan pembelajaran senam lantai.				
12	Saya memiliki bakat dalam Cabang olahraga Senam Lantai.				
13	Saya memiliki kemampuan dalam cabang olahraga Senam Lantai.				
14	Saya memiliki Motivasi untuk mengikuti Pembelajaran Senam Lantai.				
15	Saya memiliki keinginan untuk berprestasi dalam bidang olahraga Senam Lantai.				
16	Saya belajar sungguh-sungguh teknik gerakan senam lantai yang di ajarkan oleh guru.				
17	Saya menampilkan kemampuan terbaik saya dalam berolahraga.				
18	Saya mampu menguasai gerakan dalam senam lantai.				
19	Saya selalu bersemangat dalam mengikuti pembelajaran Senam Lantai.				
20	Saya sering begadang lebih dari jam 22:00 hingga larut malam.				
21	Setelah pulang sekolah saya membantu pekerjaan orang tua saya.				
22	Sebelum berangkat ke sekolah saya melakukan Olahraga pagi selama 30 Menit.				
23	Pembelajaran Penjasorkes materi senam lantai membuat siswa menjadi senang dan semangat.				
24	Waktu pelaksanaan pembelajaran Penjasorkes sudah cukup dengan kebutuhan siswa.				
25	Pembelajaran praktik dan teori pada mata pembelajaran Penjasorkes sudah merata.				
26	Pembelajaran Penjasorkes membuat saya cepat kehilangan tenaga.				

27	Orang tua saya selalu menyuruh saya untuk belajar materi pendidikan jasmani.				
28	Orang tua saya sangat mendukung jika saya memiliki keterampilan senam lantai.				
29	Orangtua saya selalu memantau perkembangan saya dalam mengikuti pembelajaran di sekolah.				
30	Orangtua saya selalu memberikan uang saku kepada saya.				
31	Penghasilan orangtua saya cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarga.				
32	Saya sebelum berangkat sekolah selalu berpamitan kepada kedua orang tua saya.				
33	Saya merasa nyaman dengan kasih sayang yang di berikan orangtua saya.				
34	Saya dan Keluarga saya selalu meluangkan waktu untuk berkumpul bersama.				
35	Saya selalu membantu orang tua saya untuk mencukupi kebutuhan keluarga.				
36	Guru pengampu pelajaran Penjasorkes menggunakan metode mengajar yang baik.				
37	Guru pengampu pembelajaran senam lantai dapat berkomunikasi dengan baik.				
38	Guru pengampu Pembelajaran senam menjalin hubungan baik kepada semua siswanya.				
39	Setiap siswa selalu menjaga hubungan baik antar sesama siswa.				
40	Pada saat pembelajaran senam lantai siswa saling memberikan dukungan dan semangat.				
41	Sekolah memiliki perlengkapan alat senam lantai yang baik dan lengkap.				
42	Sekolah memiliki matras untuk kegiatan senam lantai.				
43	Sekolah Memiliki Ruangan untuk kegiatan senam lantai				
44	Saya di bantu teman saat mengalami kesulitan saat mempraktikkan gerakan dalam senam lantai.				
45	Penggunaan media pembelajaran membuat saya menjadi lebih semangat dalam mengikuti senam lantai.				
46	Lingkungan rumah saya mendukung kegiatan olahraga.				
47	Lingkungan rumah saya perlu pengetahuan tentang pentingnya olahraga				
48	Masyarakat lingkungan sekolah mendukung kegiatan Olahraga.				

49	Masyarakat saya memiliki kepedulian yang tinggi di bidang olahraga.				
50	Lingkungan Rumah saya selalu berpartisipasi dalam kegiatan olahraga.				

TERIMA KASIH

Lampiran 7 Rumus R Tabel

DF = n-2	0,1	0,05	0,02	0,01	0,001
	r 0,005	r 0,05	r 0,025	r 0,01	r 0,001
1	0,9877	0,9969	0,9995	0,9999	1,0000
2	0,9000	0,9500	0,9800	0,9900	0,9990
3	0,8054	0,8783	0,9343	0,9587	0,9911
4	0,7293	0,8114	0,8822	0,9172	0,9741
5	0,6694	0,7545	0,8329	0,8745	0,9509
6	0,6215	0,7067	0,7887	0,8343	0,9249
7	0,5822	0,6664	0,7498	0,7977	0,8983
8	0,5494	0,6319	0,7155	0,7646	0,8721
9	0,5214	0,6021	0,6851	0,7348	0,8470
10	0,4973	0,5760	0,6581	0,7079	0,8233
11	0,4762	0,5529	0,6339	0,6835	0,8010
12	0,4575	0,5324	0,6120	0,6614	0,7800
13	0,4409	0,5140	0,5923	0,6411	0,7604
14	0,4259	0,4973	0,5742	0,6226	0,7419
15	0,4124	0,4821	0,5577	0,6055	0,7247
16	0,4000	0,4683	0,5425	0,5897	0,7084
17	0,3887	0,4555	0,5285	0,5751	0,6932
18	0,3783	0,4438	0,5155	0,5614	0,6788
19	0,3687	0,4329	0,5034	0,5487	0,6652
20	0,3598	0,4227	0,4921	0,5368	0,6524
21	0,3515	0,4132	0,4815	0,5256	0,6402
22	0,3438	0,4044	0,4716	0,5151	0,6287
23	0,3365	0,3961	0,4622	0,5052	0,6178
24	0,3297	0,3882	0,4534	0,4958	0,6074
25	0,3233	0,3809	0,4451	0,4869	0,5974
26	0,3172	0,3739	0,4372	0,4785	0,5880
27	0,3115	0,3673	0,4297	0,4705	0,5790
28	0,3061	0,3610	0,4226	0,4629	0,5703
29	0,3009	0,3550	0,4158	0,4556	0,5620
30	0,2960	0,3494	0,4093	0,4487	0,5541
31	0,2913	0,3440	0,4032	0,4421	0,5465
32	0,2869	0,3388	0,3972	0,4357	0,5392
33	0,2826	0,3338	0,3916	0,4296	0,5322
34	0,2785	0,3291	0,3862	0,4238	0,5254
35	0,2746	0,3246	0,3810	0,4182	0,5189
36	0,2709	0,3202	0,3760	0,4128	0,5126
37	0,2673	0,3160	0,3712	0,4076	0,5066
38	0,2638	0,3120	0,3665	0,4026	0,5007
39	0,2605	0,3081	0,3621	0,3978	0,4950
40	0,2573	0,3044	0,3578	0,3932	0,4896
41	0,2542	0,3008	0,3536	0,3887	0,4843
42	0,2512	0,2973	0,3496	0,3843	0,4791

Lampiran 8 Uji Reabilitas dan Validitas Instrumen

Nomor	NAMA:	Jenis Kelamin	soal 1	soal 2	soal 3	soal 4	soal 5	soal 6	soal 7	soal 8	soal 9	soal 10	soal 11	soal 12
1	MUHAMMAD ZAQI MAULANI SULTON	Laki-laki	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1
2	ARDITIYA MULATO WIBOWO	Laki-laki	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	1
3	AGUNG WIDODO	Laki-laki	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2
4	IKHWAN ALANSHARI	Laki-laki	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1
5	Fahri Wibowo	Laki-laki	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2
6	FURSAN ABDUL CHARIS	Laki-laki	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1
7	Rudi Prasetyo	Laki-laki	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2
8	GILANG ZANUAR PRIBADI	Laki-laki	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
9	FARA AQUILA AHMAD	Perempuan	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3	3	2
10	ZANUAR ALFAHREZI	Laki-laki	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2
11	FADHILAH FARICA FARADILLA	Perempuan	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1
12	RAHMAN INDRA KUSUMA	Laki-laki	1	3	4	2	3	3	3	3	3	1	1	1
13	SANDRA KURNIA PUTRI	Perempuan	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1
14	DHAVI HARDIYAN OKTORA	Laki-laki	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
15	AUREL NAFASA ALFATIN	Perempuan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
16	Arman maulana	Laki-laki	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1
17	BAGUS CHESTA ADABI	Laki-laki	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2
18	RAFI ANDRIANO	Laki-laki	1	2	4	1	3	1	1	2	2	2	1	1
19	FATIH FAUZAN FUAD /13	Laki-laki	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1
20	FILDZAH HASHIFA FITRIANI	Perempuan	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1
21	KIRANI OKTAVIANA	Perempuan	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
22	MELANI UMI SARI	Perempuan	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2
23	MEILA KIRANA S	Perempuan	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2
24	RAFFA ALDY SAPUTRA	Laki-laki	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2
25	AZDKY NAFISSA WIBOWO	Perempuan	2	3	4	2	4	4	4	4	3	2	3	2
26	MUHAMMAD TRI HANAFI	Laki-laki	4	2	4	1	2	2	3	3	3	2	1	2
27	AKHMAD FARID ARSYADA	Laki-laki	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
28	NASYWA BILQIS PUTRI JAWANI	Perempuan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
29	PUTRI NUR MITA SARI	Perempuan	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1
30	Desvita Cantika sari	Perempuan	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	1
31	Eka Nur Cahyani	Perempuan	2	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	1
32	Amelia Khoirunisa	Perempuan	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2
33	ADELIA PUSPA NINGRUM	Perempuan	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2
34	RATNA AYU MONIKA	Perempuan	2	4	4	2	3	4	4	2	2	2	2	1
35	FRIZA JUNI ANANTA	Laki-laki	2	3	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1
36	SALVA NURFAHSYA	Perempuan	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2
37	CHIKA DWI AFRILIANA	Perempuan	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1
38	Bilal Maulana Dharmawan	Laki-laki	1	2	3	3	2	1	2	3	2	2	4	1
39	Farhan shaabahah	Laki-laki	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1
40	RIFQI DAFFA MUSYAFAT	Laki-laki	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1
		Validitas												
		r hitung	0,410	0,375	0,445	0,343	0,321	0,574	0,670	0,434	0,507	0,310	0,397	0,377
		r tabel	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304
		V / T	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid	valid
		Reliabilitas												
		varian	0,548	0,421	0,358	0,461	0,456	0,592	0,369	0,285	0,240	0,305	0,541	0,256
		Jumlah varian	21,378											
		varian total	212,251											
		keputusan	0,92	Data Reliabel										

soal 13	soal 14	soal 15	soal 16	soal 17	soal 18	soal 19	soal 20	soal 21	soal 22	soal 23	soal 24	soal 25	soal 26	soal 27
1	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	4	2
1	2	2	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2
2	2	2	3	3	2	2	3	4	1	2	2	3	2	3
1	1	1	3	3	1	1	3	2	1	2	2	2	2	3
2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	4	4
1	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	3
2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3
2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2
2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2
2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3
1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3
2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3
1	2	2	3	3	2	3	4	4	2	2	3	3	2	3
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2
1	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	2
2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3
1	1	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	3	2	2
2	2	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3
1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3
2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3
2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1
3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2
2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2
2	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	2	3
4	2	3	4	4	2	3	4	2	1	4	4	4	3	3
2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	2
3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2
3	4	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3
1	1	2	3	4	1	2	3	3	1	2	3	2	4	3
3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3
2	2	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4
2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4
1	3	3	4	4	3	3	4	4	1	4	3	3	4	2
1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2
2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	2
1	2	2	3	3	2	3	4	3	1	4	3	3	4	2
1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2
1	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1
1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
0,539	0,510	0,753	0,608	0,361	0,600	0,684	0,385	0,379	0,395	0,723	0,525	0,428	0,371	0,536
0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304
valid														
0,626	0,574	0,523	0,449	0,459	0,308	0,400	0,538	0,384	0,507	0,438	0,369	0,438	0,512	0,510

soal 28	soal 29	soal 30	soal 31	soal 32	soal 33	soal 34	soal 35	soal 36	soal 37	soal 38	soal 39	soal 40
3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	2
1	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3
3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
1	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3
2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3
2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3
3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3
3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4
3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
1	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2
2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3
2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3
2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
1	3	4	4	4	4	3	4	3	1	1	2	2
2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2
3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3
1	3	4	3	2	4	3	2	4	2	4	3	2
2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2
3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3
3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4
1	2	4	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2
3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3
2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3
2	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	4	4
3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3
2	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3
3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4
3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4
2	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4
2	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3
3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4
2	2	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4
1	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3
1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3
0,593	0,360	0,374	0,426	0,332	0,369	0,332	0,347	0,340	0,635	0,433	0,394	0,404
0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304
valid												
0,610	0,500	0,353	0,343	0,695	0,410	0,404	0,523	0,276	0,359	0,336	0,333	0,410

soal 41	soal 42	soal 43	soal 44	soal 45	soal 46	soal 47	soal 48	soal 49	soal 50	TOTAL
2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	122
3	4	2	1	1	1	2	2	3	3	135
2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	143
3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	120
4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	155
3	3	2	3	3	2	4	3	4	2	136
3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	146
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	148
3	2	2	2	2	4	3	4	4	4	135
3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	131
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	140
4	3	2	3	3	2	4	3	2	2	140
3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	151
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145
2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	112
3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	138
2	1	2	1	1	2	2	2	3	3	100
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	142
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	142
2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	120
2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	116
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	150
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	139
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	155
4	3	1	2	2	2	3	3	3	3	150
3	3	3	2	2	1	4	3	1	1	124
3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	141
3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	154
2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	133
4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	147
4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	159
3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	152
4	4	4	3	2	2	3	2	2	2	155
2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	121
3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	125
2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	140
2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	122
3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	120
3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	108
0,541	0,444	0,323	0,411	0,639	0,314	0,423	0,362	0,341	0,322	
0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	0,304	
valid										
0,438	0,359	0,558	0,358	0,408	0,490	0,281	0,195	0,472	0,397	212,251

Lampiran 9 Hasil Perhitungan dari Faktor Internal

NO	FAKTOR INTERNAL																				Total							
1	2	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	4	60		
2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	1	1	2	2	4	4	2	4	2	3	3	3	3	3	3	67	
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	1	2	2	3	2	68	
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1	2	2	2	2	57	
5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	4	72	
6	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3	3	2	3	3	2	1	3	2	3	2	64	
7	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	69	
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	69	
9	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	73	
10	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	64	
11	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	60	
12	1	3	4	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	2	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	1	2	63
13	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	4	4	2	2	3	3	2	65	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	74	
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	74	
16	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	3	2	2	51	
17	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	71
18	1	2	4	1	3	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	1	1	1	3	2	43	
19	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	2	67	
20	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	71	
21	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	56	
22	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	57	
23	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	77	
24	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	67
25	2	3	4	2	4	4	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	2	77	
26	4	2	4	1	2	2	3	3	3	2	1	2	4	2	3	4	4	2	3	4	2	1	4	4	4	3	73	
27	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	2	68	
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	73	
29	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	76	
30	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	1	1	1	2	3	4	1	2	3	3	1	2	3	2	4	60	
31	2	2	4	2	4	3	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	64	
32	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	80	
33	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	73	
34	2	4	4	2	3	4	4	2	2	2	2	1	1	3	3	4	4	3	3	4	4	1	4	3	3	4	76	
35	2	3	3	1	2	1	2	3	3	2	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	50
36	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	3	3	2	2	58	
37	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	4	3	1	4	3	3	4	62	
38	1	2	3	3	2	1	2	3	2	2	4	1	1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	2	53	
39	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	1	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	56	
40	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	51	

Lampiran 10 Hasil dari Perhitungan Faktor Eksternal

NO	FAKTOR EKSTERNAL																				Total				
1	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	2	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	62
2	2	1	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	2	1	1	1	2	2	3	3	68
3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	75
4	3	1	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	2	3	63
5	4	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	83
6	3	2	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	2	72
7	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	77
8	2	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	76
9	2	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	75
10	3	1	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	4	3	4	4	4	71
11	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	71
12	3	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77
13	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	2	2	75
14	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	77
15	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
16	2	2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	61
17	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	67
18	2	1	3	4	4	4	4	3	4	3	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	3	57
19	3	2	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	75
20	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	71
21	3	1	3	4	3	2	4	3	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	64
22	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	59
23	2	3	4	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	73
24	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	72
25	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78
26	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	1	2	2	2	3	3	3	3	77
27	2	1	2	4	3	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	4	3	1	1	56
28	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	68
29	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	78
30	3	2	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	73
31	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	83
32	4	2	3	4	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	2	4	4	4	4	4	79
33	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	79
34	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	2	79
35	2	2	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	71
36	2	2	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	67
37	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	78
38	2	2	2	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	4	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	69
39	1	1	2	2	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	65
40	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	57

Lampiran 11 Hasil dari Kategorisasi Faktor Eksternal dan Internal

NO	FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA KELAS VII SMP N 3 TEMPEL SLEMAN																																																										
	JASMANI	TOTAL	PESIKOLOGI	TOTAL	KELELAHAN	TOTAL	KELUARGA	TOTAL	SEKOLAH	TOTAL	Masyarakat	TOTAL																																															
1	2	1	3	2	3	3	3	2	2	24	3	1	1	2	2	2	2	2	17	4	3	2	2	2	4	19	2	3	3	3	2	3	2	2	23	4	3	3	4	2	2	3	1	2	24	2	2	3	3	2	3	15							
2	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	25	2	1	1	2	2	4	4	2	4	22	2	3	3	3	3	3	20	2	1	4	4	4	4	3	3	4	29	4	3	3	4	3	3	4	2	1	27	1	1	2	2	3	3	12
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31	2	2	2	2	3	3	2	2	20	3	4	1	2	2	3	2	17	3	3	4	4	4	4	4	4	33	3	3	3	3	3	2	3	2	3	25	3	3	3	2	3	17							
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	1	1	1	1	1	3	3	1	13	3	2	1	2	2	2	2	14	3	1	3	3	2	4	2	3	2	23	3	3	3	3	3	3	1	3	25	2	2	3	3	2	3	15						
5	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	21	3	2	3	3	4	4	22	4	2	4	4	3	4	4	4	3	32	4	4	3	4	3	4	4	3	32	4	3	3	3	3	19								
6	2	3	3	2	2	3	3	3	3	27	3	1	1	3	2	3	3	2	21	3	2	1	3	2	3	2	16	3	2	4	4	3	3	4	3	2	28	3	3	3	3	3	3	2	3	26	3	2	4	3	4	2	18						
7	2	3	3	2	3	2	3	3	2	26	3	2	2	2	2	3	3	2	23	3	3	2	3	3	4	2	20	3	3	3	4	3	4	4	4	32	3	3	3	3	3	3	3	2	3	26	3	4	3	3	3	19							
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	2	2	2	2	2	2	3	20	3	3	2	3	3	3	2	19	2	3	2	3	4	4	3	3	27	4	3	4	4	4	3	3	3	31	3	3	3	3	3	18								
9	3	3	4	2	2	3	3	4	3	31	3	2	2	3	3	2	2	3	23	2	3	3	3	2	3	19	2	3	4	4	3	4	4	3	30	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	3	3	3	18									
10	2	3	4	3	2	3	3	3	3	29	2	2	2	2	2	4	2	2	20	2	3	2	2	2	2	15	3	1	3	4	4	4	3	3	29	3	2	2	3	2	3	2	2	2	21	2	4	3	4	4	2	21							
11	1	2	3	2	2	3	3	3	2	24	2	1	1	2	2	3	2	2	18	3	3	2	2	3	2	18	3	2	3	4	3	3	4	4	3	29	3	3	3	3	3	3	2	3	26	3	2	3	3	2	16								
12	3	3	4	2	3	3	3	3	1	26	1	1	2	3	3	4	2	3	22	3	3	2	2	1	2	15	3	1	4	4	4	3	4	4	31	4	3	3	3	3	3	3	3	28	3	3	3	3	3	18									
13	3	2	3	2	2	3	3	3	2	26	2	1	1	2	2	3	3	2	19	4	4	2	2	3	3	2	20	3	2	3	4	4	4	3	3	29	4	4	4	3	3	4	3	2	3	30	3	2	4	3	2	16							
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	2	3	2	3	3	3	3	25	3	3	2	3	3	2	19	3	2	3	4	4	4	4	4	3	31	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	3	3	4	19								
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	2	3	3	3	3	3	3	26	2	3	2	3	3	2	18	2	3	3	3	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	3	3	3	18									
16	2	2	1	2	2	1	1	1	2	16	2	1	1	3	2	2	2	2	17	3	4	2	2	3	2	18	2	2	4	3	2	2	2	3	23	3	2	3	2	2	3	2	3	23	2	2	3	2	3	15									
17	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29	3	2	2	2	3	3	3	3	24	2	3	2	3	3	2	18	3	2	2	3	3	3	3	3	25	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	2	3	2	15									
18	1	2	4	1	3	1	1	2	2	19	1	1	1	1	1	2	1	1	10	3	3	1	1	1	3	2	14	2	1	3	4	4	4	3	4	29	3	1	1	2	2	2	1	2	1	15	1	2	2	2	3	13							
19	3	2	3	2	3	2	2	2	2	23	2	1	2	2	3	4	2	3	21	4	4	3	3	4	3	2	23	3	2	4	3	4	4	4	4	32	3	3	3	3	2	3	3	3	26	3	3	3	3	2	17								
20	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31	3	1	1	3	2	3	3	2	21	3	3	2	3	3	2	19	3	3	3	3	3	3	3	2	27	3	3	3	3	3	3	3	3	26	3	3	3	3	3	18									
21	2	2	3	2	2	2	2	2	2	21	2	2	2	2	2	2	2	2	19	3	3	2	2	2	2	16	3	1	3	4	3	2	4	3	2	25	4	2	4	3	2	2	2	2	2	23	2	3	3	2	3	16							
22	2	3	3	2	2	2	2	2	2	23	2	2	2	3	2	3	2	2	20	2	3	1	2	2	2	14	1	2	3	3	4	3	3	2	24	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	14									
23	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31	3	2	3	2	3	3	3	3	25	4	3	2	3	3	3	21	2	3	4	4	4	2	4	4	3	30	3	3	3	3	2	2	3	3	25	3	3	3	3	3	18								
24	2	3	3	2	2	3	3	3	2	26	2	2	2	3	2	3	3	2	22	3	3	2	3	3	2	19	2	3	3	3	3	4	3	3	3	27	3	3	3	3	3	3	3	3	27	3	3	3	3	3	18								
25	2	3	4	2	4	4	4	4	3	32	3	2	2	3	3	3	2	3	24	4	4	2	3	3	2	21	3	3	4	4	4	4	4	2	32	4	3	3	3	3	3	3	3	28	3	3	3	3	3	18									
26	4	2	4	1	2	2	3	3	2	26	1	2	4	2	3	4	4	2	25	4	2	1	4	4	3	22	3	3	3	4	4	4	3	3	4	31	4	4	4	4	4	3	1	2	30	2	2	3	3	3	16								
27	3	3	3	3	3	3	3	2	3	29	3	2	2	2	3	3	2	3	22	3	2	1	3	3	2	17	2	1	2	4	3	1	3	2	2	20	3	3	3	2	2	3	3	2	24	2	1	4	3	1	1	12							
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	2	3	3	3	3	2	3	25	3	3	2	3	2	3	18	2	3	3	3	2	4	3	2	25	3	3	3	3	3	3	3	2	26	3	3	3	2	3	17									
29	3	3	3	2	2	3	3	3	3	28	3	1	3	4	4	3	2	3	26	4	4	3	3	2	3	22	3	2	4	3	4	4	4	3	3	30	3	3	4	3	3	3	4	2	3	28	3	3	4	3	4	2	20						
30	2	3	3	2	3	2	3	2	2	25	2	1	1	1	2	3	4	1	17	3	3	1	2	3	4	18	3	2	4	4	3	3	3	2	2	26	4	3	4	4	4	2	4	3	3	31	3	2	3	3	2	16							
31	2	2	4	2	4	3	3	3	2	28	2	1	3	2	2	2	2	3	19	3	3	1	3	2	3	17	3	3	4	4	4	4	4	3	33	3	4	4	3	4	3	4	4	32	3	3	3	3	3	18									
32	3	4	4	4	3	3	3	3	3	34	3	2	2	2	3	3	4	2	3	24	3	3	4	3	3	2	22	4	2	3	4	4	3	3	2	28	4	3	4	3	4	3	3	2	29	2	4	4	4	4	2	22							
33	2	3	4	2	2	3	3	3	3	28	3	2	2	3	3	3	2	3	24	4	3	2	3	3	3	21	4	3	3	4	3	4	3	3	3	30	4	4	4	4	4	3	3	3	32	3	2	4	3	2	17								
34	2	4	4	2	3	4	4	2	2	29	2	1	1	3	3	4	4	3	24	4	4	1	4	3	4	23	2	3	4	4	4	4	4	3	31	4	4	4	4	4	4	4	3	35	2	2	3	2	2	13									
35	2	3	3	1	2	1	2	3	3	22	1	1	1	1	1	3	1	2	12	2	2	2	2	3	2	16	2	2	4	3	3	4	4	3	2	27	3	3	3	4	4	2	3	2	3	27	2	3	3	3	3	17							
36	2	2	3	1	2	2	2	2	2	20	2	2	2	2	2	3	3	2	19	4	2	2	3	3	2	18	2	2	3	4	3	3	4	2	26	3	3	3	3	3	3	3	3	27	2	3	3	2	2	14									
37	1	1	3	2	2	2	3	3	2	21	2	1	1	2	2	3	2	3	19	4	3	1	4	3	4	22	2	3	4	4	4	4	4	3	32	3	3	3	4	2	4	4	3	30	3	2	3	3	2	3	16								
38	1	2	3	2	1	2	3	2	2																																																		

Lampiran 12 Contoh Angket Pengambilan Data

<https://forms.gle/zhC2KgXCdbsS6sHn9>



FAKTOR PENDUKUNG PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI SISWA KELAS VII SMP N 3 TEMPEL SLEMAN

1. Isilah daftar identitas yang telah disediakan

2. Berilah tanda pada alternatif jawaban yang sesuai dengan diri

1.Saya memiliki tinggi badan yang ideal *
untuk mengikuti pembelajaran Senam Lantai.

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju

2. Saya memiliki tubuh yang sehat untuk *
mengikuti pembelajaran Senam Lantai.

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju



13.Saya memiliki kemampuan dalam cabang olahraga Senam Lantai. *

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju

14.Saya memiliki Motivasi untuk mengikuti Pembelajaran Senam Lantai. *

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju

17.Saya menampilkan kemampuan terbaik saya dalam berolahraga. *

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju

18. Saya mampu menguasai gerakan dalam senam lantai. *

Tidak setuju

1

2

3

4

Sangat setuju

Lampiran 13 Uji Soal Instrumen Di SMP N 1 Tempel



Lampiran 14 Pengambilan Data Di SMP N 3 Tempel Sleman

