

**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN OLAHRAGA BELADIRI
TRADISIONAL PENCAK SILAT DALAM KURIKULUM MERDEKA
PADA SISWA KELAS VII SMPN 1 GARAWANGI KUNINGAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan
gelar sarjana pendidikan program studi pendidikan
jasmani kesehatan dan rekreasi

Oleh:
Luqmanul Hakim
20601241052

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2024**

**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN OLAHRAGA BELADIRI
TRADISIONAL PENCAK SILAT DALAM KURIKULUM MERDEKA
PADA SISWA KELAS VII SMPN 1 GARAWANGI KUNINGAN**

Luqmanul Hakim
NIM. 20601241052

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penghambat dalam pelaksanaan pembelajaran olahraga tradisional pencak silat pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Validitas angket dalam uji instrumen menggunakan produk momen dan uji reabilitas menggunakan *cronbach alpha* dengan nilai 0,955 dalam interpretasi sangat kuat. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VII SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan yang berjumlah 120 siswa. Analisis yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian secara keseluruhan diperoleh 6 siswa atau sebesar 5% mengalami hambatan pembelajaran olahraga beladiri tradisional pencak silat dalam kategori sangat tinggi, 38 siswa atau sebesar 31,67% mengalami hambatan pembelajaran dalam kategori tinggi, 34 siswa atau sebesar 28,33% mengalami hambatan pembelajaran pada kategori sedang, 33 siswa atau sebesar 27,5% mengalami hambatan pembelajaran pada kategori rendah, dan 9 siswa atau sebesar 7,5% mengalami hambatan pembelajaran pada kategori sangat rendah.

Kata Kunci: Faktor Penghambat, Pembelajaran, Olahraga Tradisional Beladiri
Pencak Silat

ABSTRACT

The objective of this research is to identify the issues that obstruct the implementation of pencak silat traditional martial art learning for seventh-grade students of SMP Negeri 1 Garawangi (Garawangi 1 Junior High School), Kuningan.

This research was a study that utilized quantitative methods. The methodology employed in this research was conducting a survey utilizing questionnaires as the means of data collecting. The questionnaire's validity was assessed by using an instrument test utilizing the product moment, while its reliability was evaluated by using Cronbach alpha with a high value of 0.955, indicating a very strong interpretation. The research population consisted of 120 students who were all in the seventh grade at SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan. The analysis employed quantitative and focused on providing a detailed description.

The research reveal that 6 students, or at 5% of the members, encounter significant difficulties in pencak silat traditional martial arts learning, placing them in the very high level. Additionally, 38 students, or at 31.67%, facing obstacles in the high level, while 34 students, or at 28.33%, experience medium level of difficulties. Furthermore, 33 students, or at 27.5%, encounter low-level obstacles, and 9 students, or at 7.5%, facing minimal difficulties in the very low level.

Keywords: Obstructing Factors, Learning, Pencak Silat Traditional Martial Arts

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Luqmanul Hakim

NIM : 20601241052

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi : Faktor Penghambat Pembelajaran Olahraga Beladiri
Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka
pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Garawangi Kuningan

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

Yogyakarta, 4 Juli 2024
Yang menyatakan,



Luqmanul Hakim
NIM. 20601241052

LEMBAR PERSETUJUAN
FAKTOR-FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN OLAHRAGA
TRADISIONAL PENCAK SILAT DALAM KURIKULUM
MERDEKA PADA SISWA KELAS VII SMPN 1
GARAWANGI KUNINGAN

TUGAS AKHIR

Luqmanul Hakim
NIM. 20601241052

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Pengaji Tugas Akhir Fakultas
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 12 Juli 2024

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Dr. Ngatman, M.Pd
NIP. 196706051994031001

Disetujui,
Dosen Pembimbing

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

LEMBAR PENGESAHAN

FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN OLAHRAGA BELADIRI TRADISIONAL PENCAK SILAT DALAM KURIKULUM MERDEKA PADA SISWA KELAS VII SMPN 1 GARAWANGI KUNINGAN

TUGAS AKHIR

Luqmanul Hakim
NIM. 20601241052

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas Ilmu
Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal: 22 Juli 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes. (Ketua Tim Penguji)		29/07/2024
Dr. Ari Iswanto, S.Pd.Jas, M.Or (Sekertaris Tim Penguji)		29/07/2024
Dr. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd (Penguji Utama)		29/07/2024

Yogyakarta, 2 Agustus 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



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

HALAMAN MOTTO

“Jika kamu tak sanggup menahan lelahnya belajar, maka kamu harus
sanggup menahan perihnya kebodohan”

(Imam Syafi'i R.A)

HALAMAN PERSEMPAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas apa yang sudah saya lakukan hingga Tugas Akhir Skripsi ini selesai dengan melalui halangan apapun. Saya persembahkan skripsi ini untuk:

1. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi, dan saya cintai, Bapak Sujam dan Ibu Teti Jum'ati terimakasih atas segala doa, dukungan, semangat, terimakasih atas segala pengorbanan yang telah diusahakan untuk sampai di titik ini, Ucapan terima kasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan orangtua, karena itu terimalah persembahan bakti dan cintaku untuk kalian, bapak ibuku.
2. Adik-adik saya yang sangat saya sayangi dan cintai, Zaky Abdul Hakim, Muhammad Zakaria Hakim, Maya Siti Mariyah, dan Siti Marhamah. Terimakasih atas segala doa dan dukungannya. Semoga dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini, saya bisa menjadi panutan kepada adik-adik agar terus menuntut ilmu dan mengamalkan ilmunya.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucap puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan Karunianya sehingga penulis diberikan kesehatan sehingga mampu menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul ‘‘Faktor-faktor Penghambat Pembelajaran Olahraga Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Garawangi Kuningan’’, ini dapat diselesaikan dengan baik.

Peneliti menyadari dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari doa, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk melanjutkan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan dan izin penelitian.
3. Bapak Dr. Ngatman, M.Pd., Ketua Departemen Pendidikan Olahraga beserta dosen yang telah memberikan fasilitas selama penyusunan tugas akhir skripsi.
4. Ibu Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., Dosen pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, tenaga, dan waktu yang terbaik dalam penulis menyelesaikan tugas akhir skripsi.
5. Ibu Dr. Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd., Dosen Akademik yang telah memberikan arahan, bimbingan, tenaga, dan waktu yang terbaik selama ini.
6. Kepala Sekolah, Guru, dan Peserta Didik SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan, yang telah memberikan kesempatan, bantuan, dan waktu dalam pelaksanaan penelitian tugas akhir skripsi.
7. Seluruh teman-teman PJKR E 2020 yang telah menjadi rumah selama masa pendidikan, terimakasih untuk cerita dan kenangannya.
8. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah memberikan waktu, tenaga dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi dan manfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 4 Juli 2024
Penulis



Luqmanul Hakim
NIM. 20601241052

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMPAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)	7
2. Pembelajaran	11
3. Hambatan Pembelajaran	13
4. Kurikulum Merdeka	18
5. Olahraga Tradisional Pencak Silat.....	22
6. Karakteristik Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama (SMP)	36
7. Faktor Penghambat Olahraga Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Kelas VII SMPN 1 Garawangi.....	37
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	38
C. Kerangka Pikir	40

BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Jenis Penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	44
D. Definisi Operasional Variabel.....	44
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan data.....	45
F. Validitas dan Reabilitas Instrumen	47
BAB IV HASIL PENLITIAN DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Faktor Internal	54
2. Faktor Eksternal.....	58
B. Pembahasan.....	64
C. Keterbatasan Penelitian	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	68
A. Simpulan	68
B. Implikasi.....	68
C. Saran.....	69
DAFRTR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Uji Instrumen Penelitian	46
Tabel 2. Alternatif Jawaban dan Penskoran.....	46
Tabel 3. Pernyataan Gugur.....	48
Tabel 4. Kisi-kisi Angket Penelitian.....	49
Tabel 5. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	50
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas	50
Tabel 7. Pedoman Penilaian Acuan Norma dengan 1-5 kategori	51
Tabel 8. Hasil Analisis Keseluruhan.....	52
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Keseluruhan	53
Tabel 10. Hasil Analisis Faktor Internal Keseluruhan.....	54
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Faktor Internal Keseluruhan	54
Tabel 12. Hasil Analisis Faktor Internal Indikator Jasmani	56
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Indikator jamani.....	56
Tabel 14. Hasil Analisis Faktor Internal Indikator Psikologi.....	57
Tabel 15. Distribusi Frekuensi Indikator Psikologi.....	58
Tabel 16. Hasil Analisis Faktor Internal Keseluruhan.....	59
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Keseluruhan.....	59
Tabel 18. Hasil Analisis Faktor Eksternal Indikator Lingkungan	60
Tabel 19. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Lingkungan	61
Tabel 20. Hasil Analisis Faktor Internal Indikator Keluarga.....	62
Tabel 21. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Keluarga.....	62
Tabel 22. Hasil Analisis Faktor Internal Indikator Sekolah	63
Tabel 23. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Sekolah	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pikir.....	42
Gambar 2. Rumus produk momen	48
Gambar 3. Rumus Alpha Cronbach	49
Gambar 4. Diagram Batang Data Keseluruhan.....	53
Gambar 5. Diagram Batang Faktor Internal Keseluruhan	55
Gambar 6. Diagram Batang Faktor Internal Indikator Jasmani	57
Gambar 7. Diagram Batang Faktor Internal Indikator Psikologi	58
Gambar 8. Diagram Batang Faktor Eksternal Keseluruhan.....	60
Gambar 9. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Lingkungan	61
Gambar 10. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Keluarga.....	62
Gambar 11. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Sekolah	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas	76
Lampiran 2. Surat Pernyataan Validitas Expert Judgement.....	77
Lampiran 3. Hasil Validitas Expert Judgement.....	78
Lampiran 4. Surat Uji Coba Instrumen	79
Lampiran 5. Angket Uji Coba Instrumen	80
Lampiran 6. Tabulasi Data Hasil Uji Coba Instrumen	83
Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	84
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	85
Lampiran 9. Surat Keterangan Penelitian	86
Lampiran 10. Angket Instrumen Penelitian.....	87
Lampiran 11. Tabulasi dan Data Hasil Penelitian	90
Lampiran 12. Dokumentasi Pengambilan Data	94

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses pembelajaran merupakan suatu upaya menciptakan kondisi agar siswa dapat belajar dengan baik. Di dalam proses pembelajaran adanya keterlibatan antara guru dengan siswa, dengan menimbulkan komunikasi timbal balik dari keduanya untuk mencapai tujuan dari pembelajaran (Junaedi, 2019, p. 20). Agar mencapai pembelajaran yang baik harus adanya kerangka kerja yang mengarahkan proses pembelajaran atau biasa disebut dengan Kurikulum.

Kurikulum merupakan salah satu kebijakan pemerintah terkait dengan proses pembelajaran yang ada di sekolah. Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional (Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang dasar, fungsi, dan tujuan sistem pendidikan nasional) menjelaskan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana dan peraturan mengenai isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman dalam pelaksanaan proses belajar mengajar. Maka dari itu kurikulum sangatlah penting bagi siswa terkait kejelasan sistem mengajar. Dengan seiringnya waktu kurikulum terus berganti dengan berupaya memberikan sistem pembelajaran yang terbaik bagi siswa, dan pada tahun 2022 kebijakan pemerintah memberikan kurikulum yang terbaru yaitu kurikulum merdeka.

Kurikulum merdeka diluncurkan dengan tujuan pembelajaran dalam kurikulum ini dapat menimbulkan pembelajaran yang lebih baik dari kurikulum-kurikulum sebelumnya. Karena itu kurikulum merdeka merupakan kurikulum terbaru pada saat ini. Dalam pembelajaran seorang siswa pada kurikulum

merdeka ada salah satu pembelajaran yaitu pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK merupakan proses belajar mengajar yang bertujuan untuk mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial siswa melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan. Pembelajaran PJOK merupakan bagian penting dari pendidikan yang memiliki peran penting dalam pengembangan fisik, mental, dan sosial siswa. Di dalam pembelajaran PJOK banyak sekali pelajaran yang dapat dipelajari yang salah satunya dianataranya ialah mengenai olahrga tradisional.

Pembelajaran olahraga tradisional memiliki banyak manfaat bagi kesehatan fisik dan mental terutama pada siswa. Permainan tradisional dapat membantu siswa untuk meningkatkan kekuatan, daya tahan, kelenturan, dan koordinasi tubuh. (Peraturan Presiden Nomor 87 Tahun 2017 tentang Penguatan Pendidikan Karakter) dengan jelas menyatakan bahwa olahraga tradisional dan olahraga rakyat tradisional merupakan sarana pembentuk jati diri bangsa. Olahrga tradisional juga banyak sekali macamnya yang diantara lain ialah olahraga beladiri pencak silat.

Pencak silat merupakan olahraga beladiri yang sudah ada pada zaman nenek moyang kita. Bahkan pencak silat juga biasa digunakan masyarakat indonesia pada zaman dahulu guna melakukan perlawanan pada penjajah. Seiring berjalannya waktu pencak silat menjadi tradisi pada setiap daerah dan dijadikan pembelajaran pada setiap siswa baik dari SD, SMP, dan SMA.

Pada pembelajaran pencak silat, tidak mudah bagi siswa untuk mengikuti pembelajaran tersebut dikarenakan pencak silat merupakan olahraga yang harus

memiliki tubuh yang lincah dan reflek yang bagus. Maka dari itu pencak silat sangat bagus sekali jika diajarkan pada anak-anak dan remaja dikarenakan dengan telah diajarkannya pada usia tersebut pada keterampilannya dalam pencak silat akan semakin matang dan membantu pada tumbuh kembangnya motorik.

Kurikulum merdeka sudah banyak sekali sekolah-sekolah yang menerapkan kurikulum ini terutama sekolah berbasis Negeri. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, sekolah yang sudah menerapkan kurikulum merdeka yang salah satunya ialah SMPN 1 Garawangi Kabupaten Kuningan. Siswa kelas VII dan VIII di SMPN 1 Garawangi sudah menerapkan Kurilum Merdeka. SMPN 1 Garawangi terletak di Jl. Raya Purwasari No. 10 Dusun Manis Desa Purwasari Kecamatan Garawangi Kabupaten Kuningan Provinsi Jawa Barat. SMPN 1 Garawangi juga mengajarkan olahraga tradisional pencak silat kepada setiap siswanya. Di harapkan setiap siswa dapat mengikuti pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dan dapat melaksanakannya dengan baik dan penuh antusias.

Setelah wawancara yang telah dilakukan kepada guru olahraga di SMPN 1 Garawangi Kuningan terkait pembelajaran olahraga tradisional beladiri pencak silat, maka mendapat hasil bahwasannya siswa kelas 7 masih banyak yang kesulitan didalam mengikuti pembelajaran pencak silat baik dari segi praktik maupun materi akan tetapi lebih dominan praktik. Siswa kelas 7 juga masih banyak yang tidak meminati pada pembelajaran pencak silat Maka dari itu akan diadakan penelitian terkait olahraga tradisional pencak silat dengan judul

“Faktor-faktor Penghambat Olahraga Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Siswa Kelas VII SMP 1 Garawangi Kabupaten Kuningan”.

Dengan penelitian ini diharapkan dapat mengubah antusias siswa dalam pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dan mampu mengikuti pembelajaran dengan baik dan benar.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat didefinisikan masalah sebagai berikut:

1. Materi pembelajaran pencak silat merupakan salah satu yang kurang diminati peserta didik karena dianggap sulit.
2. Masih banyak siswa yang kesulitan mengikuti pembelajaran olahraga tradisional beladiri pencak silat baik dalam segi praktik maupun materi.
3. Belum diketahuinya faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga tradisional beladiri pencak silat pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan.

C. Batasan Masalah

Pembatasan masalah dimaksudkan untuk lebih memfokuskan permasalahan yang akan mendapatkan tingkat kedalaman penelitian secara maksimal. Adapun yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini yaitu Faktor dibahas untuk penghambat pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam Kurikulum Merdeka siswa kelas VII SMPN1 Garawangi Kabupaten Kuningan.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah tersebut ialah “Faktor-faktor apa yang menjadi penghambat olahraga tradisional beladiri pencak silat dalam kurikulum merdeka pada siswa Kelas VII di SMPN 1 Garawangi Kuningan dan berapa siswa yang mendapatkan faktor-faktor tersebut?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini, untuk mengetahui apa saja faktor-faktor penghambat olahraga tradisional beladiri pencak silat dalam kurikulum merdeka pada siswa Kelas VII di SMPN 1 Garawangi Kuningan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan penelitian ini dapat sebagai acuan dan meningkatkan pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kurikulum merdeka pada melaksanakan pembelajaran.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan inspirasi bagi perkembangan pembelajaran PJOK di sekolah terhadap olahraga tradisional pencak silat.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti, dapat memberikan pengalaman dan pengetahuan dalam pembelajaran olahraga tradisional pencak silat.

- b. Bagi guru PJOK, penelitian ini akan lebih memahami bagaimana arti pentingnya olahraga tradisional pencak silat bagi siswa.
- c. Bagi peserta didik, penelitian ini memberikan pengetahuan tentang olahraga tradisional pencak silat.
- d. Bagi sekolah, Penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi sekolah dalam mengembangkan program pendidikan yang berkualitas dan relevan dengan kebutuhan siswa di era modern.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

a. Pengertian PJOK

PJOK atau yang dulu awalnya disebut pendidikan jasmani (penjas) pada hakekatnya adalah pendidikan untuk jasmani dan juga Pendidikan melalui aktivitas jasmani (Widodo, 2018, p. 49). PJOK merupakan satu mata ajar yang diberikan dijenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Tarigan *et al.*, 2021, pp. 173-181).

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya mengarah kepada gerakan saja yang biasanya dilakukan luar ruangan atau di lapangan namun di dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga mempelajari materi sesuai dengan kurikulum yang dilaksanakan di dalam ruangan atau kelas, proses pembelajaran pendidikan jasmani yang dilakukan di dalam kelas. Sama seperti mata pelajaran lainnya yaitu mempelajari materi-materi yang berkaitan dengan kurikulum yang sedang berlaku, ini semua tidak terlepas dari peran guru yang mengajar Pendidikan jasmani olahraga dan Kesehatan dalam menyampaikan materi (Sumantri & Neldi, 2019, p. 163).

PJOK merupakan mata pelajaran yang juga menekankan pendidikan karakter sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa PJOK merupakan mata pelajaran yang mengintegrasikan tiga aspek penilaian yang dicanangkan oleh Menteri Pendidikan dan Budaya (Purnomo *et al.*, 2022, p. 129). Sedangkan pendidikan jasmani memperlakukan setiap siswa sebagai satu kesatuan utuh antara jiwa dan raga. Pernyataan tersebut menjadikan pendidikan jasmani sebagai bidang kajian yang sangat luas dan menarik dengan menitik beratkan pada peningkatan pergerakan manusia (Misrawati *et al.*, 2024, p. 546).

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku yang akan mendorong hidup sehat dan aktif, olah raga dan kecerdasan emosional (Dinata *et al*, 2023, p.855). Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah menengah, sekolah menengah atas, dan sekolah dasar yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani para siswa, serta mendorong kehidupan jasmani dan rohani yang sehat, menuju ke arah kehidupan sehari-hari yang baik (Bayu, 2022, p.35).

Dapat disimpulkan bahwasannya PJOK atau yang dulu awalnya disebut pendidikan jasmani pada hakekatnya adalah pendidikan untuk jasmani dan juga Pendidikan melalui aktivitas jasmani. Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga tidak hanya

mengarah kepada gerakan saja yang biasanya dilakukan luar ruangan atau di lapangan namun dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga mempelajari materi sesuai dengan kurikulum yang dilaksanakan di dalam ruangan atau kelas.

b. Tujuan PJOK

Dalam istilah yang populer, tujuan pembelajaran pendidikan jasmani harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan domain afektif. Pengembangan domain psikomotorik umumnya bertujuan untuk mencapai perkembangan aspek kebugaran jasmani serta aspek perceptual motorik. Hal ini menekankan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani harus melibatkan aktivitas fisik yang merangsang kemampuan kebugaran jasmani serta membentuk penguasaan gerak dan keterampilan (Mustafa & Winarno, 2020, p. 2). Sedangkan Pendidikan jasmani adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara sesuai dengan tujuan tersebut berpangkal pada perencanaan pengalaman gerak yang sesuai dengan karakteristik anak. Jadi, pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pendidikan melalui aktivitas (Misrawati *et al.*, 2024, p. 546).

Misi pendidikan jasmani termasuk dalam tujuan pembelajaran yang mencakup domain kognitif, afektif, dan psikomotor. Perkembangan pengetahuan atau sifat-sifat sosial bukan hanya sebagai dampak yang menyertai keterampilan gerak. Tujuan tersebut harus dimasukkan dalam perencanaan dan skenario pembelajaran, sejajar dengan tujuan

pengembangan domain psikomotor. Untuk mencapai tujuan tersebut, guru perlu terbiasa mengajarkan siswa berdasarkan pemahaman akan prinsip-prinsip yang mendasarinya. Interaksi yang terjadi dalam lingkungan pendidikan dimaksudkan untuk menumbuhkan kesadaran emosional dan sosial pada siswa secara sengaja. Dengan demikian siswa akan berkembang secara menyeluruh, yang akan mendukung tercapainya aneka kemampuan (Imawati *et al.*, 2021, pp. 87-93).

PJOK merupakan satu-satunya mata pelajaran dalam kurikulum yang bertujuan meningkatkan kompetensi siswa pada aspek kognitif, psikomotorik, dan afektif melalui aktivitas jasmani yang telah terkonsep. PJOK menjadi penting bagi peserta didik karena melalui aktivitas jasmani siswa lebih berpotensi mencapai tujuan pembelajaran karena pengalaman bergerak yang terkonsep akan lebih membuat siswa tertarik sehingga siswa mampu dengan efektif mencapai kompetensi-kompetensi yang telah ditetapkan kurikulum (Purnomo *et al.*, 2022, p. 129). Menurut (Widodo, 2018, p. 49) menjelaskan bahwa “tujuan PJOK yaitu untuk menjaga dan mempertahankan kesehatan serta meningkat sumber daya manusia yang berkaitan dengan fisik”.

Berdasarkan pernyataan di atas maka, tujuan pembelajaran pendidikan jasmani harus mencakup tujuan dalam domain psikomotorik, domain kognitif, dan domain afektif. Pengembangan domain psikomotorik umumnya bertujuan untuk mencapai perkembangan aspek kebugaran jasmani serta aspek perceptual motorik. Pembelajaran pendidikan jasmani

harus melibatkan aktivitas fisik yang merangsang kemampuan kebugaran jasmani serta membentuk penguasaan gerak dan keterampilan.

2. Pembelajaran

Belajar adalah suatu proses psikologis yang terjadi dalam interaksi antara subjek dengan lingkungannya, menghasilkan perubahan pengetahuan, pemahaman, keterampilan, sikap dan kebiasaan yang relatif konstan/tetap baik melalui pengalaman, latihan maupun praktek. (Khairani. 2017, P. 7) didalam pembelajaran perubahan seringkali terjadi entah dikarenakan faktor eksternal siswa maupun internal siswa. Belajar merupakan suatu proses yang dilalui oleh setiap individu untuk pembentukan pribadi yang lebih baik. Dengan kata lain, pembentukan pribadi ini nantinya berindikasi kepada perubahan tingkah laku yang dianggap sebagai hasil belajar. Seseorang dikatakan telah belajar jika mengalami perubahan tingkah laku ke arah yang diinginkan oleh lingkungan (Amsari, 2018, pp. 52-60).

Pembelajaran ialah membelajarkan siswa menggunakan asas Pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan Pendidikan. Pembelajaran merupakan proses komunikasi dua arah, mengajar dilakukan oleh pihak guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik atau murid (Iswanto & Widayati, 2021, p. 13).

Media pembelajaran adalah salah satu faktor yang berperan penting dalam proses belajar dan mengajar. Media pembelajaran merupakan salah satu komponen dalam proses pembelajaran. Media pembelajaran juga merupakan salah satu alat yang dapat membantu guru untuk menyampaikan

materi pembelajaran agar siswa bisa memiliki minat dan ketertarikan terhadap materi pembelajaran yang disampaikan (Wulandari *et al.*, 2023, pp. 3928-3929).

Media pembelajaran merupakan suatu wadah untuk menyampaikan informasi dan pesan dalam pembelajaran. Fungsi dari media pembelajaran adalah agar siswa dengan mudah dapat memahami informasi dan pesan yang disampaikan sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran dengan sempurna (Zahwa & Syafi'I, 2022, p. 62). Pembelajaran dapat diartikan sebagai suatu interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar yang direncanakan atau didesain, dilaksanakan, dan di evaluasi secara sistematis agar subjek didik dapat mencapai tujuan-tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien (Syafrin *et al.*, 2023, p. 73).

Perubahan perilaku hasil belajar bersifat *continue* (berkelanjutan), fungsional, positif, aktif dan terarah. Belajar dan pembelajaran merupakan aktivitas utama dalam proses pendidikan pendidikan secara rasional di Indonesia didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya sehingga memiliki kekuatan spiritual keagamaan pengendalian diri kepribadian kecerdasan akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan baik untuk diri peserta didik untuk itu sendiri maupun untuk masyarakat bangsa dan Negara (Faizah & Kamal, 2024, pp. 466-467).

Dari pernyataan di atas maka belajar dan pembelajaran adalah dua istilah yang sering terdengar saling bertolak belakang, namun hakikatnya belajar dan pembelajaran bagaikan dua sisi mata uang yang tidak dapat dipisahkan. Belajar dan Pembelajaran merupakan dua konsep yang saling berhubungan, keduanya merupakan aktivitas utama dalam pendidikan. Belajar dimaknai proses perubahan perilaku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Sedangkan pembelajaran dimaknai kegiatan yang berproses melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

3. Hambatan Pembelajaran

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002: 385) “hambatan adalah halangan atau rintangan”. Hambatan memiliki dampak negative terhadap suatu kegiatan baik itu tugas ataupun pekerjaan. Suatu tugas atau pekerjaan akan terlaksana dengan baik apabila tidak ada suatu hambatan yang mengganggu kegiatan tersebut. Hambatan merupakan keadaan yang dapat menyebabkan pelaksanaan kegiatan terganggu dan tidak terlaksana dengan baik. Pada dasarnya terdapat dua kemungkinan munculnya hambatan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Dalam konsep pembelajaran faktor internal tersebut berasal dari masing-masing individu. Sedangkan faktor eksternal terdiri darin indikator, seperti fasilitas, latar belakang peserta didik, lingkungan, dll. (Wicaksono, 2018, p. 7).

Hambatan biasanya bersifat negatif, artinya memperlambat laju tindakan seseorang. Dalam melaksanakan kegiatan seringkali muncul beberapa unsur yang menjadi penghambat pencapaian suatu tujuan, baik pada

tingkat perencanaan, pelaksanaan, maupun pengembangan suatu program pembelajaran. hal ini merupakan kendala yang ditemui seseorang dalam proses belajar. Pembelajaran dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi keterlaksanaanya. Sebagai pendidik perlu memahami masalah-masalah yang berhubungan dengan kesulitan belajar (Slameto, 2015, pp. 54-72). Slameto (Marlina, 2022, p.3988) ;(Setyawati & Khayati, 2021, p.

2) Faktor-faktor penghambat belajar pada siswa terdiri dari dua faktor yaitu:

a. Faktor Internal

1) Psikologis

Psikologis siswa sangatlah berpengaruh dalam proses pembelajaran yang diantaranya ialah:

a) Motivasi dan minat belajar

Motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal dalam perilaku belajar siswa, biasanya dengan sedikit bimbingan atau dukungan. Indikator-indikator tersebut antara lain: keinginan dan dorongan untuk sukses, dorongan dan kebutuhan belajar, harapan dan cita-cita masa depan, apresiasi terhadap pembelajaran, dan lingkungan belajar yang mendukung. Sedangkan minat adalah kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu. Minat merupakan kecenderungan yang menetap untuk memperhatikan dan mengingat aktivitas tertentu (Syah, 2012, p. 152). Aktivitas yang menarik minat seseorang selalu menjadi perhatian, disertai perasaan gembira. Jadi pada dasarnya

motivasi dan minat belajar sangatlah mempengaruhi siswa dalam melaksanakan suatu pembelajaran.

b) Kecerdasaan emosional

Kecerdasan emosi dapat menempatkan emosi seseorang pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik (Kadeni, 2014, p. 3). Siswa dengan kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengatasi stres dengan lebih baik, mengendalikan emosi, dan membangun hubungan baik dengan orang lain. Hal ini memungkinkan mereka untuk berkonsentrasi lebih baik pada studi mereka dan mencapai hasil yang lebih baik.

c) Bakat

Bakat adalah potensi atau kecakapan dasar yang dibawa sejak lahir. Setiap individu mempunyai bakat yang berbeda-beda. Seseorang yang berbakat musik mungkin dibidang lain ketinggalan. Seseorang yang berbakat dibidang teknik tetapi dibidang olahraga lemah (khairani, 2017, p. 259). Bakat juga merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi pembelajaran siswa. Bakat dapat berupa bakat akademik, bakat seni, bakat olahraga, dan lain sebagainya.

2) Jasmani

a) Kesehatan

Didalam Undang-undang Sitem Kesehatan (Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan) mengemukakan bahwa Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Maka dari itu Kesehatan juga sangat berperan bagi pembelajaran siswa karena jika siswa memaksakan diri dalam pembelajaran Ketika tidak sehat akan merugikan dirinya sendiri.

b) Tumbuh kembang

- (1) Masa pubertas: Siswa yang sedang mengalami masa pubertas mungkin mengalami perubahan fisik dan emosional yang dapat memengaruhi pembelajarannya.
- (2) Kurang tidur: Siswa yang kurang tidur mungkin mengalami kelelahan, kesulitan untuk fokus, dan mudah lupa.

b. Faktor Eksternal

1) Lingkungan

Kebisingan, gangguan dari teman sebaya, atau kurangnya akses ke sumber belajar dapat membuat siswa sulit untuk fokus dan belajar dengan efektif. Uasana pembelajaran dapat nyaman bagi siswa apabila guru mampu menyajikan dan menggunakan humor dengan tepat. Untuk membantu guru menciptakan kondisi pembelajaran dan suasana interaksi yang dapat mendorong dan menantang kreativitas aktif siswa, pengalaman belajar yang memperkaya dan menyenangkan berarti

materi yang disampaikan oleh guru dapat dengan mudah diadopsi oleh guru dan siswa serta siswa lebih menunjukkan minat pada materi yang disampaikan oleh guru (Arianti, 2019, p. 44).

2) Keluarga

Keluarga merupakan hal yang sangat penting bagi tumbuh kembangnya siswa. Keluarga juga sangat berperan penting bagi siswa karena siswa banyak mendapatkan waktunya dengan keluarga.

3) Sekolah

(a) Guru

Guru menjadi faktor penghambat dalam pembelajaran siswa bisa dikarenakan oleh ketidak sesuaian guru baik dalam memberikan waktu maupun materi.

(b) Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana dapat menjadi faktor penghambat dalam pembelajaran siswa karena dapat membuat siswa nyaman dan efektif dalam pembelajaran.

(c) Kurikulum

Kurikulum yang terlalu padat dapat membuat siswa stres dan terbebani, sehingga sulit untuk fokus belajar.

Berdasarkan faktor penghambat yang telah didiparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwasannya faktor penghambat dibagi menjadi dua faktor. Faktor yang pertama ialah faktor internal yang meliputi psikologis dan jasmani. Sedangkan faktor yang kedua ialah faktor eksternal yang meliputi

lingkungan belajar yang tidak kondusif, metode pembelajaran yang tidak sesuai, kurikulum yang tidak relevan, dan guru.

4. Kurikulum Merdeka

a. Pengertian Kurikulum Merdeka

Sebelum menuju ke kurikulum merdeka, pengertian dari kurikulum yaitu seperangkat rencana pembelajaran yang terdiri dari isi dan materi-materi pelajaran yang terstruktur, terprogram, dan terencana dengan baik. Berkaitan dengan berbagai kegiatan dan interaksi sosial di lingkungan dalam menyelenggarakan kegiatan belajar mengajar dengan tujuan mencapai tujuan pendidikan. Dalam makna yang lebih luas, kurikulum adalah kumpulan seperangkat nilai yang dirancang untuk ditransformasikan kepada subjek didik. Berkaitan nilai-nilai dalam bentuk kognitif, afektif, maupun psikomotorik dengan memperoleh seperangkat nilai tersebut (Rusman, 2009, p. 3). Pola pikir dan perilaku subjek didik akan terbentuk sesuai dengan arah dan tujuan yang sudah diformulasikan sebelumnya. Sementara itu merdeka belajar adalah program kebijakan baru Kemendikbud yang esensinya adalah kemerdekaan berpikir. Namun kemerdekaan berpikir ini masih abstrak dan menimbulkan sejumlah pertanyaan yang perlu segera dijawab untuk menghindari kesalahpahaman dalam pemaknaannya.

Menuju kurikulum merdeka yang dapat diartikan sebagai kurikulum dengan pembelajaran intrakurikuler yang beragam di mana konten akan lebih optimal agar peserta didik memiliki cukup waktu untuk mendalami

konsep dan menguatkan kompetensi. Guru memiliki keleluasaan untuk memilih berbagai perangkat ajar sehingga pembelajaran dapat disesuaikan dengan kebutuhan belajar dan minat peserta didik. Projek untuk menguatkan pencapaian profil pelajar Pancasila dikembangkan berdasarkan tema tertentu yang ditetapkan oleh pemerintah. Projek tersebut tidak diarahkan untuk mencapai target capaian pembelajaran tertentu, sehingga tidak terikat pada konten mata pelajaran.

Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP), pengertian kurikulum merdeka belajar adalah suatu kurikulum pembelajaran yang berkaitan dengan pendekatan bakat dan minat. Di sini, para siswa (baik siswa maupun mahasiswa) dapat memilih mata pelajaran apa saja yang diinginkan sesuai dengan bakat dan minatnya. Kurikulum atau program Merdeka Belajar ini diluncurkan pada tahun 2013 oleh Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Penelitian (Mendikbud Ristek) Nadiem Makarim sebagai bentuk penilaian perbaikan Kurikulum 2013.

b. Konsep Merdeka Belajar

Sebelum melaksanakan suatu kegiatan kita membutuhkan sebuah konsep agar apa yang akan kita lakukan dapat terurut dan terurus secara baik. Konsep merdeka belajar yang digaungkan oleh Nadiem Makarim terdorong dari keinginannya untuk menciptakan suasana belajar yang bahagia dan menyenangkan tanpa dibebani dengan nilai dan target pencapaian tertentu.

Pokok- pokok kebijakan Kementerian Pendidikan dan Budaya Republik Indonesia (Kemendikbud RI) terkait dengan konsep merdeka belajar adalah:

1) Ujian Sekolah Berstandar Nasional (USBN)

Penghapusan USBN merupakan amanat Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nadiem Makarim yang tertuang dalam Permendikbud Nomor 43 tahun 2019 tentang Penyelenggaraan Ujian yang diselenggarakan Satuan Pendidikan dan Ujian Nasional. Pembuatan dan penyelenggaraan USBN akan sepenuhnya dipegang oleh pihak sekolah. Diberikan kebebasan dan kewenangan untuk menyelenggarakan ujian, maka menjadi tanggung jawab pemerintah daerah melalui Dikbud untuk memonitor, mengevaluasi, dan memastikan kualitas ujian tersebut. Hal ini penting dalam meningkatkan mutu pendidikan.

2) Penghapusan Ujian Nasional (UN)

Ujian Nasional merupakan sistem penilaian standar untuk pendidikan dasar dan menengah, yang menjadi salah satu upaya pemerintah dalam memastikan kualitas pendidikan di setiap lembaga pendidikan. Penilaian hasil belajar yang dilakukan pemerintah telah berlangsung selama puluhan tahun dan mengalami perubahan pada setiap periode tertentu. Diharapkan bahwa penghapusan UN ini akan membuat siswa tidak mengalami tekanan mental, karena kelulusan mereka tidak ditentukan oleh nilai yang diperoleh hanya dalam beberapa hari saja.

Meskipun begitu, hal ini tidak berarti tidak ada lagi yang digunakan untuk mengukur hasil belajar siswa. Ujian Nasional akan diganti dengan sistem baru, yaitu Asesmen Kompetensi Minimum dan Survei Karakter.

- 3) Memperluas sistem zonasi dalam penerimaan siswa baru
Zonasi ini tidak hanya mengatur pemerataan kualitas sekolah dan siswa, tetapi juga menitikberatkan pada kuantitas dan kualitas guru di suatu daerah yang nantinya akan menjadi wewenang dan tanggungjawab pemerintah daerah.

c. Perangkat Pembelajaran

Perangkat ajar merupakan berbagai materi yang bisa dipakai guru untuk mengajarkan materi kepada siswa. Ada beberapa perangkat pembelajaran kurikulum merdeka yang wajib kita ketahui. (Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 56 tahun 2022 tentang Pedoman Penerapan Kurikulum dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran) mengemukakan bahwa perangkat ajar dalam kurikulum merdeka mencakup buku teks pelajaran, modul ajar, dan modul projek penguatan profil pelajar Pancasila.

d. Tujuan Kurikulum Merdeka

Pada masa pandemi Covid-19, sektor pendidikan di Indonesia mengalami keterbelakangan yang signifikan. Namun, Kebijakan Kurikulum Merdeka diharapkan dapat menjadi solusi bagi masalah ketinggalan pendidikan di Indonesia. Kurikulum Merdeka bertujuan untuk

menangani permasalahan-permasalahan yang ada dalam dunia pendidikan.

Dengan adanya kurikulum ini, diharapkan dapat membimbing perkembangan potensi dan keterampilan peserta didik. Kurikulum ini bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa, salah satunya melalui proses pembelajaran yang dirancang secara relevan dan interaktif.

Adapun tujuan dari kurikulum Merdeka Belajar adalah untuk memberikan beragam alternatif kompetensi dan keterampilan yang relevan bagi peserta didik, yang akan dikembangkan untuk masa depan. Hal ini didukung oleh pemahaman mendalam dan penerapan nilai-nilai tauhid secara menyeluruh, sehingga peserta didik memiliki kebebasan untuk memilih bidang yang diminati serta metode pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan proyeksinya di masa depan (firdaus *et al.*, 2022, pp. 686-692).

5. Olahraga Tradisional Pencak Silat

a. Pengertian Olahraga Tradisional Pencak Silat

Olahraga adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis seseorang yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang setelah olahraga. Olahraga juga merupakan kebutuhan hidup manusia, sebab apabila seseorang melakukan olahraga dengan teratur akan membawa pengaruh yang baik terhadap perkembangan jasmaninya. Selain dari berguna bagi pertumbuhan kepada perkembangan jasmani manusia, juga memberi pengaruh kepada perkembangan rohaninya, pengaruh tersebut dapat memberikan efisiensi

kerja terhadap alat-alat tubuh, sehingga peredaran darah, pernafasan dan pencernaan menjadi teratur (Iyakrus, 2018. Pp. 2-7). Olahraga banyak sekali jenisnya yang salah satunya ialah olahraga tradisional.

Olahraga tradisional merupakan permainan rakyat yang mengikuti tradisi turun temurun dari nenek moyang yang didalamnya mengandung berbagai unsur dan nilai yang memiliki manfaat besar bagi yang melakukannya. Olahraga tradisional juga salah satu bentuk kegiatan yang beredar secara lisan di antara anggota kolektif tertentu serta banyak mempunyai variasi. Olahraga tradisional sudah tumbuh dan berkembang sejak zaman dahulu. Setiap daerah memiliki jenis olahraga tradisional yang berbeda-beda (Azizah, 2016, p. 284).

Dari pernyataan di atas maka olahraga tradisional merupakan permainan rakyat yang sudah turun temurun yang di dalamnya mengandung berbagai unsur dan nilai yang memiliki manfaat besar serta salah satu bentuk kegiatan yang beredar secara lisan di antara anggota kolektif tertentu serta banyak mempunyai variasi. Maka dari itu olahraga tradisional sangatlah penting bagi siswa dan seluruh rakyat Indonesia.

Sedangkan pencak silat merupakan seni bela diri dan olahraga tradisional yang berasal dari Indonesia. Pencak silat merupakan perpaduan antara gerakan seni bela diri, tarian, dan spiritualitas. Olahraga ini menggunakan berbagai teknik pukulan, tendangan, kuncian, dan sapuan untuk menyerang dan bertahan diri. Pencak silat saat ini telah menjadi salah satu olahraga nasional Indonesia dan dipertandingkan di berbagai

kejuaraan internasional. Pencak silat merupakan keterampilan gerak fisik untuk beladiri maupun untuk berkelahi. Sejatinya perkembangan pencaksilat di Indonesia ada sejak sebelum negara ini juga ada, pada masa kerajaan pencaksilat sudah dikenal dengan berbagai variasi dan kekayaan aliran yang ada (Muhyi *et al.*, 2014, p. 143).

Pencak silat merupakan olahraga populer di Indonesia karena pencak silat merupakan olahraga yang mengutamakan ketangkasan. Pencak Silat sebagai salah satu olahraga kompetitif yang populer di kotamadya diharapkan dapat memenuhi tujuan dari Undang-Undang Lembaga Olahraga Nasional. Maka tak heran jika banyak padepokan serta perguruan pencak silat menyebar luas di Indonesia (Harahap & Mahfud, 2023, pp. 49-50).

Pencak silat merupakan ilmu beladiri tradisional sekaligus budaya bangsa Indonesia yang berasal dari Nusantara. Pencak silat adalah warisan budaya leluhur sehingga perlu dilestarikan dan dikembangkan. Pencak silat memiliki gerakan yang berbeda dengan aliran beladiri lain, ciri khas dari pencak silat yaitu gerakannya lembut tetapi mematikan (Nugroho & Muktiani, 2019, p. 2).

Pencak silat salah satu bentuk identitas seni beladiri Nusantara kebudayaan Indonesia berisi tentang pendidikan yang berkembang dalam masyarakat. Silat bukan hanya sebagai alat seni bela diri tetapi berkembang menjadi sebuah upaya dalam memelihara kesehatan melalui olahraga. Silat berfungsi juga sebagai sarana pendidikan jasmani dan

rohani melalui proses tahapan pendidikan berjenjang secara formal melalui peraturan yang dibuat masing-masing perguruan silat. Pencak Silat juga merupakan hasil budaya manusia Indonesia untuk membela, mempertahankan, eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggal) terhadap lingkungan hidup atau alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa, banyak manfaat yang diperoleh dalam pembelajaran pencak silat, seperti pengembangan kognitif, afektif, dan psikomotor (Sasmita *et al.*, 2023, pp. 2869-2870).

Berdasarkan pernyataan di atas maka Pencak silat merupakan salah satu bentuk identitas seni beladiri Nusantara kebudayaan Indonesia berisi tentang pendidikan yang berkembang dalam Masyarakat. Pencak silat juga merupakan perpaduan antara gerakan seni bela diri, tarian, dan spiritualitas. Pencak silat merupakan keterampilan gerak fisik untuk beladiri maupun untuk berkelahi. Sejatinya perkembangan pencaksilat di Indonesia ada sejak sebelum negara ini ada, pada masa kerajaan pencaksilat sudah dikenal dengan berbagai variasi dan kekayaan aliran yang ada.

b. Sarana dan Prasarana Pencak silat

Adapun sarana pada pembelajaran pencak silat diantara lain ialah:

1) Matras

Matras digunakan untuk melindungi pesilat dari cedera saat latihan atau bertanding. Matras biasanya terbuat dari busa dan memiliki ketebalan minimal 5 cm.

2) *Hand Box*

Hand box adalah alat latihan yang digunakan untuk melatih pukulan tangan. *Hand box* biasanya terbuat dari kulit atau kain dan diisi dengan pasir atau busa.

3) *Samsak*

Samsak adalah alat latihan yang digunakan untuk melatih tendangan dan pukulan. *Samsak* biasanya terbuat dari kulit atau kain dan diisi dengan pasir atau busa.

4) *Body Protector*

Body protector adalah alat pelindung tubuh yang digunakan untuk melindungi pesilat dari cedera saat latihan atau bertanding. *Body protector* biasanya terbuat dari plastik atau busa.

5) *Skin Decker*

Skin decker adalah alat pelindung kulit yang digunakan untuk melindungi pesilat dari goresan dan luka saat latihan atau bertanding.

Skin decker biasanya terbuat dari plastik atau kain.

6) *Genital Protector*

Genital protector adalah alat pelindung alat kelamin yang digunakan untuk melindungi pesilat dari cedera saat latihan atau bertanding.

Genital protector biasanya terbuat dari plastik atau cup.

7) Seragam

Seragam pencak silat biasanya terbuat dari kain katun atau kain mes.

Seragam pencak silat terdiri dari baju, celana, dan ikat pinggang. Warna seragam pencak silat biasanya putih atau hitam.

8) Sabuk pencak silat digunakan untuk menunjukkan tingkatan kemahiran pesilat. Sabuk pencak silat biasanya berwarna putih, kuning, orange, hijau, biru, coklat, dan hitam.

9) Tongkat

Tongkat digunakan untuk latihan pencak silat seni menggunakan tongkat. Tongkat biasanya terbuat dari kayu rotan atau bambu.

10) Keris

Keris digunakan untuk latihan pencak silat seni keris. Keris biasanya terbuat dari besi dan memiliki bilah yang berkelok-kelok.

11) Latihan musik

Latihan musik digunakan untuk mengiringi latihan pencak silat seni. Alat musik yang biasa digunakan dalam pencak silat antara lain gamelan, gendang, dan angklung.

Sedangkan prasarana pada pembelajaran pencak silat ialah:

1) Padepokan

Padepokan adalah tempat latihan pencak silat. Padepokan biasanya dilengkapi dengan matras, hand box, samsak, body protector, skin decker, genital protector, dan ruang ganti.

2) Gelanggang

Gelanggang adalah tempat pertandingan pencak silat. Gelanggang biasanya dilengkapi dengan lapangan, tiang bendera, meja juri, sistem pengeras suara, dan perlengkapan medis.

3) Museum

Museum pencak silat adalah tempat yang menyimpan koleksi benda-benda bersejarah tentang pencak silat, seperti senjata, pakaian, dan dokumen.

4) Perpustakaan

Perpustakaan pencak silat adalah tempat yang menyimpan koleksi buku-buku tentang pencak silat, seperti sejarah, teknik, dan filosofi.

5) Sekolah

Sekolah pencak silat adalah tempat untuk belajar pencak silat. Sekolah pencak silat biasanya diajar oleh guru yang berpengalaman dan memiliki kualifikasi.

Sarana dan prasarana pencak silat sangat penting untuk menunjang kegiatan latihan dan pertandingan pencak silat. Sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai akan membantu pesilat untuk meningkatkan teknik dan kemampuannya, serta mencapai prestasi yang lebih baik.

c. Teknik Dasar Pencak Silat

1) Sikap Kuda-kuda

Kuda-kuda adalah posisi menapak kaki untuk memperkokoh posisi tubuh. Kuda-kuda yang kuat dan kokoh penting untuk mempertahankan posisi tubuh agar tidak mudah dijatuhkan. Kuda-kuda juga penting untuk menahan dorongan atau menjadi dasar titik tolak serangan (tendangan atau pukulan). Sikap pasang ada tiga bentuk, yaitu: (1) Sikap kuda-kuda depan pasang atas, (2) Sikap kuda-kuda belakang pasang tengah, dan (3) Sikap kuda-kuda tengah pasang bawah (Chandra, J. 2021).

2) Sikap Pasang

Pencak silat ialah sistem yang terdiri atas sikap (posisi) dan gerak-gerik (pergerakan). Ketika seorang pesilat bergerak ketika bertarung, sikap dan gerakannya berubah mengikuti perubahan posisi lawan secara berkelanjutan. Sikap pasang adalah teknik sikap dan gerak kesiap siagaan dalam menghadapi lawan untuk melakukan pembelaan atau serangan yang berpola, dilakukan pada awal atau akhir dari rangkaian gerak (Nugroho, 2005, p. 150). Ada 4 sikap pasang yang saya pelajari dalam pencak silat:

- (a) Pasang satu, yaitu sikap posisi badan tegak dengan kedua tangan disamping dalam keadaan siap silat dan kedua kaki di buka selebar bahu

- (b) Pasang dua, yaitu sikap badan tetap pada posisi tegak, kaki dibuka selebar bahu, kedua tangan mengepal dan sejajar dengan pinggang.
- (c) Pasang tiga, yaitu, sikap badan pada posisi tegak lurus, kaki di buka selebar bahu, tangan diangkat sejajar mata, dan posisis silang dengan kepalan tangan terbuka.
- (d) Pasang empat, yaitu kaki di buka selebar bahu, tangan diangkat sejajar mata, dan posisis silang dengan kepalan tangan terbuka dibuk lagi dan tangan sudah terkepal.

3) Arah

Arah adalah sasaran dalam melakukan gerakan, baik pada waktu melakukan pembelaan maupun serangan. Arah dikenal dengan delapan penjuru mata angin. Langkah dilakukan pada arah tertentu sesuai dengan keperluannya.

4) Langkah

Ciri khas dari Silat adalah penggunaan langkah. Langkah ini penting di dalam permainan silat yang baik dan benar. Ada beberapa pola langkah yang dikenali, contohnya langkah tiga dan langkah empat. Langkah adalah perubahan injakan kaki dari suatu tempat ke tempat lainnya. Langkah dapat dilakukan lurus, silang atau serong. Cara melakukannya bisa dengan cara diangkat, geseran, ingutan, lompatan dan loncatan.

5) Pukulan Dalam Pencak Silat

Pukulan merupakan usaha pembelaan yang dilakukan dengan menggunakan lengan atau kaki untuk mengenai badan lawan. Adapun macam-macam pukulan dalam pencak silat diantara lain ialah:

- (a) Lurus, Pukulan dengan salah satu tangan memukul kearah depan, sasaran yaitu dada si lawan. Dan tangan satunya lagi menutup arah point, yaitu sasaran perut keatas.
- (b) Bandul, Mengayunkan tangan salah satunya berbentuk kepalan kearah sasaran ulu hati, dan tangan yang satu lagi tetap menutup arah sasaran lawan ke dia.
- (c) Tegak, Sasarnya adalah bahu atau sendi bahu bagian kanan (lawan yang dengan kita yang saling berhadapan, jadi sama saja dengan bahu sebelah kiri yang menjadi sasaran.
- (d) Melingkar, Sasarannya adalah pinggang lawan dengan lintasan setengah melingkar seperti bulan sabit.

6) Tendangan Dalam Pencak Silat

Tendangan dapat dilakukan dengan punggung kaki, telapak kaki, ujung kaki dan tumit.

- (a) Tendangan lurus kedepan, yaitu dengan hentakan telapak kaki sejajar dengan bahu.
- (b) Tendangan melingkar, yaitu dengan hentakan punggung kaki.
- (c) Tendangan berbentuk huruf T, yaitu dengan tendangan samping menggunakan hentakan telapak kaki.

(d) Tendangan samping, yaitu menendang dengan punggung kaki.

7) Tangkisan Dalam Pencak Silat

(a) Tangkisan dalam, tangkisan dari luar ke dalam sejajar dengan bahu.

(b) Tangkisan luar, tangkisan dari dalam ke luar sejajar dengan bahu.

Cara dilakukan untuk menangkis serangan lawan dan dibuang kekanan atau kekiri dengan posisi tangan di depan agak siku.

(c) Tangkisan atas, tangkisan dari bawah ke atas, untuk melindungi kepala dari serangan. gerakan ini dilakukan untuk menangkis serangan lawan yang datangnya dari depan posisi tangan agak siku melindungi muka.

(d) Tangkisan bawah, tangkisan bawah dilakukan untuk menangkis serangan lawan dan melindungi kemaluan dengan posisi tangan seperti huruf X dengan jari-jari terbuka tapi rapat.

8) Guntingan

Teknik ini dilakukan dengan cara seperti menggunting dengan tujuan untuk menjatuhkan lawan. Sapuan dan Guntingan adalah salah satu teknik menjatuhkan musuh dengan menyerang kuda-kuda musuh, yakni menendang dengan menyapu atau menjepit (menggunting) kaki musuh, sehingga musuh kehilangan keseimbangan dan jatuh.

Guntingan terdiri dari guntingan luar dan guntingan dalam.

9) Hindaran atau elakan

Teknik ini dilakukan untuk menghindari serangan lawan teknik ini dapat dilakukan dengan melangkah dengan satu kaki ditempat atau memindahkan dengan dua kaki. Elakan dilakukan dengan cara memindahkan sasaran dari arah serangan. Arah elakan dilakukan sesuai dengan arah delapan penjuru mata angin.

d. Peraturan Pertandingan Pencak Silat Kategori Tanding

1) Ketentuan Bertanding

Yaitu pertandingan pencaksilat diikuti oleh 2 orang peserta yang saling berhadapan untuk saling mengalahkan. Pertandingan pencak silat dibagi dalam 3 babak, dengan masing-masing babak memiliki waktu 2menit, dan istirahat antara babak 1 menit. Pertandingan pencak silat di pimpin oleh 1 orang wasit dan 5 orang juri.

2) Ketentuan kemenangan

Jika pertandingan selesai dalam 3 babak dan juri memenangkan salahsatu pesilat dengan jumlah angka yang lebih banyak maka pertandingan dimenangkan dengan menang angka. Jika pesilat tidak dapat melanjutkan pertandingan karena menyatakan tidak dapat melanjutkan atau kondisi atlet tidak memungkinkan untuk bertanding maka kemenangan akan diberikan kepada lawan atas dasar menang teknik. Jika lawan terjatuh karena serangan yang sah dan dalam tempo 10 detik tidak dapat bertanding lagi maka kemenangan akan diberikan kepada pemenang atas dasar menang mutlak. Jika lawan mendapat peringatan kedua sampai ketiga maka

kemenangan akan diberikan dengan atas dasar menang diskualifikasi.

3) Ketentuan hukum untuk pesilat

Jika pesilat melakukan pelanggaran ringan maka akan diberikan teguran. Dalam hal teguran ini wasit biasanya akan mengurangi nilai pesilat itu sendiri. Diskualifikasi akan diberikan oleh wasit jika pesilat mendapatkan peringatan ketiga. Seperti melakukan pelanggaran berat mendorong lawan hingga cedera.

4) Ketentuan penilaian

Nilai 1 diberikan kepada pesilat jika pukulan masuk. Nilai 2 jika serangan kaki mengenai sasaran. Nilai 3 jika pesilat mampu menjatuhkan lawan. Nilai 4 jika pesilat berhasil menjatuhkan dan mengunci lawan.

e. Manfaat Olahraga Tradisional Pencak Silat

(Nugroho, 2021, pp. 1-14); (Rachman *et al.*, 2021, pp. 207-219) mengemukakan bahwa beberapa manfaat Pencak Silat ialah sebagai berikut:

- 1) Kesehatan fisik, pencak silat melibatkan gerakan tubuh yang kompleks, termasuk berbagai jenis pukulan, tendangan, dan gerakan tubuh lainnya. Ini dapat membantu meningkatkan kekuatan otot, fleksibilitas, dan daya tahan fisik.
- 2) Kesehatan mental, latihan pencak silat memerlukan fokus dan konsentrasi yang tinggi. Ini dapat membantu meningkatkan

kesehatan mental, memperbaiki kemampuan kognitif, dan mengurangi stres.

- 3) Disiplin dan kemandirian, praktisi pencak silat dikenalkan pada nilai-nilai disiplin dan kemandirian sejak awal. Latihan yang teratur dan konsisten diperlukan untuk menguasai teknik-teknik yang rumit.
- 4) Peningkatan keterampilan koordinasi, Gerakan-gerakan yang terkoordinasi antara tangan, kaki, dan tubuh secara keseluruhan dapat membantu meningkatkan keterampilan motorik dan koordinasi.
- 5) Pengembangan Kkarakter, pencak silat mengajarkan nilai-nilai moral, etika, dan rasa tanggung jawab. Ini dapat membantu dalam pengembangan karakter dan membentuk kepribadian yang baik.
- 6) Pertahanan diri, salah satu manfaat utama pencak silat adalah kemampuan untuk membela diri. Praktisi diajarkan untuk mengenali dan merespons situasi berpotensi berbahaya.
- 7) Keberlanjutan budaya, pencak silat memiliki nilai-nilai budaya dan sejarah yang kaya. Praktik dan pelestarian seni bela diri ini dapat membantu dalam menjaga dan meneruskan warisan budaya Indonesia.
- 8) Rasa persaudaraan dan komunitas, latihan pencak silat sering melibatkan kerjasama dan interaksi dengan sesama praktisi. Ini dapat membangun rasa persaudaraan dan solidaritas dalam komunitas Pencak Silat.

- 9) Kreativitas dan ekspresi seni, pencak silat juga dianggap sebagai bentuk seni. Praktisi memiliki kesempatan untuk mengekspresikan kreativitas mereka dalam gerakan dan penampilan.
- 10) pengembangan spiritual, beberapa aliran pencak silat memiliki dimensi spiritual yang kuat, melibatkan meditasi, pemahaman energi, dan pengembangan kesadaran diri.

Dari uraian manfaat diatas maka, pencak silat tidak hanya bagi diri sendiri, tetapi juga bagi masyarakat bangsa dan negara. Siswa dapat merasakan dan mengalami manfaat dari aspek-aspek psikomotorik, afektif dan kognitif mereka yang didapat dari pencak silat.

6. Karakteristik Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Siswa kelas 7 SMP umumnya berusia 12-13 tahun dan berada pada tahap awal masa remaja. Pada fase ini, mereka mengalami berbagai perubahan fisik, kognitif, dan emosional yang signifikan (Sary, 2017, p. 6). 1. Pra Remaja (11 atau 12-13 atau 14 tahun), Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun; untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - 13 atau 14 tahun. Fase ini disebut juga fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif.

Pada fase negatif, perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga. Remaja menunjukkan peningkatan reflektivitas tentang diri mereka yang berubah dan

meningkat berkenaan dengan apa yang orang pikirkan tentang mereka (Nabila *et al.*, 2023, p. 19).

Dalam kemampuan remaja untuk mengendalikan emosi adalah suatu bentuk remaja dalam mempertahankan dorongan emosinya, serta pemahaman dalam mengendalikan emosi diri dalam melakukan tindakan yang baik dan tidak menyimpang. Remaja yang mandiri adalah dapat bertahan sendiri dan tidak bergantung pada orang lain. Remaja yang memiliki kematangan diri secara emosi terlihat bahwa diri remaja dapat mengendalikan emosi yang terlihat pada aspek pengetahuan, biologis, dan sosialnya. Remaja dalam mengontrol emosi adalah suatu proses pribadi yang terus menerus untuk mencapai tingkat emosi yang baik, baik secara interpersonal dan intrafisik (Hastutiningtyas *et al.*, 2021, pp. 39-40).

Memahami karakteristik siswa SMP sangatlah penting bagi keberlanjutannya pembelajaran di sekolah. Dengan memahami karakteristik siswa, dapat membantu guru dan pendidik merancang pengalaman belajar yang lebih efektif, relevan, dan memotivasi bagi peserta didik mereka.

7. Faktor Penghambat Olahraga Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Kelas VII SMPN 1 Garawangi

Olahraga tradisional pencak silat sudah sangat tidak asing bagi rakyat Indonesia. Olahraga tradisional pencak silat juga banyak dilaksanakan pada setiap daerahnya masing-masing. Bagi pelajar, pencak silat sudah dilakukan dari Tingkat SD, SMP, dan SMA baik dalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran. Dengan seiringnya waktu kurikulum terus silih berganti dan

mengakibatkan penyesuaian yang berungkali terhadap pembelajaran. Begitupun halnya pada SMPN 1 Garawangi Kabupaten Kuningan, mereka sudah menerapakan kurikulum terbaru yakni kurikulum Merdeka pada seluruh kelas 7 dan 8.

Pada kurikulum Merdeka dalam pembelajaran olahraga tradisional pencak silat yang telah diajarkan pada siswa kelas 7, masih banyak sekali siswa yang enggan dan tidak bersemangat sehingga menimbulkan pembelajaran yang tidak efektif. Adapun faktor yang memperhambat dalam pembelajaran tersebut ialah faktor internal dan eksternal. Faktor internal sendiri diantara lain ialah; jasmani dan psikologi. Adapun faktor eksternal diantara lain ialah; lingkungan, keluarga, dan sekolah. dari beberapa faktor tersebut perlu diteliti agar dapat mengetahui mengapa siswa enggan dan tidak bersemangat melakukan pembelajaran olahraga tradisional pencak silat.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan diperlukan untuk dapat dijadikan dasar pengajuan hipotesis penelitian. Penelitian yang relevan terkait dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Peneltian yang dilakukan oleh Ali Rosyidi, Febrita Paulina Heynoek, Ari Wibowo Kurniawan, dan Eko Hariyanto pada tahun 2022 dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Pencak Silat Berbasis Aplikasi Android Materi Variasi dan Kombinasi Untuk Siswa Kelas IX SMP Tahfidz Al-Manshurin Kabupaten Malang”. Dengan metode kuantitaif, penelitian ini menggunakan menggunakan penelitian dan pengembangan R&D (*research and development*) menggunakan multimedia yang dikembangkan Lee &

Owens (2004). Adapun teknik pengumpulan data menggunakan angket dan wawancara. Subjek penelitian ini berjumlah 26 siswa yang mengikuti pembelajaran pencak silat. Tempat yang dituju dalam penelitian ini adalah SMP Tahfidz Al-Manshurin Kabupaten Malang dan penelitian ini merupakan penelitian menggunakan instrumen angket dengan skala likert. Dari pengumpulan data mulai evaluasi ahli hingga uji coba produk diperoleh hasil analisis antara 61%-80%. Berdasarkan kriteria kualitas produk maka pengembangan media pembelajaran pencak silat dengan basis aplikasi android ini cukup baik untuk digunakan siswa kelas 9 SMP Tahfidz Al-Manshurin Kabupaten Malang.

2. Peneltian yang dilakukan oleh Yuli Sugiantini dan Galih Priyambada pada tahun 2022 dengan judul “Faktor pendukung minat Siswa mengikuti Ekstrakurikuler Tapak Suci”. Penelitian ini terhitung kategori studi dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling atau sampel bertujuan, dengan kriteria 30 siswa putra, kelas 8 SMP Muhammadiyah 5 Samarinda yang telah aktif dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tapak suci selama 1 tahun 6 bulan. Adapun teknik pengumpulan data ini menggunakan kuisioner dengan uji variabel menggunakan SPSS 20. Dari hasil studi penelitian ini, bahwa tidak ada ikatan yang positif serta korelasi antara dukungan orang tua dengan minat siswa mengikuti ekstrakurikulertapak suci. Kemudian terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kondisi lingkungan dengan minat siswa mengikuti ekstrakurikuler tapak suci. Serta juga terdapat hubungan

- yang positif dan korelasi secara bersama-sama antara dukungan orang tua dan kondisi lingkungan dengan minat siswa mengikuti ekstrakurikuler tapak suci.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Afdhalul Yusfira pada tahun 2021 dengan judul “Pembinaan Karakter melalui Pencak Silat di SMP Islam Al-Falah Aceh Besar”. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian lapangan (*Field Research*) dengan pendekatan kualitatif. Penerapan subjek dan informan dalam penelitian ini berdasarkan pada *purposive sample*. Sedangkan subyek pada penelitian ini ialah guru pencak silat yang mengajar di SMP Islam Al-Falah. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Dari hasil penelitian dan wawancara, maka karakter yang terdapat dalam kegiatan pencaksilat siswa tidak malas ketika latihan salah satunya yaitu dengan cara memberikan motivasi dan dorongan dan tujuan yang akan mereka capai usai dari setiap latihan dan kita sampaikan manfaat ataupun nasehat agar bangkitkan semangat mereka dalam membela agama. Siswa yang susah dalam mempraktek maka harus kita berikan bimbingan khusus diluar latihan yang ada dan siswa diarahkan untuk sadar agar dia lebih menghargai waktu disaat latihan supaya mendapatkan ilmu disaat mempraktekan di kehidupan sehari-hari.

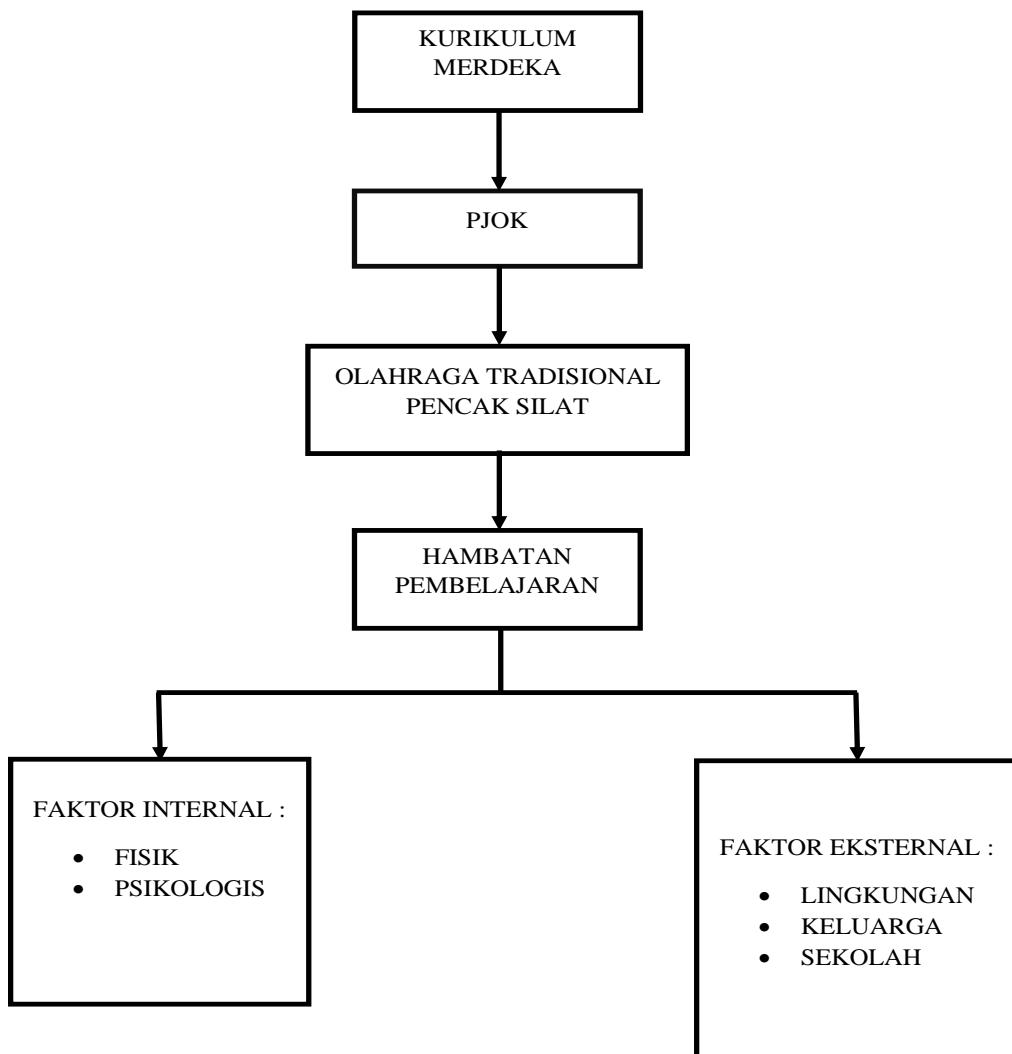
C. Kerangka Pikir

Kerangka pikir atau kerangka pemikiran adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesiskan dari fakta-fakta, observasi dan kajian kepustakaan. Oleh karena itu, kerangka berpikir memuat teori, dalil atau konsep-konsep yang akan dijadikan dasar dalam penelitian. Di dalam kerangka

pemikiran variabel-variabel penelitian dijelaskan secara mendalam dan relevan dengan permasalahan yang diteliti, sehingga dapat dijadikan dasar untuk menjawab permasalahan penelitian (Syahputri et al., 2023, p. 161).

Kerangka berpikir merupakan perlengkapan peneliti untuk menganalisa perencanaan dan berargumentasi kecenderungan asumsi kemana akan dilabuhkan. Kerangka berpikir penelitian ini kemudian disajikan dalam bentuk skema untuk memudahkan memahami kerangka berpikir, seperti pada berikut:

Gambar 1. Kerangka Pikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Deskriptif Kuantitaif dengan judul “Faktor-faktor Penghambat Pembelajaran Olahraga Tradisional Beladiri Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Kelas 7 SMPN 1 Garawangi Kuningan”. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk memberikan gejala-gejala, fakta-fakta atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat, mengenai sifat-sifat populasi (Auliya *et al.*, 2020, p. 54). Penelitian kuantitatif adalah penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungannya (Auliya *et al.*, 2020, p. 240). Dengan demikian penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang memperlihatkan hasil dari suatu pengumpulan data kuantitatif atau statistik seperti survei dengan apa adanya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian dilakukan di SMPN 1 Garawangi yang terletak di Jl. Raya Purwasari No. 10 Dusun Manis Desa Purwasari Kecamatan Garawangi Kabupaten Kuningan Provinsi Jawa Barat.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20-21 Juni 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian (Margono, 2004 dalam Auliya *et al.*, 2020, p. 361). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 7 SMPN 1 Garawangi tahun ajaran 2023/2024, terdiri dari 5 kelas yang terdiri dari 30 siswa setiap kelasnya.

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini ialah total sampling. (Sugiyono 2009 dalam Nanda, 2017, p. 24), Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Penelitian ini 5 kelas dengan 150 siswa semua digunakan untuk sampel penelitian. Adapun 5 kelas tersebut akan diolah semua tetapi 1 kelas akan diuji coba apabila ada instrumen yang tidak valid maka akan digugurkan. Adapun 4 kelas lainnya akan diolah data dengan instrumen yang sudah valid. Alasan mengambil total sampling ialah jumlah sampel dengan jumlah populasi sama.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah faktor-faktor penghambat yang mempengaruhi pembelajaran olahraga tradisional pencak silat pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 1 Garawangi. Variabel yang dimaksud adalah kemungkinan-kemungkinan yang dapat mempengaruhi jalannya suatu rencana, di dalamnya terdapat faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari faktor jasmani dan psikologis. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor

guru, sarana prasarana, lingkungan sekolah, dan kurikulum. Pengumpulan data yang digunakan yaitu metode survey menggunakan angket.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Angket atau kuesioner adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data melalui serangkaian pertanyaan yang dirancang dengan tujuan mengukur variabel penelitian (Ardiyansyah *et al*, 2023, p. 250).

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data atau bisa disebut Instrumen penelitian merupakan faktor penting dalam suatu penelitian yang di dalamnya terletak kebenaran hasil penelitian yang menentukan kesimpulan. Instrumen digunakan untuk mengumpulkan data dan mengukur objek suatu variabel penelitian (Yuliastrin *et al*, 2023, p.285).

Untuk mengungkapkan gambaran mengenai instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini maka diperlukan rancangan kisi-kisi. Adapun kisi-kisi uji instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ialah:

Tabel 1. Kisi-kisi Uji Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator Pernyataan (+)	Nomor Pernyataan
Faktor Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Olahraga Tradisional Pencak Silat Kleas VII SMPN 1 Garawangi	Internal	Jasmani	1, 2, 3, 4, 5, 6
		Psikologis	7, 8, 9, 10, 11, 12
	Eksternal	Lingkungan	13, 14, 15, 16, 17
		Keluarga	18, 19, 20, 21, 22
		Sekolah	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32

Angket ini menggunakan skala Likert yang dimodifikasi. Skala Likert yang dimodifikasi ini terdiri dari 4 tingkat pernyataan, dimana berisi sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Skala likert yang dimodifikasi ini menyediakan fleksibilitas yang tinggi karena petunjuk skala dapat beragam sesuai dengan pernyataan yang digunakan dalam penelitian.

Adapun kisi-kisi setiap jawaban pada setiap pernyataan yang memiliki bobot skor bernilai 4, 3, 2, 1, seperti pada tabel berikut:

Tabel 2. Alternatif Jawaban dan Penskoran

Alternatif Jawaban	Skor Pernyataan
	Positif
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

F. Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Uji Coba Penelitian

Uji coba pada penelitian ini dilakukan di kelas 7a SMPN 1 Garawangi.

Kelas 7 SMPN 1 Garawangi terdapat 5 kelas dengan masing-masing setiap kelas terdapat 30 siswa. Uji coba yang dilakukan pada penelitian ini ialah kelas 7a, mana karakteristik siswa kelas 7a tidak jauh berbeda dengan kelas 7 lainnya di SMPN 1 Garawangi. Maka dari itu kelas salah satu kelas 7 SMPN 1 Garawangi yakni kelas 7a cocok digunakan untuk uji coba pada penelitian ini.

2. Validitas Instrumen

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauh mana akurasi atau ketepatan suatu tes atau skala dalam menjalankan fungsi pengukuranya. Uji validitas merupakan pengujian kelayakan. Suatu instrumen penelitian yang telah dinyatakan valid memiliki makna instrumen tersebut dapat mengukur variabel yang diukur (Puspitasari & Febrinita, 2021, p.78). Uji validitas yang digunakan adalah experts judgment, dimana dengan berkonsultasi kepada ahli, dalam penelitian ini adalah dosen ahli.

Untuk menguji validitas instrumen digunakan Teknik produk momen, dengan taraf 5% atau 0,05, setelah uji coba terkumpul data dianalisis menggunakan bantuan program SPSS. Berikut adalah rumus pada korelasi produk momen.

Gambar 2. Rumus produk momen

$$r_{xy} = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{(n \sum X_i^2 - (\sum X_i)^2)(n \sum Y_i^2 - (\sum Y_i)^2)}}$$

Keterangan :

r_{xy} : koefisien korelasi
 x : skor item variabel x
 y : skor item variabel y
 n : jumlah responden

Hasil uji coba instrumen penelitian, setelah diuji validitas terdapat 6 butir soal yang gugur. Faktor ekstrinsik mempunyai r hitung $< r$ tabel, Butir-butir yang gugur tersebut dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Pernyataan Gugur

Faktor	Indikator	Nomor Butir yang Gugur	R hitung pada Butir yang Gugur	
			r Hitung	r Tabel
Internal	Jasmani	Butir Nomor 1	0,334621241	0,349
		Butir Nomor 2	0,320403902	0,349
		Butir Nomor 6	0,242638567	0,349
Eksternal	Lingkungan	Butir Nomor 15	0,118515805	0,349
		Butir Nomor 16	0,118515805	0,349
	Keluarga	Butir Nomor 18	0,084664595	0,349

Setelah uji coba dan uji validitas, tersusun angket penelitian yang akan digunakan dalam pengambilan data penelitian yang dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4. Kisi-kisi Angket Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator Pernyataan (+)	Nomor Pernyataan
Faktor Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Olahraga Tradisional Pencak Silat Kleas VII SMPN 1 Garawangi	Internal	Jasmani	1, 2, 3
		Psikologis	4, 5, 6, 7, 8, 9
	Eksternal	Lingkungan	10, 11, 12
		Keluarga	13, 14, 15, 16
		Sekolah	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26

3. Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas merupakan sebuah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah suatu kuesioner yang digunakan dalam pengumpulan data reliabel atau tidak (dewi & Sudaryanto, 2020, p.75). Uji reliabilitas dilakukan dengan Alpha Cronbach, Teknik ini digunakan untuk instrumen angket. Rumus koefisien Alpha Cronbach sebagai berikut :

Gambar 3. Rumus Alpha Cronbach

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

K : koefisien reliabilitas Alpha Cronbach

$\sum s_i^2$: jumlah item soal

s_t^2 : jumlah varian skor tiap item

Setelah diketahui nilai reliabilitas instrumen, untuk menginterpretasinya perlu digunakan pedoman untuk memberikan interpretasi terhadap koefisien korelasi yaitu sebagai berikut:

Tabel 5. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

(Sugiyono, 2017, p. 231)

Nilai uji reliabilitas yang telah diperoleh kemudian dilakukan interpretasi dengan memperhatikan pedoman di atas. Berdasarkan pedoman tersebut, instrumen dapat dikatakan reliabel jika nilai koefisien *Cronbach Alpha* lebih dari 0,60 (Ghozali dalam Hermayanti *et al.*, 2022, p. 759, 2022, 61).

Berdasarkan hasil uji reliabilitas instrumen dengan rumus *Cronbach's Alpha* diperoleh nilai koefisien sebesar 0,954971782, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen dalam penelitian ini reliabel. Adapun ringkasan hasil uji reliabilitas dengan rumus Cronbach Alpha dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach Alpha</i>	Interpretasi
Faktor Penghambat	0,954971782	Sangat Kuat

G. Teknik Analisis data

Teknik analisis data adalah cara pengelolaan data yang telah terkumpul dengan cara mengidentifikasi, mengklasifikasikan, serta menyusun data. Teknik analisis data merupakan upaya mencari dan menata secara sistematis hasil observasi, wawancara, dan hasil lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti

tentang kasus yang diteliti dan menyajikanya dalam temuan bagi orang lain (Nurdewi, 2022, p.300).

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan Teknik analisis dekriptif kuantitatif, penyajianya melalui tabel, grafik, perhitungan penyebaran data melalui perhitungan rata-rata dan standar deviasi, perhitungan presentase. Untuk mengetahui nilai rata-rata kategori skor dalam penelitian ini, maka dilakukan pengkategorian berdasarkan interval, menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN). PAN merupakan penilaian dengan pendekatan klasik karena tampilan *performance* hasil belajar siswa pada suatu tes dibandingkan dengan penampilan siswa yang lain yang mengikuti tes yang sama (Ngatman, 2017, p.70).

Pedoman PAN akan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Pedoman Penilaian Acuan Norma dengan 1-5 kategori

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

M : Nilai rata-rata (Mean)

X : Skor

SD : Standar Deviasi

Cara perhitungan analisis data untuk mengetahui besarnya frekuensi relatif presentase, sebagai berikut (Sudijono, 2011: p.43) :

$$P = F/N \times 100\%$$

P : Angka Persentase (%)

F : Frekuensi yang sedang dicari presentasenya

N: Jumlah responden

BAB IV

HASIL PENLITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang faktor penghambat pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kurikulum Merdeka pada siswa kelas 7b, 7c, 7d, dan 7e SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan, perlu dideskripsikan terlebih dahulu faktor penghambatnya. Faktor penghambatnya yang terdiri dari faktor eksternal dan faktor internal. Faktor internal dibagi menjadi dua indikator, yaitu faktor jasmani dan psikologi. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari faktor lingkungan, keluarga, dan sekolah. Dalam penelitian ini diukur dengan 26 butir pernyataan. Hasil analisis statistik data penelitian secara keseluruhan dapat dilihat sebagai berikut ini:

Tabel 8. Hasil Analisis Keseluruhan

Faktor Penghambat	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	120	50.00	84.00	70.075	7.02835

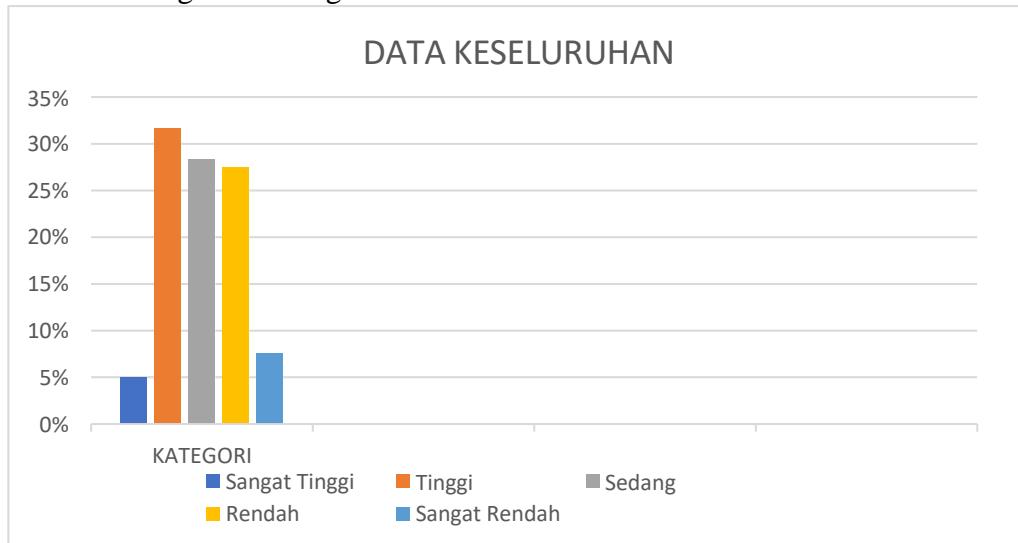
Berdasarkan hasil di atas maka dapat diketahui dari 120 siswa kelas 7 SMPN 1 Garawangi selain kelas 7a mempunyai nilai minimal sebesar 50, nilai maksimal sebesar 84, nilai rata-rata sebesar 70,075, dan nilai standar deviasi sebesar 7,02835. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Keseluruhan

NO	Interval	Kategori	F	Percentase (%)
1	X > 80,6	Sangat Tinggi	6	5
2	73,6 - 80,6	Tinggi	38	31,67
3	66,6 - 73,6	Sedang	34	28,33
4	59,6 - 66,6	Rendah	33	27,5
5	X ≤ 59,6	Sangat Rendah	9	7,5
Jumlah			120	100

Hasil tersebut dapat diartikan bahwa sebagian hambatan siswa kelas VII dalam pembelajaran olahraga pencak silat di SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan dinyatakan “Sedang”. Hasil penelitian tersebut kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 4. Diagram Batang Data Keseluruhan



Berdasarkan tabel di atas memaparkan bahwa hambatan siswa kelas 7b, 7c, 7d, dan 7e SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan dalam pembelajaran olahraga pencak silat, sebagian besar masuk dalam kategori tinggi dengan persentase 31,67%, kemudian kategori sedang dengan persentase 28,33%, kategori rendah

dengan persentase 27,5%, kategori sangat rendah dengan persentase 7,5%, dan kategori sangat tinggi dengan persentase 5%.

Identifikasi faktor pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kurikulum Merdeka pada siswa kelas 7b, 7c, 7d, dan 7e SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan didasarkan pada faktor yang mempengaruhinya yang dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Data mengenai faktor internal didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 9 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada faktor internal terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 35, skor minimal sebesar 16, nilai rata-rata sebesar 23,3417, dan standar deviasi sebesar 3,85776. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 10. Hasil Analisis Faktor Internal Keseluruhan

Faktor Internal	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	120	16.00	35.00	23.3417	3.85776

Data hasil penelitian pada faktor internal dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

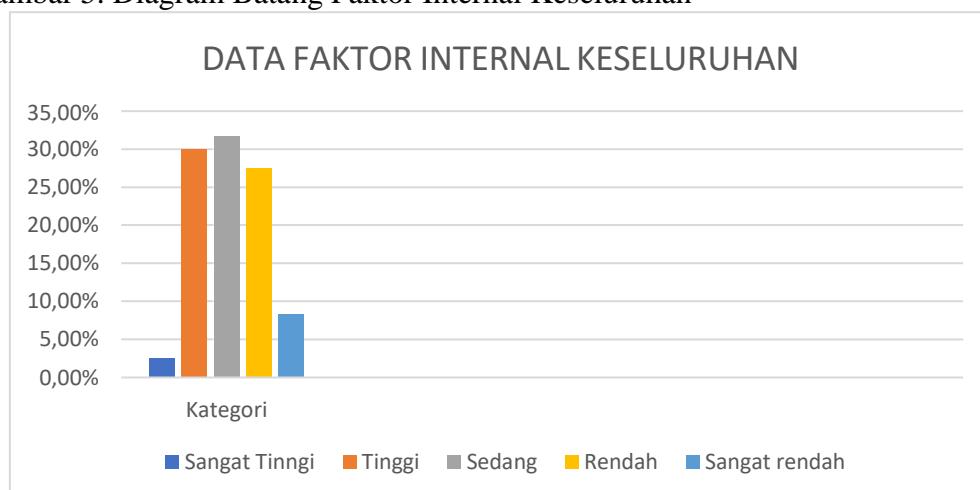
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Faktor Internal Keseluruhan

NO	Interval	Kategori	F	Persentase (%)
1	X > 29,13	Sangat Tinggi	3	2,5
2	25,27 - 29,13	Tinggi	36	30
3	21,41 - 25,27	Sedang	38	31,67
4	17,55 - 21,41	Rendah	33	27,5
5	X ≤ 17,55	Sangat Rendah	10	8,33
Jumlah			120	100

Berdasarkan tabel di atas dipaparkan bahwa hambatan siswa kelas 7b-7e di SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan berdasar faktor internal masuk dalam kategori sedang. Secara rinci dapat dijabarkan dengan jumlah 3 siswa persentase sebesar 2,5% dalam kategori sangat tinggi, 36 siswa persentase sebesar 30% dalam kategori tinggi, 36 siswa persentase sebesar 31,67% dalam kategori sedang, 33 siswa persentase sebesar 27,5% dalam kategori rendah, serta 10 siswa persentase sebesar 8,33% dalam kategori sangat rendah.

Apabila dilihat dari frekuensi pada setiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator faktor internal memiliki tingkat kesulitan atau hambatan yang sedang dalam pembelajaran olahraga pencak silat. Hasil penelitian pada faktor internal kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 5. Diagram Batang Faktor Internal Keseluruhan



Adapun uraian data mengenai indikator hambatan faktor internal ialah:

a. Jasmani

Data mengenai indikator jasmani didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 3 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada indikator jasmani terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 12, skor minimal sebesar 4, nilai rata-rata sebesar 7,9333, dan standar deviasi sebesar 1,44788. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 12. Hasil Analisi Faktor Internal Indikator Jasmani

Indikator Jasmani	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
	120	4.00	12.00	7.9333	1.44788

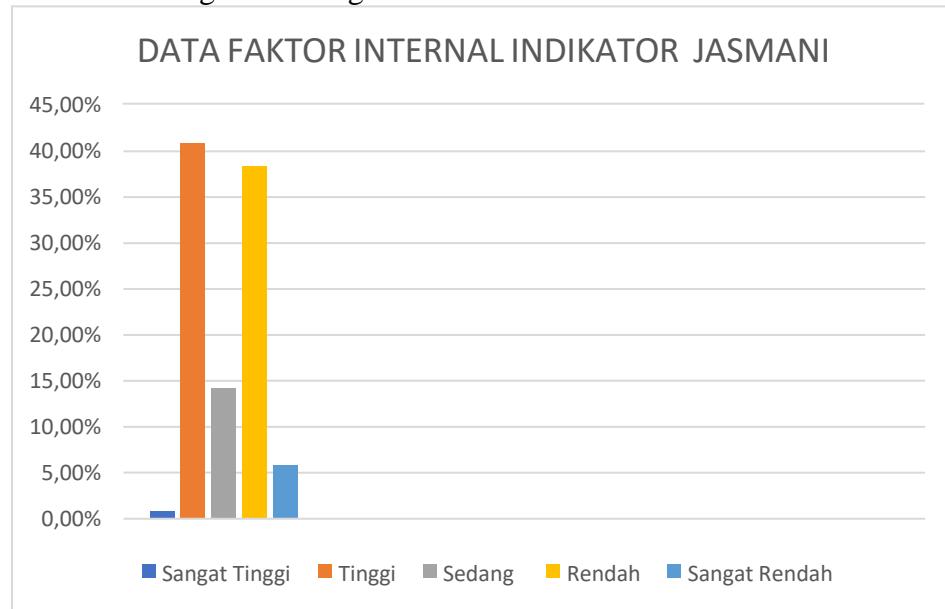
Data hasil penelitian pada indikator jasmani dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Internal Indikator jasmani

NO	Interval	Kategori	F	Percentase (%)
1	X > 10,1	Sangat Tinggi	1	0,84
2	8,65 - 10,1	Tinggi	49	40,83
3	7,2 - 8,65	Sedang	17	14,17
4	5,8 - 7,2	Rendah	46	38,33
5	X ≤ 5,8	Sangat Rendah	7	5,83

Hasil penelitian pada indikator jasmani kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 6. Diagram Batang Faktor Internal Indikator Jasmani



b. Psikologi

Data mengenai indikator psikologi didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 6 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada indikator psikologi terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 23, skor minimal sebesar 9, nilai rata-rata sebesar 15,4083, dan standar deviasi sebesar 2,74855. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 14. Hasil Analisi Faktor Internal Indikator Psikologi

Indikator	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Psikologi	120	9.00	23.00	15.4083	2.74855

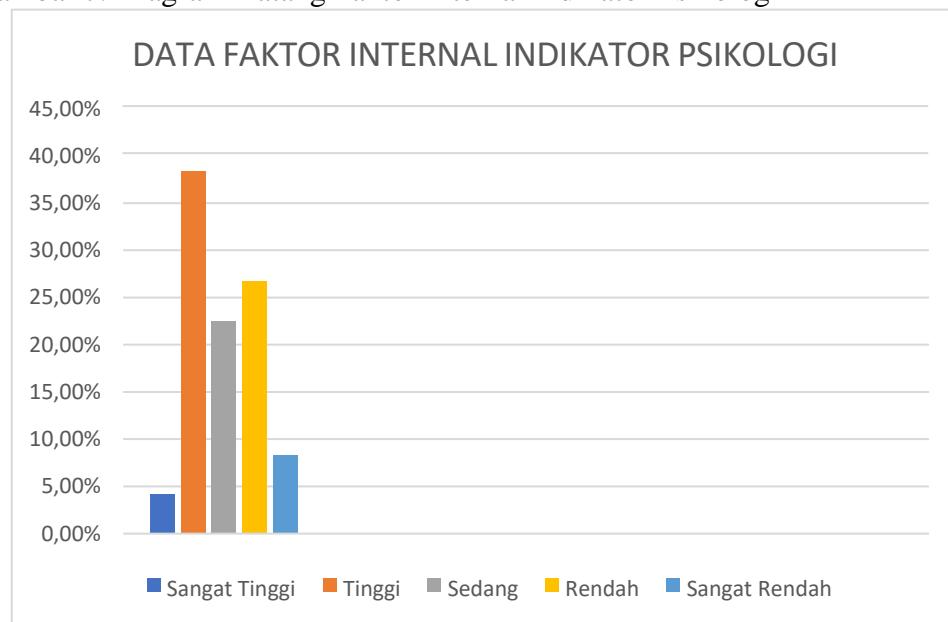
Data hasil penelitian pada indikator psikologi dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Indikator Psikologi

No	Interval	Kategori	F	Persentase (%)
1	X>19,5	Sangat Tinggi	5	4,17
2	16,8 - 19,5	Tinggi	46	38,33
3	14,04 - 16,8	Sedang	27	22,5
4	11,3 - 14,04	Rendah	32	26,67
5	X≤11,3	Sangat Rendah	10	8,33
Jumlah			120	100

Hasil penelitian pada indikator psikologis kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 7. Diagram Batang Faktor Internal Indikator Psikologi



2. Faktor Eksternal

Data mengenai faktor eksternal didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 17 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada faktor eksternal terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 56, skor minimal sebesar 34, nilai rata-

rata sebesar 46,7333 dan standar deviasi sebesar 3,96991. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 16. Hasil Analisis Faktor Eksternal Keseluruhan

Faktor	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Eksternal	120	34,00	56,00	46,7333	3,96991

Data hasil penelitian pada faktor eksternal dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

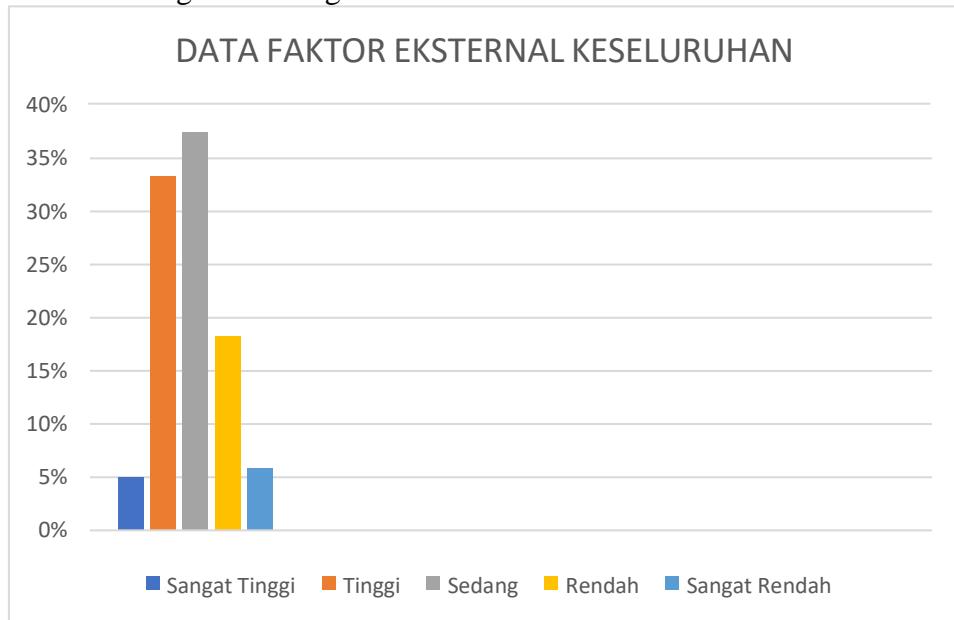
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Keseluruhan

No	Interval	Kategori	F	Percentase (%)
1	X > 52,7	Sangat Tinggi	6	5
2	48,7 - 52,7	Tinggi	40	33,3
3	44,7 - 48,7	Sedang	45	37,5
4	40,8 - 44,7	Rendah	22	18,3
5	X ≤ 40,8	Sangat Rendah	7	5,9
Jumlah			120	100

Berdasarkan tabel di atas dipaparkan bahwa hambatan siswa kelas 7b-7e di SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan berdasar faktor eksternal masuk dalam kategori sedang. Secara rinci dapat dijabarkan dengan jumlah 6 siswa persentase sebesar 5% dalam kategori sangat tinggi, 40 siswa persentase sebesar 33,3% dalam kategori tinggi, 45 siswa persentase sebesar 37,5% dalam kategori sedang, 22 siswa persentase sebesar 18,3% dalam kategori rendah, serta 7 siswa persentase sebesar 5,9% dalam kategori sangat rendah.

Apabila dilihat dari frekuensi pada setiap kategori, dapat disimpulkan bahwa indikator faktor eksternal memiliki tingkat kesulitan atau hambatan yang sedang dalam pembelajaran olahraga pencak silat. Hasil penelitian pada faktor eksternal kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 8. Diagram Batang Faktor Eksternal Keseluruhan



Adapun uraian data mengenai indikator hambatan faktor eksternal ialah:

a. Lingkungan

Data mengenai indikator lingkungan didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 3 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada indikator lingkungan terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 10, skor minimal sebesar 5, nilai rata-rata sebesar 7,4667, dan standar deviasi sebesar 1,05267. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 18. Hasil Analisis Faktor Eksternal Indikator Lingkungan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Indikator Lingkungan	120	5.00	10.00	7.4667	1.05267

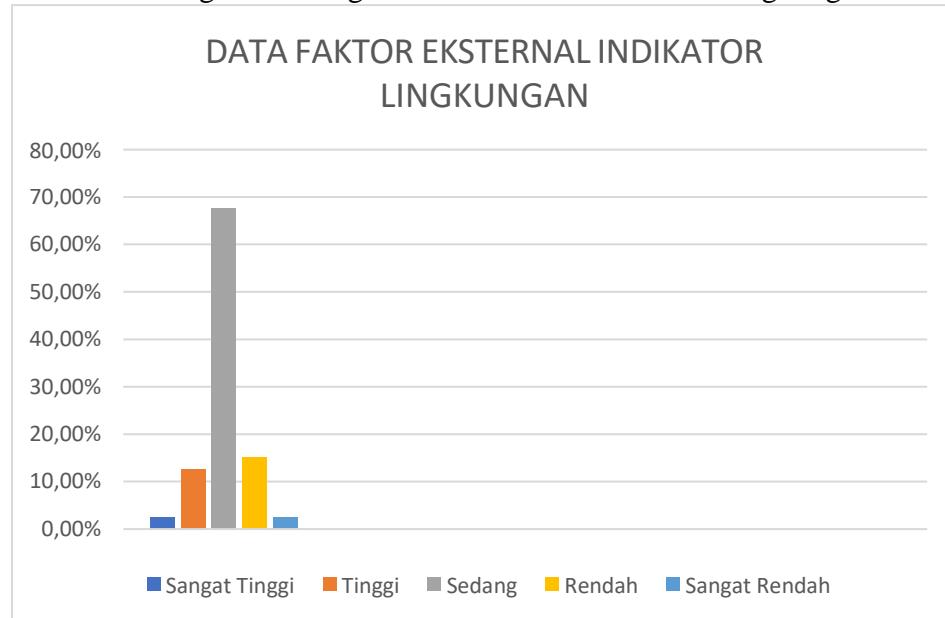
Data hasil penelitian pada indikator lingkungan dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 19. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Lingkungan

NO	Interval	Kategori	F	Persentase (%)
1	X > 9,2	Sangat Tinggi	3	2,5
2	8,1 - 9,2	Tinggi	15	12,5
3	6,9 - 8,1	Sedang	81	67,5
4	5,9 - 6,9	Rendah	18	15
5	X ≤ 5,9	Sangat Rendah	3	2,5
Jumlah			120	100

Hasil penelitian pada indikator lingkungan kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 9. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Lingkungan



b. Keluarga

Data mengenai indikator keluarga didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 4 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada indikator keluarga terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 13, skor minimal sebesar 7, nilai rata-rata sebesar 10,2833, dan standar deviasi sebesar 1,60453. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 20. Hasil Analisis Faktor Eksternal Indikator Keluarga

Indikator	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Keluarga	120	7.00	13.00	10.2833	1.60453

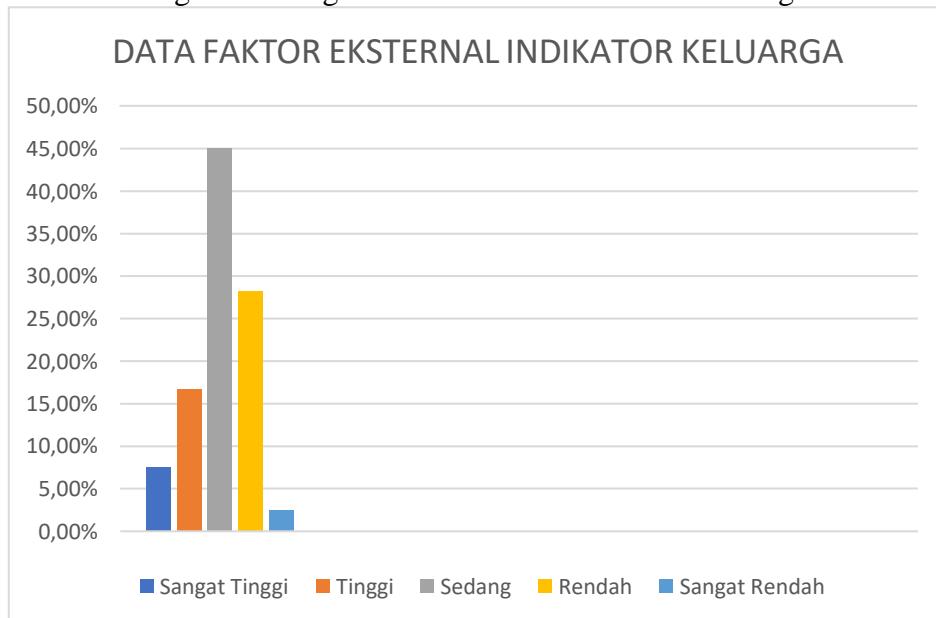
Data hasil penelitian pada indikator keluarga dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 21. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Keluarga

NO	Interval	Kategori	F	Presentase (%)
1	X > 12,6	Sangat Tinggi	9	7,5
2	11,1 - 12,6	Tinggi	20	16,7
3	9,5 - 11,1	Sedang	54	45
4	7,9 - 9,5	Rendah	34	28,3
5	X ≤ 7,9	Sangat Rendah	3	2,5
Jumlah			120	100

Hasil penelitian pada indikator keluarga kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 10. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Keluarga



c. Sekolah

Data mengenai indikator keluarga didapat dari hasil angket yang sebelumnya telah divalidasi, dengan hasil soal valid berjumlah 4 butir pernyataan. Keseluruhan butir pernyataan pada indikator sekolah terdapat perolehan hasil skor maksimal sebesar 13, skor minimal sebesar 7, nilai rata-rata sebesar 10,2833, dan standar deviasi sebesar 1,60453. Data hasil tersebut dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 22. Hasil Analisis Faktor Eksternal Indikator Sekolah

Indikator	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Keluarga	120	20.00	37.00	28.9833	2.64093

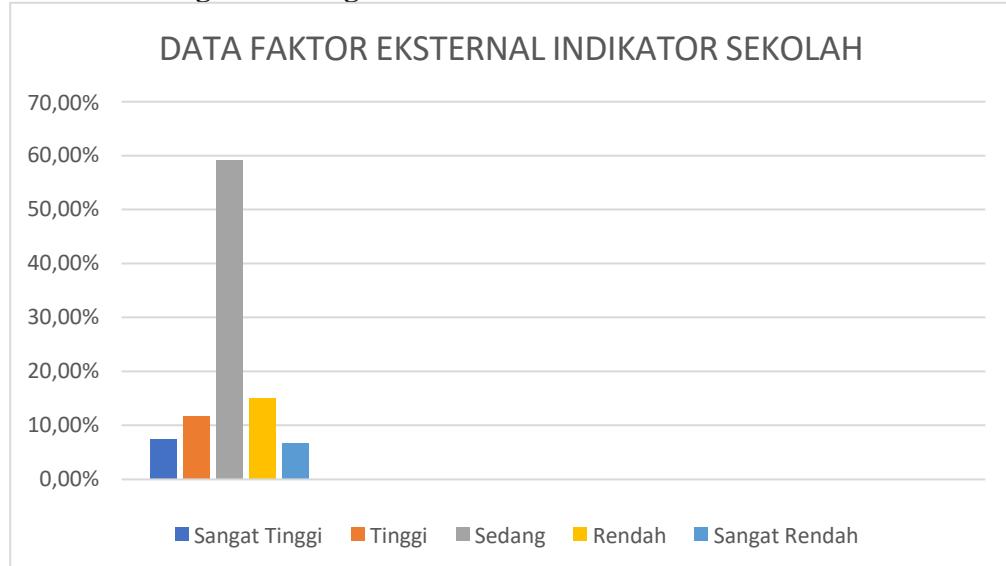
Data hasil penelitian pada indikator sekolah dapat disajikan dalam distribusi frekuensi seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 23. Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal Indikator Sekolah

NO	Interval	Kategori	F	Persentase (%)
1	$X > 32,9$	Sangat Tinggi	9	7,5
2	30,3 - 32,9	Tinggi	14	11,7
3	27,7 - 30,3	Sedang	71	59,1
4	25,1 - 27,7	Rendah	18	15
5	$X \leq 25,1$	Sangat Rendah	8	6,7
Jumlah			120	100

Hasil penelitian pada indikator sekolah kemudian ditampilkan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat pada gambar berikut ini:

Gambar 11. Diagram Batang Faktor Eksternal Indikator Sekolah



B. Pembahasan

Pembelajaran olahraga pencak silat merupakan salah satu materi yang kurang diminati oleh siswa. Terdapat faktor-faktor yang menghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat. Faktor tersebut meliputi faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal yang berasal dari luar siswa. Faktor internal terdiri dari indikator jasmani dan psikologi, kemudian pada faktor eksternal terdapat indikator lingkungan, keluarga, dan sekolah. Indikator-indikator ini sangat berpengaruh untuk melihat tingkat faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat (*Safitri et al.*, 2024, pp. 341-349).

Hasil penelitian pada faktor internal menunjukkan bahwa indikator fisik merupakan penghambat yang paling dominan. Siswa merasa bahwa kekuatan dan kelentukan otot yang dimiliki dirasa kurang, sehingga belum mampu menunjang pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat. Haquee & Muktiani (2019, p. 7) menyatakan bahwa kesiapan fisik siswa berpengaruh pada

pelaksanaan pembelajaran, dimana siswa tidak cepat lelah, memiliki keseimbangan yang bagus, kelentukan yang baik, kekuatan, serta keseimbangan yang baik. Selanjutnya faktor penghambat proses pembelajaran indikator psikologi, siswa merasa kurang percaya diri, merasa kurang optimis, takut untuk melakukan gerakan-gerakan pencak silat, serta merasa kesulitan saat pelaksanaannya.

Safitri *et al.*(2024, p. 349) menyatakan bahwa rasa percaya diri merupakan salah satu kondisi psikologis seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental pada pross pembelajaran. Hal ini sesuai dengan jawaban siswa kelas VII SMP Negeri 1 Garawangi yang merasa bahwa kurangnya kepercayaan diri, dan takut ini dipengaruhi jika pada saat pelaksanaan pembelajaran, sehingga berpengaruh pada faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran.

Hasil penelitian pada faktor eksternal menunjukkan bahwa indikator lingkungan menjadi salah satu faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat yang disebabkan karena lingkungan siswa baik di sekolah maupun tempat tinggalnya sangat mempengaruhi antuasis pembelajaran pada siswa tersebut. Haquee & Muktiani (2019, p. 7) mengemukakan bahwa faktor lingkungan sangat mempengaruhi keterlaksanaannya pembelajaran beladiri. Hal ini sesuai dengan jawaban responden yang menyatakan bahwa faktor kesulitan pembelajaran olahraga pencak silat disebabkan ketergantungannya siswa pada lingkungan.

Hasil penelitian pada faktor eksternal menunjukkan bahwa indikator keluarga menjadi salah satu faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran

olahraga pencak silat yang disebabkan karena dorongan keluarga akan antusias siswa dalam pembelajaran olahraga pencak silat. Asriyanti & Purwati (2020, p. 84) mengemukakan bahwa faktor keluarga sangat mempengaruhi keterlaksanaannya pembelajaran yang salah satunya ialah dari pengawasan dan keluarga. Hal ini sesuai dengan jawaban responden yang menyatakan bahwa faktor kesulitan pembelajaran olahraga pencak silat disebabkan kurangnya dorongan dan dukungan pada siswa terkait pembelajaran olahraga pencak silat.

Hasil penelitian pada faktor eksternal menunjukan bahwa indikator sekolah menjadi salah satu faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat yang disebabkan karena guru, sarana prasarana, dan kurikulum dalam pembelajaran olahraga pencak silat. Safitri *et al.*(2024, pp. 341-349) mengemukakan bahwa faktor sekolah didalam pembelajaran pencak silat mempengaruhi kedisiplinan serta antusias siswa didalam pembelajaran olahraga pencak silat. Hal ini sesuai dengan jawaban responden yang menyatakan bahwa faktor kesulitan pembelajaran olahraga pencak silat disebabkan kurangnya variasi metode pembelajaran seorang guru serta kurangnya waktu guru dalam pendampingan siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian telah dilaksanakan dengan sebaik-baiknya, namun bukan berarti penelitian yang telah dilaksanakan ini tidak memiliki kekurangan. Beberapa kekurangan dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Peneliti tidak dapat mengetahui serta mengendalikan tingkat keseriusan responden data pengisian kuesioner penelitian.

2. Penggunaan variabel yang dimasukkan dalam penelitian masih terbatas sehingga tidak bisa melihat hasil yang lebih luas.
 3. Pengambilan data didasarkan pada hasil pengisian kuesioner, sehingga dimungkinkan akan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian serta hasilnya.
-

BAB V **SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan

Faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kreikulum merdeka pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Garawangi Kuningan tahun ajaran 2023/2024, terdiri dari faktor internal yang terjadi pada dalam diri siswa dan faktor eksternal yang terjadi pada luar diri siswa. Masing-masing faktor memiliki indikator didalamnya. Pada faktor internal yakni faktor yang berasal dari diri siswanya itu sendiri, terdapat indikator jasmani dan psikologi. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar siswa itu sendiri, didalamnya ada indikator lingkungan, keluarga, dan sekolah. Hasil penelitian diperoleh 6 siswa atau sebesar 5% mengalami hambatan pembelajaran dalam kategori sangat tinggi, 38 siswa atau sebesar 31,67% mengalami hambatan pembelajaran olahraga pencak silat dalam kategori tinggi, 34 siswa atau sebesar 28,33% mengalami hambatan belajar pada kategori sedang, 33 siswa atau sebesar 27,5% mengalami hambatan pembelajaran pada kategori rendah, dan 9 siswa atau sebesar 7,5% mengalami hambatan pembelajaran pada kategori sangat rendah.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian yang telah dilaksanakan mempunyai implikasi yaitu:

1. Menjadi masukan yang bermanfaat untuk guru, siswa, sekolah untuk mengetahui faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat siswa kelas VII.
2. Dapat mengetahui seberapa besar faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat berjalan baik atau tidak.
3. Sebagai kajian ilmiah untuk pengembangan ilmu pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan kedepannya.

C. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, simpulan, implikasi, serta keterbatasan penelitian yang telah dikemukakan di atas, saran yang dapat diberikan kepada pihak terkait antara lain:

1. Pihak sekolah, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk pihak sekolah terkait faktor-faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat sehingga dapat mengurangi hambatan demi tercapainya tujuan pembelajaran.
2. Guru, hasil penelitian diharapkan menjadi bahan masukan untuk mengatasi hambatan pada pelaksanaan pembelajaran dengan cara penanganan yang tepat berkaitan dengan tercapainya tujuan pembelajaran.
3. Peneliti selanjutnya, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor lain yang dapat memberikan kontribusi terhadap seberapa besar faktor penghambat pelaksanaan pembelajaran olahraga pencak silat.

DAFRTAR PUSTAKA

- Amsari, D. (2018). Implikasi teori belajar E. Thorndike (Behavioristik) dalam pembelajaran matematika. *Jurnal Basicedu*, 52-60.
- Ardiansyah, D., Said, H. S., Khotimah, C., & Khadrinur, H. (2023). Uji Validitas dan Reliabilitas: Pemahaman Mahasiswa Akuntansi Terhadap Matakuliah Accounting For Business atau Pengantar Akuntansi. *Jurnal Publikasi Ekonomi dan Akuntansi*, 249-259.
- Arianti, A. (2019). Urgensi lingkungan belajar yang kondusif dalam mendorong siswa belajar aktif. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 41-62.
- Asriyanti, F. D., & Purwati, I. S. (2020). Analisis Faktor Kesulitan Belajar Ditinjau dari Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Sekolah Dasar: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan*, 79-87.
- Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu.
- Azizah, I. M. A. (2016). Efektivitas pembelajaran menggunakan permainan tradisional terhadap motivasi dan hasil belajar materi gaya di kelas IV MIN Ngronggott Nganjuk. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Penelitian Sosial Keagamaan*, 279-308.
- Bayu, A. T. (2022). Analisis Respon Peserta Didik Terhadap Media Video Pembelajaran Pjok Dimasa Pandemi. *Sport Pedagogy Journal*, 35-45.
- Candra, J. (2021). *Pencak Silat*. Deepublish. *Citizenship Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 117-124.
- Dewi, S. K., & Sudaryanto, A. (2020). Validitas dan reliabilitas kuisioner pengetahuan, sikap dan perilaku Pencegahan Demam Berdarah. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 73-79.
- Dinata, K. (2023). Analisis implementasi kurikulum merdeka dalam capaian kompetensi pembelajaran PJOK melalui model CIPP (literature review). *Jurnal Porkes*, 854–866.
- Faizah, H., & Kamal, R. (2024). Belajar dan Pembelajaran. *Jurnal Basicedu*, 466-476.
- Firdaus, H., Laensadi, A. M., Matvayodha, G., Siagian, F. N., & Hasanah, I. A. (2022). Analisis evaluasi program kurikulum 2013 dan kurikulum merdeka. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 686-692.

- Haquee, A. G. H., & Muktiani, N. R. (2019). Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri se-Kabupaten Sleman. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 1-8.
- Harahap, N., & Mahfud, I. (2023). Pengaruh Latihan Target Menggunakan Resistance Band Terhadap Hasil Tendangan Sabit pada Atlet Pencak Silat Padepokan Natar Lampung Selatan. *Journal Of Physical Education*, 49-55.
- Hastutiningtyas, W. R., Maemunah, N., & Lakar, R. N. (2021). Gambaran Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Dalam Mengontrol Emosi Di Kota Malang. In *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* (Vol. 5, Issue 1).
- Hermayanti, H., Peny, T. L. L., Gorang, A. F., & Awang, M. Y. (2022). Pengaruh Karakteristik Individu, Disiplin Kerja dan Kepuasan Kerja Terhadap Etos Kerja Pegawai Pada Badan Pusat Statistik di Kabupaten Alor. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 755-766.
- Imawati, V., & Maulana, A. (2021). Minat Belajar Siswa dalam Mengikuti Proses Pembelajaran PJOK. *Patria Eduacational Journal (PEJ)*, 87-93.
- Iswanto, A., & Widayati, E. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *MAJORA: Majalah Ilmiah Olahraga*, 13-17.
- Iyakrus, I. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*.
- Junaedi, I. (2019). Proses pembelajaran yang efektif. *JISAMAR (Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research)*, 19-25.
- Kadeni, K. (2014). Pentingnya Kecerdasan Emosional Dalam Pembelajaran. *EQUILIBRIUM: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembelajarannya*.
- KBBI. (2002). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.
- Khairani M. (2017). *Psikologi Belajar*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). Undang-Undang Nomor 56 Tahun 2022, tentang Pedoman Penerapan Kurikulum dalam Rangka Pemulihan Pembelajaran.
- MISRAWATI, M., Hermanzoni, H., Sin, T. H., & Setiawan, Y. (2024). Pengaruh Modifikasi Pemanasan Menggunakan Permainan Kecil Terhadap Motivasi Siswa Mengikuti Mata Pelajaran PJOK. *Gladiator*, 544-554.
- Muhyi, M., & Purbojati, P. (2014). Penguatan olahraga pencak silat sebagai warisan budaya nusantara. *Jurnal Budaya Nusantara*, 141-147.

- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Pengembangan buku ajar pengajaran remedial dalam pendidikan jasmani untuk mahasiswa S1 pendidikan Jasmani dan kesehatan universitas negeri malang. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1-12.
- Nabila, D. A., Assyifa, M., Rahayu, R. P., Nugrah, M., Komariah, K. S., & Budiyanti, N. (2023). Pendidikan Anak Usia Dini, Remaja dan Dewasa. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 14-26.
- Nanda, K. R. (2017). Pengaruh Persepsi Harga dan Kualitas Produk Terhadap keputusan Pembelian Smartphone Vivo di Digicom Handphone Lubuk Pakam. *Repositori Universitas Medan Area*, 22-34.
- Ngatman, M. P. (2017). *Evaluasi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Penerbit CV. Sarnu Untung.
- Nugroho, F., & Muktiani, N. R. (2019). Keterlaksanaan Pembelajaran Beladiri Pencak Silat Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Se-Kecamatan Bantul. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 8(6).
- Nugroho, S. S. (2021, August). Membumikan Madiun Kota Pendekar: Menggagas Kebijakan Pengembangan Wisata Budaya Berbasis Pencak Silat. In *Proceeding of Conference on Law and Social Studies*.
- Nurdewi, N. (2022). Implementasi Personal Branding Smart ASN Perwujudan Bangga Melayani di Provinsi Maluku Utara. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 297-303.
- Presiden Republik Indonesia. (2017). *Peraturan Pemerintah RI Nomor 87 Tahun 2017*, tentang Pengautan Pendidikan Karakter.
- Purnomo, C., Heynoek, F. P., & Kurniawan, R. (2022). Pengembangan perangkat pembelajaran berbasis keterampilan sosial menggunakan teaching personal and social responsibility pada materi kebugaran jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 128-143.
- Puspitasari, W. D., & Febrinita, F. (2021). Pengujian validasi isi (content validity) angket persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring matakuliah matematika komputasi. *Journal Focus Action of Research Mathematic (Factor M)*, 77-90.
- Rachman, J. B., Adityani, S., Suryadipura, D., Utama, B. P., Sutantri, S. C., & Novalini, M. R. (2021). Sosialisasi pelestarian pencak silat sebagai warisan budaya dan soft power indonesia. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 207-219.
- RI. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003*, tentang Sistem Pendidikan Nasional.

- RI. (2003). *Undang-Undang RI Nomor 36 Tahun 2009*, tentang Sistem Kesehatan.
- Rosyidi, A., Heynoek, F. P., Kurniawan, A. W., & Hariyanto, E. (2022). Pengembangan media pembelajaran pencak silat berbasis aplikasi android materi variasi dan kombinasi untuk siswa kelas IX smp tahlidz al-manshurin kabupaten malang. *Sport Science and Health*, 770-777.
-
- Rusman, *Manajemen Kurikulum*, Seri II; Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada: 2009.
- Safitri, H. J. T., Muhtar, T., & Supriadi, T. (2024). Upaya Meningkatkan Karakter Disiplin dalam Pencak Silat pada Siswa. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 341-352.
- Sary, Y. N. E. (2017). Perkembangan kognitif dan emosi psikologi masa remaja awal. *J-PENGMAS (jurnal pengabdian kepada masyarakat)*.
- Sasmita, K., Barlian, E., & Padli, P. (2023). Pencak Silat Wajah Budaya Bangsa Indonesia. *Journal on Education*, 2869-2880.
- Septaliza, D., & Victorian, R. (2017). Survei Permainan dan Olahraga Tradisional Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). *Jurnal Ilmiah Bina Edukasi*, 43-54.
- Setyawati, I., & Khayati, E. Z. (2021). Analisis Hambatan Belajar Peserta Didik pada Mata Pelajaran Pembuatan Hiasan Busana Kelas XI SMK Karya Rini Yogyakkarta. *Jurnal Fesyen: Pendidikan dan Teknologi*, 1-7.
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiantini, Y., & Priyambada, G. (2022). Faktor pendukung minat Siswa mengikuti Ekstrakurikuler Tapak Suci. *Borneo Studies and Research*, 299-304.
- Sumantri, A., & Neldi, H. (2019). Profil Pelaksanaan Pembelajaran PJOK di SD Gugus 1 Kecamatan Bintan Timur. *Jurnal JPDO*, 160-164.
- Syafrin, Y., Kamal, M., Arifmiboy, A., & Husni, A. (2023). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 72-77.
- Syah, M. (2012). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Syahputri, A. Z., Della Fallenia, F., & Syafitri, R. (2023). Kerangka berfikir penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Pengajaran*, 160-166.
- Tarigan, K. E. B., Wijaya, M. A., & Dartini, N. P. D. S. (2021). Minat Belajar Peserta Didik dalam Pembelajaran PJOK Secara Daring. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 173-181.

- Wicaksono, A., & Mawarti, S. (2018). Faktor Penghambat Pembelajaran Permainan Tradisional Siswa Kelas IV dan V SDN 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo. *PGSD Penjaskes*.
- Widodo, A. (2018). Pengembangan Bahan Ajar Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Pjok) Terintegrasi Dengan Al-Islam Kemuhammadiyah Bahasa Arab (Ismuba) Di Sd/Mi Muhammadiyah. *Jendela Olahraga*.
- Wulandari, A. P., Salsabila, A. A., Cahyani, K., Nurazizah, T. S., & Ulfiah, Z. (2023). Pentingnya media pembelajaran dalam proses belajar mengajar. *Journal on Education*, 3928-3936.
- Yuliastrin, A., Vebrianto, R., & Efendi, S. (2023). Pengembangan Instrumen untuk Mengukur Keterampilan Kreatif pada Materi Pencemaran Lingkungan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 285-292.
- Yusfira, A. (2021). *Pembinaan Karakter melalui Pencaksilat di SMP Islam Al-Falah Aceh Besar* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Zahwa, F. A., & Syafi'i, I. (2022). Pemilihan pengembangan media pembelajaran berbasis teknologi informasi. *Equilibrium: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Ekonomi*, 61-78.

LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing Tugas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHHRAGAAN DAN KESEHATAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 049.e/POR/VIII/2023

14 Agustus 2023

Lamp. : 1 benda

Hal : Pembimbing Proposal TAS

Yth. Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
Departemen POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

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

Nama : Luqmanul Hakim
NIM : 20601241052
Judul Skripsi : FAKTOR-FAKTOR YANG MENDUKUNG PELESTARIAN PERMAINAN OLAHRAGA TRADISIONAL DI ERA MODERN DALAM PEMBELAJARAN PJOK DI SMKN 1 PLERET

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

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Departemen POR,

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

Lampiran 2. Surat Pernyataan Validitas Expert Judgement

SURAT PERNYATAAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, S.Or., M.Or.
NIP : 198212142010122004
Jurusan : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Luqmanul Hakim
NIM : 20601241052
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Judul : Faktor-faktor Penghambat Pembelajaran Olahraga Tradisional
Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Siswa Kelas VII
SMPN 1 Garawangi

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- Layak untuk penelitian
 Layak digunakan dengan revisi
 Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan.

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 12 Juni 2024

Validator

Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, S.Or., M.Or.
NIP 198212142010122004

Catatan :

- Beri tanda ✓

Lampiran 3. Hasil Validitas Expert Judgement

HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TA		
No.	Variabel	Saran/Tanggapan
1.	Faktor-faktor penghambat yang mempengaruhi pembelajaran olahraga tradisional pencak silat siswa kelas 7 SMPN 1 Garawangi	<i>Sebaiknya dengan hasil-hasil yang telah dibuat, tambahkan fitur kunci teori agar siswa tahu kesiapan mereka.</i>
2.	Komentar Umum/ lain-lain:	

Yogyakarta, 12 Juni 2024
Validator,

Indah Prasetyawati Tri Purnama Sari, S.Or., M.Or.
NIP 198212142010122004

Lampiran 4. Surat Uji Coba 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/525/UN34.16/LT/2024

13 Juni 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth . SMPN 1 Garawangi
Desa Purwasari kecamatan Garawangi;

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

Nama : Luqmanul Hakim
NIM : 20601241052
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : Faktor-faktor penghambat pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kurikulum merdeka pada kelas 7 SMPN 1 Garawangi
Waktu Uji Instrumen : 14 - 19 Juni 2024

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.



Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.

Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; NIP. 19830626 200812 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Angket Uji Coba Instrumen

Faktor Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Olahraga Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada Siswa Kelas 7a SMPN 1 Garawangi tahun ajaran 2023/2024

A. Identitas Responden

Nama :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian Angket

1. Isilah identitas terlebih dahulu
2. Baca dengan seksama pernyataan yang tersedia
3. Beri tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban
4. Isilah pernyataan sesuai dengan keadaan sebenarnya
5. Ketentuan pilihan jawaban
 Sangat Setuju : SS
 Setuju : S
 Tidak Setuju : TS
 Sangat Tidak Setuju : STS

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Faktor Internal					
Jasmani					
1.	Kekuatan otot saya baik sehingga saya dapat melakukan pembelajaran pencak silat				
2.	Saya memiliki kelincahan dan kelenturan tubuh sehingga dapat dengan mudah mempelajari pencak silat				
3.	Ketika saya mempunyai tubuh yang fit saya dengan mudah mempelajari pencak silat				
4.	Saya mudah mempelajari pencak silat karena saya mempunyai fisik yang bagus				
5.	Tubuh saya ringan sehingga dengan mudah melakukan teknik dasar pencak silat				
6.	Setiap melaksanakan pembelajaran pencak silat saya selalu merasakan tubuh yang bugar				
Psikologi					
7.	Saya ingin tahu mengenai materi pembelajaran pencak silat				

8.	Saya merasa percaya diri saat melaksanakan pembelajaran pencak silat				
9.	Saya senang mengikuti pembelajaran pencak silat karena banyak manfaatnya				
10.	Saya mengikuti pembelajaran pencak silat dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat				
11.	Saya merasa memiliki bakat dalam melaksanakan pembelajaran pencak silat				
12.	Saya semangat saat melaksanakan pembelajaran pencak silat karena saya ingin menguasai materinya				
Faktor Eksternal					
Lingkungan					
13.	Pergaulan di tempat saya sangat mendukung terkait pembelajaran pencak silat				
14.	Tempat tinggal saya dekat dengan sanggar silat sehingga memudahkan saya didalam pembelajaran pencak silat				
15.	Teman-teman sekelas saya selalu bersemangat mengikuti pembelajaran pencak silat sehingga memotivasi saya				
16.	Teman-teman saya mengajak mengulang pembelajaran pencak silat sepulang sekolah				
17.	Akses internet di tempat saya sangat bagus sehingga memudahkan mencari referensi terkait pembelajaran pencak silat				
Keluarga					
18.	Orang tua atau wali saya selalu menanyakan pembelajaran pencak silat di sekolah				
19.	Orang tua atau wali saya mendorong mengikuti pembelajaran pencak silat dengan membelikan peralatan yang dibutuhkan				
20.	Orang tua atau wali saya selalu membantu materi pembelajaran pencak silat yang sudah dipelajari di sekolah				
21.	Orang tua atau wali saya selalu memberikan apapun yang saya butuhkan terkait pembelajaran pencak silat				

22.	Orang tua atau wali saya berhubungan dengan persilatan sehingga memudahkan saya dalam pembelajaran pencak silat				
Sekolah					
23.	Sekolah mempunyai tempat luas sehingga membuat saya leluasa didalam pembelajaran pencak silat				
24.	Sekolah mempunyai peralatan pencak silat yang layak sehingga membuat saya mudah memahami dan mempraktikan pembelajaran pencak silat				
25.	Tempat yang digunakan pembelajaran pencak silat sangat teduh sehingga nyaman digunakan pembelajaran				
26.	Tempat yang digunakan pembelajaran pencak silat dekat dengan kantin sehingga membuat saya bersemangat dalam melaksanakannya				
27.	Guru memberikan materi dengan sangat baik sehingga memudahkan saya dalam memahami				
28.	Saya mempraktikkan teknik dasar sehingga memudahkan didalam peragaan				
29.	Guru memberikan waktu yang cukup didalam pembelajaran sehingga membuat leluasa didalam melaksanakan pembelajaran				
30.	Guru memberikan materi pembelajaran pencak silat dengan berbagai variasi sehingga membuat saya sangat bersemangat				
31.	Guru memandu ketika salah dalam pembelajaran sehingga membuat saya bisa				
32.	Guru tidak meninggalkan siswa sampai akhir pembelajaran sehingga saya bersemangat dalam pembelajaran pencak silat				

Lampiran 6. Tabulasi Data Hasil Uji Coba Instrumen

Lampiran 7. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen

1. Validitas

2. Reabilitas

KRITERIA PENGUJIAN		
Nilai Acuan	Nilai cronbach's A	Kesimpulan
0,7	0,954971782	RELIABEL

Lampiran 8. 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/1062/UN34.16/PT.01.04/2024

13 Juni 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . SMPN 1 Garawangi
Desa Purwasari kecamatan Garawangi

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

Nama : Luqmanul Hakim
NIM : 20601241052
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Faktor-faktor penghambat pembelajaran olahraga tradisional pencak silat dalam kurikulum merdeka pada kelas 7 SMPN 1 Garawangi
Waktu Penelitian : Kamis - Jumat, 20 - 21 Juni 2024

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.

NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 9. Surat Keterangan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN KUNINGAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 1 GARAWANGI

Alamat : Jalan Raya Purwasari Nomor 10 Telp. (0232) 874137 Kuningan 45571

Kuningan, 21 Juni 2024

Nomor : 005/ 125 /Um
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Dengan Hormat.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hj. ENGKOM KOMARA,M.Pd
NIP : 19680413 199412 2002
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Tk.I /IV.b
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit Kerja : SMPN 1 Garawangi

Menerangkan bahwa :

Nama : LUQMANUL HAKIM
NIM : 20601241052
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)-S1
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah kami setujui untuk mengadakan Penelitian di SMPN 1 Garawangi Kab.Kuningan Jawa Barat dengan Judul Penelitian dalam rangka tugas akhir pembuatan Skripsi Program S1 " Faktor-Faktor Penghambat Pembelajaran Olahraga Tradisional Pencak Silat dalam Kurikulum Merdeka pada kelas 7 SMPN 1 Garawangi" Kab.Kuningan.

Demikian surat ini kami sampaikan,dan atas kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Kuningan, 21 Juni 2024
Kepala SMPN 1 Garawangi



Lampiran 10. Angket Instrumen Penelitian

ANGKET INSTRUMEN PENELITIAN

Faktor Penghambat Pelaksanaan Pembelajaran Olahraga Pencak Silat dalam
Kurikulum Merdeka pada Siswa Kelas 7 SMPN 1 Garawangi tahun ajaran
2023/2024

A. Identitas Responden

Nama :

Kelas :

B. Petunjuk Pengisian Angket

1. Isilah identitas terlebih dahulu
2. Baca dengan seksama pernyataan yang tersedia
3. Beri tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban
4. Isilah pernyataan sesuai dengan keadaan sebenarnya
5. Ketentuan pilihan jawaban

Sangat Setuju : SS

Setuju : S

Tidak Setuju : TS

Sangat Tidak Setuju : STS

NO.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Faktor Internal					
Jasmani					
1.	Ketika saya mempunyai tubuh yang fit saya dengan mudah mempelajari pencak silat				
2.	Saya mudah mempelajari pencak silat karena saya mempunyai fisik yang bagus				
3.	Tubuh saya ringan sehingga dengan mudah melakukan teknik dasar pencak silat				
Psikologi					
4.	Saya ingin tahu mengenai materi pembelajaran pencak silat				
5.	Saya merasa percaya diri saat melaksanakan pembelajaran pencak silat				
6.	Saya senang mengikuti pembelajaran pencak silat karena banyak manfaatnya				
7.	Saya mengikuti pembelajaran pencak silat dengan sungguh-sungguh dan penuh semangat				
8.	Saya merasa memiliki bakat dalam melaksanakan pembelajaran pencak silat				

9.	Saya semangat saat melaksanakan pembelajaran pencak silat karena saya ingin menguasai materinya				
Faktor Eksternal					
Lingkungan					
10.	Pergaulan ditempat saya sangat mendukung terkait pembelajaran pencak silat				
11.	Tempat tinggal saya dekat dengan sanggar silat sehingga memudahkan saya didalam pembelajaran pencak silat				
12.	Akses internet ditempat saya sangat bagus sehingga memudahkan mencari referensi terkait pembelajaran pencak silat				
Keluarga					
13.	Orang tua atau wali saya mendorong mengikuti pembelajaran pencak silat dengan membelikan peralatan yang dibutuhkan				
14.	Orang tua atau wali saya selalu membantu materi pembelajaran pencak silat yang sudah dipelajari di sekolah				
15.	Orang tua atau wali saya selalu memberikan apapun yang saya butuhkan terkait pembelajaran pencak silat				
16.	Orang tua atau wali saya berhubungan dengan persilatan sehingga memudahkan saya dalam pembelajaran pencak silat				
Sekolah					
17.	Sekolah mempunyai tempat luas sehingga membuat saya leluasa didalam pembelajaran pencak silat				
18.	Sekolah mempunyai peralatan pencak silat yang layak sehingga membuat saya mudah memahami dan mempraktikan pembelajaran pencak silat				
19.	Tempat yang digunakan pembelajaran pencak silat sangat teduh sehingga nyaman digunakan pembelajaran				
20.	Tempat yang digunakan pembelajaran pencak silat dekat dengan kantin sehingga membuat saya bersemangat dalam melaksanakannya				

21.	Guru memberikan materi dengan sangat baik sehingga memudahkan saya dalam memahami				
22.	Saya mempraktikkan teknik dasar sehingga memudahkan didalam peragaan				
23.	Guru memberikan waktu yang cukup didalam pembelajaran sehingga membuat leluasa didalam melaksanakan pembelajaran				
24.	Guru memberikan materi pembelajaran pencak silat dengan berbagai variasi sehingga membuat saya sangat bersemangat				
25.	Guru memandu ketika salah dalam pembelajaran sehingga membuat saya bisa				
26.	Guru tidak meninggalkan siswa sampai akhir pembelajaran sehingga saya bersemangat dalam pembelajaran pencak silat				

Lampiran 11. Tabulasi dan Data Hasil Penelitian

No Responden	JASMANI				PSIKOLOGI						LINGKUNGAN				KELUARGA				SEKOLAH												
	P1	P2	P3	JUMLAH	p4	p5	p6	p7	p8	p9	JUMLAH	P10	P11	P12	JUMLAH	P13	P14	P15	P16	JUMLAH	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	JUMLAH
1	3	3	3	9	3	2	3	3	2	2	15	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	27
2	3	3	3	9	3	2	3	3	2	2	15	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	2	3	8	3	2	3	2	2	2	14	2	2	3	7	2	1	3	2	8	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	27
4	3	2	2	7	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	28
5	2	3	4	9	4	2	4	4	3	4	21	1	1	4	6	3	2	3	3	11	4	4	4	3	3	4	3	3	4	2	34
6	4	3	3	10	3	2	3	3	3	3	17	4	3	3	10	3	4	3	3	13	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	31
7	3	3	4	10	3	3	4	3	3	3	19	4	2	3	9	2	2	2	2	8	2	2	2	3	2	4	3	3	3	4	28
8	2	2	3	7	3	2	3	2	1	2	13	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	30
9	4	2	3	9	3	3	4	3	2	3	18	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
10	1	2	2	5	2	4	3	2	1	2	14	2	1	2	5	2	2	2	1	7	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	26
11	3	2	2	7	1	1	1	2	2	2	9	2	2	2	6	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
12	3	2	2	7	1	1	1	2	2	2	9	2	2	2	6	2	2	2	2	8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
13	3	3	3	9	3	3	3	3	3	3	18	3	2	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
14	3	2	3	8	3	2	2	3	3	4	17	2	2	3	7	3	3	4	2	12	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	24
15	3	3	3	9	3	2	2	2	2	2	13	2	2	2	6	3	2	2	3	10	3	2	2	2	2	2	2	3	2	22	
16	1	1	2	4	3	2	3	3	3	3	17	2	2	3	7	2	2	3	2	9	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29
17	3	3	3	9	3	2	3	3	2	4	17	3	2	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29
18	3	3	3	9	4	3	3	3	2	3	18	3	2	3	8	3	3	3	2	11	3	3	4	4	4	4	4	4	3	37	
19	3	2	2	7	3	3	4	3	4	3	20	4	3	2	9	2	2	3	2	9	2	4	4	4	3	4	3	4	4	4	35
20	3	3	3	9	2	3	3	2	3	2	15	2	2	3	7	2	2	3	2	9	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	28
21	3	2	3	8	4	3	2	3	3	2	17	1	2	2	5	3	2	3	3	11	3	2	3	4	3	4	3	4	3	33	
22	3	3	3	9	3	2	3	3	2	3	16	2	2	2	6	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	4	4	4	3	34	
23	3	3	3	9	3	3	3	3	3	3	18	3	3	2	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
24	3	2	2	7	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
25	3	2	2	7	3	2	2	2	2	3	14	2	2	3	7	3	3	3	1	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
26	3	2	2	7	3	2	2	2	1	3	13	1	2	3	6	3	3	3	1	10	3	3	3	3	3	3	3	3	2	29	
27	4	3	3	10	3	3	3	2	3	3	17	2	3	3	8	4	4	3	2	13	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31	
28	3	3	2	8	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31	
29	3	3	3	9	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	4	4	4	4	4	35	
30	3	2	1	6	2	3	2	3	3	2	15	2	2	2	6	3	3	3	1	10	2	3	3	3	3	3	2	3	4	27	
31	2	1	3	6	2	2	2	2	1	2	11	3	1	3	7	3	2	4	1	10	3	4	3	3	3	2	3	3	3	30	
32	3	3	3	9	2	3	3	3	2	3	16	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31	
33	4	4	4	12	3	4	4	4	4	4	23	3	3	3	9	3	3	3	2	11	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29	
34	3	3	3	9	2	3	3	2	3	2	15	2	3	3	8	3	3	3	2	11	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29	
35	2	3	3	8	2	3	2	2	3	2	14	2	2	3	7	2	2	3	2	9	3	3	3	3	2	3	3	3	2	28	
36	3	2	3	8	3	3	3	2	3	2	15	1	2	2	6	3	2	3	3	11	3	2	3	4	3	3	3	3	3	31	
37	3	3	3	9	3	2	3	3	2	2	15	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	2	2	3	3	3	27	
38	2	2	2	6	2	3	2	2	2	2	13	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
39	3	2	3	8	3	2	3	2	2	2	14	2	2	3	7	2	1	3	2	8	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	27
40	3	2	2	7	2	3	2	3	1	3	14	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	28

41	3	3	4	10	4	2	4	4	3	4	21	1	1	4	6	3	2	3	3	11	4	4	3	3	4	3	3	4	4	2	34
42	4	3	3	10	3	3	3	3	2	3	17	4	3	3	10	3	4	3	3	13	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	30
43	3	3	4	10	3	3	3	3	1	3	16	3	2	3	8	2	2	2	2	8	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	27
44	3	3	3	9	3	2	3	3	2	2	15	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	27
45	3	3	2	8	3	2	3	3	2	2	15	2	2	2	6	2	2	2	3	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
46	3	2	2	7	3	2	3	2	2	2	14	2	2	2	3	7	2	1	3	2	8	3	2	2	3	3	3	3	3	3	27
47	3	2	2	7	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	29
48	3	3	3	9	3	2	3	3	3	3	17	2	2	4	8	3	2	2	3	10	4	3	3	3	4	3	3	4	4	2	33
49	4	3	1	8	3	3	3	3	1	3	16	4	3	3	10	3	4	3	3	13	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	31
50	3	3	4	10	3	3	3	3	3	3	18	4	2	3	9	2	2	2	1	7	2	2	3	3	2	4	3	3	3	4	29
51	3	3	3	9	4	3	3	4	3	3	20	2	2	2	3	7	3	2	3	4	12	4	4	3	3	4	3	3	4	2	33
52	2	3	2	7	3	2	2	3	2	3	15	3	3	2	8	3	2	3	2	10	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	32
53	3	3	4	10	3	3	4	3	3	3	19	3	2	3	8	2	2	2	1	7	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	28
54	2	2	3	7	3	2	3	2	1	2	13	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29
55	4	2	3	9	3	3	4	3	2	3	18	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
56	1	2	2	5	2	2	3	2	1	2	12	3	1	3	7	2	3	2	1	8	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	26
57	3	2	2	7	1	1	1	2	2	2	9	2	2	2	6	2	2	2	2	8	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	24
58	3	2	2	7	1	1	1	2	2	2	9	2	2	2	6	2	3	2	2	9	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	21
59	3	3	3	9	3	3	3	3	3	3	18	3	2	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
60	3	2	3	8	3	2	2	3	3	3	16	2	3	3	8	3	3	4	2	12	3	2	3	2	3	2	3	3	4	29	
61	3	3	3	9	3	3	3	3	3	3	18	3	3	3	2	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
62	3	2	2	7	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
63	3	2	2	7	3	2	2	2	2	3	14	2	2	3	7	3	3	3	1	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
64	3	2	2	7	3	2	2	2	1	3	13	1	2	3	6	3	3	3	1	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29	
65	4	3	3	10	3	3	3	2	3	3	17	2	3	3	8	4	4	3	2	13	4	3	3	3	3	3	3	3	3	31	
66	3	3	2	8	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	31	
67	3	3	3	9	3	3	3	3	2	3	17	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	4	3	3	42	
68	3	2	1	6	2	3	2	3	3	2	15	2	2	2	6	3	3	3	1	10	2	3	3	3	3	3	1	2	3	4	27
69	2	1	3	6	2	2	2	2	1	2	11	3	1	3	7	3	2	4	1	10	3	4	3	3	3	2	3	3	3	30	
70	3	3	3	9	2	3	3	2	3	3	16	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31	
71	2	2	2	6	3	2	2	2	3	3	15	3	3	3	9	3	3	3	3	12	2	3	3	2	3	3	3	3	3	28	
72	3	3	3	9	2	3	3	2	3	2	15	2	3	3	8	3	3	3	4	13	3	3	2	3	3	3	3	3	3	29	
73	2	2	3	7	3	2	3	2	1	2	13	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29	
74	4	2	3	9	3	3	4	3	2	3	18	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29	
75	1	2	2	5	2	2	3	2	1	2	12	3	1	3	7	2	3	2	1	8	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	26
76	3	2	2	7	2	2	2	2	2	2	12	3	3	3	9	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	29	
77	3	2	2	7	2	2	1	2	2	2	11	3	3	3	9	3	3	2	2	10	2	3	3	2	3	3	3	3	3	27	
78	3	3	3	9	3	3	3	3	3	3	18	3	2	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	
79	3	2	3	8	3	2	2	3	3	3	16	2	3	3	8	3	3	4	2	12	3	2	3	2	3	3	3	3	4	28	
80	4	3	3	10	3	3	3	3	3	3	18	3	3	2	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	

81	3	2	2	7	3	4	3	3	1		18	2	3	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29
82	3	2	2	7	3	4	2	2	2		14	2	2	3	7	3	2	3	1	9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
83	3	2	2	7	3	4	2	2	1		13	2	3	3	8	3	3	3	1	10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	28
84	4	3	3	10	3	3	3	2	3		17	2	3	3	8	4	4	3	2	13	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	30
85	3	3	2	8	3	3	3	3	2		17	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	32
86	3	3	3	9	3	3	3	3	2		17	3	2	2	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	32
87	3	3	3	9	2	3	3	2	3		16	2	2	3	7	2	2	2	2	8	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	31
88	2	2	2	6	3	4	2	2	3		15	3	3	3	9	3	3	3	3	12	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	28
89	3	3	3	9	2	3	3	2	3		15	2	3	3	8	3	3	3	2	11	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29
90	2	2	3	7	3	4	3	2	1		13	2	2	3	7	2	2	2	3	9	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29
91	4	2	3	9	3	3	4	3	2		18	2	2	3	7	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29
92	1	2	2	5	2	4	3	2	1		12	3	1	3	7	2	3	2	3	10	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	26
93	3	2	2	7	2	4	2	2	2		12	3	2	3	8	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	29
94	3	2	2	7	2	4	1	2	2		11	3	3	3	9	3	3	2	3	11	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	27
95	3	3	3	9	3	3	3	3	3		18	3	2	3	8	3	3	3	4	13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
96	3	2	3	8	3	4	2	3	2		15	2	3	3	8	3	3	4	2	12	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	29
97	4	3	3	10	3	4	3	3	3		19	3	3	2	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
98	3	2	2	7	3	3	3	3	2		17	2	3	3	8	3	3	3	2	11	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	28
99	3	2	2	7	3	4	2	2	2		14	2	3	3	8	3	2	3	2	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
100	1	2	2	5	2	4	3	2	1		12	3	1	3	7	2	3	2	1	8	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	25
101	3	2	2	7	2	4	2	2	2		12	3	3	3	9	2	3	3	2	10	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	28
102	3	2	2	7	2	4	1	2	2		11	3	3	3	9	3	3	2	2	10	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	27
103	3	3	3	9	3	3	3	3	3		18	3	2	3	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
104	3	2	3	8	3	4	2	3	3		16	2	3	3	8	3	3	4	2	12	3	2	3	2	3	2	3	3	3	4	28
105	4	3	3	10	3	3	3	3	3		18	3	3	2	8	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
106	3	3	2	8	3	4	3	3	2		18	2	3	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29
107	3	2	2	7	3	4	2	2	2		14	2	2	3	7	3	2	3	2	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
108	2	2	2	6	3	4	2	2	2		13	2	3	3	8	3	3	3	2	11	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	28
109	4	3	3	10	3	4	3	3	2		18	3	3	3	9	3	4	3	2	12	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	29
110	3	2	2	7	2	4	2	2	2		12	3	2	3	8	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	28
111	3	2	2	7	2	4	2	2	2		12	3	3	3	9	3	3	2	3	11	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	27
112	3	3	3	9	3	3	3	3	3		18	3	2	3	8	3	3	3	4	13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
113	3	2	3	8	3	4	2	3	2		15	2	3	3	8	3	3	4	2	12	3	3	2	2	3	2	3	3	3	4	28
114	4	3	3	10	3	4	3	3	3		19	3	3	2	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29
115	3	2	2	7	3	3	3	3	2		17	2	3	3	8	3	3	3	2	11	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	28
116	3	2	2	7	3	3	4	2	2		15	2	3	3	8	3	2	3	3	11	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	29
117	1	2	2	5	2	4	3	2	2		13	3	2	3	8	2	3	2	1	8	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	25
118	3	2	2	7	2	4	2	2	2		12	3	3	3	9	2	3	3	2	10	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	28
119	3	2	2	7	2	4	1	2	2		11	3	3	3	9	3	3	2	2	10	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	27
120	3	3	3	9	3	4	3	3	3		19	3	2	3	8	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30

Faktor Penghambat	N	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Faktor Internal	120	16.00	35.00	23.3417	3.85776
Faktor Eksternal	120	34.00	56.00	46.7333	3.96991
Indikator Jasmani	120	4.00	12.00	7.9333	1.44788
Indikator Psikologi	120	9.00	23.00	15.4083	2.74855
Indikator Lingkungan	120	5.00	10.00	7.4667	1.05267
Indikator Keluarga	120	7.00	13.00	10.2833	1.60453
Indikator Sekolah	120	20.00	37.00	28.9833	2.64093

Lampiran 12. Dokumentasi Pengambilan Data



Keterangan: Pengambilan data dengan siswa kelas 7 SMPN 1 Garawangi Kuningan di masing-masing kelas.