

**ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN
KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI
JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR INKLUSI**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



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

Oleh:
AISYAH SALMA NAJIDAH
NIM 20601241132

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

**ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN
KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI
JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR INKLUSI**

Aisyah Salma Najidah
NIM 20601241132

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat antusiasme peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi pada peserta didik kelas VIII SMP N 3 Godean Kabupaten Sleman.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan penelitian ini adalah survei . Teknik pengumpulan data menggunakan angket setelah dilaksanakan pembelajaran sebanyak dua kali pertemuan. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang berjumlah 192 dari 6 kelas. Sampel penelitian diambil secara *purposive sampling* dan diketahui jumlah sampel sebanyak 64 peserta didik dari 2 kelas yaitu A dan D. Metode analisis data yang digunakan statistik deskriptif kuantitatif. Validitas instrumen yang digunakan adalah *Content Validity* dan reliabilitas instrumen dinyatakan layak untuk digunakan dan lebih subjektif oleh penguji bapak Ahmad Rithaudin, S.Pd.jas., M.Or. dan Dr. Dennis Dwi Kurniawan M.Pd.

Hasil penelitian peserta didik menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan menggunakan gaya mengajar Inklusi dengan sebanyak 4 dari 64 peserta didik masuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase 6,25%, sebanyak 22 peserta didik masuk dalam kategori “tinggi” dengan persentase 34,37%, sebanyak 17 peserta didik masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase 26,56%, 18 peserta didik kategori “rendah” dengan persentase 28,12% dan 3 peserta didik kategori “sangat rendah dengan persentase 4,68%.Rata-rata skor sebesar 106,7 juga termasuk dalam kategori “Sedang”.

Kata Kunci: Antusiasme peserta didik, lari jarak pendek, gaya mengajar inklusi

**ENTHUSIASM OF EIGHTH GRADE STUDENTS OF SMP N 3 GODEAN,
SLEMAN REGENCY ON SHORT DISTANCE RUNNING PHYSICAL
EDUCATION LEARNING MATERIAL WITH THE INCLUSIVE
TEACHING STYLE**

Aisyah Salma Najidah
NIM 20601241132

ABSTRACT

The objective of this research is to assess the level of students' interest in engaging in Physical Education lessons, specifically focusing on short-distance running, using an inclusive teaching approach. The research was conducted with eighth-grade students from SMP N 3 Godean (Godean 3 Junior High School), Sleman Regency.

This research was a descriptive quantitative study. The methodology employed a survey. The data collection method employed a questionnaire administered following two instructional sessions. The sample size for this study consisted of 192 students in the eighth grade, distributed among six different classes. The research sample was obtained by using purposive sampling, consisting of 64 students from two specific classes, namely class A and D, based on specific criteria. The data analysis employed descriptive quantitative statistics. The research instrument was deemed to have content validity and was considered reliable for usage. The examiner, Mr. Ahmad Rithaudin, S.Pd.jas., M.Or., and Dr. Dennis Dwi Kurniawan M.Pd., had certified it to be suitable and subjectively reliable.

The research found that using the Inclusive teaching style for Physical Education learning on short-distance running material results in high enthusiasm among students. Out of the 64 students, 4 students (6.25%) are classified as "very high" level, 22 students (34.37%) are in the "high" level, 17 students (26.56%) are in the "medium" level, 18 students (28.12%) are in the "low" level, and 3 students (4.68%) are in the "very low" level. The score of 106.7 is typical and it belongs to the "medium" level.

Keywords: Student enthusiasm, short-distance running, inclusive teaching style

LEMBAR SURAT PERSETUJUAN

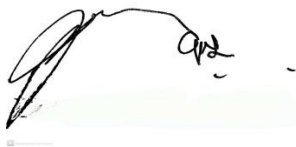
**ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN
KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI
JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR INKLUSI**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**AISYAH SALMA NAJIDAH
NIM. 2060124113**

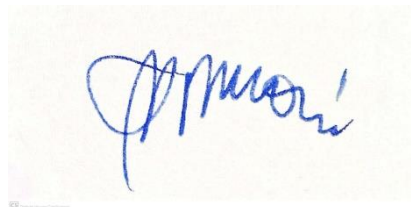
Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 16 Juli 2024

Koordinator Program Studi



Dr. Drs. Ngatman, M.Pd.
NIP. 196706051994031001

Dosen Pembimbing



Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 198101252006041001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aisyah Salma Najidah

NIM : 20601241132

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3
GODEAN KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN
PJOK MATERI LARI JARAK PENDEK DENGAN GAYA
MENGAJAR INKLUSI

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak memuat karya atau gagasan orang lain yang pernah ditulis atau diterbitkan, kecuali digunakan sebagai acuan kutipan dengan mengikuti kaidah buku penulisan karya ilmiah.

Yogyakarta, 16 Juli 2024

Yang menyatakan,



Aisyah Salma Najidah

NIM 20601241132

LEMBAR PENGESAHAN

**ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN
KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI
JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR INKLUSI**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**AISYAH SALMA NAJIDAH
NIM 20601241132**

Telah disetujui untuk dipertahankan didepan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 29 Juli 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan
Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or
(Ketua Tim Penguji)

Tanda Tangan

Tanggal

5 Agustus 2024

Dr. Dennis Dwi Kurniawan, M.Pd
(Seketaris Tim Penguji)

5 Agustus 2024

Dr.Eddy Purnomo, M.Kes
(Penguji Utama)

4 Agustus 2024

Yogyakarta 6 Agustus 2024
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,

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

MOTTO

“Semoga Tuhan selalu menjaga senyummu, semoga kamu selalu sehat untuk apapun yang sedang kamu doakan, jangan khawatirkan apapun, karena tepuk tanganku selalu ada paling depan menyambut sekecil apapun keberhasilanmu, love your self”- Aisyah Salma Najidah

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah Hirabbil ‘Alamin, Sungguh perjuangan yang cukup panjang telah saya lewati untuk mendapatkan gelar sarjana ini. Rasa syukur dan bahagia yang saya rasakan. Saya persembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang saya sayangi dan berarti dalam hidup saya.

1. Ibu saya yang tercinta, Ika Widyanti. Terima kasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis, selalu memberikan dukungan yang totalitas berupa pendidikan dalam keluarga maupun diluar lingkungan keluarga hingga penulis meraih gelar sarjana.
2. Ayah saya, Bapak Jaka Saryanta. Yang tak henti-henti memberikan perjuangan dan doanya walaupun tidak secara langsung sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan hingga sarjana.
3. Yang saya sayangi kedua adik saya Ahsan Fawas Al-Baihaqi dan Abbas Lais At-Tariq serta keluarga besar saya yang telah mendukung saya dalam menyelesaikan pendidikan dengan tuntas.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Antusiasme Peserta Didik Kelas VIII SMP N 3 Godean Kabupaten Sleman Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Mengajar Inklusi” ini tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan .

Dalam penyelesaian studi dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengerjaan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd.,M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Ahmad Rithaudin M.Or. Selaku dosen pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberi semangat, dorongan, dan bimbingan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
3. Kepala SMP N 3 Godean Kabupaten Sleman yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
4. Guru PJOK dan Peserta Didik SMP N 3 Godean Sleman yang telah memberi bantuan dalam pengambilan data Tugas Akhir Skripsi.

5. Teruntuk sahabat seperjuangan saya, Indra Nur Matika Sari, Vani Angelika Br Padang, Irfan Widhayanto, Wahyu Wintoko, terimakasih atas segala dukungan dan motivasi, pengalaman, waktu, dan ilmu yang dijalani bersama selama perkuliahan. Ucap syukur Allah SWT karena telah mempertemukan sahabat seperti kalian. Semangat berjuang sahabatku.
6. Teman-teman seperjuangan departemen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi angkatan 2020 yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan dan doa-doa terbaiknya.
7. Semua pihak, yang secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat saya sebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

Semoga segala bantuan yang diberikan oleh semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan yang berlipat ganda oleh Allah SWT. Semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta , 16 Juli 2024

Penulis



Aisyah Salma Najidah

NIM 20601241132

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	I
ABSTRAK	II
ABSTRACT	III
LEMBAR SURAT PERSETUJUAN	IV
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	V
LEMBAR PENGESAHAN	IV
MOTTO	VII
HALAMAN PERSEMBAHAN	VIII
KATA PENGANTAR	IX
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR GAMBAR	XIII
DAFTAR TABEL	XIV
DAFTAR LAMPIRAN	XV
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori	10
1. Pembelajaran PJOK.....	10
2. Materi Lari Jarak Pendek	13
3. Penerapan Gaya Mengajar Inklusi	18
4. Antusiasme Peserta Didik	21
B. Hasil Penelitian Yang Relevan	24
C. Kerangka Berpikir.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian	30

B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
1. Populasi Penelitian	31
2. Sampel Penelitian	32
D. Definisi Operasional Variabel	32
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	33
1. Teknik Pengumpulan Data	33
2. Instrumen Pengumpulan Data	35
F. Validitas dan Rehabilitas Instrumen	37
1. Validitas	37
2. Reabilitas	39
G. Teknik dan Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
1. Hasil Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek dengan Gaya Mengajar Inklusi Secara Keseluruhan.	44
2. Hasil Berdasarkan Per Kelas Secara Keseluruhan	45
3. Hasil Berdasarkan Per Faktor	47
B. Pembahasan	55
1. Hasil Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek dengan Gaya Mengajar Inklusi Secara Keseluruhan	56
2. Hasil Berdasarkan Per Kelas Secara Keseluruhan	58
3. Hasil Berdasarkan Per Faktor	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	64
A. Kesimpulan	64
B. Implikasi	64
C. Keterbatasan Penelitian	65
D. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Fase Topang	17
Gambar 2. Tahap Layang	18
Gambar 3. Bagan Kerangka Berpikir	29
Gambar 4. Hasil Antusiasme Secara Keseluruhan Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi	45
Gambar 5. Diagram Hasil Keseluruhan Per Kelas	47
Gambar 6. Diagram Berdasarkan Faktor Makna Pembelajaran PJOK	49
Gambar 7. Hasil Berdasarkan Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar	51
Gambar 8. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik	53
Gambar 9. Hasil Berdasarkan Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian.....	31
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	32
Tabel 3. Kriteria Penskoran	35
Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	36
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen	38
Tabel 6. Tabel Reliabilitas Instrumen	39
Tabel 7. Tingkatan Kategori	41
Tabel 8. Hasil Pengkategorian Skor Keseluruhan.....	41
Tabel 9. Hasil Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi Secara Keseluruhan	44
Tabel 10. Hasil Pengkategorian Skor Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi Secara Keseluruhan	44
Tabel 11. Hasil Berdasarkan Kelas VIII A Secara Keseluruhan	46
Tabel 12. Hasil Berdasarkan Kelas VIII D Secara Keseluruhan	46
Tabel 13. Hasil Berdasarkan Faktor Makna Pembelajaran PJOK	48
Tabel 14. Pengkategorian Faktor Makna Pembelajaran PJOK.....	48
Tabel 15. Hasil Berdasarkan Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar	49
Tabel 16. Pengkategorian Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar	50
Tabel 17. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik.....	51
Tabel 18. Pengkategorian Faktor Minat Peserta Didik	52
Tabel 19. Hasil Berdasarkan Pengaruh Pada Peserta Didik.....	53
Tabel 20. Pengkategorian Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	72
Lampiran 2. Surat Pernyataan Validasi.....	74
Lampiran 3. Kartu Bimbingan Skripsi	76
Lampiran 4. Modul Ajar	77
Lampiran 5. Angket Penelitian	95
Lampiran 6. Data Hasil Penelitian	98
Lampiran 7. Skor Penelitian.....	103
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	117

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah proses pembelajaran dan pendewasaan setiap individu untuk mencapai pengetahuan dan pemahaman secara akademis maupun non-akademis. Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan kepribadian seseorang, serta mempersiapkan seseorang untuk menghadapi tantangan hidup dan berpartisipasi dalam masyarakat. Pendidikan di SMP (Sekolah Menengah Pertama) merupakan jenjang pendidikan menengah pertama yang bertujuan untuk memberikan pendidikan yang lebih komprehensif dan mempersiapkan siswa untuk melanjutkan pendidikan di tingkat yang lebih tinggi, yaitu SMA atau sederajat.

Pada jenjang ini siswa diajarkan beberapa mata pelajaran wajib termasuk pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Hal ini mengarah pada tujuan pendidikan nasional yang tercantum pada UUD RI No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional yang mempunyai fungsi dan tujuan untuk mengembangkan kemampuan dan watak serta peradapan bangsa yang bermartabat dalam mencerdaskan kehidupan bangsa serta bertujuan untuk upaya pengembangan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu cakap, kreatif, mandiri, berfikir kritis, dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan disekolah untuk memfasilitasi peserta didik dalam memahami dan meningkatkan kesehatan fisik, mental, dan sosial mereka melalui aktivitas fisik, olahraga, dan pembelajaran kesehatan. Pembelajaran PJOK bersifat wajib yang harus dilaksanakan seperti mata pelajaran lainnya. Pembelajaran PJOK dapat lebih efektif jika siswa merasa terlibat dan tertarik dengan materi yang diajarkan. Cara terbaik untuk mencapai hal tersebut adalah dengan menggunakan pendekatan yang interaktif dan melibatkan siswa secara langsung dalam aktivitas fisik. Sebelum memulai pembelajaran PJOK, penting untuk menentukan tujuan yang jelas dan spesifik tentang apa yang ingin dicapai dalam pembelajaran tersebut. Tujuan ini disesuaikan dengan kebutuhan dan kepentingan peserta didik. Pembelajaran PJOK bagi peserta didik bertujuan untuk membantu menuju kearah kedewasaan dan dalam prosesnya menanamkan dan mengembangkan nilai-nilai positif bagi pertumbuhan fisik, mental, sosial, dan emosional yang akan diterapkan pada kehidupan sehari-hari.

Secara umum tujuan pendidikan jasmani bermuara pada pencapaian individual yang adaptif terhadap lingkungannya, yang dimaksudkan bahwa tujuan pendidikan jasmani dikasifikasikan menjadi tujuan perkembangan jasmani, perkembangan gerak, perkembangan mental, dan perkembangan sosial. Sehingga tujuan pendidikan jasmani bersifat menyeluruh serta meliputi aspek organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan

emosional (Depdiknas, 2003 p.6-9). Sehingga dalam rangka meningkatkan pembelajaran PJOK, perlu adanya kerjasama antara sekolah, guru, wali, dan peserta didik untuk memastikan bahwa peserta didik memahami nilai penting dari kesehatan dan aktivitas fisik dalam kehidupan mereka.

Guru berperan dalam meningkatkan dan mencapai keberhasilan tujuan pembelajaran yang tercantum pada capaian pembelajaran yang sudah ditetapkan pada kurikulum yang saat ini digunakan. Mengacu pada kurikulum yang saat ini digunakan yaitu kurikulum merdeka belajar, peserta didik SMP memasuki akhir fase D Capaian pembelajaran yang ditetapkan yaitu peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani. Terdapat empat kompetensi yang harus dimiliki guru diantaranya mampu mengembangkan tanggung jawab dengan baik, mampu melaksanakan peran dan fungsinya dengan tepat, mampu bekerja mewujudkan tujuan pendidikan disekolah, dan mampu melaksanakan peran dan fungsi pembelajaran dikelas, (Febriana R, 2021). Dengan empat kompetensi guru tersebut akan menunjang efektifitas dalam pembelajaran.

Atletik terdiri dari empat nomor utama yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar atau tolak. Salah satu tantangan bagi guru PJOK dalam mengajar

materi lari jarak pendek karena siswa siswi menganggap materi ini mudah namun kurang bervariasi dalam pelaksanaan. Disisi lain materi lari jarak pendek merupakan materi dengan teknik yang cukup rinci dalam mencapai tujuan materi tersebut yaitu kecepatan maksimal dalam berlari dengan teknik yang tepat. Pada materi ini dibutuhkan koordinasi mata, ayunan lengan dan ayunan tungkai yang baik untuk memperoleh hasil maksimal. Materi ini perlu menerapkan pendekatan pembelajaran yang tepat untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Hal tersebut diperlukan karena lari jarak pendek memiliki teknik yang rinci untuk mendapatkan tujuan yang diinginkan yaitu kecepatan yang maksimal. Materi lari jarak pendek tentunya memiliki manfaat yang banyak apabila dilakukan dengan efektif dan efisien.

Beberapa pendekatan gaya mengajar yang disarankan untuk pembelajaran PJOK. Menurut Mosston, (2008) gaya mengajar diantaranya: gaya komando, gaya latihan, gaya resiprokal, gaya periksa diri, gaya inklusi, gaya penemuan terpimpin atau konvergen, dan gaya divergen. Berkaitan dengan materi lari jarak pendek yang memerlukan gaya mengajar yang tepat penelitian ini dikhususkan pada gaya inklusi. Gaya mengajar inklusi dalam PJOK merupakan gaya yang mengutamakan keberagaman dan penerimaan terhadap perbedaan peserta didik, sehingga semua peserta didik dapat terlibat langsung dan diterima dalam kegiatan olahraga tersebut. Pembelajaran PJOK dengan gaya inklusi ini juga memperkenalkan pengalaman belajar yang lebih interaktif dan

kreatif, dengan menekankan pada kegiatan yang melibatkan kerjasama dan interaksi sosial antar siswa, serta gaya inklusi ini merupakan gaya yang melibatkan kenaikan kemampuan yang bertahap sehingga peserta didik akan lebih tertantang dan berfikir kritis sesuai dengan kemampuan siswa. Dengan demikian, pembelajaran PJOK dengan gaya inklusi dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi seluruh peserta didik dalam memperoleh pengalaman pembelajaran olahraga yang bermakna positif. Gaya inklusi ini harapannya siswa lebih partisipatif aktif dan merasa lebih termotivasi sehingga dapat meningkatkan antusiasme dalam pembelajaran PJOK.

Antusiasme adalah semangat atau minat yang tinggi dan positif terhadap suatu hal atau kegiatan. Hal ini sering dihubungkan dengan rasa antusias dan gairah yang tinggi dalam menghadapi suatu tugas atau tantangan, dan dapat memotivasi seseorang untuk elangkah dan berusaha mencapai tujuan yang diinginkan. Antusiasme bersumber dari diri sendiri yang mencerminkan beberapa sikap dan reaksi kepada lingkungan sekitar. Antusiasme sebagai modal untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam konteks pendidikan antusiasme dapat berdampak positif pada motivasi dan pembelajaran siswa, karena siswa yang antusias cenderung lebih terlibat dan berpartisipasi aktif dalam pembelajaran, serta lebih termotivasi untuk mencapai hasil yang baik. Siswa dengan antusiasme belajar yang tinggi akan terlihat berbeda dengan siswa lainnya terutama dalam menyelesaikan masalah, mereka yang

antusias akan cenderung pantang menyerah dalam menjawab permasalahan (Muhammad Afdhal, 2015). Rasa antusias akan muncul dalam proses pembelajaran apabila guru memiliki strategi yang tepat dalam kegiatan tersebut. Strategi guru dapat dimunculkan dengan bentuk situasi dan kondisi yang nyaman, media yang digunakan, sumber belajar yang kreatif, serta pembawaan dari guru itu sendiri. Minimnya sarana prasarana menyebabkan turunnya antusias peserta didik karena merasa proses pembelajarana yang monoton dan kurang kreatif. Untuk meningkatkan antusias peserta didik salah satunya dengan penentuan gaya mengajar yang tepat. Dengan gaya mengajar yang tepat akan menciptakan suasana pembelajaran yang lebih bervariasi. Disisi lain tetap mengacu pada kurikulum yang berlaku, maka proses pembelajaran dapat dikemas semenarik mungkin agar proses pembelajaran penjas dapat berlangsung dengan maksimal.

SMP Negeri 3 Godean merupakan salah satu SMP berprestasi di Kabupaten Sleman dari segi akademis maupun non akademis. Berlokasi di dalam desa yang tidak jauh dari kota membuat sekolah ini mudah untuk diakses. Memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai terutama dalam penunjang pembelajaran PJOK seperti lapangan sepakbola dan lapangan basket sebagai lokasi pembelajaran. Pelaksanaan belajar mengajar berjalan sesuai rancangan pembelajaran yang telah ditetapkan oleh guru di SMP Negeri 3 Godean. SMP Negeri 3 Godean menggunakan kurikulum merdeka belajar sebagai acuan pembelajaran. SMP N 3 Godean

merupakan salah satu SMP di wilayah kapanewon Godean yang menggunakan gaya mengajar inklusi saat mata pelajaran PJOK disamping menggunakan gaya mengajar komando dan gaya mengajar latihan. Namun disamping itu dari hasil wawancara salah satu guru PJOK gaya mengajar komando dan latihan menurut guru PJOK SMP N 3 Godean kurang bervariasi sehingga guru melibatkan gaya mengajar inklusi.

Berdasarkan uraian diatas maka antusiasme peserta didik dalam proses pembelajaran sangatlah penting, sehingga seorang guru harus bertindak kreatif dalam menciptakan suasana pembelajaran yang menarik. Apakah dengan gaya mengajar inklusi menarik antusiasme peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek?

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ada dapat diidentifikasi masalah yang ada dalam penelitian sebagai berikut:

1. Peserta didik mengalami penurunan dalam pembelajaran PJOK dikarenakan pembelajaran yang kurang bervariasi.
2. Gaya komando dan latihan yang dipilih oleh guru belum cukup untuk meningkatkan antusiasme peserta didik.
3. Belum diketahuinya tingkat antusiasme pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti membatasi masalah dalam

penelitian ini yaitu belum diketahuinya dampak pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi pada antusiasme peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka dapat dirumuskan “Seberapa tinggi antusiasme peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi?”.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka dapat ditarik tujuan dari penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah untuk mengetahui antusiasme peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi.

F. Manfaat Penelitian

Dengan demikian penelitian ini harapannya dapat ditarik manfaat berikut.

1. Teoritis

- a. Sebagai informasi dan kajian penelitian yang selanjutnya, khususnya kajian mengenai model pembelajaran PJOK yang sesuai dengan situasi dan kondisi peserta didik.
- b. Memberikan gambaran mengenai model pembelajaran PJOK dengan gaya mengajar inklusi sesuai dengan materi yang diajarkan.

2. Praktis

- a. Bagi peneliti kegiatan penelitian ini dapat menambah wawasan serta pengalaman yang sangat bermanfaat dan dapat menjawab permasalahan yang berkaitan dengan judul penelitian ini.
- b. Bagi guru dapat menambah kreativitas dalam model pembelajaran untuk meningkatkan antusiasme pada peserta didik.
- c. Bagi mahasiswa PJKR dalam hal ini merupakan calon gur yang dipersiapkan sebagai guru yang profesional diwaktu yang akan ddatang, hasil penelitian ini sebagai bahan masukan dan pertimbangan untuk menambah wawasan akan penerapan model pembelajaran penjas yang sesuai untuk meningkatkan antusiasme peserta didik.
- d. Bagi departemen Pendidikan Olahraga, penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dan bagian dari kepustakaan sebagai bahan referensi mahasiswa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Pembelajaran PJOK

Proses pembelajaran adalah bentuk usaha yang dilakukan untuk memperbaiki kualitas pembelajaran untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pembelajaran PJOK merupakan singkatan dari Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dimana tujuan dari PJOK untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan siswa tentang kebugaran, kesehatan, serta olahraga. Menurut Taqwim.R.I Winarno.M.E, & Roesdiyanto, R, (2020) mengemukakan bahwa pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan salah satu pembelajaran yang diberikan di sekolah menengah pertama sebagai pelengkap dari proses pembelajaran yang ada, dengan menggunakan pembelajaran PJOK harapannya peserta didik memiliki proses belajar dan dapat mengalami perubahan perilaku lebih baik.

Materi pelajaran PJOK apabila dilaksanakan secara tidak efektif dan efisien bahkan dihapus dari mata pelajaran maka akan berdampak penurunan kesempatan siswa siswi terlibat dalam aktivitas fisik terarah, yang dapat memengaruhi kebugaran, kardiorespiratori, kekuatan otot, fleksibilitas, dan keterampilan motorik siswa (Pratiwi, 2023). Pelaksanaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) tidak hanya mengenalkan pengetahuan tentang gerak dan olahraga, tetapi juga menjelaskan faktor-faktor kesehatan

yang mempengaruhi, membekali keterampilan gerak fisik dalam konteks olahraga, dan menanamkan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan sebagai salah satu kesatuan yang utuh. Hal tersebut mengarah pada upaya untuk membentuk siswa yang memiliki kesadaran akan esensi kebugaran jasmani (Erwansyah, 2016; Prabowo et al., 2022). Sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa pembelajaran PJOK memiliki dampak positif apabila dilakukan dengan baik begitu pula dengan sebaliknya apabila tidak dilakukan secara tepat maka akan meningkatkan dampak negatif pada pembelajaran PJOK. Menurut Agari M Simanjutak V G & Haetami,M, (2019) bahwa dalam pembelajaran PJOK diajarkan beberapa macam cabang olahraga yang terangkum dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan. Dengan demikian dapat disimpulkan pembelajaran PJOK merupakan pembelajaran dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik, pengetahuan, kesehatan, perilaku baik, dan sosial.

Dalam PJOK dapat mempelajari beberapa hal diantaranya:

- a. Keterampilan fisik: Peserta didik atau siswa dapat belajar tentang keterampilan fisik dasar seperti gerakan dasar dalam olahraga, permainan, dan aktifitas fisik lainnya.
- b. Kondisi fisik: Pembelajaran PJOK juga memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kondisi fisik melalui olahraga dan kegiatan fisik.

- c. Pengetahuan tentang olahraga: Siswa dapat mempelajari dan memahami tentang berbagai jenis olahraga dan aktivitas fisik serta manfaat yang didapatkan dari olahraga bagi kesehatan.
- d. Kesadaran tentang kesehatan: Siswa dapat mempelajari dan memahami pentingnya menjaga kesehatan kondisi tubuh dengan cara yang benar seperti pola makanan yang sehat dari segi makanan yang sehat, kebersihan diri, dan pola tidur yang cukup.
- e. Keterampilan sosial: Selain keterampilan fisik, pembelajaran PJOK juga memberikan pengetahuan tentang keterampilan bersosial yakni seperti kerjasama, gotong royong, komunikasi yang baik, kepercayaan diri yang dapat diterapkan dalam permainan-permainan dan olahraga yang diajarkan.
- f. Etika: Pembelajaran PJOK juga menerapkan sikap afektif yaitu etika yang dapat dimunculkan seperti sikap sportif, menghormati lawan, dan tidak melakukan kecurangan dalam olahraga. Tidak hanya pada olahraga etika tersebut dapat diterapkan pada kehidupan sehari-hari.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa dari pembelajaran PJOK siswa dapat mengembangkan motoriknya, memperbaiki dan menjaga kesehatan secara jasmani dan rohani, serta meningkatkan kemampuan sosialnya melalui aktivitas fisik dan olahraga. Sehingga banyak manfaat yang dapat diambil dari

pembelajaran PJOK untuk diajarkan pada siswa dimasa pertumbuhan dan perkembangan.

2. Materi Lari Jarak Pendek

Penerapan pembelajaran PJOK di SMP memasuki fase D memiliki capaian pembelajaran yaitu peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan keterampilan gerak spesifik sebagai hasil analisis pengetahuan yang benar, melakukan latihan aktivitas jasmani dan kebugaran untuk kesehatan sesuai dengan prinsip latihan, menunjukkan perilaku tanggung jawab personal dan sosial serta memonitornya secara mandiri, selain itu juga dapat mempertahankan nilai-nilai aktivitas jasmani. Materi lari jarak pendek dalam atletik merupakan salah satu materi yang diajarkan untuk meraih ketercapaian pembelajaran PJOK diatas. Sehingga materi lari jarak pendek wajib untuk diajarkan dengan teknik yang sesuai.

a. Pengertian lari jarak pendek

Lari merupakan frekuensi langkah yang dipercepat sehingga ketika berlari terdapat kecenderungan badan melayang, artinya pada waktu berlari kedua kaki tidak menyentuh tanah sekurang-kurangnya satu kaki tetap menyentuh permukaan tanah (Mochamad Djumidar A.Widya, 2004, p. 13). Lari bersifat aerobik yang sangat tinggi, menguatkan kerja otot jantung, melancarkan jalan darah keseluruh tubuh, meningkatkan daya tahan tubuh, otot dan mengurangi lemak serta kolesterol (Asep Kurnia Nenggala,

2006, p. 38). Selaras dengan Pratama.N, (2022) bahwa lari jarak pendek atau sprint merupakan suatu kegiatan atau aktivitas tubuh seorang pelari yang dilakukan dengan berlari secepat mungkin dalam rangka meminimalkan waktu tempuh dari garis start hingga garis finish. Menurut Eddy Purnomo (2017), lari jarak pendek adalah lari yang menempuh jarak antara 50 m sampai 400 m. Sehingga dari beberapa pendapat para ahli maka dapat disimpulkan bahwa lari jarak pendek merupakan aktivitas berlari yang memiliki langkah yang dipercepat untuk mencapai tujuan dengan waktu yang minimal dengan menempuh jarak 50 m sampai 400 m.

Dalam cabang olahraga atletik terdapat nomor-nomor pada lari jarak pendek yang dikenal dengan sprint yaitu 100m, 200m, 400m, lari jarak menengah dengan jarak 800m, 1500m, 3000m, dan lari jarak jauh yaitu 5000m dan 10000m. Dari sekian nomor lari, lari jarak pendek yang termasuk salah satu materi ajar dalam pembelajaran PJOK tingkat Sekolah Menengah Pertama. Materi ini tentu sangat memperhatikan gerak dasar.

b. Teknik Lari Jarak Pendek

Lari jarak pendek memiliki teknik yang rinci untuk mendapatkan gerakan yang baik. Dibutuhkan koordinasi mata, ayunan lengan dan ayunan tungkai yang baik untuk mendapatkan gerakan yang efektif sehingga mendorong pelari untuk mendapatkan catatan waktu maksimal. Urutan dari gerak lari jarak

pendek secara keseluruhan yakni dibagi menjadi dua fase yaitu fase topang dan fase layang.

Menurut Dikdik Zafar S, (2017, p. 10) Setiap langkah terdiri dari fase topang (yang dapat dirinci menjadi satu fase topang depan dan satu fase dorong) dan fase melayang (yang dapat dirinci menjadi fase ayun depan dan fase pemulihan).

1) Fase Topang

Pada fase topang kaki harus kuat-kuat pada saat bertolak. Dalam fase topang badan pelari diperlambat (topang depan) kemudian di percepat (fase dorong). Tujuan dari fase ini adalah untuk memperkecil hambatan saat sentuh tanah dan untuk memaksimalkan dorongan ke arah depan. Berikut karakteristik teknik fase topang:

- a) Mendarat pada telapak kaki.
- b) Lutut kaki topang bengkok harus minimal pada saat amortisasi; kaki ayun dipercepat.
- c) Pinggang, sendi lutut dan Dalam fase layang kaki bebas mengayun mendahului badan pelari dan diluruskan untuk persiapan sentu tanah (ayunan ke depan) sedangkan yang paling akhir kaki pergelangan kaki dan kaki topang harus diluruskan.
- d) Paha kaki ayun naik dengan cepat ke posisi horisontal.

2) Fase Layang

Dalam fase layang kaki bebas mengayun mendahului badan pelari dan diluruskan untuk persiapan menyentuh tanah (ayunan ke depan) sedangkan yang paling akhir kaki topang dibengkokkan dan diaun ke badan pelari (pemulihan). Tujuan dari fase ini untuk memaksimalkan dorongan ke depan dan untuk mempersiapkan penempatan kaki yang efektif saat sentuh tanah. Karakteristik pada fase ini diantaranya:

- a) Lutut kaki ayun bergerak ke depan dan keatas (untuk meneruskan dorongan dan menambah panjang langkah.
- b) Lutut kaki topang bengkok pada fase pemulihan (untuk mencapai suatu bandul pendek)
- c) Ayunan lengan aktif namun rileks
- d) Berikutnya kaki topang bergerak ke belakang (untuk memperkecil gerak menghambat pada saat menyentuh tanah).

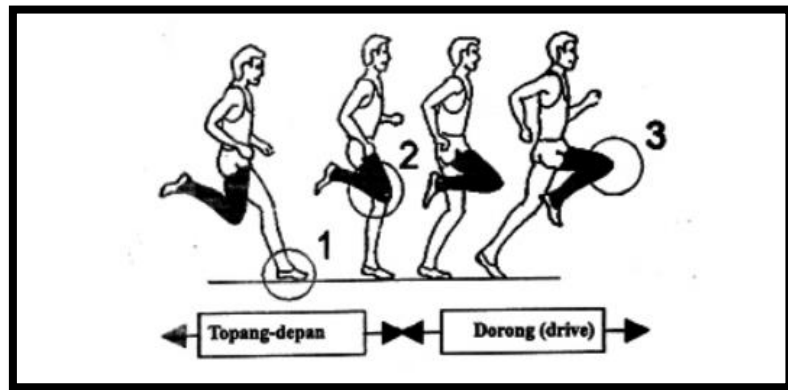
Selaras dengan Eddy Purnomo dan Dapan, (2017) lari jarak pendek memiliki 2 fase yaitu fase topang dan fase layang. Berikut penjelasannya:

1) Tahap Topang (Support Phase)

Tahap ini bertujuan untuk memperkecil hambatan saat menyentuh tanah dan memaksimalkan dorongan ke depan. Apabila dilihat dari sifat-sifat teknisnya adalah mendarat pada

telapak kaki (ballfoot). Dapat dilihat dari gambar gerakan 1 pada saat topang, lutut kaki topang bengkok harus minimal pada saat amortisasi, kaki ayun di percepat dapat dilihat pada gambar gerakan 2, posisi pinggang, sendi lutut, dan mata kaki dari kaki topang harus diluruskan kuat-kuat pada saat bertolak, serta paha kaki ayun naik dengan cepat ke suatu posisi horizontal seperti pada gambar gerakan 3.

Gambar 1. Fase Topang



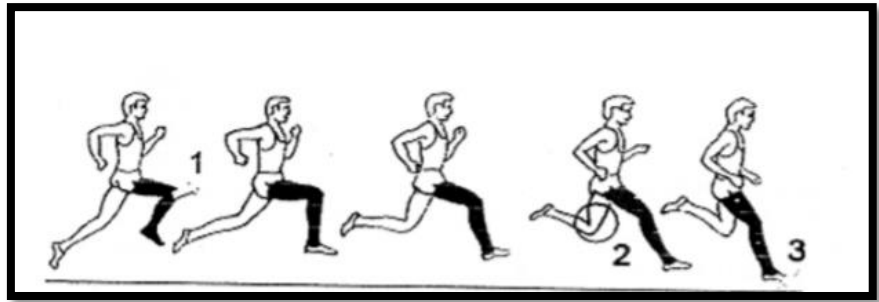
(Eddy Purnomo, 2017)

2) Tahap Layang

Pada tahap ini bertujuan untuk memaksimalkan dorongan ke depan dan untuk mempersiapkan suatu penempatan kaki yang efektif saat menyentuh tanah. Apabila dilihat dari sifat-sifat teknis pada tahap ini adalah lutut kaki ayun bergerak ke depan dan ke atas untuk meneruskan dorongan dan menambah panjang langkah. Dapat dilihat dari gambar gerakan 1, lutut kaki topang bengkok dalam tahap pemulihan (recovery) untuk mencapai suatu bandul pendek, pada gambar gerakan 2, ayunan

lengan aktif namun rileks, selanjutnya kaki topang bergerak kebelakang untuk memperkecil gerak menghambat pada saat menyentuh tanah, dapat dilihat dari gambar gerakan 3.

Gambar 2. Tahap Layang



(Eddy Purnomo, 2017)

3. Penerapan Gaya Mengajar Inklusi

a. Definisi Gaya Mengajar Inklusi

Gaya inklusi merupakan gaya yang mengenalkan tahapan tingkat tugas yang akan dikerjakan. Berbeda dengan gaya komando sampai gaya periksa diri yang pengerjaannya terfokuskan pada suatu standard tunggal dan penampilan, maka konsep dari gaya inklusi adalah pemberian tugas yang sama dengan tingkatan kesulitan yang berbeda- beda secara bertahap. Dengan gaya inklusi atau style-E peserta didik akan lebih menumbuhkan rasa ingin tau karena konsep dari gaya inklusi yaitu bertahap dan naik level. Hasil penelitian Ujang Rohman dan Suto Wibowo (2018, p. 115) pendekatan proses pembelajaran dalam materi bulutangkis servis forehand tinggi melalui penerapan gaya mengajar inklusi peserta didik dapat memperbaiki hasil belajarnya. Selaras dengan yang di

kemukakan oleh Helmi dan Aditya, (2017) bahwa terdapat kelebihan – kelebihan dalam penerapan gaya mengajar inklusi, antara lain; peserta didik lebih aktif mengembangkan ide-ide sesuai dengan kemampuannya, serta siswa lebih mandiri dalam menilai kemampuan diri mereka sendiri.

Menurut Mosston, (2008) pelaksanaan Gaya Inklusi diuraikan sebagai berikut:

- 1) Memberikan penjelasan pada peserta didik tentang konsep gaya inklusi. Dapat dilakukan dengan demonstrasi penggunaan konsep permainan lompat tali, bahwa gaya inklusi menggunakan level yang bertahap.
- 2) Peserta didik setelah mengamati kemudian mencoba untuk melakukan apa yang telah didemonstrasikan.
- 3) Peserta didik diberi waktu untuk mencoba dan berikan pengamatan pada peserta didik yang melakukan.
- 4) Memberikan arahan dan koreksi pada peserta didik dalam melakukan penerapan gaya inklusi.

Implikasi pada gaya ini menurut Mosston, (2008) sebagai berikut:

- 1) Keuntungan yang dapat diambil dari penerapan gaya inklusi salah satunya dapat memastikan dan memperhatikan perbedaan setiap individu pada peserta didik kemungkinan untuk lebih berkompeten dan meningkat.

- 2) Kemungkinan peserta didik dalam melihat kemampuan diri sendiri tidak sesuai antara pengetahuan yang dimiliki dengan realita yang dilakukan relative besar. Sehingga mereka akan menurunkan ketimpangan dua hal tersebut.
- 3) Peserta didik akan lebih terfokuskan dengan apa yang dia dapat lakukan tanpa membanding-bandingkan dengan peserta didik lain.
- 4) Dengan gaya ini peserta didik akan lebih mengembangkan kemampuan yang dimiliki berkaitan dengan aktivitas fisik yang dilakukan.

b. Tujuan dan Manfaat Gaya Mengajar Inklusi

Tujuan dari gaya inklusi adalah keterlibatan penuh dari semua peserta didik, dengan penyesuaian terhadap perbedaan individu, serta memberikan kesempatan sesuai kemampuan sendiri pada tingkat yang dirasa peserta didik mampu untuk melakukannya dan bertahap pada tugas yang lebih berat. (Agus S. Suyobroto, 2018, p. 50). Gaya inklusi berujuan supaya siswa lebih mudah untuk mempelajari keterampilan gerak dan kreatif, siswa diberikan keleluasaan dalam memilih serta menentukan untuk memulai suatu gerakan pada tingkat kesulitannya (Rohman & Wibowo, 2019). Dari gagasan tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan dari gaya inklusi dalam pembelajaran adalah meningkatkan kreatifitas dan berpikir kritis pada peserta didik serta keikutseraan peserta didik

lebih maksimal karena sesuai dengan kemampuan masing-masing peserta didik. Manfaat dari pembelajaran PJOK gaya inklusi yakni meningkatkan kepercayaan diri dalam mencoba atau mempraktekkan suatu gerakan yang diberikan.

4. Antusiasme Peserta Didik

Antusias menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yang berarti memiliki gairah, bersemangat, dan memiliki rasa minat yang tinggi terhadap sesuatu. Antusiasme peserta didik dalam pembelajaran PJOK sangat penting karena dapat mempengaruhi kualitas pembelajaran dan hasil yang dicapai. Menurut Aswani,A.,& Asnawi,A.N., (2022) bahwa antusiasme dalam belajar mempunyai fungsi untuk mendorong manusia dalam bertindak sebagai motor penggerak atau yang memancarkan energi, menentukan arah dan tindakan untuk menuju tujuan yang dicapai, serta memilih tindakan yang tepat untuk mencapai tujuan dengan mengesampingkan tindakan yang tidak berguna. Energi tersebut sebagai modal utama untuk meraih kesuksesan. Dari beberapa pengetahuan tersebut dapat disimpulkan bahwa antusias adalah sebuah perasaan, kesadaran, dan kenaikan gairah kebahagiaan terhadap sesuatu atau rasa tertarik yang menjadi kekuatan terpenting sebagai kunci kesuksesan. Dengan adanya pembelajaran PJOK harapannya peserta didik akan lebih aktif dan semangat dalam melaksanakan proses pembelajaran (Irham Habibi, I Ketut Budaya A, 2023, p. 17).

Dibutuhkan motivasi dan pembelajaran yang menarik untuk meningkatkan antusiasme peserta didik dalam proses pembelajaran.

Berikut adalah beberapa indikator yang mempengaruhi antusiasme peserta didik dalam pembelajaran PJOK:

- a) Makna pembelajaran: Peserta didik akan lebih antusias dalam pembelajaran PJOK jika mereka melihat relevansi dan kebermanaknaan dari apa yang mereka pelajari. Guru perlu menghubungkan pembelajaran PJOK dengan kehidupan sehari-hari dan pentingnya menjaga kesehatan, kebugaran, dan keterampilan motorik dalam kehidupan mereka.
- b) Penggunaan metode, model, dan gaya mengajar yang menarik: menggunakan metode, model, dan gaya mengajar yang interaktif, kreatif, dan menarik dapat meningkatkan antusiasme peserta didik. Guru PJOK dapat mengintegrasikan permainan, tantangan, kompetisi, atau teknologi dalam pembelajaran untuk membuatnya lebih menarik dan menyenangkan.
- c) Partisipasi aktif dan keterlibatan peserta didik: memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan PJOK akan meningkatkan antusiasme mereka. Guru harus mendorong partisipasi setiap individu, memberikan tanggung jawab dan peran yang aktif dalam kelompok atau tim, dan memberikan penghargaan atas usaha dan prestasi mereka.

- d) Menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif: lingkungan pembelajaran yang positif, inklusif, dan mendukung sangat penting untuk meningkatkan antusiasme peserta didik. Guru PJOK harus menciptakan iklim yang menyenangkan, menghargai perbedaan, dan mendorong kerja sama, sehingga peserta didik merasa nyaman dan termotivasi untuk berpartisipasi.
- e) Pemberian apresiasi pada peserta didik: Memberikan umpan balik yang konstruktif kepada peserta didik tentang kemajuan mereka. Guru dapat memberikan pujian atas prestasi, mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan, dan memberikan saran yang membangun untuk pengembangan lebih lanjut.
- f) Minat peserta didik: Menyadari minat peserta didik dalam kegiatan olahraga atau aktivitas fisik tertentu dapat membantu meningkatkan antusiasme mereka. Guru PJOK dapat mencoba mengaitkan pembelajaran dengan minat pribadi peserta didik atau memberikan pilihan kegiatan yang sesuai dengan minat mereka.
- g) Dukungan orang tua: Melibatkan orang tua dalam pembelajaran PJOK dapat memberikan dukungan tambahan dan meningkatkan Antusiasme peserta didik. Guru dapat berkomunikasi dengan orang tua secara teratur, memberikan informasi tentang pembelajaran yang sedang berlangsung, dan melibatkan mereka dalam mendukung keterampilan dan kegiatan fisik diluar sekolah.

Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, guru PJOK dapat menciptakan lingkungan pembelajaran yang memotivasi dan meningkatkan antusiasme. Antusiasme peserta didik kelas VIII di SMP N 3 Godean saat pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek masih rendah dikarenakan kurangnya minat untuk bergerak. Pembelajaran yang kurang bervariasi mengakibatkan peserta didik mudah bosan dan merasa pembelajaran yang dilakukan monoton. Oleh karena itu, peneliti mencoba untuk meningkatkan antusiasme peserta didik dengan menggunakan gaya mengajar inklusi pada materi lari jarak pendek. Mereka akan mencoba sesuai dengan kemampuan mereka secara bebas dan secara bertahap untuk setiap kesulitannya.

B. Hasil Penelitian Yang Relevan

1. Ditulis oleh Ferawati, Mashud, dan Herita Warni, (2022) yang berjudul “Gaya Mengajar Inklusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Spesifik Servis Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII” dilihat dari penelitian tersebut dari observasi awal pembelajaran servis bawah bola voli pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Danau Panggang sebanyak dua siklus berhasil meningkatkan hasil belajar siswa. Dengan meningkatnya hasil belajar servis bawah bola voli tersebut juga terlihat pada peningkatan keterampilan atau psikomotorik siswa saat melakukan servis bawah. Kesulitan dan permasalahan yang timbul saat pembelajaran servis bawah sebelum diterapkan penelitian tindakan, sudah mendapatkan jalan keluarnya.

Dengan penggunaan gaya mengajar yang tepat penyusunan, perencanaan, evaluasi hasil belajar serta semangat dan motivasi yang diberikan akan mewujudkan keberhasilan belajar. Dalam penelitian tersebut dapat ditarik rekomendasi berupa penyiapan variasi pembelajaran berdasarkan tingkatan level kesulitan dalam gaya mengajar inklusi menjadi hal utama yang harus dipersiapkan oleh guru, tahap pembelajaran pada gaya inklusi juga menjadi hal yang sangat penting sehingga pembelajaran tidak menjadi pembelajaran dengan gaya komando saja, siswa memiliki kebebasan dalam memilih tingkatan level tugas gerak adalah ciri utama dalam gaya mengajar inklusi, kategori siswa berdasarkan tingkat kemampuan gerak adalah hal utama dalam pembelajaran gaya inklusi.

2. Ditulis oleh Ujang Rohman dan Suto Wibowo, (2018) dengan judul penelitian “ Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Servis Forehand Tinggi Dalam Pembelajaran Bulutangkis Dengan Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 22 Surabaya Tahun Pelajaran 2018-2019”. Penelitian tersebut membuktikan bahwa upaya yang dilakukan dalam mengajar servis forehand tinggi pada proses pembelajaran permainan bulutangkis dengan pendekatan gaya inklusi terbukti dapat memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar servis forehand tinggi pada peserta didik kelas IX-E di SMP Negeri 22 Surabaya. Hal tersebut

dibuktikan dengan hasil analisis data tes akhir (post-test) menunjukkan hasil belajar bulutangkis servis forehand tinggi pada siklus I sebesar 38,46% kemudian meningkat sebesar 92,30% pada siklus II. Hasil belajar bulutangkis servis forehand tinggi peserta didik secara keseluruhan pada siklus I masih mencapai 72% kemudian meningkat pada siklus II menjadi > 75%, sehingga capaian pada siklus II dinyatakan telah tuntas. Ketuntasan hasil belajar tersebut menunjukkan bahwa gaya mengajar inklusi dapat memperbaiki dan meningkatkan proses pembelajaran servis forehand tinggi pada pembelajaran permainan bulutangkis. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian tindakan kelas tersebut adalah bahwa gaya mengajar inklusi terbukti dapat memperbaiki dan meningkatkan hasil belajar servis forehand tinggi pada peserta didik kelas IX-E di SMP Negeri 22 Surabaya.

3. Diteliti dan ditulis oleh Bobby Helmi dan Rinaldi Aditya, (2017) dengan judul “Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Menggunakan Media Yang Dimodifikasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru” didapatkan hasil data awal nilai rata-rata siswa pada tes awal adalah 61,25 (Tidak Tuntas) hal ini dapat dilihat dari kemampuan awal siswa dalam melakukan teknik dasar Tolak Peluru masih rendah dari 35 orang siswa hanya 11 (31,42%) orang yang memiliki ketuntasan belajar dan 24 (68,58%) orang tidak memiliki ketuntasan belajar, pada Siklus I nilai rata-rata siswa

meningkat menjadi 64,46 (Tidak Tuntas). Berdasarkan data awal dengan rata-rata siswa pada tes awal adalah 61,25. Dari 35 orang siswa terdapat 19 (54,28%) orang memiliki ketuntasan belajar dan 16 (45,72) orang yang tidak memiliki ketuntasan belajar dan pada pelaksanaan siklus II dengan nilai rata-rata 11 siswa telah mencapai ketuntasan 84,46 (Tuntas). Dari 35 orang terdapat 30 (85,71%) orang memiliki ketuntasan belajar dan 5 orang dengan presentase (14,29%) orang yang tidak memiliki ketuntasan belajar. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi menggunakan media yang dimodifikasi dapat meningkatkan hasil belajar Tolak peluru pada siswa kelas VII SMP Cerdas Murni Tembung.

4. Berdasarkan penelitian Reo Prasetyo dan Wing Prasetya Kurniawan, (2020) yang berjudul “Pembelajaran Renang Gaya Dada Dengan Pendekatan Metode Inklusi” mendapatkan kesimpulan bahwa metode gaya mengajar inklusi sangat efektif digunakan dalam pembelajaran renang gaya dada. Dengan menggunakan metode gaya mengajar inklusi dapat meningkatkan hasil belajar renang gaya dada yang dilaksanakan oleh mahasiswa prodi Penjaskesrek UNP Kediri. Frekuensi tatap muka dari metode mengajar gaya inklusi akan lebih meningkatkan hasil yang lebih baik dengan pengulangan materi serta dilengkapi peralatan

pendukung seperti pullboy, paddle, dan dilakukan di kolam renang yang lebih luas dengan fasilitas yang memadai. Peneliti menyarankan dalam gaya mengajar inklusi dengan materi renang gaya dada dapat diaplikasikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah menengah hingga perguruan tinggi.

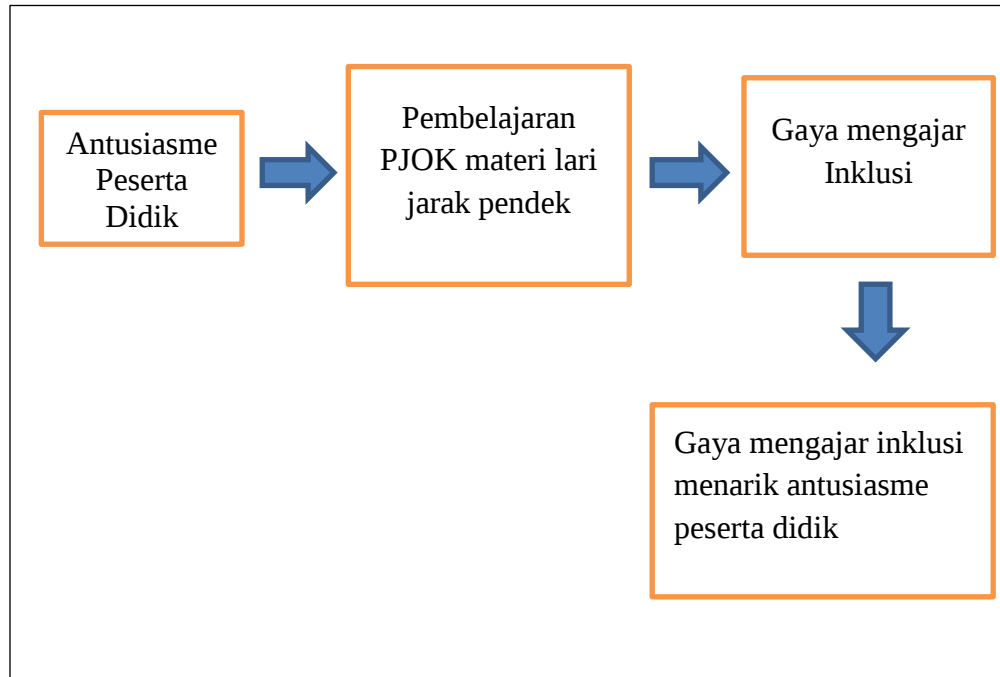
Hasil penelitian yang relevan dari beberapa peneliti diatas menyatakan bahwa gaya mengajar inklusi memiliki manfaat dan terbukti mampu meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran PJOK dan mampu menarik antusias peserta didik.

C. Kerangka Berpikir

Antusiasme pada pembelajaran PJOK sangat mempengaruhi keberhasilan terlaksananya pembelajaran PJOK. Dengan antusiasme yang tinggi peserta didik akan lebih mudah menerima materi yang diberikan oleh guru. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh Asnawi,A & Asnawi,A.N, (2022) bahwa antusiasme dalam belajar memiliki fungsi sebagai penggerak untuk mendorong manusia dalam bertindak, menentukan arah dan tindakan untuk menuju tujuan yang dicapai, serta memilih tindakan yang tepat untuk mncapai tujuan dengan mengesampingkan tindakan yang tidak berguna. Dari beberapa pendapat tersebut antusiasme yang meningkat dapat membantu peserta didik dalam proses pembelajaran PJOK salah satunya dengan penerapan metode mengajar gaya inklusi, sehingga peserta didik lebih terpacu dalam meraih

tujuannya pada materi lari jarak pendek yaitu mendapatkan teknik yang tepat untuk mencapai waktu terbaik.

Gambar 3. Bagan Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian dengan judul “Antusiasme Peserta Didik Kelas VIII SMP N 3 Godean Kabupaten Sleman Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Mengajar Inklusi” menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui antusiasme pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Godean. Metode dalam penelitian ini adalah survei yang dilakukan setelah penerapan pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi. Adapun pengumpulan data menggunakan angket yang dibagikan kepada peserta didik.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat dilaksanakannya penelitian ini adalah di SMP Negeri 3 Godean yang beralamat di Krapyak, Sidoarum, Godean, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Waktu dilaksanakannya penelitian ini yaitu tanggal 17 April 2023 sampai 16 Juli 2024. Pengambilan data pada penelitian tersebut dilaksanakan pada saat masuk semester genap tahun ajaran 2023/2024 yaitu tanggal 7 Mei 2024 sampai 16 Mei 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut A Muri Yusuf (2015, p. 145) populasi adalah salah satu hal esensial yang perlu perhatian kompleks apabila peneliti ingin menyimpulkan suatu hasil yang dapat dipercaya dan tepat guna untuk daerah atau objek penelitiannya. Tidak berbeda dengan menurut Sugiyono (2019, p. 130) bahwa populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Dari kutipan tersebut dapat disimpulkan bahwa populasi adalah kumpulan individu, objek, atau fenomena yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Populasi penelitian yang harus relevan dengan tujuan penelitian dan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan. Populasi penelitian yang tepat dapat membantu memperkuat validitas dan generalisabilitas hasil penelitian. Penelitian ini memiliki sasaran populasi yaitu peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Godean.

Tabel 1. Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah Peserta Didik
Kelas A	32
Kelas B	32
Kelas C	32
Kelas D	32
Kelas E	32
Kelas F	32
Jumlah	192

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019, p. 131), bahwa sampel merupakan sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampling yang digunakan yaitu *Purposive* dengan mengambil secara mempertimbangan dari 6 kelas diambil 2 kelas sebagai sampel penelitian. Sampling *Purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2019, p. 138). Dari pernyataan tersebut beberapa kelas di kelas VIII SMP N 3 Godean peneliti hanya mengambil sampel 2 kelas yaitu sejumlah 64 peserta didik dari 6 kelas VIII yang berjumlah 192 peserta didik. Pertimbangan diambil 2 kelas yaitu kelas VIII A dan kelas D dikarenakan kelas A merupakan kelas unggulan secara akademik di SMP N 3 Godean, sedangkan kelas D merupakan salah satu kelas yang berada pada urutan kelas ke-3 dari bawah secara akademik. Dengan 2 kelas tersebut dipilih untuk mengikuti proses penelitian.

Tabel 2. Sampel Penelitian

Sampel	Jumlah Peserta Didik
Kelas A	32
Kelas D	32

D. Definisi Operasional Variabel

Melalui bacaan definisi operasional dalam suatu penelitian, seorang peneliti dapat mengetahui pengukuran suatu variabel, sehingga seorang peneliti mampu mengetahui baik dan buruknya tersebut (Siyoto, 2015, p.

16). Variabel dalam penelitian merupakan sesuatu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari, sehingga mendapatkan informasi tentang hal yang ingin diteliti, kemudian ditarik sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2016, p. 38). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu Antusiasme Peserta Didik Kelas VIII SMP N 3 Godean Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Mengajar Inklusi. Secara operasional variabel tersebut didefinisikan sebagai antusiasme pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi pada peserta didik yang akan diukur dengan angket yang mencakup indikator: a) Bermanfaat, b) Berkesan, c) Bertanggung jawab, d) Bervariasi, e) kreatif, f) Menarik, g) Efektif, h) Senang, i) Percaya diri, j) Semangat, k) Positif.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan tahapan yang penting dalam proses penelitian sebagai pendorong terlaksananya penelitian yang telah dirancang. Pada penelitian ini proses pengambilan data dilapangan dengan cara membagikan angket yang disebarakan melalui kelas yang telah ditentukan. Prosedur yang digunakan peneliti untuk pengambilan data adalah sebagai berikut:

- a. Meminta izin kepada pihak SMP Negeri 3 Godean Sleman.

- b. Berkolaborasi dengan guru PJOK SMP Negeri 3 Godean Sleman untuk melaksanakan pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi.
- c. Pengumpulan data dilaksanakan setelah dilakukan pembelajaran gaya inklusi pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek yaitu dengan mengumpulkan peserta didik didalam kelas dan membagikan angket kuisisioner kepada peserta didik.
- d. Pengumpulan data dari responden.
- e. Pengolahan data.

Skala digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang maupun sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2017). Skala yang digunakan adalah *Skala Likert*. Menurut Sugiyono (2019, p. 152) *Skala Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tertentu pada fenomena sosial. Setiap instrumen memiliki jawaban dengan bobot masing-masing dari beberapa kata sebagai berikut:

- a. Sangat Setuju
- b. Setuju
- c. Tidak Setuju
- d. Sangat Tidak Setuju

Untuk mengolah data kuantitatif maka setiap jawaban memiliki skor masing-masing, diantaranya:

Tabel 3. Kriteria Penskoran

Jawaban	Skor
Sangat Setuju	4
Setuju	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian yang digunakan berupa lembar angket kuisioner yang dibuat oleh peneliti. Menurut Sugiyono, (2016, p. 102), menyatakan bahwa instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam atau kejadian yang diamati. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah pertanyaan berupa serangkaian soal yang sudah ada jawabannya, sehingga responden tinggal memilih 33 jawaban yang sesuai atau mendekati keadaan yang dialami masing-masing responden.

Langkah-langkah yang harus dilakukan dalam pembuatan instrumen penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Analisis variabel penelitian berdasarkan teori-teori yang digunakan sebagai acuan dasar penelitian yang akan dilakukan.
- b. Menetapkan jenis instrumen kemudian menentukan indikator variabel yang akan dilakukan untuk membuat instrumen penelitian.
- c. Membuat kisi-kisi butir soal instrumen.
- d. Membuat butir soal berdasarkan faktor dan kisi-kisi yang sudah disusun berupa pertanyaan atau pernyataan.
- e. Instrumen harus melewati tahap validitas dari para ahli.

Sebelum menyusun butir-butir pertanyaan atau pernyataan yang digunakan sebagai variabel penelitian, maka perlu menganalisis faktor dan indikator untuk menyusun kisi-kisi pertanyaan atau pernyataan. Kisi-kisi sangat diperlukan sebagai landasan dasar dalam menyusun instrumen penelitian. Kisi-kisi instrumen dengan variabel: antusiasme peserta didik SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi. Kisi-kisi penelitian ini menggunakan kisi-kisi yang terdiri dari kolom variabel, faktor, indikator, butir soal dan jumlah soal (Ramdani, 2017, p. 20). Berikut adalah kisi-kisi instrumen yang dikembangkan oleh peneliti sebagai acuan pembuatan angket kuisioner. Adapun kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

Tabel 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal	Jumlah Soal
Antusiasme peserta didik pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi	Makna Pembelajaran PJOK	a. Bermanfaat	1,2,3	3
		b. Berkesan	4,5,6	3
		c. Bertanggung jawab	7,8,9	3
	Penggunaan Metode, Model, Gaya Mengajar	a. Bervariasi	10,11,12	3
		b. Kreatif	13,14,15	3
		c. Menarik	16,17,18	3
		d. Efektif	19,20,21	3
	Minat Peserta Didik	a. Senang	22,23,24	3
		b. Percaya diri	25,26,27	3
		c. Semangat	28,29,30	3
	Pengaruh pada peserta didik	a. Positif	31,32,33	3
Jumlah				33

Pada kisi-kisi diatas terdapat opsi jawaban dalam pemilihan pernyataan yang sesuai diantaranya:

Skor 4: Sangat Setuju

Skor 3: Setuju

Skor 2: Tidak Setuju

Skor 1: Sangat Tidak Setuju

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Validitas

Instrumen pada penelitian melalui proses validasi, yang mana dari pendapat beberapa ahli telah di definisikan. Menurut Isnaini, (2013) suatu instrumen yang valid adalah yang memiliki validitas tinggi. Begitu pula dengan sebaliknya, instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Pengujian validitas tiap butir digunakan analisis item. Yaitu mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor total yang merupakan jumlah tiap butir soal. Menurut Ahmad Rithaudin M.Or sebagai validator instrument pada angket kuisisioner yang akan digunakan oleh peneliti dan Dr. Dennis Dwi Kurniawan M.Pd sebagai validator modul pembelajaran dari peneliti yang digunakan dalam pembelajaran PJOK oleh guru PJOK. Kedua validator tersebut menyatakan bahwa angket dan modul sudah valid dan layak untuk digunakan dalam penelitian. Berikut merupakan hasil uji validitas instrumen yang akan digunakan:

Tabel 5. Hasil Uji Validitas Instrumen

Pernyataan	r-Hitung	r-Tabel	P.(Sig.)	Keterangan
X1	0,594	0,244	0	Valid
X2	0,645	0,244	0	Valid
X3	0,35	0,244	0,005	Valid
X4	0,609	0,244	0	Valid
X5	0,609	0,244	0	Valid
X6	0,507	0,244	0	Valid
X7	0,507	0,244	0,004	Valid
X8	0,353	0,244	0	Valid
X9	0,514	0,244	0,001	Valid
X10	0,39	0,244	0	Valid
X11	0,448	0,244	0	Valid
X12	0,461	0,244	0	Valid
X13	0,564	0,244	0	Valid
X14	0,433	0,244	0	Valid
X15	0,567	0,244	0	Valid
X16	0,424	0,244	0	Valid
X17	0,551	0,244	0	Valid
X18	0,669	0,244	0	Valid
X19	0,495	0,244	0	Valid
X20	0,607	0,244	0	Valid
X21	0,555	0,244	0	Valid
X22	0,698	0,244	0	Valid
X23	0,619	0,244	0	Valid
X24	0,608	0,244	0	Valid
X25	0,537	0,244	0	Valid
X26	0,68	0,244	0	Valid
X27	0,495	0,244	0	Valid
X28	0,556	0,244	0	Valid
X29	0,603	0,244	0	Valid
X30	0,559	0,244	0	Valid
X31	0,384	0,244	0,002	Valid
X32	0,289	0,244	0,021	Valid
X33	0,372	0,244	0,002	Valid

Dari hasil uji validitas diatas instrumen yang akan digunakan dapat diketahui bahwa seluruh butir dinyatakan valid dikarenakan r-

hitung lebih besar dari r-tabel maka instrumen penelitian dinyatakan telah valid untuk digunakan.

2. Reliabilitas

Uji reabilitas instrumen merupakan sesuatu yang berkaitan dengan keberhasilan suatu indikator (Sugiyono, 2016, p. 56). Hal tersebut dapat diartikan bahwa suatu indikator terdapat informasi yang konsisten atau tidak. Uji reliabilitas bertujuan untuk melihat konsistensi pada alat pengukuran. Apabila dilakukan suatu pengamatan dengan alat ukur yang sama dan menghasilkan hasil yang konsisten maka dapat diartikan bahwa reliabel. Instrumen tersebut harus reliabel sehingga sudah cukup baik dan dapat mampu mengungkapkan data yang dipercaya. Dasar pengambilan uji reliabilitas *Cronbach Alpha* menurut Wiratna Sujerweni (2014), kuisioner dikatakan reliable jika nilai *Cronbach Alpha* > 0,6. Berikut merupakan hasil uji reliabilitas pada kuisioner yang akan digunakan:

Tabel 6. Tabel Reliabilitas Instrumen

Jumlah Pernyataan	Cronbach's Alpha	Syarat	Keterangan
33	0,917	0,6	Reliabel

G. Teknik dan Analisis Data

Setelah seluruh data terkumpul kemudian langkah yang akan diambil ialah menganalisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono, (2016, p. 8) deskriptif kuantitatif merupakan pengumpulan data yang menggunakan instrumen penelitian analisis data

bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.

Data yang dianalisis, selanjutnya dibuat suatu kriteria-kriteria dengan menggunakan tabel untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan pengkategorian sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif. Menurut Sugiyono, (2017) menyatakan bahwa perhitungan statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram lingkaran, piktogram, perhitungan mean, modus, median, perhitungan desil, persentil, perhitungan penyebaran data, perhitungan rata-rata, standar deviasi, dan persentase.

Pembagian kategori tersebut menggunakan mean dan standar deviasi. Kemudian data tersebut diinterpretasikan ke dalam lima kategori. Pengkategorian skor menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dengan skala 5. Berdasarkan pendapat Sudijono, (2006, p. 161) menyatakan pengkategorian disusun dengan lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Teknik analisis data dibantu menggunakan SPSS 22 dan Excel. Kemudian untuk memaknai skor antusias diterapkan kelompok kategorisasi berdasarkan tingkatan menggunakan rumus rata-rata ($\bar{X}$) dan standar deviasi (S_d), (Ngatman & Adryani, 2017, p. 112), pengelompokan kategorisasi diuraikan sebagai berikut:

Tabel 7. Tingkatan Kategori

No	Interval	Kategori
1.	$> X + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Tinggi
2.	$X + 0,5 \text{ SD s/d } < X + 1,5 \text{ SD}$	Tinggi
3.	$X - 0,5 \text{ SD s/d } < X + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4.	$X - 1,5 \text{ SD s/d } < X - 0,5 \text{ SD}$	Rendah
5.	$\leq X - 1,5 \text{ SD}$	Sangat Rendah

Syaifudin Azwar (2010: 113)

Keterangan:

X = Mean

SD = Standar Deviasi

Berdasarkan pada rumus diatas, dan telah diketahui jumlah soal atau butir pertanyaan yaitu sebanyak 33 pertanyaan, maka dapat diketahui:

Mean = 106,7

Standar Deviasi (SD) = 9,8

Dari hasil perhitungan diatas maka mendapatkan rentangan skor yang dijelaskan pada tabel dibawah ini:

Tabel 8. Hasil Pengkategorian Skor Keseluruhan

Interval	Kategori
>121	Sangat Tinggi
111 – 121	Tinggi
101 – 110	Sedang
93 – 100	Rendah
≤ 92	Sangat Rendah

Cara perhitungan analisis data mencari besarnya frekuensi relatif presentase. Dengan rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P= Presentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F= Frekuensi

N= Jumlah Responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diawali dengan gambaran pelaksanaan praktek pembelajaran sebanyak 2 kali pertemuan untuk satu kelas. Peneliti melaksanakan praktek pembelajaran dengan melibatkan 2 kelas yang telah ditentukan menggunakan metode *Purposive* yaitu kelas 8A dan Kelas 8D. Proses pembelajaran tersebut menggunakan gaya inklusi yang berupaya untuk menarik antusiasme dari peserta didik pada materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi. Untuk mengukur seberapa tinggi antusiasme peserta didik serta dampak apa saja yang didapatkan maka digunakan angket berjumlah 33 pernyataan. Seluruh butir pernyataan yang digunakan terbagi kedalam empat faktor, yaitu faktor makna (1) pembelajaran PJOK: (a) bermanfaat, (b) berkesan, (c) bertanggung jawab, (2) penggunaan metode, model, gaya mengajar: (a) bervariasi, (b) kreatif, (c) menarik, (d) Efektif, (3) minat peserta didik: (a) senang, (b) percaya diri, (c) semangat, (4) pengaruh pada peserta didik: (a) positif.

Analisis hasil penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Dengan teknik perhitungan untuk masing-masing peserta didik menggunakan akumulasi skor. Untuk memberi makna pada skor yang ada dibuat kategori tingkatan yang terdiri dari sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian tersebut menggunakan rata-

rata hitung (mean) dan standar deviasi (SD) dengan kelas interval sebagai berikut:

1. Hasil Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek dengan Gaya Inklusi Secara Keseluruhan.

Hasil data penelitian dari 64 peserta didik memperoleh total skor sebesar 6.833 dengan skor ideal keseluruhan 8.448 dari total pertanyaan dan pernyataan sebanyak 33 butir. Berikut dijabarkan dalam tabel:

Tabel 9. Hasil Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi Secara Keseluruhan

Mean	106,7
Standar Deviasi	9,8
Skor Terendah	81
Skor Tertinggi	127

Berdasarkan pada tabel diatas maka diperoleh hasil pengkategorian skor pada tabel berikut ini:

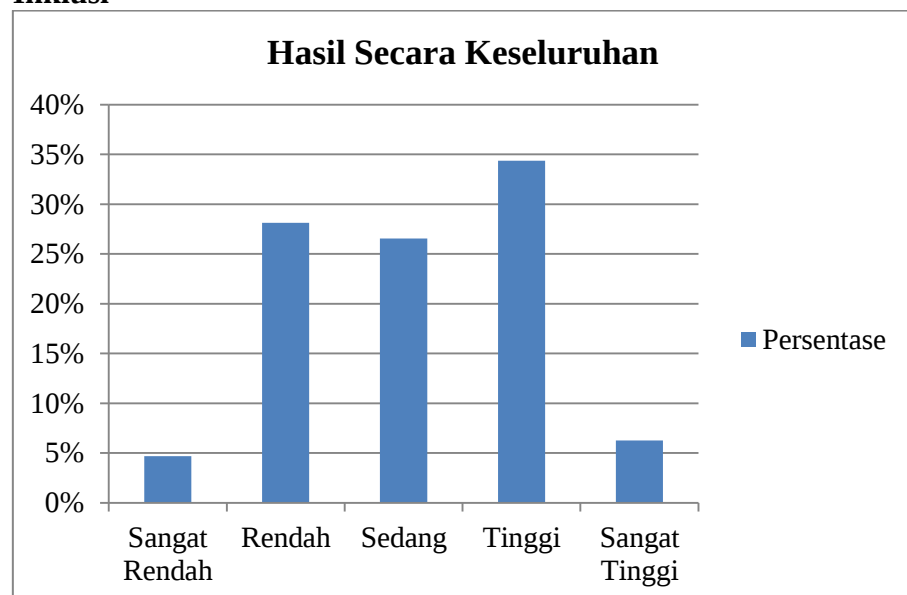
Tabel 10. Hasil Pengkategorian Skor Antusiasme Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi Secara Keseluruhan

Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
>121	Sangat Tinggi	4	6,25%
111 – 121	Tinggi	22	34,37%
101 – 110	Sedang	17	26,56%
93 – 100	Rendah	18	28,12%
≤ 92	Sangat Rendah	3	4,68%
Jumlah		64	100%

Hasil tabel diatas sebanyak 4 dari 64 peserta didik masuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase 6,25%, sebanyak 22 peserta didik masuk dalam kategori “tinggi” dengan persentase

34,37%, sebanyak 17 peserta didik masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase 26,56%, 18 peserta didik kategori “rendah” dengan persentase 28,12% dan 3 peserta didik kategori “sangat rendah” dengan persentase 4,68%. Berikut adalah diagram batang skor antusiasme peserta didik kelas VIII SMP N 3 Godean adalah sebagai berikut:

Gambar 4. Hasil Antusiasme Secara Keseluruhan Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek Dengan Gaya Inklusi



2. Hasil Berdasarkan Per Kelas Secara Keseluruhan

Penelitian ini menggunakan sampel dari 2 kelas diantaranya kelas VIII A dan kelas VIII D dengan jumlah masing-masing kelas sebanyak 32 peserta didik. Berikut merupakan hasil berdasarkan per kelas:

Tabel 11. Hasil Berdasarkan Kelas VIII A Secara Keseluruhan

Interval	Kategori	Kelas A	Persentase
>121	Sangat Tinggi	1	3,12%
111 – 121	Tinggi	12	37,5%
101 – 110	Sedang	12	37,5%
93 – 100	Rendah	6	18,75%
≤ 92	Sangat Rendah	1	3,12%
Jumlah		32	100%

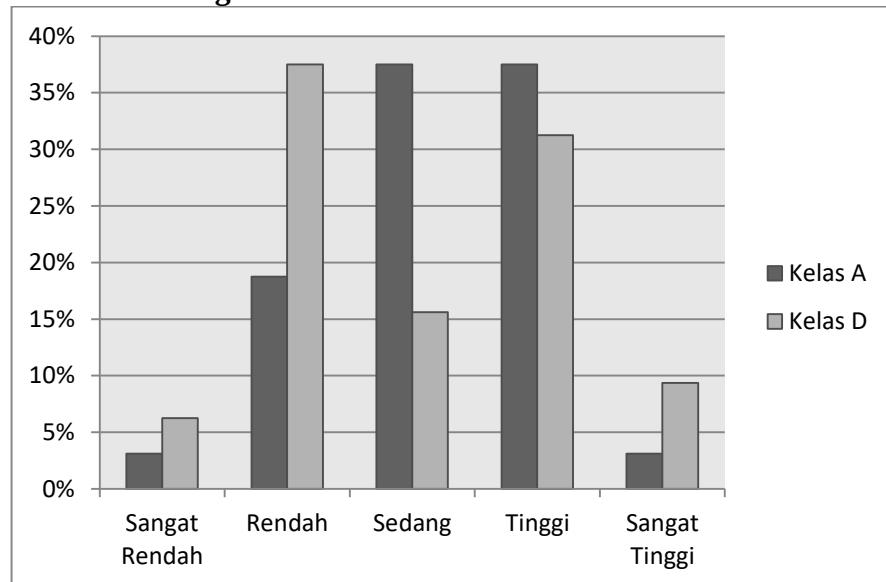
Tabel 12. Hasil Berdasarkan Kelas VIII D Secara Keseluruhan

Interval	Kategori	Jumlah	Persentase
>121	Sangat Tinggi	3	9,37%
111 – 121	Tinggi	10	31,25%
101 – 110	Sedang	5	15,62%
93 – 100	Rendah	12	37,5%
≤ 92	Sangat Rendah	2	6,25%
Jumlah		32	100%

Berdasarkan hasil pada tabel diatas pada kategori “sangat tinggi” kelas VIII A memperoleh hasil sebanyak 1 peserta didik dengan persentase sebesar 3,12%, dan kelas VIII D memperoleh hasil sebanyak 3 peserta didik dengan persentase sebesar 9,37 %. Pada kategori “tinggi” kelas VIII A sebanyak 12 peserta didik dengan persentase sebesar 37,5 % dan kelas VIII D sebanyak 10 peserta didik dengan persentase sebesar 31,25 %. Pada kategori “sedang” kelas VIII A sebanyak 12 peserta didik dengan persentase sebesar 37,5 % dan kelas D sebanyak 5 peserta didik dengan persentase sebesar 15,62%. Pada kategori “ rendah” kelas VIII A 6 peserta didik dengan persentase 18,75% sedangkan kelas VIII D sebanyak 12 peserta didik dengan persentase 37,5%. Pada kategori “sangat rendah” kelas VIII A 1 peserta didik dengan persentase 3,12% sedangkan kelas VIII D 2

peserta didik dengan persentase 6,25%. Berikut adalah diagram hasil keseluruhan per kelas:

Gambar 5. Diagram Hasil Keseluruhan Per Kelas



3. Hasil Berdasarkan Per Faktor

a. Faktor Makna Pembelajaran PJOK

Berikut ini merupakan penjelasan pada kategori makna pembelajaran PJOK, bahwa kategori makna pembelajaran PJOK dengan jumlah pertanyaan sebanyak 9 butir pertanyaan maupun pernyataan yang diisi oleh sebanyak 64 peserta didik memperoleh capaian skor sebesar 1.895 dengan skor ideal sebesar 2.304. Berikut merupakan tabel penjelasan hasil perhitungan pada kategori makna pembelajaran PJOK:

Tabel 13. Hasil Berdasarkan Faktor Makna Pembelajaran PJOK

Skor Tertinggi	36
Skor Terendah	25
Mean	29,6
Standar Deviasi	2,8

Berdasarkan pada tabel diatas maka didapatkan hasil pengkategorian skor kategori faktor makna pembelajaran PJOK berikut ini:

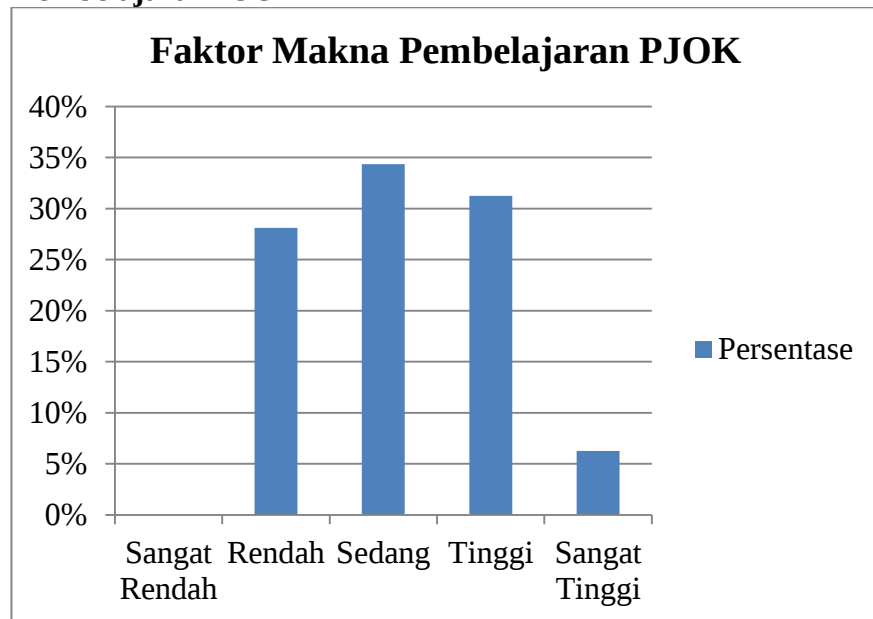
Tabel 14. Pengkategorian Faktor Makna Pembelajaran PJOK

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
>34	Sangat Tinggi	4	6,25%
31– 34	Tinggi	20	31,25%
28– 30	Sedang	22	34,37%
25 – 27	Rendah	18	28,12%
≤ 24	Sangat Rendah	0	0%
Jumlah		64	100%

Hasil berdasarkan faktor makna pembelajaran PJOK mendapatkan skor tertinggi sebesar 36 dengan skor maksimum 36 dan skor terendah sebesar 25 dengan skor minimum sebesar 9. Hasil pengkategorian skor dari sebanyak 64 peserta didik sebanyak 4 peserta didik masuk dalam kategori “sangat tinggi” sehingga memiliki persentase sebesar 6,25%, sebanyak 20 peserta didik masuk dalam kategori “tinggi” memiliki persentase sebesar 31,25%, dan sebanyak 22 peserta didik masuk dalam kategori “sedang” memiliki persentase sebesar 34,37%. Pada kategori “rendah” sebanyak 18 peserta didik dengan persentase 28,12% dan kategori “sangat rendah” memiliki persentase sebesar 0%. Berikut

akan dijelaskan pada diagram batang hasil dari kategori makna pembelajaran PJOK:

Gambar 6. Diagram Berdasarkan Faktor Makna Pembelajaran PJOK



b. Hasil Berdasarkan Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Berikut ini merupakan penjelasan pada faktor penggunaan metode, bahwa faktor tersebut meliputi bervariasi, kreatif, menarik, dan efektif. Hasil dari perhitungan data disajikan pada tabel berikut:

Tabel 15. Hasil Berdasarkan Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Skor Tertinggi	47
Skor Terendah	28
Mean	38,4
Standar Deviasi	4,07

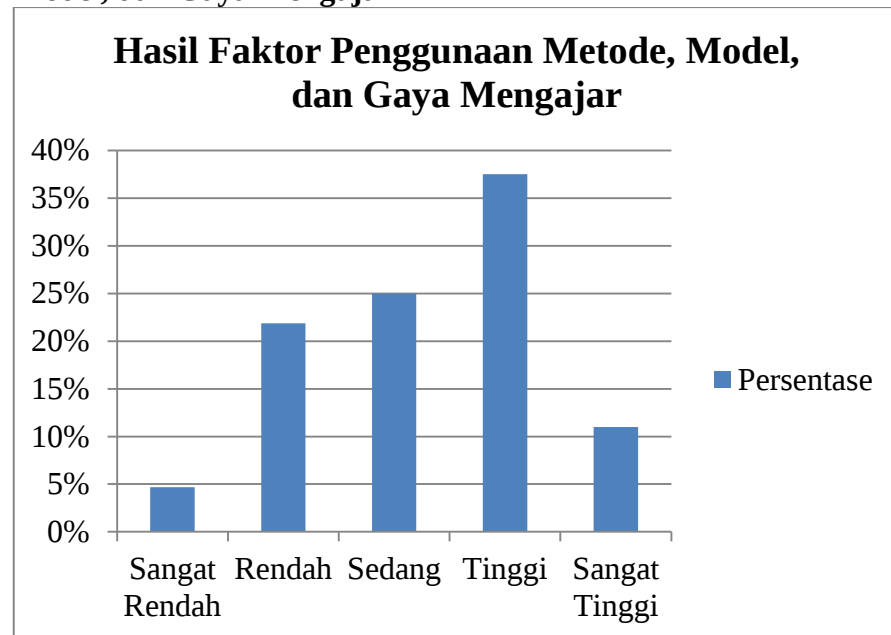
Dari tabel diatas didapatkan hasil pengkategorian skor yang akan dijelaskan pada tabel berikut ini:

Tabel 16. Pengkategorian Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 44	Sangat Tinggi	7	10,98%
40 – 43	Tinggi	24	37,5%
36 – 39	Sedang	16	25%
32 – 35	Rendah	14	21,87%
≤ 32	Sangat Rendah	3	4,68%
Jumlah		64	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pada faktor penggunaan metode dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi memiliki skor tertinggi yaitu 47 dengan skor maksimum adalah 48, sedangkan skor terendah 28 dengan skor minimum yaitu 12. Penggunaan metode, model, dan gaya mengajar meliputi indikator bervariasi, kreatif, menarik, dan efektif. Sebanyak 7 peserta didik termasuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase sebesar 10,98%, sebanyak 24 peserta didik termasuk dalam kategori “tinggi” dengan persentase sebesar 37,5%, dan sebanyak 16 peserta didik termasuk dalam kategori “sedang” dengan perolehan persentase sebesar 25%. Pada kategori “rendah” 14 peserta didik dengan persentase 21,87% dan “sangat rendah” 3 peserta didik dengan persentase sebesar 4,68%. Berikut adalah diagram batang hasil berdasarkan penggunaan metode, model, dan gaya mengajar:

Gambar 7. Hasil Berdasarkan Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar



c. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik

Berdasarkan hasil penelitian berikut merupakan penjelasan bahwa faktor minat peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi didapatkan hasil berikut yang disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 17. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik

Skor Tertinggi	35
Skor Terendah	20
Mean	28,5
Standar Deviasi	3,4

Berdasarkan tabel diatas maka didapatkan hasil pengkategorian skor pada tabel dibawah ini:

Tabel 18. Pengkategorian Faktor Minat Peserta Didik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 33	Sangat Tinggi	8	12,5%
30 – 33	Tinggi	18	28,12%
27 – 29	Sedang	25	39,06%
23 – 16	Rendah	8	12,5%
≤ 22	Sangat Rendah	5	7,81%
Jumlah		64	100%

Dari hasil pemaparan tabel diatas maka didapatkan hasil berdasarkan minat peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi yang meliputi indikator senang, percaya diri, dan semangat dengan skor tertinggi 35 dengan skor maksimum sebanyak 36 dan skor terendah 20 dengan skor minimum sebanyak 9. Hasil data mendapatkan rata-rata skor yang diraih sebanyak 28,5. Sebanyak 8 peserta didik termasuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase sebesar 12,5%, sebanyak 18 peserta didik termasuk dalam kategori “tinggi” memperoleh persentase sebesar 28,12%, sebanyak 25 peserta didik masuk dalam kategori “sedang” dengan memperoleh persentase sebesar 39,06%. Pada kategori “rendah” 8 peserta didik dengan persentase 12,5% dan “sangat rendah” 5 peserta didik memperoleh persentase sebesar 7,81%. Persentase hasil berdasarkan minat peserta didik digambarkan dalam diagram berikut:

Gambar 8. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik



d. Hasil Berdasarkan Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik

Berdasarkan data yang diperoleh berikut merupakan penjelasan pada faktor berpengaruh pada siswa pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi dijabarkan pada tabel berikut ini:

Tabel 19. Hasil Berdasarkan Pengaruh Pada Peserta Didik

Skor Tertinggi	12
Skor Terendah	7
Mean	10,06
Standar Deviasi	1,16

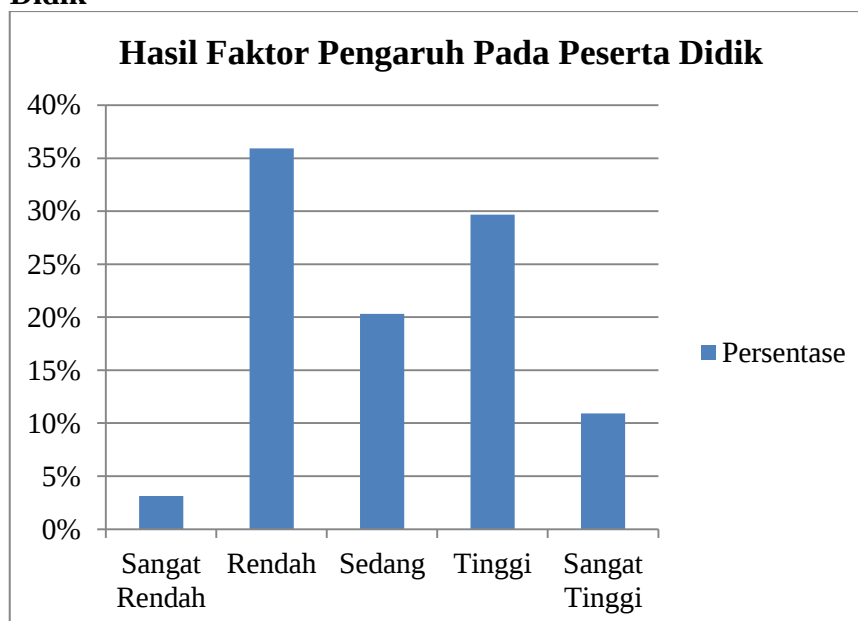
Berdasarkan pada tabel diatas maka didapatkan pengkategorian yang akan dijabarkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 20. Pengkategorian Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
>11,8	Sangat Tinggi	7	10,93%
10,6 – 11,8	Tinggi	19	29,68%
9,4 – 10,5	Sedang	13	20,31%
8,3 – 9,3	Rendah	23	35,93%
≤ 8,2	Sangat Rendah	2	3,12%
Jumlah		64	100%

Berdasarkan tabel diatas pengaruh pada peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi pada dampak positif diantaranya meraih skor tertinggi sebesar 12 dari skor maksimum 12 dan skor terendah 7 dari skor minimum 3. Sebanyak 7 peserta didik termasuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan memperoleh persentase sebesar 10,93%, sebanyak 19 peserta didik termasuk dalam kategori “tinggi” dengan memperoleh persentase sebesar 29,68%, dan sebanyak 13 peserta didik termasuk dalam kategori “sedang” dengan memperoleh persentase sebesar 20,31%. Pada kategori “rendah” sebanyak 23 peserta didik dengan persentase 35,93% dan kategori “sangat rendah” 2 peserta didik dengan persentase sebesar 3,12%. Berikut merupakan diagram batang hasil dari pengaruh pada peserta didik sebagai berikut:

Gambar 9. Hasil Berdasarkan Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik



B. Pembahasan

Dapat dilihat dari deskripsi diatas, bahwa dapat diketahui hasil berdasarkan kategori-kategori yang mendukung meningkatnya antusiasme dan dampak positif peserta didik. Hasil ketercapaian skor pada peserta didik mampu menjelaskan tingkat antusiasme pada peserta didik SMP Negeri 3 Godean pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi. Diketahui terdapat empat kategori yang tercakup diantaranya makna pembelajaran PJOK, penggunaan metode, mode, dan gaya mengajar, minat peserta didik, dan pengaruh pada peserta didik. Keempat kategori tersebut merupakan hal-hal pemicu dalam meningkatkan antusiasme para peserta didik kelas VIII SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman.

Hasil data penelitian dengan kategori tersebut dengan melibatkan sampel yaitu 2 kelas secara acak atau *Purposive* dengan total sebanyak 64

peserta didik yang terlibat dari 192 peserta didik keseluruhan di kelas VIII SMP Negeri 3 Godean Kabupaten Sleman. Sebanyak 64 peserta didik memperoleh total skor 6.833 dari skor maksimal 8.448. Berikut ini merupakan penjelasan secara rinci satu persatu mengenai hasil ketercapaian peserta didik secara keseluruhan dan per-kategori:

1. Hasil Antusiasme Pada Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek dengan Gaya Mengajar Inklusi Secara Keseluruhan

Berdasarkan hasil keseluruhan antusiasme pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi dari pernyataan 64 peserta didik dapat dijabarkan bahwa sebagian besar dari peserta didik menyatakan bahwa dengan gaya inklusi pada pembelajaran PJOK lari jarak pendek mampu meningkatkan antusiasme peserta didik.

Namun terdapat 4 peserta didik memilih opsi “sangat tidak setuju” dengan skor 1. Pemilihan opsi tersebut pada kategori makna pembelajaran PJOK pada indikator berkesan. Peserta didik menyatakan bahwa peserta didik tersebut tidak menanti-nanti pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek. Kemudian terdapat skor 1 pada kategori penggunaan metode, model, dan gaya mengajar pada indikator bervariasi, kreatif, dan menarik. Terdapat 6 pernyataan dengan skor 1 dari peserta didik. Peserta menyatakan bahwa peserta didik tersebut merasa gaya mengajar inklusi merupakan gaya mengajar yang monoton, peserta didik merasa gaya mengajar inklusi tidak membuat peserta didik tersebut lebih kreatif, peserta didik merasa lebih susah

mempraktikkan teknik lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi, peserta didik merasa tidak tertarik dengan materi yang akan diajarkan, peserta didik merasa tidak ingin mengikuti lagi pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek, dan peserta didik merasa tidak ingin lebih tau pada materi lari jarak pendek yang telah diajarkan. Terdapat skor 1 pada kategori minat peserta didik pada indikator percaya diri. Sebanyak 2 peserta didik yang merasa bahwa pembelajaran PJOK yang dilaksanakan tidak meningkatkan keberanian peserta didik dalam mempraktikkan gerakan. Kemudian pada indikator semangat salah satu peserta didik menyatakan bahwa peserta didik tersebut merasa tidak bersemangat ketika pembelajaran PJOK. Dari 4 peserta didik yang menyatakan skor 1 pada bagian tersebut sebanyak 3 peserta didik memiliki akumulasi skor pada kategori “sedang” dan 1 peserta didik pada kategori “tinggi”. Rata-rata skor akumulasi keseluruhan peserta didik sebesar 106,7 juga termasuk dalam kategori “Sedang”.

Menurut Ekahana, M. A., Kristiyani, S., Purwaninastiti, S., & Lukas, S. (2022) peserta didik dikatakan memiliki antusiasme dalam belajar apabila mereka memiliki ketertarikan terhadap materi yang diajarkan oleh guru, dan berusaha melibatkan diri dalam kegiatan yang berkaitan dengan proses pembelajaran yang berlangsung. Peserta didik yang memiliki rasa antusiasme tinggi akan lebih percaya diri dan bersemangat untuk mengikuti seluruh proses pembelajaran.

Penggunaan gaya mengajar inklusi menarik untuk digunakan karena memberikan kebebasan bagi peserta didik untuk mengeksplor kemampuan sesuai level yang telah diberikan oleh guru. Menurut Hanief, Y. N. (2015) gaya mengajar inklusi merupakan cara yang diterapkan guru dengan merancang bentuk-bentuk pembelajaran berdasarkan level-level tertentu dengan cara yang mudah dan cara yang sulit. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa rancangan yang dibuat oleh guru tersebut peserta didik diberi kebebasan untuk mengikuti tugas ajar yang sesuai dengan kemampuan masing-masing.

2. Hasil Berdasarkan Per Kelas Secara Keseluruhan

Hasil berdasarkan per kelas menunjukkan bahwa kelas VIII A memiliki persentase lebih besar dibandingkan dengan kelas VIII D. Hasil tersebut dapat dilihat dari persentase kategori “Sangat Tinggi” kelas VIII A lebih besar dibandingkan dengan kelas VIII D. Sehingga antusiasme peserta didik kelas VIII A lebih besar.

Menurut Aswani,A.,& Asnawi,A.N., (2022) bahwa antusiasme dalam belajar mempunyai fungsi untuk mendorong manusia dalam bertindak sebagai motor penggerak atau yang memancarkan energi, menentukan arah dan tindakan untuk menuju tujuan yang dicapai, serta memilih tindakan yang tepat untuk mencapai tujuan dengan mengesampingkan tindakan yang tidak berguna. Sehingga dari hasil persentase diatas antusiasme peserta didik memiliki manfaat dan dampak positif bagi peserta didik. Kelas VIII A secara akademik lebih

unggul dibandingkan VIII D juga secara antusiasme lebih unggul dibandingkan kelas VIII D.

3. Hasil Berdasarkan Per Faktor

a. Faktor Makna Pembelajaran PJOK

Faktor makna pembelajaran PJOK merupakan faktor yang diambil dari pelaksanaan pembelajaran PJOK yang meliputi indikator bermanfaat, berkesan, dan bertanggung jawab. Hasil data penelitian dari segi faktor makna pembelajaran PJOK dengan jumlah pertanyaan sebanyak 9 butir pertanyaan maupun pernyataan yang diisi oleh sebanyak 64 peserta didik memperoleh capaian skor sebesar 1.895 dengan skor ideal sebesar 2.304. Setelah dilakukan perhitungan dan analisis data keseluruhan pada kategori makna pembelajaran PJOK menunjukkan bahwa peserta didik sebagian besar mampu memahami makna yang terkandung dalam pembelajaran PJOK meliputi indikator yang terkandung dalam kategori makna pembelajaran PJOK.

Pemahaman akan makna pembelajaran PJOK sangat penting bagi peserta didik untuk meningkatkan kesadaran pentingnya pembelajaran PJOK. Menurut (Rachman, 2004) PJOK akan selalu ada dalam dunia pendidikan karena PJOK sangatlah dibutuhkan. Diperkuat oleh Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiyogo, W. D. (2019) PJOK merupakan bagian penting dari keseluruhan proses pendidikan dengan tujuan peningkatan kinerja manusia melalui

media kegiatan fisik untuk mengembangkan dan memelihara tubuh manusia. Peserta didik kelas VIII SMP N 3 Godean memiliki antusias yang cukup tinggi sehingga mampu mendukung kemampuan peserta didik pada pemahaman pembelajaran PJOK.

b. Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Faktor penggunaan metode, model, dan gaya mengajar merupakan kategori yang diambil dari pelaksanaan pembelajaran PJOK. Pada pembelajaran PJOK dibutuhkan metode, model, dan gaya mengajar yang tepat untuk menciptakan pembelajaran yang efektif dan efisien. Sehingga tercapainya tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Pembelajaran PJOK yang dilaksanakan difokuskan menggunakan gaya mengajar inklusi. Indikator pada kategori penggunaan metode, model, dan gaya mengajar meliputi bervariasi, kreatif, menarik, dan efektif.

Hasil data penelitian dari faktor penggunaan metode, model, dan gaya mengajar yang mampu mendeskripsikan bahwa penggunaan metode, model, dan gaya mengajar pada pembelajaran PJOK menarik antusiasme peserta didik. Setelah dilakukan perhitungan dan analisis data keseluruhan pada kategori penggunaan metode, model, dan gaya mengajar menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik menyatakan bahwa penggunaan gaya mengajar pada pembelajaran PJOK yaitu dengan gaya inklusi mampu menarik antusiasme.

Gaya mengajar inklusi cocok untuk digunakan pada materi lari jarak pendek dikarenakan peserta didik terlibat semua dan mampu menentukan sesuai dengan kemampuan masing-masing. Diperkuat oleh Ponidin, A. H., & Riyadi, D. N. (2017) gaya mengajar inklusi merupakan gaya dengan cara menyajikan materi pembelajaran secara rinci dan menawarkan tingkat-tingkat kesulitan yang berbeda-beda secara berurutan, yang bertujuan agar peserta didik kreatif dan mendapatkan kemudahan dalam mempelajari suatu keterampilan gerak, juga peserta didik diberi kebebasan untuk memilih dan menentukan pada tingkat kesulitan mana untuk memulai belajar suatu gerakan, serta diberi kebebasan dan keleluasaan pula untuk menentukan berapa kali siswa harus mengulangi gerakan, dalam mempelajari suatu teknik gerakan dalam setiap pertemuan. Hal tersebut mampu menarik peserta didik sehingga mampu meningkatkan antusiasme dan berdampak besar bagi peserta didik.

c. Hasil Berdasarkan Faktor Minat Peserta Didik

Faktor minat peserta didik meliputi indikator senang, percaya diri, dan semangat. Berdasarkan kategori minat peserta didik hasil data penelitian menunjukkan bahwa perolehan skor sebanyak 1.827 dengan skor ideal sebanyak 2.304. Hasil perhitungan data pada faktor minat peserta didik menyatakan bahwa peserta didik memiliki minat pada pembelajaran PJOK

materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi. Dengan gaya inklusi yang bervariasi dan tidak monoton mampu menarik antusiasme peserta didik.

Menurut Muliani R.D dan Arusman A. (2022) minat belajar mempunyai peran yang sangat besar terhadap peserta didik karena minat belajar ini merupakan salah satu kunci keaktifan seorang peserta didik dengan ada minat belajar yang tinggi maka peserta didik tersebut akan memiliki keaktifan yang berasal dari dalam dirinya sendiri. Maka dengan persentase minat peserta didik yang tinggi menunjukkan bahwa dengan pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi mampu meningkatkan antusiasme dan berdampak besar pada kategori minat peserta didik.

d. Hasil Berdasarkan Faktor Pengaruh Pada Peserta Didik

Pengaruh merupakan timbal balik suatu hal yang telah terjadi yang memiliki dua opsi yaitu positif dan negatif. Pengaruh erat kaitannya dengan dampak positif dan dampak negatif. Faktor pengaruh pada peserta didik dalam penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar dampak pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi bagi peserta didik. Hasil data penelitian kategori pengaruh pada peserta didik dengan indikator positif didapatkan total skor 644 dengan skor ideal 768. Indikator positif dalam penelitian ini merupakan dampak positif

dari pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi.

Hasil pernyataan peserta didik menyatakan bahwa sebagian besar peserta didik menyatakan pada pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi berdampak positif bagi peserta didik. Hal tersebut mampu menarik antusiasme bagi peserta didik diantaranya meningkatkan kemampuan peserta didik dari segi afektif, kognitif, dan psikomotor. Hal tersebut mengarah pada upaya untuk membentuk siswa yang memiliki kesadaran akan esensi kebugaran jasmani (Erwansyah, 2016; Prabowo et al., 2022).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi pengujian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebanyak 4 dari 64 peserta didik masuk dalam kategori “sangat tinggi” dengan persentase 6,25%, sebanyak 22 peserta didik masuk dalam kategori “tinggi” dengan persentase 34,37%, sebanyak 17 peserta didik masuk dalam kategori “sedang” dengan persentase 26,56%, 18 peserta didik kategori “rendah” dengan persentase 28,12% dan 3 peserta didik kategori “sangat rendah dengan persentase 4,68%. Berdasarkan hasil per kelas didapatkan antusiasme kelas VIII A lebih besar dibandingkan dengan kelas VIII D. Dari pernyataan 64 peserta didik dapat dijabarkan bahwa sebagian besar dari peserta didik menyatakan bahwa dengan gaya inklusi pada pembelajaran PJOK lari jarak pendek mampu menarik antusiasme peserta didik. Rata-rata skor sebesar 106,7 juga termasuk dalam kategori “Sedang”.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan maka terdapat sebuah implikasi yang dibagi menjadi dua yaitu sebagai berikut:

1. Teori

Dari beberapa fakta yang terkumpul berupa data dari kelas VIII SMP N 3 Godean, sebagai subjek penelitian, ternyata besaran faktor yang memperbesar dampak dan antusiasme peserta didik kelas VIII

SMP N 3 Godean tergolong “sangat tinggi”. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil dari hasil persentase keseluruhan yang diperoleh dalam angket hasil penelitian. Dengan demikian penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan olahraga terkhususnya.

2. Praktis

Diketahuinya faktor-faktor yang memperbesar dampak dan antusiasme peserta didik dalam pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi yang dikategorikan pada kategori “sangat besar”, maka mampu dijadikan untuk bahan pertimbangan bagi sekolah untuk memperbesar dampak dan antusiasme peserta didik SMP N 3 Godean pada pembelajaran PJOK dengan menggunakan gaya mengajar inklusi, sebaik-baiknya demi kemajuan olahraga serta memperbesar dampak dan antusiasme peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

C. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti sudah berusaha keras untuk memenuhi syarat dan ketentuan segala kebutuhan yang disyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Kurang mengetahui kesungguhan responden dalam mengikuti pembelajaran PJOK dan mengerjakan angket. Usaha yang dilakukan

peneliti untuk meminimalisir kesalahan yaitu memberikan pengertian dan gambaran serta maksud dan tujuan penelitian ini dilaksanakan.

2. Pengumpulan data pada penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden tersebut dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
3. Pada saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran dan pengisian angket kepada responden, tidak bisa dipantau secara cermat satu persatu jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar dari pendapat diri sendiri atau tidak.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian antusiasme pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi pada peserta didik didapatkan faktor untuk menarik antusiasme peserta didik kelas VIII SMP N 3 Godean. Terdapat beberapa saran yang perlu disampaikan oleh penulis dalam penelitian ini antara lain:

1. Bagi sekolah, berdasarkan penelitian ini harapannya agar sekolah lebih mendukung kegiatan pembelajaran PJOK dari segi gaya mengajar yang digunakan agar peserta didik lebih antusias, mengingat pentingnya pembelajaran PJOK bagi peserta didik.
2. Bagi guru, berdasarkan penelitian harapannya agar guru lebih kreatif dalam pemilihan metode, mode, maupun gaya mengajar yang digunakan pada pembelajaran PJOK, mengingat antusias peserta didik

sangat penting tentunya agar dapat memberikan dampak yang positif bagi peserta didik.

3. Bagi peserta didik, berdasarkan penelitian ini diharapkan peserta didik lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran PJOK guna mendapatkan ilmu pengetahuan tentang olahraga dengan maksimal secara kognitif, psikomotor, dan afektif.
4. Bagi orang tua peserta didik, diharapkan mendukung anaknya dalam mengikuti pembelajaran di sekolah secara moril maupun materil guna menjadikan peserta didik lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Selain itu, orang tua peserta didik diharapkan wajib mendukung kebijakan dari sekolah guna kelancaran proses belajar mengajar karena dengan kelancaran dalam proses belajar mengajar akan meningkatkan kenyamanan peserta didik serta guru sehingga mampu menghasilkan peserta didik yang berkualitas secara kognitif, afektif, dan psikomotor.
5. Kepada peneliti lain harapannya agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai dampak pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dengan gaya inklusi terhadap antusiasme peserta didik di kelas VIII SMP N 3 Godean.
6. Kepada peneliti lain harapannya bisa dilakukan penelitian lebih mendalam dengan tema yang serupa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. R. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif
- Afdhal, M. (2015). Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis matematis dan antusiasme belajar melalui pendekatan reciprocal teaching. In *Seminar Nasional Matematika dan Pendidikan Matematika UNY* (pp. 193-200).
- Agari, M., Simanjuntak, V. G., & Haetami, M. (2019). Pengaruh Metode ABC Running Terhadap Hasil Belajar Teknik Lari Jarak Pendek 60 meter. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 8(6).
- Agus Sumhendartin (2018). *Strategi dan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*, UNY Press.
- Arikunto, S (2013). Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan Edisi 2. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Asep Kurnia Nengala. (2006). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Grafindo Media Pratama.
- Aswani, A., & Aswani, A. N. (2022). Efektivitas dan Kesulitan Belajar Online Terhadap Antusiasme Siswa dalam Belajar. *Jurnal Ilmiah KORPUS*, 6(1), 38-47.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Depdiknas. Diperoleh tanggal 5 April 2023 <https://www.jogloabang.com/pustaka/uu-20-2003-sistem-pendidikan-nasional>.
- Eddy Purnomo, Dapan (2017). Dasar-dasar Gerak Atletik: ALFAMEDIA
- Ekahana, M. A., Kristiyani, S., Purwaninastiti, S., & Lukas, S. (2022). Tingkat Antusiasme Peserta Didik Kelas VIII SMP Dian Harapan Daan Mogot terhadap Penggunaan PhET pada Materi Getaran. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(5), 7100-7106.
- Erwansyah, A. A., & TK, B. F. (2016). Pengaruh Permainan Lompat Kardus terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh Gaya Menggantung dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 4(2).
- Febriana, R. (2021). *Kompetensi guru*. Bumi aksara.
- Ferawati, F., Mashud, M., & Warni, H. (2022). Gaya Mengajar Inklusi untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Spesifik Servis Bawah Bola Voli Siswa Kelas VII. *Jurnal Patriot*, 4(4), 273-286.
- Hanief, Y. N. (2015). Pengaruh Gaya Mengajar Terhadap Hasil Belajar Lay Up Shoot Bola Basket Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Tangan. *Efektor*, 2(2).

- Helmi, B., & Aditya, R. (2017). Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Menggunakan Media Yang Dimodifikasi Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Tolak Peluru. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(1), 1-12.
- Helmi, B., & Winata, D. C. (2017). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Dribble Dalam Permainan Bola Basket Melalui Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa SMP. *Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan*, 5(2), 55-61.
- Herpandika, R. P., & Kurniawan, W. P. (2020). Pembelajaran Renang Gaya Dada dengan Pendekatan Metode Inklusi. *Indonesia Performance Journal*, 4(1), 1-9.
- Muliani, R. D. M. R. D., & Arusman, A. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar peserta didik. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 133-139.
- Pambudi, M. I., Winarno, M. E., & Dwiwogo, W. D. (2019). *Perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan* (Doctoral dissertation, State University of Malang).
- Ponidin, A. H., & Riyadi, D. N. (2017). Pengaruh gaya mengajar dan motivasi belajar terhadap keterampilan servis atas bola voli. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 31(1), 13-20.
- Pratiwi, A. S., Nugraheni, W., & Maulana, F. (2023). Identifikasi Kebugaran Jasmani Siswa SMK: Dampak Penghapusan Mata Pelajaran PJOK. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 9(4), 1719-1725.
- Pratama, N. Z. (2022). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kemampuan Lari Jarak Pendek Pada Siswa Aliyah Sabilal Mudhtadin Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 6(1), 102-113.
- Ramadhan, M. (2013). *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Rohman, U., & Wibowo, S. (2019). Upaya Memperbaiki Hasil Belajar Servis Forehand Tinggi Dalam Pembelajaran Bulu Tangkis Dengan Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa Kelas Ix Smp Negeri 22 Surabaya Tahun Pelajaran 2018-2019. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 17(2).
- Sugiyono, (2017). Uji validitas dan realibilitas: Repository.stei.ac.id
- Sugiyono, (2019). Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: ALFABETA
- Sara, I. A., & MASHUD, M. (2017). Penerapan Pembelajaran Servis Atas Bolavoli Menggunakan Gaya Mengajar Inklusi Pada Siswa Kelas X Di Smk Grafika PGRI-Pakis. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 15(2).

- Suherman, A. (2018). *Kurikulum pembelajaran penjas*. UPI Sumedang Press.
- Taqwim, R. I., Winarno, M. E., & Roesdiyanto, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 5(3), 395-400.
- Widoyoko, Eko Putro. (2009). *Evaluasi Program Pembelajaran (Panduan Praktis bagi Pendidik dan Calon Pendidik)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Widya, M. D. A. (2004). *Belajar berlatih gerak-gerak dasar atletik dalam bermain*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU 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/224/UN34.16/PT.01.04/2024 6 Mei 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala Sekolah SMP N 3 Godean

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

Nama	: Aisyah Salma Najidah
NIM	: 20601241132
Program Studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - SI
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Memohon izin mencari data penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) DAMPAK PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI JARAK PENDEK DENGAN GAYA INKLUSI TERHADAP ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN
Waktu Penelitian	: 7 - 27 Mei 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.



Dekan,

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

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



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 3 GODEAN

ꦱꦼꦏꦺꦴꦭꦩꦺꦤꦺꦁꦩꦥꦠꦤꦤꦺꦒꦼꦂꦶꦠꦺꦁꦏꦼꦩꦼꦤ꧀

Krapyak, Sidoarum, Godean, Sleman, Yogyakarta 55264
Telepon (0274) 798647, Faksimile (0274) 798647
website: www.smpn3-godean.sch.id, E-mail : smpn3godean@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070 / 117

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMP Negeri 3 Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta :

Nama : Catur Haryadi, M. Pd.
NIP : 19710405 199803 1 008
Pangkat / Golongan : Pembina, IV/a
Jabatan : Kepala SMP Negeri 3 Godean

Menerangkan bahwa :

Nama : AISYAH SALMA NAJIDAH
NIM : 20601241132
Universitas : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
Program Studi : S1 – PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN, DAN REKREASI

benar-benar telah mengadakan penelitian dan pengambilan data dalam rangka skripsi / thesis / penelitian tugas akhir di SMP NEGERI 3 GODEAN dengan judul : "DAMPAK PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI JARAK PENDEK DENGAN GAYA INKLUSI TERHADAP ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP N 3 GODEAN".

Yang dilaksanakan pada tanggal 07 – 16 Mei 2024.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 16 Mei 2024
Kepala SMP Negeri 3 Godean

Catur Haryadi, M. Pd.
Pembina, IV/a
NIP. 19710405 199803 1 008

Lampiran 2. Surat Pernyataan Validasi

	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 0277-513092 Laman : fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

SURAT PERNYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Rithaudin M.Or
NIP : 198101252006041001
Jurusan : POK

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Aisyah Salma Najidah
NIM : 2060124132
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TA : ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 3 GODEAN KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK MATERI LARI JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR INKLUSI

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

☐ Layak digunakan untuk penelitian

☒ Layak digunakan dengan revisi

☐ Tidak layak digunakan penelitian yang bersangkutan

Dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta, 19-09-2024
Validator

Ahmad Rithaudin M.Or
NIP : 198101252006041001



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext 560, 557, 0274-550826, Fax 0277-513092
Laman : fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

SURAT PERNYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dr. Dennis Dwi Kurniawan, M.Pd
NIP : 19912082019031009
Jurusan : POR

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Aisyah Salma Najidah
NIM : 2060124132
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TA : ANTUSIASME PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 3
GODEAN KABUPATEN SLEMAN PADA PEMBELAJARAN PJOK
MATERI LARI JARAK PENDEK DENGAN GAYA MENGAJAR
INKLUSI

Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- ☐ Layak digunakan untuk penelitian
☒ Layak digunakan dengan revisi
☐ Tidak layak digunakan penelitian yang bersangkutan

Dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta
Validator

Dr. Dennis Dwi Kurniawan M.Pd
NIP : 19912082019031009

Catatan

☐ Beri tanda ✓

Lampiran 3. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : AISYAH SALMA NAJIDAH
 NIM : 20601241132
 Program Studi : Pendidikan, Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
 Pembimbing : Ahmad Rithaudin, M, Or

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	17/4/2023	Revisi Bab I, dll	
2.	13/05/2023	Revisi Bab 1 dan 2	
3.	27/2/2024	Revisi Bab 3	
4.	22/3/2024	Revisi Bab 1 - III	
5.	17/4/2024	Revisi Bab III	
6.	4/5/2024	Revisi hasil penelitian	
7.	12/5/2024	Revisi hasil + Bab v	
8.	12/6/24	Revisi hasil	
9.	2/8/2024	Revisi keseluruhan.	
10.	15/7/2024	Revisi keseluruhan skripsi	
11.	16/7/2024	Acc utam	

Ketua Departemen POR,

Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 4. Modul Ajar

MODUL AJAR PJOK SMP FASE D KELAS VIII

LARI JARAK PENDEK

Penyusun : Aisyah Salma Jenjang: SMP Kelas: VIII Alokasi Waktu: 4x40 menit (2x pertemuan)	Kompetensi Awal: Peserta didik telah dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan variasi dan kombinasi pola gerak dasar lokomotor, dan manipulatif dalam berbagai olahraga atletik melalui lari jarak pendek sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.	Profil Pelajar Pancasila: Profil Pelajar Pancasila yang dikembangkan pada Fase D adalah mandiri dan gotong royong yang ditujukan melalui proses pembelajaran gerak spesifik atletik melalui lari jarak pendek.
Sarana Prasarana		
• Lapangan /track atletik atau lapangan sejenisnya (halaman sekolah) • Start <i>block</i> atau sejenisnya • Bendera start atau sejenisnya • Cone / pembatas sejenisnya • Peluit dan <i>stopwatch</i>		
Target Peserta Didik		
Peserta didik reguler/tipikal		
Jumlah Peserta Didik		
Maksimal 32 peserta didik		
Ketersediaan Materi		
• Pengayaan untuk peserta didik CIBI atau yang berprestasi tinggi : YA/TIDAK • Alternatif penjelasan, metode, atau aktivitas, untuk peserta didik yang sulit memahami konsep: YA/TIDAK. (Jika memilih YA, maka didalam pembelajaran disediakan alternatif aktivitas sesuai kebutuhan peserta didik)		
Materi Ajar, Alat, dan Bahan yang Diperlukan		
1. Materi Pokok Pembelajaran a. Materi Pembelajaran Reguler		

Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas gerak spesifik atletik melalui lari jarak pendek, diantaranya: 1) Gerak spesifik pada start, langkah kaki, ayunan lengan, posisi tubuh/ kemiringan tubuh, dan aktivitas gerak spesifik memasuki garis finish pada lari jarak pendek. 2) Gerak spesifik pembelajaran fase-fase gerak lari jarak pendek. 3) Gerak spesifik lari jarak pendek dalam bentuk perlombaan menempuh jarak 100 meter menggunakan peraturan yang dimodifikasi. b. Materi Pembelajaran Remedial Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi materi ditekankan pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari peserta didik kembali. Materi dapat dimodifikasi dengan menambah pengulangan, intensitas, dan kesempatan/ frekuensi dalam melakukan gerak pada peserta didik. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan peserta didik, guru dapat mengubah strategi dengan memasang peserta didik dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu. Serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan peserta didik. c. Materi Pembelajaran Pengayaan Materi pembelajaran untuk pengayaan sama dengan reguler. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, dan mengubah lingkungan pembelajaran didalam rangkaian gerakan yang sederhana. 2. Media Pembelajaran a. Peserta didik sebagai model atau guru yang memperagakan aktivitas gerak spesifik start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, finish pada lari jarak pendek. b. Gambar aktivitas gerak spesifik start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, finis pada lari jarak pendek. c. Video gerak spesifik start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, finish pada lari jarak pendek. 3. Alat dan Bahan Pembelajaran a. Lapangan atletik atau lapangan sejenisnya (halaman sekolah) b. Start block atau sejenisnya c. Tali pembatas/cone d. Bendera start atau sejenisnya e. Peluit dan stopwatch	
Moda Pembelajaran	
Guru memilih moda pembelajaran yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan dan lingkungan belajar yang ada seperti daring, luring, atau paduan <i>blended learning</i> (paduan tatap muka dan PJJ). Pada modul ini menggunakan moda luring.	
Pengaturan Pembelajaran	
Pengaturan Peserta Didik: • Individu • Berpasangan	Metode: • Diskusi • Demonstrasi

• Berkelompok • Klsikal (Guru dapat mengatur sesuai dengan jumlah peserta dan kondisi tempat pelaksanaan pembelajaran)	• Gaya Inklusi • Saintific Approuch Problem Basic Learning
Assesment Pembelajaran	
Menilai Ketercapaian Tujuan Pembelajaran: • Assessment individu • Assessment kelompok	Jenis Assessment: • Pengetahuan • Keterampilan • Sikap • Portofolio (Guru dapat memilih salah satu atau menggabungkan beberapa assessment yang sesuai)
Tujuan Penelitian	
Peserta didik dapat menunjukkan kemampuan dalam mempraktikkan dan menganalisis gerak spesifik dan fungsional start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, proses gerakan lari, ayunan lengan, ayunan tungkai, dan finish lari pada lari jarak pendek sesuai dengan potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagi, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.	
Pemahaman Bermakna	
Setelah peserta didik melakukan pembelajaran aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek, manfaat apakah yang dirasakan oleh peserta didik? Dapatkah pengalaman pembelajaran ini diterapkan kedalam kehidupan sehari-hari?	
Pertanyaan Pemantik	
Mengapa peserta didik perlu memahami dan menguasai gerak spesifik start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, proses gerakan lari, ayunan lengan, ayunan tungkai , dan finish pada lari jarak pendek?	
Prosedur Kegiatan Pembelajaran	
1. Persiapan mengajar Hal yang harus dipersiapkan oleh guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran diantaranya: a. Membaca kembali Modul Ajar yang telah dipersiapkan oleh guru sebelumnya. b. Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan materi lari jarak pendek. c. Menyiapkan media dan alat pembelajaran, diantaranya: 1) Lapangan atletik atau lapangan sejenisnya (halaman sekolah) 2) Start block atau sejenisnya sesuai dengan kondisi sarana prasarana sekolah	

- 3) Tali pembatas atau cone sebagai pembatas
 - 4) Bendera start atau sejenisnya
 - 5) Peluit dan stopwatch
2. Kegiatan pembelajaran
- Langkah-langkah kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:
- a. Kegiatan pendahuluan (10 menit)
 - 1) Guru menyiapkan peserta didik diantaranya menyiapkan barisan, menghitung peserta didik, mengucapkan salam atau selamat pagi.
 - 2) Guru memimpin doa, peserta didik berdoa sesuai dengan agama masing-masing.
 - 3) Guru memastikan kondisi peserta didik apakah ada yang sakit, jika ada disarankan untuk beristirahat dikelas atau di UKS.
 - 4) Guru memberikan motivasi pada peserta didik untuk mengkondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan mengajukan pertanyaan tentang manfaat olahraga bagi kesehatan para peserta didik.
 - 5) Guru memastikan penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya dengan diskusi tanya jawab.
 - 6) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai peserta didik setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum pada indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari kegiatan aktivitas gerak spesifik start, posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, proses gerak lari, ayunan lengan, ayunan tungkai, dan finish pada lari jarak pendek bahwa aktivitas gerak tersebut dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan prestasi pada cabang olahraga lari jarak pendek.
 - 7) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan di pelajari diantaranya: gerak spesifik pada saat start (posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh), proses gerak lari (ayunan lengan dan ayunan tungkai), dan finish pada lari jarak pendek.
 - 8) Guru menjelaskan penilaian untuk kompetensi aktivitas gerak spesifik dan fungsional lari jarak pendek, baik kompetensi sikap (profil Pelajar Pancasila) dengan observasi, yaitu pengembangan nilai-nilai karakter gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan yang meliputi gerak spesifik start, proses gerak lari, dan finish lari jarak pendek melalui tes tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu meliputi gerak spesifik start (posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh), proses gerak lari (ayunan lengan dan ayunan tungkai), dan finish lari jarak pendek, dengan menekankan pada pengembangan nilai-nilai karakter diantaranya gotong royong dan mandiri sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik.
 - 9) Dilanjutkan pemanasan dalam bentuk 2 sesi yaitu pemanasan kombinasi statis dinamis dan pemanasan dalam bentuk permainan. Permainannya adalah Hijau dan Hitam
- Dalam pembelajaran tersebut dapat mengembangkan elemen keterampilan gerak dan pengetahuan, peserta didik harapannya mampu mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai gerak seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagi, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan

sehari-hari.

b. Kegiatan Inti (60)

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan prosedur sebagai berikut:

Sintak 1: Orientasi Peserta Didik

Aktivitas pembelajaran variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif gerak dasar start, teknik lari jarak pendek, dan finish melalui:

1. Peserta didik menerima dan mempelajari kartu tugas (task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas aktivitas pola gerak dasar passing dalam permainan bola voli.
2. Peserta didik melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru

Sintak 2 : Mengorganisasikan Peserta Didik

Peserta didik dibagi menjadi 5 kelompok (setiap kelompoknya 4-5 Peserta didik) untuk berdiskusi tentang kesulitan yang di temukan pada lembar kerja Peserta didik

Sintak 3 : Membimbing penyelidikan individu dan kelompok

Guru mengajak peserta didik untuk praktek di luar lapangan

Aktivitas 1

Lari cepat/sprint dilakukan oleh pelari putra maupun putri. Dalam perlombaan pelari tidak diperbolehkan keluar lintasannya masing-masing. Teknik pertama yang harus dikuasai adalah start atau tolakan pertama. Karena apabila terjadi keterlambatan dalam start maka akan merugikan pelari. Untuk itu diperlukan teknik yang tepat untuk melakukan start yang baik. Teknik yang kedua yaitu proses lari dimana dibagi menjadi dua yaitu ayunan lengan dan ayunan tungkai. Untuk menciptakan gerakan lari yang cepat dan efisien diperlukan koordinasi ayunan lengan dan tungkai yang baik. Teknik yang ketiga adalah gerakan finish yang perlu diperhatikan untuk mempercepat catatan waktu.

Sintak 4 : Mengembangkan dan menyajikan hasil karya

- 1) Materi 1: Fakta, konsep, dan prosedur serta mempraktikkan aktivitas gerak spesifik start jongkok pada lari jarak pendek
 - a. Guru menjelaskan materi start jongkok kepada peserta didik. Tahap-tahap aktivitas pembelajaran gerak spesifik start jongkok lari jarak pendek antara lain sebagai berikut:
 - (1) Aba-aba “Bersedia”

Apabila mendengar aba-aba “Bersedia”, sikap badan seorang pelari adalah sebagai berikut:

- (a) Salah satu lutut diletakkan di tanah dengan jarak $\pm$ satu jengkal dari garis start. Kaki satunya diletakkan tepat disamping lutut yang menempel tanah $\pm$ satu kepal. Dapat menggunakan start block atau sejenisnya sesuai dengan kondisi.
- (b) Badan membungkuk kedepan, kedua tangan terletak dibelakang garis start, keempat jari rapat, ibu jari terbuka (membentuk huruf V).
- (c) Kepala ditundukkan, leher rileks, pandangan kebawah dan konsentrasi pada aba-aba berikutnya.



(2) Aba-aba “Siap”

Apabila ada aba-aba “Siap” maka sikap badan seorang pelari adalah sebagai berikut:

- (a) Lutut yang menempel ditanah diangkat, panggul diangkat setinggi bahu dan berat badan dibawa ke muka.
- (b) Kepala tetap tunduk, leher rileks, pandangan ke bawah dan konsentrasi pada aba-aba berikutnya.



(3) Aba-aba “Ya”

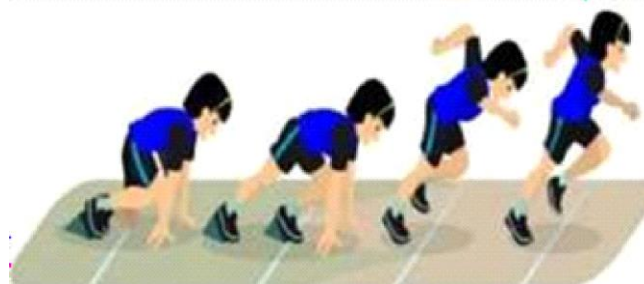
Apabila terdengar aba-aba “Ya” atau bunyi pistol, maka yang perlu dilakukan oleh pelari sebagai berikut:

- (a) Menolak kedepan dengan kekuatan penuh atau gerakan meluncur namun tidak melompat.
- (b) Badan tetap condong kedepan disertai dengan gerakan ayunan lengan.
- (c) Disertai dengan gerakan langkah kaki pendek-pendek, tetapi cepat agar badan tidak tersungkur jatuh kedepan.



2) Materi 2: Fakta, Konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek.

- a. Guru memberikan arahan berupa teknik lari jarak pendek yang baik, dimana peserta didik akan melakukan sesuai yang dicontohkan oleh guru. Cara melakukannya :



- (1) Lari Lari jarak pendek memerlukan koordinasi ayunan lengan dan ayunan tungkai yang baik dan cepat.
 - (2) Peserta didik mencoba mempraktikkan ayunan lengan sesuai arahan guru yaitu diayunkan kearah depan tidak menyilang di depan dada.
 - (3) Kemudian prinsip lari yang cepat yaitu: lari menggunakan ujung kaki, tumpuan yang kuat agar mendapat dorongan yang kuat.
 - (4) Peserta didik mencoba mempraktikkan langkah kaki sesuai kemampuan masing-masing dengan media yang telah di sediakan oleh guru.
 - (5) Sikap badan condong kedepan $\pm 60^\circ$, sehingga titik berat selalu didepan.
 - (6) Ayunan lengan kuat dan cepat, siku dilipat, kedua tangan menggenggam rileks, agar gerakan kaki juga cepat dan kuat.
 - (7) Setelah ± 20 m dari garis start, langkah diperpanjang dan sikap badan dicondongkan kedepan tetap dipertahankan kecepatan serta kekuatan bahkan harus ditingkatkan.
 - (8) Setelah peserta didik mencoba sesuai dengan kemampuan langkah masing-masing maka peserta didik akan mencoba dengan variasi langkah dari langkah pendek ke langkah panjang
- 3) Materi 3: Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas gerak spesifik memasuki garis spesifik memasuki garis finish pada lari jarak pendek.
- a) Guru memberikan arahan tentang teknik memasuki finish pada lari jarak pendek. Cara melakukannya:

- (1) Peserta didik dibagi menjadi beberapa barisan
- (2) Berlari secepat mungkin, jika perlu ditingkatkan kecepatannya seakan-akan garis finish masih 10 m dibelakang garis sesungguhnya.
- (3) Setelah sampai $\pm$ satu meter di depan garis finish merbahkan badan kedepan tanpa mengurangi kecepatannya.
- (4) Sampai garis finish membusungkan dada. Tangan ditarik kebelakang atau putar salah satu bahu kedepan.



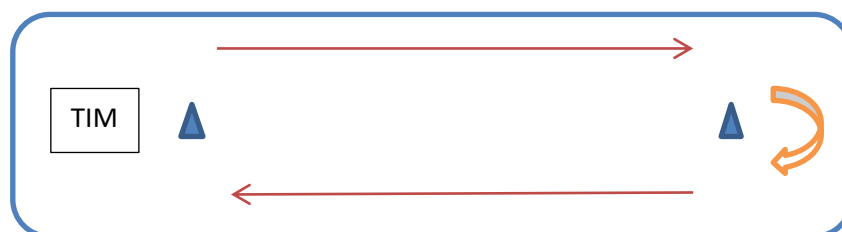
- b) Peserta didik menerima, mempelajari, mencoba mempraktikkan gerakan yang telah dicontohkan.
 - c) Guru melakukan pengamatan selama proses pembelajaran berlangsung.
 - d) Melakukan klarifikasi terkait penjelasan dan gambar gerakan dengan peragaan jika diperlukan.
 - e) Guru melakukan asessment dan umpan balik selama proses pembelajaran berlangsung.
- jjkjjs

Aktivitas 2

Fase-fase pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek. Bentuk-bentuk pembelajaran aktivitas gerak fase-fase lari jarak pendek adalah sebagai berikut:

- 1) Materi 1: Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas mengangkat lutut dan paha (knee up)
 - a) Guru memberikan prosedur serta mempraktikkan aktivitas mengangkat lutut dan paha dengan pendaratan kaki menggunakan ujung telapak kaki dengan ketinggian rata-rata air serta ayunan lengan yang baik. Cara melakukannya:
 - (1) Peserta didik membuat barisan dan dilakukan sesuai dengan urutan
 - (2) Pembelajaran dilakukan berlari dengan mengangkat lutut dan paha setinggi rata-rata air secara bergantian dengan ritme yang konsisten
 - (3) Gerakan tersebut dilakukan pada jarak $\pm$ 8-10 m
- 2) Materi 2: Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan berlarijoging dengan mengangkat paha tinggi dan pendaratan kaki menggunakan ujung telapak kaki.
 - a) Guru memberikan prosedur serta mempraktikkan berlari jogging dengan mengangkat paha tinggi dan pendaratan kaki menggunakan ujung telapak kaki. Cara melakukan:

- (1) Dilakukan secara perorangan dengan berjajar membuat barisan
 - (2) Pembelajaran ini dilakukan berlari seperti lomcat kijang dengan langkah sesuai kemampuan peserta didik, dengan badan tegak dan pandangan kedepan hingga kaki yang belakang terkedang lurus.
 - (3) Lakukan gerakan tersebut pada jarak $\pm 8-10m$.
- 3) Materi 3: Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan gerakan lari jarak pendek dengan koordinasi dan gerakan ayunan tungkai dan ayunan lengan yang baik.
- a) Guru memberikan prosedur serta mempraktikkan aktivitas lari jarak pendek dengan koordinasi ayunan lengan dan tungkai yang baik serta dengan kecepatan yang maksimal. Cara melakukannya:
 - (1) Peserta didik membuat barisan berjajar
 - (2) Pembelajaran ini dilakukan dengan berlari semaksimal unguin sesuai kemampuan peserta didik
 - (3) Lakukan gerakan tersebut pada jarak $\pm 10-15m$
- 4) Materi 4 : Fakta, konsep, dan prosedur, serta mempraktikkan aktivitas lomba lari cepat beregu dengan kombinasi *Shuttle Run* dan *Estafet*.
- a) Guru memberikan prosedur dan mempraktikkan aktivitas lomba lari cepat beregu dengan kombinasi *Shuttle Run* dan *Estafet*. Cara melakukannya:
 - (1) Peserta didik dibentuk kelompok dengan acak
 - (2) Pelari pertama berusaha berlari mengitari cone yang sudah diletakkan dan kembali ke garis start dan menepuk tepalak tangan pelari kedua
 - (3) Pelari kedua setelah ditepuk berusaha berlari dengan maksimal kemudian mengitari dan kembali pada garis start hingga pelari terakhir tercepat dialah tim yang menang
 - (4) Aktivitas ini dilakukan dengan 15 meter dengan peserta putri 1 meter lebih depan dibandingkan dengan peserta didik putra . hal ini dilakukan agar peserta didik lebih terpacu kemampuannya untuk bersaing dan mencapai garis finish dengan maksimal.



Sintak 5: Menganalisis dan mengevaluasi proses pemecahan masalah

- 1) Guru mengamati seluruh aktivitas peserta didik dalam melakukan aktivitas pola gerak gerakan start, proses lari dan finish pada lari jarak pendek secara seksama. Hasil belajar peserta didik dinilai selama
- 2) Peserta didik diberikan kesempatan bertanya mengenai lari jarak pendek
- 3) Peserta didik diberikan penguatan mengenai teknik lari jarak pendek

c. Kegiatan Penutup (10 menit)

- 1) Salah seorang peserta didik dibawah bimbingan guru melakukan gerakan pendinginan, guru mempertanyakan apa manfaatnya.
- 2) Guru dan peserta didik melakukan refleksi apa yang telah dicapai dan belum dicapai sesuai dengan tujuan yang ditetapkan
- 3) Guru menginformasikan kepada peserta didik, kelompok dan peserta didik yang paling baik penampilannya selama pembelajaran aktivitas lari jarak pendek.
- 4) Guru menugaskan peserta didik yang terkait dengan pembelajaran yang telah dilakukan untuk membaca dan membuat kesimpulan tentang aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek, dan memasuki garis finish pada lari jarak pendek, hasilnya dijadikan tugas asesmen penugasan.
- 5) Berdoa dipimpin oleh salah satu peserta didik dan menyampaikan salam
- 6) Peserta didik kembali ke kelas dengan tertip dan bagi peserta didik ang bertugas mengembalikan peralatan ke tempat semula.

Refleksi: Lakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik start, gerakan lari jarak pendek, dan memasuki garis finish lari jarak pendek. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (assessmen proses) dan ketepatan melakukan gerakan (assessment produk).

No	Aktivitas Pembelajaran	Hasil Refleksi	
		Tercapai	Belum Tercapa
1.	Aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek dengan berbagai formasi yang dilakukan secara berpasangan atau berkelompok.		
2.	Menunjukkan nilai-nilai karakter profil Pelajar Pancasila pada elemen mandiri dan gotong royong dalam proses pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek.		

Catatan:

- Bagi peserta didik yang belum mampu mencapai batas kompetensi dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik *start*, gerakan lari jarak pendek, dan memasuki garis *finish* lari jarak pendek yang ditentukan oleh guru, maka minta remedial.
- Bagi peserta didik yang mampu mencapai atau melebihi batas kompetensi dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik *start*, gerakan lari jarak pendek, dan memasuki garis *finish* lari jarak pendek yang ditentukan oleh guru, makalanjutkan pembelajaran pada materi yang lebih kompleks dan bervariasi dan kombinasi dalam bentuk pengayaan.

Lembar Refleksi Diri
(Sikap)

1. Isikan identitas Kalian.
2. Berikan tanda centang (✓) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Kalian, dan “Tidak” jika belum sesuai.
3. Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
4. Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.
5. Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Kurang Baik sesuai jumlah “Ya” yang terisi.

Nama:

Kelas:

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Saya menyusun langkah-langkah strategi untuk mengelola emosi dalam pelaksanaan belajar		
2.	Saya merancang strategi dalam mencapai tujuan belajar		
3.	Saya bekerja secara mandiri untuk mencapai tujuan.		
4.	Saya berkomitmen dan menjaga konsistensi dalam mencapai tujuan yang telah direncanakan		
5.	Saya yakin saya bisa melakukan gerakan yang dipraktikkan oleh guru		
6.	Saya menyamakan tindakan sendiri dengan tindakan orang lain untuk melaksanakan tujuan kelompok		
7.	Saya melakukan kegiatan kelompok dengan kelebihan dan kekurangannya dapat saling membantu		
8.	Saya membagi peran dan menyelaraskan tindakan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama		
9.	Saya tanggap terhadap lingkungan sosial sesuai dengan tuntutan peran sosial di masyarakat		
10.	Saya senang membantu orang lain ketika sedang kesusahan		
11.	Saya lebih kreatif dalam mengikuti pembelajaran		
12.	Saya merasa lebih terbuka saat berdiskusi dengan teman		
13.	Saya responsif saat guru memberikan pertanyaan atau memberikan kesempatan kami untuk bertanya		
14.	Saya memperhatikan ketika guru memberikan arahan		
Sangat Baik		Baik	Perlu Perbaikan
Jika lebih dari 10 pernyataan terisi “Ya”		Jika lebih dari 8 pernyataan terisi “Ya”	Jika kurang dari 8 pernyataan terisi “Ya”

Lembar Refleksi Diri (Pengetahuan dan Keterampilan)

1. Isikan identitas Kalian.
2. Berikan tanda cek (√) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Siswa, dan “Tidak” jika belum sesuai.
3. Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
4. Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.
5. Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Baik sesuai jumlah “Ya” yang terisi.

Nama:

Kelas:

N o	Pernyataan	Ya	Tida k
1.	Saa telah dapat menjelaskan pengertian perlombaan lari jarak pendek dengan benar.		
2.	Saya telah dapat menebutkan berbagai jenis perlombaan lari jarak pendek dengan lengkap.		
3.	Saya telah dapat merinci cara melakukan perlombaan lari jarak pendek dengan lengkap dan benar.		
4.	Saya telah dapat memeragakan perlombaan lari jarak pendek secara terkontrol.		
5.	Saya telah dapat menjelaskan kesalahan-kesalahan dalam melakukan perlombaan lari jarak pendek dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi dengan benar		
Sangat Baik		Baik	Perlu Perbaikan
Jika lebih dari dan sama dengan 4 pernyataan teisi “Ya”		Jika kurang dari 4 dan sama dengan 3 pernyataan terisi “Ya”	Jika kurang dari 3 pernyataan terisi “Ya”

Assessment

1. Asesment Sikap

Assessment sikap didasarkan pada hasil refleksi sikap peserta didik dan pengamatan guru dengan menggunakan lembar observasi yang telah dilakukan pada proses pembelajaran di setiap aktivitas pembelajaran.

2. Assessment Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Assessment
Tes Tulis	Pilihan ganda dengan 4 opsi	1. Angkat panggul ke arah depan atas dengan tenang sampai sedikit lebih tinggi dari bahu, jadi garis punggung sedikit menurun kedepan. Gerakan ini merupakan	Jawaban benar mendapat skor 1 dan salah 0

		start jongkok aba-aba... A. Persiapan awal B. Bersedia C. Siap D. Ya Kunci: C. Siap	
	Uraian tertutup	1. Jelaskan cara melakukan rangkaian gerakan lari jarak pendek Kunci: 1) Prinsip lari jarak pendek yaitu: lari pada ujung kaki, tumpuan kuat agar mendapat dorongan yang kuat 2) Sikap badan condong kedepan kurang lebih 60 derajat, sehingga titik berat badan selalu didepan. 3) Ayunan lengan kuat dan cepat, siku dilipat, kedua tangan menggenggam lemas, agar gerakan langkah kaki juga cepat dan kuat. 4) Setelah kurang lebih 20 meter dari garis start, langkah diperlebar dan sikap badan dicondongkan kedepan tetap dipertahankan serta ayunan lengan dan gerakan langkah juga dipertahankan kecepatannya serta kekuatan harus ditingkatkan	Mendapatkan skor: 4, jika seluruh urutan dituliskan dengan benar. 3, jika urutan dituliskan salah tetapi isi benar. 2, jika sebagian urutan dituliskan dengan benar dan sebagian isi benar 1, jika urutan dituliskan salah dan sebagian besar isi salah.

3. **Assesment Keterampilan**

a. Tes kinerja aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek

- 1) Butir Tes
Lakukan aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek dengan menempuh jarak 50 meter. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (assessment proses) dan kecepatan melakukan gerak (assessment produk).
- 2) Petunjuk Assesment
Berikan angka pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta didik menunjukkan atau menampilkan gerak spesifik yang diharapkan.
- 3) Rubrik Assessment Keterampilan Gerak
Contoh lembar assessment proses gerak untuk perorangan

Nama:

Kelas:

No	Indikator Esensial	Uraian Gerak	Ya (1)	Tidak (0)
1.	Posisi dan Sikap Awal	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
2.	Pelaksanaan Gerak	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		
3.	Posisi dan Sikap Akhir	a. Kaki		
		b. Badan		
		c. Lengan dan tangan		
		d. Pandangan mata		

1) Pedoman Skor

a) Sikap gerakan kaki

Skor 3 jika:

- (a) Kaki melangkah sejauh dan secepat mungkin
- (b) Kaki belakang saat menolak dari tanah harus tertendang lurus dengan cepat.
- (c) Lutut ditekuk secara wajar agar paha mudah terayun kedepan.
- (d) Lutut agak bengkok.

Skor 2 jika: hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1 jika: hanya satu sampai dua kriteria yang dilakukan dengan benar.

b) Sikap gerakan lengan

Skor 4 jika:

- (a) Lengan diayun kedepan atas sebatas hidung
- (b) Siku ditekuk kurang lebih membentuk sudut 90 derajat
- (c) Lengan diayunkan secara bergantian secara konsisten
- (d) Lengan diayunkan kedepan dan kebelakang.

Skor 3 jika: hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 2 jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar

Skor 1 jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar

c) Sikap posisi badan

Skor 3 jika:

- (a) Saat berlari badan rileks
- (b) Kepala segaris dengan punggung

- (c) Pandangan ke depan
- (d) Badan condong kedepan
- Skor 2 jika: hanya 3 kriteria yang dilakukan secara benar
- Skor 1 jika: hanya 1 sampai 2 kriteria yang dilakukan secara benar.
- d) Pengolahan skor
 - Skor maksimum; 10
 - Skor perolehan peserta didik: SP
 - Nilai keterampilan yang diperoleh peserta didik: SP/10
- 2) Lembar pengamatan asesment hasil gerak spesifik start, langkah kaki, ayunan lengan, dan memasuki garis finish lari jarak pendek.
 - a) Asesment hasil gerak spesifik lari jarak pendek menempuh jarak 100 m.
 - (1) Tahap pelaksanaan
 - Asesment hasil/produk gerak spesifik lari jarak pendek yang dilakukan peserta didik menempuh jarak 100 m dengan cara :
 - (a) Persiapan peserta didik berdiri dibelakang garis start.
 - (b) Setelah petugas pengukuran memberi aba-aba “ bersedia” kemudian “sikap”, dan “Yak” peserta didik mulai melakukan lari jarak pendek menempuh jarak 100 m.
 - (c) Petugas menghitung catatan waktu yang ditempuh oleh peserta didik.
 - (d) Jumlah waktu tempuh dihitung untuk diberikan skor.

Perolehan Nilai		Klasifikasi Nilai
<i>Putra</i>	<i>Putri</i>	
..... < 17 detik	 < 20 detik	Sangat Baik
17.01 – 18.00 detik	20.01 – 21.00 detik	Baik
18.01 – 19.00 detik	21.01 – 22.00 detik	Cukup
..... > 19.00 detik	 > 22.00 detik	Kurang

Pengayaan dan Remedial

1. Pengayaan

Pengayaan diberikan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Pengayaan dilakukan apabila setelah diadakan asesment pada kompetensi yang telah diajarkan pada peserta didik pada setiap aktivitas pembelajaran, nilai yang dicapai melampaui kompetensi yang telah ditetapkan oleh guru. Pengayaan dilakukan dengan cara menaikkan tingkat kesulitan permainan dengan cara mengubah jumlah pemain, memperketat peraturan, menambah alat yang digunakan, serta menambah tingkat kesulitan tugas keterampilan yang diberikan.
2. Remedial

Remedial dilakukan oleh guru terintegrasi dalam pembelajaran yaitu dengan memberikan intervensi yang sesuai dengan level kompetensi peserta didik dimana guru mengetahui level kompetensi peserta didik. Level kompetensi diketahui dari refleksi yang dilakukan setiap kali pembelajaran. Remedial dilakukan dengan cara

menetapkan atau enurunkan tingkat kesulitan dalam materi pembelajaran.	
Refleksi Peserta Didik dan Guru	
1. Refleksi Peserta Didik	a. Kesulitan-kesulitan apa saja yang peserta didik alami/ temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek. b. Kesalahan-kesalahan apa saja yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak sesifik lari jarak pendek. c. Bagaimana cara mmperbaiki kesalahan-kesalahan yang peserta didik alami/temukan dalam melakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek.
2. Refleksi Guru	Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi bisa digunakan untuk menentukan perlakuan kepada peserta didik, apakah remedial atau pengayaan. Remedial dan pengayaan didalam pembelajaran, tidak terpisah setelah pembelajaran. Hal-hal yang perlu mendapat perhatian dalam refleksi guru diantara lain: a. Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik? b. Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/ditemukan dalam proses aktivitas pembelajaran gera spesifik lari jarak pendek? c. Apa saja yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek tersebut? d. Bagaimana keterlibatan peserta didik dalam proses aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek tersebut?
Lembar Kerja Peserta Didik	
Tanggal	:
Lingkup/materi pembelajaran:	
Nama Siswa	:
Fase/Kelas	: D/VIII
1. Panduan umum	a. Patikan kalian dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran. b. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera. c. Mulailah kegiatan dengan berdoa. d. Selama keiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.
2. Panduan aktivitas pembelajaran	a. Bersama dengan teman buatlah barisan sesuai arahan guru. b. Lakukan aktivitas pembelajaran gerak spesifik lari jarak pendek secara bergantian sesuai dengan arahan guru. c. Perhatikan penjelasan berikut: Cara melakukan aktivitas pembelajaran gera spesifik lari jarak pendek antara lain: 1) Aktivitas gerak spesifik start, langkah kaki, ayunan lengan, posisi tubuh/kemiringan tubuh, dan aktivitas gerak spesifik proses lari dan memasuki

garis finish pada lari jarak pendek. 2) Aktivitas pembelajaran fase-fase gerak lari jarak pendek. 3) Aktivitas gerak spesifik lari jarak pendek dalam bentuk perlombaan menempuh jarak 100 meter menggunakan peraturan yang dimodifikasikan. 3. Bahan Bacaan Peserta Didik a. Peraturan pertandingan lari jarak pendek yang standar. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, dan sumber lainnya. b. Materi gerak spesifik lari jarak pendek. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya. 4. Bahan Bacaan Guru a. Teknik dasar lari jarak pendek b. Bentuk-bentuk gerak spesifik lari jarak pendek c. Bentuk permainan atau kompetisi sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi dalam lari jarak pendek.	
Glosarium • Atletik berasal dari bahasa Yunani, yaitu “Athlon atau Athlum” artinya pertandingan, perlombaan, pergulatan, atau perjuangan. Orang yang melakukannya dinamakan “Athleta” (atlet). • Gerak spesifik lari jarak pendek adalah mengkombinasikan teknik gerakan-gerakan teknik dasar lari jarak pendek yang telah dipelajari. • Lari jarak pendek: gerak maju langkah kaki yang dilakukan sedemikian rupa sehingga kontak dengan tanah tetap terpelihara dan tidak terputus. • Lari jarak pendek yang diperlombakan dengan cara berlari secepat-cepatnya dengan tujuan waktu minimum dilaksanakan dalam lintasan lari menempuh jarak 100m, 200m, dan 400m. • Start lari jarak pendek: gerakan permulaan sebelum pelari jarak pendek melakukan perlombaan lari jarak pendek yang dilakukan dengan start jongkok.	
Referensi Muhajir. 2017. <i>Buku Siswa Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas VII</i>. Bogor : Penerbit Yudhistira. Muhajir. 2017. <i>Buku Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas VII</i>. Bogor : Penerbit Yudhistira. Muhajir. 2020. <i>Modul Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan, untuk SMP/MTs Kelas VII</i>. Jakarta: Direktorat Pendidikan Masyarakat dan Pendidikan Khusus Dirjen Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kemendikbud. Muhajir. 2020. <i>Belajar dan Berlatih Atletik Lari Jarak Pendek</i>. Bandung: Sahara Multi	

Trading.

Tim Direktorat SMP. 2017. *Panduan Asesmen oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Tim Direktorat SMP. 2016. *Panduan Pembelajaran Untuk Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Lampiran 5. Angket Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN

Nama : Evelyn Karen Aurelie

Kelas/No absen: 8D / 10

No	Butir-butir Soal	SS	S	TS	STS
Dampak Pembelajaran PJOK Materi Lari Jarak Pendek dengan Gaya Inklusi Terhadap Antusiasme Peserta Didik					
Bermanfaat					
1.	Pembelajaran PJOK dapat mengembangkan pengetahuan saya		✓		
2.	Pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dapat menambah kepercayaan diri saya	✓			
3.	Pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek dapat meningkatkan keterampilan gerak saya	✓			
Berkesan					
4.	Saya sangat menanti-nanti pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek	✓			
5.	Saya merasa pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek berlangsung dengan cepat		✓		
6.	Saya merasa pembelajaran PJOK lari jarak pendek berkesan bagi saya	✓			
Bertanggung Jawab					
7.	Saya selalu memperhatikan gerakan yang dipraktikkan oleh guru		✓		
8.	Saya berusaha mempraktikkan gerakan yang sudah dicontohkan dengan baik dan benar	✓			
9.	Saya selalu mengikuti pembelajaran PJOK hingga selesai	✓			
Bervariasi					
10.	Saya merasa gaya mengajar yang digunakan saat pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek bervariasi		✓		
11.	Saya merasa gaya mengajar inklusi merupakan gaya yang tidak monoton		✓		

12.	Saya merasa gaya mengajar yang bervariasi lebih mudah dipahami	✓			
Kreatif					
13.	Saya merasa gaya mengajar inklusi membuat saya lebih kreatif		✓		
14.	Saya merasa pembelajaran PJOK yang telah dilakukan lebih efisien	✓			
15.	Saya merasa lebih mudah mempraktikkan teknik lari jarak pendek dengan gaya mengajar inklusi	✓			
Menarik					
16.	Saya merasa tertarik dengan materi yang akan diajarkan	✓			
17.	Saya merasa ingin mengikuti lagi pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek	✓			
18.	Saya merasa ingin lebih tahu materi lari jarak pendek yang telah diajarkan	✓			
Efektif					
19.	Menurut saya pembelajaran PJOK yang disampaikan lebih efektif		✓		
20.	Saya merasa kemampuan saya bertambah setelah mengikuti pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek	✓			
21.	Saya merasa dengan variasi gaya mengajar dalam pembelajaran PJOK akan lebih efektif	✓			
Senang					
22.	Saya merasa senang mendapatkan pengetahuan tentang pembelajaran PJOK	✓			
23.	Saya merasa senang setelah mengikuti pembelajaran PJOK	✓			
24.	Gaya inklusi dalam pembelajaran PJOK lari jarak pendek membuat saya lebih senang dalam mempraktikkannya	✓			
Percaya diri					
25.	Pembelajaran PJOK dapat meningkatkan keberanian saya dalam mempraktikkan gerakan	✓			

26.	Saya merasa percaya diri saat mendapat materi lari jarak pendek	✓			
27.	Saya merasa percaya diri bahwa saya bisa mempraktikkan gerakan lari jarak pendek dengan baik	✓			
Semangat					
28.	Saya merasa bersemangat ketika pembelajaran PJOK	✓			
29.	Saya merasa antusias ketika mendapat materi lari jarak pendek		✓		
30.	Saya selalu merasa ingin mencoba gerakan yang telah dipraktikkan oleh guru	✓			
Positif					
31.	Saya merasa mudah memahami pembelajaran PJOK dengan gaya mengajar inklusi yang digunakan oleh guru		✓		
32.	Saya merasa kemampuan saya meningkat setelah mengikuti pembelajaran PJOK dengan gaya mengajar inklusi	✓			
33.	Saya merasa mudah dalam mengikuti pembelajaran PJOK materi lari jarak pendek	✓			

Lampiran 6. Data Hasil Penelitian

a. Data Hasil Keseluruhan

Hasil Keseluruhan	
Skor Capaian	6809
Skor Ideal	8448
Skor Tertinggi	127
Skor Terendah	81
Skor Maksimum	132
Skor Minimum	33

Descriptive Statistics

Secara Keseluruhan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X01	64	3.00	4.00	3.4844	.50371
X02	64	2.00	4.00	3.0625	.53080
X03	64	3.00	4.00	3.3750	.48795
X04	64	1.00	4.00	2.8281	.67975
X05	64	1.00	4.00	3.2344	.61055
X06	64	2.00	4.00	3.2344	.52681
X07	64	3.00	4.00	3.4062	.49501
X08	64	3.00	4.00	3.4688	.50297
X09	64	3.00	4.00	3.5156	.50371
X10	64	2.00	4.00	3.3438	.54098
X11	64	1.00	4.00	3.1406	.61379
X12	64	2.00	4.00	3.2969	.58227
X13	64	1.00	4.00	3.0469	.51731
X14	64	2.00	4.00	3.3125	.50000
X15	64	1.00	4.00	3.2344	.58397
X16	64	1.00	4.00	3.1406	.63913
X17	64	1.00	4.00	3.0156	.65446
X18	64	1.00	4.00	3.0937	.68357
X19	64	2.00	4.00	3.3125	.53080
X20	64	2.00	4.00	3.1563	.64780
X21	64	2.00	4.00	3.3906	.55255
X22	64	2.00	4.00	3.3438	.56957
X23	64	2.00	4.00	3.3281	.50567
X24	64	2.00	4.00	3.2813	.57649
X25	64	1.00	4.00	3.1250	.60422
X26	64	2.00	4.00	2.9687	.61641
X27	64	2.00	4.00	2.9844	.57714
X28	64	1.00	4.00	3.3281	.66797
X29	64	2.00	4.00	2.9844	.51922
X30	64	2.00	4.00	3.2656	.54167
X31	64	2.00	4.00	3.3750	.51946

X32	64	2.00	4.00	3.3281	.53614
X33	64	2.00	4.00	3.3594	.60072
Total	64	81.00	127.00	106.7656	9.82989
Valid N (listwise)	64				

b. Kategori Makna Pembelajaran PJOK

Makna Pembelajaran PJOK	
Skor Capaian	1895
Skor Ideal	2304
Skor Tertinggi	36
Skor Terendah	25
Skor Maksimum	36
Skor Minimum	9

Descriptive Statistics
Faktor Makna Pembelajaran PJOK

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X01	64	3.00	4.00	3.4844	.50371
X02	64	2.00	4.00	3.0625	.53080
X03	64	3.00	4.00	3.3750	.48795
X04	64	1.00	4.00	2.8281	.67975
X05	64	1.00	4.00	3.2344	.61055
X06	64	2.00	4.00	3.2344	.52681
X07	64	3.00	4.00	3.4062	.49501
X08	64	3.00	4.00	3.4688	.50297
X09	64	3.00	4.00	3.5156	.50371
Total	64	25.00	36.00	29.6094	2.80372
Valid N (listwise)	64				

c. Kategori Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar	
Skor Capaian	2463
Skor Ideal	3072
Skor Tertinggi	47
Skor Terendah	28
Skor Maksimum	48
Skor Minimum	12

Descriptive Statistics
Faktor Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X10	64	2.00	4.00	3.3438	.54098
X11	64	1.00	4.00	3.1406	.61379
X12	64	2.00	4.00	3.2969	.58227
X13	64	1.00	4.00	3.0469	.51731
X14	64	2.00	4.00	3.3125	.50000
X15	64	1.00	4.00	3.2344	.58397
X16	64	1.00	4.00	3.1406	.63913
X17	64	1.00	4.00	3.0156	.65446
X18	64	1.00	4.00	3.0937	.68357
X19	64	2.00	4.00	3.3125	.53080
X20	64	2.00	4.00	3.1563	.64780
X21	64	2.00	4.00	3.3906	.55255
Total	64	28.00	47.00	38.4844	4.07467
Valid N (listwise)	64				

d. Kategori Minat Peserta Didik

Minat Peserta Didik	
Skor Capaian	1827
Skor Ideal	2304
Skor Tertinggi	35
Skor Terendah	20
Skor Maksimum	36
Skor Minimum	9

**Descriptive Statistics
Faktor Minat Peserta Didik**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X22	64	2.00	4.00	3.3438	.56957
X23	64	2.00	4.00	3.3281	.50567
X24	64	2.00	4.00	3.2813	.57649
X25	64	1.00	4.00	3.1250	.60422
X26	64	2.00	4.00	2.9687	.61641
X27	64	2.00	4.00	2.9844	.57714
X28	64	1.00	4.00	3.3281	.66797
X29	64	2.00	4.00	2.9844	.51922
X30	64	2.00	4.00	3.2656	.54167
Total	64	20.00	35.00	28.5469	3.41765
Valid N (listwise)	64				

e. Kategori Pengaruh Pada Peserta Didik

Makna Pembelajaran PJOK	
Skor Capaian	644
Skor Ideal	768
Skor Tertinggi	12
Skor Terendah	7
Skor Maksimum	12
Skor Minimum	3

**Descriptive Statistics
Faktor Pengaruh Pada Siswa**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X31	64	2.00	4.00	3.3750	.51946
X32	64	2.00	4.00	3.3281	.53614
X33	64	2.00	4.00	3.3594	.60072
Total	64	7.00	12.00	10.0625	1.16667
Valid N (listwise)	64				

Lampiran 7. Skor Penelitian

a. Skor Keseluruhan

		Makna Pembelajaran PJOK									Penggunaan Metode, Model, Gaya Mengajar												Minat Peserta Didik												Berpengaruh pada siswa			Total X
		Bermanfaat			Berkesan			Bertanggung jawab			Bervariasi			Kreatif			Menarik			Efektif			Senang			Percaya Diri			Semangat			Positif						
No	Nama	X 1	X 2	X 3	X 4	X 5	X 6	X 7	X 8	X 9	X 10	X 11	X 12	X 13	X 14	X 15	X 16	X 17	X 18	X 19	X 20	X 21	X 22	X 23	X 24	X 25	X 26	X 27	X 28	X 29	X 30	X 31	X 32	X 33				
1.	ABIDATUL HUSNA RAHMAH	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99			
2.	ACHMAD FAHREZY	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	101			
3.	AGUSTINA KUMARA DEWI	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	116			
4.	AISYAH NUHA RAIHANAH	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	102			
5.	ARDIANA CHOIRIYATUN JAMIL	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	2	107			
6.	ARKANTAMA	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	99			
7.	ARZETA MAHARIZA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	97			
8.	ARZETI MAHARANI	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	91			
9.	ATA HASNA AZARIA	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	113			
10.	ATHAYA BAGAS PARATAMA	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	104				
11.	AZZAM FATHUL ISLAM	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	120			
12.	BINAR VENUS KRISSETYAWAN	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	113			
13.	ERIK ALFANSI	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	117			
14.	ERLANGGA DWI SATYA MAULANA	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	119			
15.	FADIL ABID WICAKSONO	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	109			
16.	FANDI YULI KURNIAWAN	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	108				
17.	HUDA RAMADHAN	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	117			
18.	KASTARA KHAN AZIZAN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	97			

19.	MARAYA FAZA GAYU	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	99		
20.	MUHAMMAD DIMAS PRATAMA	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	107		
21.	NAYAKA ARDELIA NARISWARI	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	94	
22.	NAZANIA ZAYANI	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	116		
23.	PRATNYA PARAMITA ANGGRAINI	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	110		
24.	RIFANDRA PRIHASTAMA	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	117	
25.	RIMADIA MAULIDA TSANI	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	127		
26.	SALMA KHUZAIMAH CAHYA AZIZAH	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	95	
27.	TEGAR PUTRA PAMUNGKAS	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	113	
28.	TITI YULIANI	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	113	
29.	VANIA AZZA PARAHITA	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	120	
30.	WISNU ADIPRAYUDHA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	103	
31.	YOLA FELICIA PUSPITA	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	104	
32.	ZASKIA FENNI MELINDA	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	109
1.	ABIDAH NAYLA NUR F	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	116	
2.	ADI RISMANDA SADEWA	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	114
3.	AL JAVAS BASUNJAYA	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
4.	ALSSA KYLA MAYDA	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	120
5.	ANINDITA SYFFA E	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	105	
6.	AURORA MEZZALUNA R	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
7.	DESWITA AULIA PUTRI	3	2	4	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	2	3	2	3	4	3	3	96
8.	DOME INNOVA GARASKHI S	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	95	
9.	DWI NUR OKTAVIANI	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	81
10.	EVELYN KAREN AURELIE	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	123	
11.	FARASH MUYASAR R	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	2	3	2	3	4	2	2	3	1	2	3	4	3	4	100

12.	FATIMAH NUR HIDAYAH	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	2	2	3	2	4	3	3	4	3	2	3	2	2	4	4	3	2	97	
13.	GABRIEL BENEDICT BUDI S	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	110		
14.	GALIH RIZQI PRATAMA	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	114	
15.	GHANIA HESSA NABILA P J	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	4	3	3	103	
16.	KAILA RENATA PUTRI	3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	112	
17.	KASEILLA APIEK PUTRIKU	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	111	
18.	KEYSHA HANDI AUSAFFA	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	95
19.	KHALIFA ADZDIKRA DHIYA M	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	113
20.	LAILA MUYASSARAH LUBNA A	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	116	
21.	MELKY SEDEX SIMATUPANG	3	2	4	2	1	3	3	3	4	4	1	4	1	3	1	4	2	3	4	4	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	98	
22.	MUHAMMAD AKMAL FATANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	99	
23.	NAUFAL JOSHA PUTRA LAKSANA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	109	
24.	RAFARDHAN RADITYA SHAWQI	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	122	
25.	RAFIF APTA FAUSTA	3	2	4	1	2	3	4	4	4	2	3	2	3	3	3	1	1	1	3	4	4	3	3	2	1	2	3	4	2	2	4	4	4	91	
26.	RAZITA UZMA ZAKIAH	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	118	
27.	RISFAN AS SYIFA ANDRIYANTO	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
28.	SABELO CAHYANING AJI	4	3	3	2	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	4	2	3	2	3	3	96	
29.	SADIRA PUTRI RAMANIYA	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	110	
30.	SITI WULANDARI	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	122	
31.	VANIA GITTA RAMADHANI	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	100	
32.	ZEFA AYU FANISA	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	97	
	Jumlah	22	19	21	18	20	20	21	22	22	21	20	21	19	21	20	20	19	19	21	20	21	21	21	21	20	19	19	21	19	20	21	21	21	6833	
		3	6	6	1	7	7	8	2	5	4	1	1	5	2	7	1	3	8	2	2	7	4	3	0	0	0	1	3	1	9	6	3	5		

b. Skor Penelitian Kategori Makna Pembelajaran

Makna Pembelajaran PJOK											
No	Nama	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	Jumlah
1.	ABIDATUL HUSNA RAHMAH	3	3	3	2	3	3	3	3	4	27
2.	ACHMAD FAHREZY	3	3	3	3	3	3	3	4	4	29
3.	AGUSTINA KUMARA DEWI	4	3	3	4	3	4	3	4	4	32
4.	AISYAH NUHA RAIHANAH	4	3	4	3	2	3	3	3	3	28
5.	ARDIANA CHOIRIYATUN JAMIL	4	3	3	3	4	3	3	3	3	29
6.	ARKANTAMA	3	3	4	3	3	3	3	3	3	28
7.	ARZETA MAHARIZA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
8.	ARZETI MAHARANI	4	3	3	3	3	3	3	3	3	28
9.	ATA HASNA AZARIA	3	3	3	3	4	4	4	4	4	32
10.	ATHAYA BAGAS PARATAMA	3	3	3	2	4	2	4	4	4	29
11.	AZZAM FATHUL ISLAM	4	4	3	3	4	3	4	4	4	33
12.	BINAR VENUS KRISSETYAWAN	3	3	3	3	4	4	4	4	4	32
13.	ERIK ALFANSI	4	4	4	4	4	3	3	4	3	33
14.	ERLANGGA DWI SATYA MAULANA	4	3	4	2	4	3	4	4	4	32
15.	FADIL ABID WICAKSONO	3	3	4	3	3	3	3	3	4	29
16.	FANDI YULI KURNIAWAN	4	3	3	4	3	3	3	3	3	29
17.	HUDA RAMADHAN	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
18.	KASTARA KHAN AZIZAN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
19.	MARAYA FAZA GAYU	3	3	3	2	3	3	3	3	3	26
20.	MUHAMMAD DIMAS PRATAMA	4	3	4	3	3	4	4	4	3	32
21.	NAYAKA ARDELIA NARISWARI	3	3	3	2	3	3	3	3	3	26
22.	NAZANIA ZAYANI	4	3	4	3	3	3	4	3	3	30

23.	PRATNYA PARAMITA ANGGRAINI	4	3	4	3	3	3	3	3	4	30
24.	RIFANDRA PRIHASTAMA	4	4	4	3	3	4	3	3	4	32
25.	RIMADIA MAULIDA TSANI	4	3	4	4	4	4	4	4	4	35
26.	SALMA KHUZAIMAH CAHYA AZIZAH	3	3	3	2	3	3	3	3	3	26
27.	TEGAR PUTRA PAMUNGKAS	4	3	4	3	4	3	4	3	4	32
28.	TITI YULIANI	4	3	4	3	4	3	4	4	4	33
29.	VANIA AZZA PARAHITA	4	3	3	4	4	4	4	4	4	34
30.	WISNU ADIPRAYUDHA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
31.	YOLA FELICIA PUSPITA	4	3	3	3	3	3	3	3	3	28
32.	ZASKIA FENNI MELINDA	3	3	3	3	4	4	3	3	3	29
1.	ABIDAH NAYLA NUR F	4	3	4	3	3	4	4	4	4	33
2.	ADI RISMANDA SADEWA	3	3	3	2	3	4	4	4	4	30
3.	AL JAVAS BASUNJAYA	3	2	3	3	3	3	3	3	3	26
4.	ALSSA KYLA MAYDA	4	4	3	4	4	3	3	3	3	31
5.	ANINDITA SYFFA E	3	3	3	2	4	3	4	4	4	30
6.	AURORA MEZZALUNA R	4	3	3	3	3	3	3	3	3	28
7.	DESWITA AULIA PUTRI	3	2	4	2	3	3	4	4	4	29
8.	DOME INNOVA GARASKHI S	3	3	3	2	3	2	4	3	3	26
9.	DWI NUR OKTAVIANI	3	2	3	2	3	3	3	3	3	25
10.	EVELYN KAREN AURELIE	3	4	4	4	3	4	3	4	4	33
11.	FARASH MUYASAR R	3	3	4	3	4	4	3	4	4	32
12.	FATIMAH NUR HIDAYAH	3	2	3	2	3	3	4	3	4	27
13.	GABRIEL BENEDICT BUDI S	4	4	4	3	3	3	4	4	4	33
14.	GALIH RIZQI PRATAMA	4	4	3	3	3	4	3	4	4	32
15.	GHANIA HESSA NABILA P J	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27

16.	KAILA RENATA PUTRI	3	4	4	2	3	4	4	4	4	32
17.	KASEILLA APIEK PUTRIKU	4	3	3	3	4	3	3	4	4	31
18.	KEYSHA HANDI AUSAFFA	3	2	3	2	3	3	3	3	3	25
19.	KHALIFA ADZDZIKRA DHIYA M	4	3	3	3	4	3	3	3	4	30
20.	LAILA MUYASSARAH LUBNA A	4	3	4	3	4	3	4	4	4	33
21.	MELKY SEDEX SIMATUPANG	3	2	4	2	1	3	3	3	4	25
22.	MUHAMMAD AKMAL FATANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
23.	NAUFAL JOSHA PUTRA LAKSANA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
24.	RAFARDHAN RADITYA SHAWQI	3	4	3	4	3	4	4	4	3	32
25.	RAFIF APTA FAUSTA	3	2	4	1	2	3	4	4	4	27
26.	RAZITA UZMA ZAKIAH	4	3	4	3	3	3	3	4	3	30
27.	RISFAN AS SYIFA ANDRIYANTO	3	3	3	3	2	3	3	3	3	26
28.	SABELO CAHYANING AJI	4	3	3	2	3	2	4	4	4	29
29.	SADIRA PUTRI RAMANIYA	4	3	3	2	3	3	4	4	3	29
30.	SITI WULANDARI	4	4	4	3	4	4	4	4	4	35
31.	VANIA GITTA RAMADHANI	3	3	3	3	3	4	3	3	3	28
32.	ZEFA AYU FANISA	4	3	3	2	3	3	3	3	3	27
	Jumlah	223	196	216	181	207	207	218	222	225	1895

c. Skor Penelitian Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar

Penggunaan Metode, Model, dan Gaya Mengajar														
No	Nama	X10	X11	X12	X13	X14	X15	X16	X17	X18	X19	X20	X21	Jumlah
1.	ABIDATUL HUSNA RAHMAH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
2.	ACHMAD FAHREZY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3.	AGUSTINA KUMARA DEWI	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	41
4.	AISYAH NUHA RAIHANAH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
5.	ARDIANA CHOIRIYATUN JAMIL	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	41
6.	ARKANTAMA	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	34
7.	ARZETA MAHARIZA	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	34
8.	ARZETI MAHARANI	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	32
9.	ATA HASNA AZARIA	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	42
10.	ATHAYA BAGAS PARATAMA	3	3	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	38
11.	AZZAM FATHUL ISLAM	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	40
12.	BINAR VENUS KRISSETYAWAN	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	39
13.	ERIK ALFANSI	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	41
14.	ERLANGGA DWI SATYA MAULANA	3	2	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	41
15.	FADIL ABID WICAKSONO	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	40
16.	FANDI YULI KURNIAWAN	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	40
17.	HUDA RAMADHAN	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	41
18.	KASTARA KHAN AZIZAN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
19.	MARAYA FAZA GAYU	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35
20.	MUHAMMAD DIMAS PRATAMA	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	38
21.	NAYAKA ARDELIA NARISWARI	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	34
22.	NAZANIA ZAYANI	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	41

23.	PRATNYA PARAMITA ANGGRAINI	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	43
24.	RIFANDRA PRIHASTAMA	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	45
25.	RIMADIA MAULIDA TSANI	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	45
26.	SALMA KHUZAIMAH CAHYA A	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	34
27.	TEGAR PUTRA PAMUNGKAS	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	40
28.	TITI YULIANI	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	42
29.	VANIA AZZA PARAHITA	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	42
30.	WISNU ADIPRAYUDHA	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
31.	YOLA FELICIA PUSPITA	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	40
32.	ZASKIA FENNI MELINDA	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	40
1.	ABIDAH NAYLA NUR F	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	44
2.	ADI RISMANDA SADEWA	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	40
3.	AL JAVAS BASUNJAYA	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	35
4.	ALSSA KYLA MAYDA	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	45
5.	ANINDITA SYFFA E	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	39
6.	AURORA MEZZALUNA R	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
7.	DESWITA AULIA PUTRI	4	3	3	4	2	4	2	3	3	2	3	3	36
8.	DOME INNOVA GARASKHI S	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	35
9.	DWI NUR OKTAVIANI	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	28
10.	EVELYN KAREN AURELIE	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	44
11.	FARASH MUYASAR R	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	2	3	35
12.	FATIMAH NUR HIDAYAH	3	4	3	3	3	4	2	2	2	3	2	4	35
13.	GABRIEL BENEDICT BUDI S	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	38
14.	GALIH RIZQI PRATAMA	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	41
15.	GHANIA HESSA NABILA P J	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	39

16.	KAILA RENATA PUTRI	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	41
17.	KASEILLA APIEK PUTRIKU	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	42
18.	KEYSHA HANDI AUSAFFA	4	2	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	34
19.	KHALIFA ADZDIKRA DHIYA M	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	40
20.	LAILA MUYASSARAH LUBNA A	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	41
21.	MELKY SEDEX SIMATUPANG	4	1	4	1	3	1	4	2	3	4	4	2	33
22.	MUHAMMAD AKMAL FATANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
23.	NAUFAL JOSHA PUTRA LAKSANA	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	41
24.	RAFARDHAN RADITYA SHAWQI	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	47
25.	RAFIF APTA FAUSTA	2	3	2	3	3	3	1	1	1	3	4	4	30
26.	RAZITA UZMA ZAKIAH	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	46
27.	RISFAN AS SYIFA ANDRIYANTO	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	35
28.	SABELO CAHYANING AJI	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	31
29.	SADIRA PUTRI RAMANIYA	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	39
30.	SITI WULANDARI	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	43
31.	VANIA GITTA RAMADHANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
32.	ZEFA AYU FANISA	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	34
	Jumlah	214	201	211	195	212	207	201	193	198	212	202	217	2463

d. Skor Penelitian Minat Peserta Didik

Minat Peserta Didik											
No	Nama	X22	X23	X24	X25	X26	X27	X28	X29	X30	Jumlah
1.	ABIDATUL HUSNA RAHMAH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
2.	ACHMAD FAHREZY	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
3.	AGUSTINA KUMARA DEWI	4	4	4	3	3	3	4	4	4	33
4.	AI SYAH NUHA RAIHANAH	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
5.	ARDIANA CHOIRIYATUN JAMIL	4	3	4	3	3	2	3	3	3	28
6.	ARKANTAMA	3	3	3	3	3	3	3	3	2	26
7.	ARZETA MAHARIZA	3	3	3	3	2	3	2	3	3	25
8.	ARZETI MAHARANI	3	3	3	3	2	2	3	3	2	24
9.	ATA HASNA AZARIA	4	4	3	3	3	3	3	3	3	29
10.	ATHAYA BAGAS PARATAMA	3	3	3	3	3	3	3	2	4	27
11.	AZZAM FATHUL ISLAM	4	4	4	4	4	3	4	4	4	35
12.	BINAR VENUS KRISSETYAWAN	3	4	3	3	3	4	4	3	4	31
13.	ERIK ALFANSI	3	3	4	4	3	4	4	3	4	32
14.	ERLANGGA DWI SATYA MAULANA	4	4	4	4	3	4	4	3	4	34
15.	FADIL ABID WICAKSONO	3	3	3	4	3	4	3	4	3	30
16.	FANDI YULI KURNIAWAN	4	3	3	3	3	3	3	3	4	29
17.	HUDA RAMADHAN	3	3	4	3	4	3	4	3	3	30
18.	KASTARA KHAN AZIZAN	3	3	3	3	2	2	3	3	3	25
19.	MARAYA FAZA GAYU	3	3	3	3	3	2	4	3	3	27
20.	MUHAMMAD DIMAS PRATAMA	3	3	3	3	3	3	4	3	3	28
21.	NAYAKA ARDELIA NARISWARI	3	3	3	3	2	2	2	2	3	23
22.	NAZANIA ZAYANI	3	3	3	4	4	4	4	4	4	33

23.	PRATNYA PARAMITA ANGGRAINI	3	3	3	3	3	3	4	3	3	28
24.	RIFANDRA PRIHASTAMA	4	4	4	3	3	3	3	3	3	30
25.	RIMADIA MAULIDA TSANI	4	4	4	4	4	3	4	4	4	35
26.	SALMA KHUZAIMAH CAHYA AZIZAH	3	3	3	3	2	2	3	2	3	24
27.	TEGAR PUTRA PAMUNGKAS	4	4	3	4	3	3	4	3	4	32
28.	TITI YULIANI	4	3	3	3	3	3	3	3	3	28
29.	VANIA AZZA PARAHITA	4	4	4	3	3	3	4	4	4	29
30.	WISNU ADIPRAYUDHA	4	4	4	3	3	3	3	3	3	30
31.	YOLA FELICIA PUSPITA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
32.	ZASKIA FENNI MELINDA	4	4	4	3	3	2	3	3	3	29
1.	ABIDAH NAYLA NUR F	4	4	3	3	3	4	3	3	3	30
2.	ADI RISMANDA SADEWA	4	4	4	3	4	3	4	3	4	33
3.	AL JAVAS BASUNJAYA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4.	ALSSA KYLA MAYDA	4	3	3	4	4	4	3	3	4	32
5.	ANINDITA SYFFA E	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
6.	AURORA MEZZALUNA R	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
7.	DESWITA AULIA PUTRI	3	3	2	1	2	2	3	2	3	21
8.	DOME INNOVA GARASKHI S	3	3	3	3	2	2	3	3	3	25
9.	DWI NUR OKTAVIANI	2	2	2	2	2	3	2	2	3	20
10.	EVELYN KAREN AURELIE	4	4	4	4	4	4	4	3	4	35
11.	FARASH MUYASAR R	2	3	4	2	2	3	1	2	3	22
12.	FATIMAH NUR HIDAYAH	3	3	4	3	2	3	2	2	4	26
13.	GABRIEL BENEDICT BUDI S	4	3	3	4	3	3	4	3	3	30
14.	GALIH RIZQI PRATAMA	4	4	3	3	3	3	3	3	4	30
15.	GHANIA HESSA NABILA P J	3	3	4	3	2	2	4	3	3	27

16.	KAILA RENATA PUTRI	3	4	3	3	4	3	3	3	3	29
17.	KASEILLA APIEK PUTRIKU	3	3	3	3	3	3	4	4	3	29
18.	KEYSHA HANDI AUSAFFA	3	3	3	3	2	2	3	3	3	25
19.	KHALIFA ADZDIKRA DHIYA M	4	4	4	4	3	3	4	3	3	32
20.	LAILA MUYASSARAH LUBNA A	4	3	3	4	3	3	4	3	4	31
21.	MELKY SEDEX SIMATUPANG	2	3	3	4	4	3	4	3	4	30
22.	MUHAMMAD AKMAL FATANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
23.	NAUFAL JOSHA PUTRA LAKSANA	4	4	4	4	4	3	3	3	3	32
24.	RAFARDHAN RADITYA SHAWQI	4	3	4	3	3	3	4	4	4	32
25.	RAFIF APTA FAUSTA	3	3	2	1	2	3	4	2	2	22
26.	RAZITA UZMA ZAKIAH	3	4	4	3	3	3	4	3	3	30
27.	RISFAN AS SYIFA ANDRIYANTO	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
28.	SABELO CAHYANING AJI	3	4	2	3	3	4	4	2	3	28
29.	SADIRA PUTRI RAMANIYA	4	4	4	3	3	3	4	3	4	32
30.	SITI WULANDARI	4	4	4	3	4	4	4	3	3	33
31.	VANIA GITTA RAMADHANI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
32.	ZEFA AYU FANISA	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
		214	213	210	200	190	191	213	191	209	1827

e. Skor Penelitian Pengaruh Pada Peserta Didik

Pengaruh Pada Peserta Didik					
No	Nama	X31	X32	X33	Jumlah
1.	ABIDATUL HUSNA RAHMAH	3	3	3	9
2.	ACHMAD FAHREZY	3	3	3	9
3.	AGUSTINA KUMARA DEWI	3	3	4	10
4.	AI SYAH NUHA RAIHANAH	3	4	4	11
5.	ARDIANA CHOIRIYATUN JAMIL	4	3	2	9
6.	ARKANTAMA	3	4	4	11
7.	ARZETA MAHARIZA	3	4	4	11
8.	ARZETI MAHARANI	3	2	2	7
9.	ATA HASNA AZARIA	4	3	3	10
10.	ATHAYA BAGAS PARATAMA	3	4	3	10
11.	AZZAM FATHUL ISLAM	4	4	4	12
12.	BINAR VENUS KRISSETYAWAN	4	3	4	11
13.	ERIK ALFANSI	4	3	4	11
14.	ERLANGGA DWI SATYA MAULANA	4	4	4	12
15.	FADIL ABID WICAKSONO	4	3	3	10
16.	FANDI YULI KURNIAWAN	4	3	3	10
17.	HUDA RAMADHAN	3	4	3	10
18.	KASTARA KHAN AZIZAN	3	3	3	9
19.	MARAYA FAZA GAYU	3	4	4	11
20.	MUHAMMAD DIMAS PRATAMA	3	3	3	9
21.	NAYAKA ARDELIA NARISWARI	3	4	4	11
22.	NAZANIA ZAYANI	4	4	4	12

23.	PRATNYA PARAMITA ANGGRAINI	3	3	3	9
24.	RIFANDRA PRIHASTAMA	3	3	4	10
25.	RIMADIA MAULIDA TSANI	4	4	4	12
26.	SALMA KHUZAIMAH CAHYA AZIZAH	3	4	4	11
27.	TEGAR PUTRA PAMUNGKAS	3	3	3	9
28.	TITI YULIANI	3	4	3	10
29.	VANIA AZZA PARAHITA	3	4	4	11
30.	WISNU ADIPRAYUDHA	3	3	3	9
31.	YOLA FELICIA PUSPITA	3	3	3	9
32.	ZASKIA FENNI MELINDA	3	4	4	11
1.	ABIDAH NAYLA NUR F	3	3	3	9
2.	ADI RISMANDA SADEWA	4	4	3	11
3.	AL JAVAS BASUNJAYA	3	3	3	9
4.	ALSSA KYLA MAYDA	4	4	4	12
5.	ANINDITA SYFFA E	3	3	3	9
6.	AURORA MEZZALUNA R	3	3	3	9
7.	DESWITA AULIA PUTRI	4	3	3	10
8.	DOMENNOVA GARASKHI S	3	3	3	9
9.	DWI NUR OKTAVIANI	3	3	2	8
10.	EVELYN KAREN AURELIE	3	4	4	11
11.	FARASH MUYASAR R	4	3	4	11
12.	FATIMAH NUR HIDAYAH	4	3	2	9
13.	GABRIEL BENEDICT BUDI S	3	3	3	9
14.	GALIH RIZQI PRATAMA	4	3	4	11

15.	GHANIA HESSA NABILA P J	4	3	3	10
16.	KAILA RENATA PUTRI	4	3	3	10
17.	KASEILLA APIEK PUTRIKU	3	3	3	9
18.	KEYSHA HANDI AUSAFFA	3	4	4	11
19.	KHALIFA ADZDZIKRA DHIYA M	3	4	4	11
20.	LAILA MUYASSARAH LUBNA A	4	3	4	11
21.	MELKY SEDEX SIMATUPANG	4	2	4	10
22.	MUHAMMAD AKMAL FATANI	3	3	3	9
23.	NAUFAL JOSHA PUTRA LAKSANA	3	3	3	9
24.	RAFARDHAN RADITYA SHAWQI	4	3	4	11

25.	RAFIF APTA FAUSTA	4	4	4	12
26.	RAZITA UZMA ZAKIAH	4	4	4	12
27.	RISFAN AS SYIFA ANDRIYANTO	3	3	3	9
28.	SABELO CAHYANING AJI	2	3	3	8
29.	SADIRA PUTRI RAMANIYA	4	3	3	10
30.	SITI WULANDARI	4	4	3	11
31.	VANIA GITTA RAMADHANI	3	3	3	9
32.	ZEFA AYU FANISA	3	3	3	9
	Jumlah	216	204	200	644

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian



Penerapan gaya inklusi pada jarak langkah lari jarak pendek



Start blok sebagai alat pembantu start jongkok



Penerapan gaya mengajar inklusi kepada peserta didik kelas VIII A pada jarak langkah lari jarak pendek



Foto bersama dengan kelas VIII A SMP N 3 Godean



Penerapan gaya mengajar inklusi kepada peserta didik kelas VIII D pada jarak langkah lari jarak pendek



Foto bersama dengan kelas VIII D SMP N 3 Godean