

**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI  
GULING DEPAN PESERTA DIDIK KELAS VIII  
DI MTS NEGERI 5 WONOGIRI**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**



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

**Oleh:**  
**Daud Musthofa Affandi**  
**NIM 20601244124**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2025**

**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI  
GULING DEPAN PESERTA DIDIK KELAS VIII  
DI MTS NEGERI 5 WONOGIRI**

Oleh:  
Daud Musthofa Affandi  
NIM 20601244124

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penghambat peserta didik dalam pembelajaran senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei. Populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang bertempat di MTS Negeri 5 Wonogiri yakni sebanyak 116 peserta didik. Sampel yang diambil menggunakan teknik *total sampling* sedangkan instrumen yang digunakan berupa angket yang telah di uji validitas sebesar 0,707 dan reliabilitas sebesar 0,946, berjumlah 25 pernyataan. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif persentase.

Berdasarkan hasil penelitian Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri utama adalah faktor Internal. Faktor internal meliputi indikator jasmani dengan persentase 94% (rendah), indikator kelelahan 57% (cukup), faktor psikologis 65% (tinggi). Sedangkan faktor eksternal mempunyai hasil yang beragam yaitu indikator faktor sekolah 71% (cukup) dan indikator faktor masyarakat 74% (rendah). Faktor internal yang meliputi jasmani, faktor kelelahan dan faktor psikologis. Dalam faktor psikologis peserta didik terlihat bahwa faktor tersebut yang menjadi tingkat penghambat pembelajaran senam lantai sangat tinggi mencapai 65% peserta didik yang mengalami hambatan dalam aspek psikologisnya ada yang takut dalam melakukan guling depan, ada yang malu untuk melakukan dan tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri. Hal tersebut dapat membuat pembelajaran tidak maksimal saat melakukan gerak guling depan, sehingga peserta didik mengalami hambatan dalam melaksanakan pembelajaran guling depan ini.

**Kata Kunci:** Faktor Penghambat, Pembelajaran, Guling Depan, Senam Lantai

**OBSTRUCTING FACTORS IN THE GYMNASTICS FORWARD ROLL LEARNING FOR  
THE EIGHTH GRADE STUDENTS OF MTS NEGERI 5 WONOGIRI**

By:  
Daud Musthofa Affandi  
NIM 20601244124

***Abstract***

*This research aims to identify the obstructing factors affecting the gymnastics forward roll learning at MTS Negeri 5 Wonogiri (Wonogiri 5 Islamic Junior High School).*

*This research employed a descriptive quantitative design utilizing a survey methodology. This research population consisted of 116 eighth-grade students at MTS Negeri 5 Wonogiri. The sample was obtained using complete sampling, and the instrument employed was a questionnaire that demonstrated a validity of 0.707 and a reliability of 0.946, comprising 25 statements. The employed data analysis technique was descriptive percentage.*

*The primary obstructing factors identified in this investigation were internal variables. Internal elements consisted of bodily signs at 94% (low), tiredness indicators at 57% (adequate), and psychological factors at 65% (high). External variables gained the disparate outcomes, specifically school factor indicators at 71% (adequate) and community factor indicators at 74% (poor). Internal components encompassed physical, fatigue-related, and psychological elements. The psychological factors affecting students significantly impede their ability to learn gymnastics, with 65% encountering psychological obstacles. Some students show such fear of performing forward rolls, while others experience embarrassment and a lack of self-confidence. This may hinder effective learning in forward rolls, resulting in students encountering difficulties in mastering this skill.*

**Keywords:** *Obstructing Factors, Learning, Forward Rolls, Gymnastics*

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Daud Musthofa Affandi
NIM	: 20601244124
Program Studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi	: Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri

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

Yogyakarta, 17 November 2024

Yang Menyatakan,



Daud Musthofa Affandi  
NIM 20601244124

**LEMBAR PERSETUJUAN**


**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI  
GULING DEPAN PESERTA DIDIK KELAS VIII  
DI MTS NEGERI 5 WONOGIRI**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**Daud Musthofa Affandi**  
**NIM 20601244124**

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 10 Desember 2024

Koordinator Program Studi

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

Dosen Pembimbing

  
Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd  
NIP. 1963080619880310001

**LEMBAR PENGESAHAN**



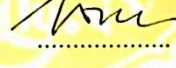
**FAKTOR PENGHAMBAT PEMBELAJARAN SENAM LANTAI  
GULING DEPAN PESERTA DIDIK KELAS VIII  
DI MTS NEGERI 5 WONOGIRI**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

**Daud Musthofa Affandi  
NIM 20601244124**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta  
Tanggal: 10 Januari 2025

**TIM PENGUJI**

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd (Ketua Tim Penguji)		22/2025
Dr. Ari Iswanto, S.Pd. Jas., M.Or (Sekretaris Tim Penguji)		21/2025
Prof. Dr. Sri Winarni, M.Pd (Penguji Utama)		21/2025

Yogyakarta, 22 Januari 2025  
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Dr. Hedi Ardijanto Hermawan S.Pd., M.Or  
NIP. 1977021820080110002

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya hingga Tugas Akhir (TAS) ini dapat tersusun dengan baik, karya ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Haris Nur Hariyanto dan Ibu Suci Prihatiningsih, terima kasih atas segala doa, kasih sayang, perhatian, semangat dan dukungannya selama ini.
2. Kakak saya Mu'Alif Yahya dan Adila Itsnaini Masruroh yang turut memotivasiku untuk tetap semangat.
3. Seluruh keluarga besar dan teman-teman yang tiada hentinya memberikan semangat dan dukungan.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis penatkan kehadiran Allah SWT atas kasih dan karunia-Nya, sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul “Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri” ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan S.Pd., M.Or., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan (FIKK) Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Prof. Dr. Ngatman, M.Pd., Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd., Dosen Pembimbing penyusunan Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Tim penguji Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan koreksi, perbaikan, kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki Tugas Akhir Skripsi.
5. Kepala Sekolah MTS Negeri 5 Wonogiri yang telah membantu peneliti dalam penelitian ini

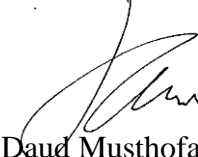


6. Semua pihak yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga semua bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan selalu mendapat ridho dari Allah SWT. Penulis berharap semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 17 November 2024

Yang Menyatakan,



Daud Musthofa Affandi  
NIM 20601244124

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
A. KajianTeori .....	9
1. Hakikat Penghambat .....	9
2. Hakikat Pembelajaran .....	10
3. Faktor Penghambat Pembelajaran.....	12
4. Hakikat Senam Lantai Guling Depan .....	15
5. Karakteristik Peserta Didik SMP/MTs .....	19
B. Penelitian yang Relevan .....	22
C. Kerangka Berpikir .....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian .....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel Penelitian.....	28
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	29
E. Teknik dan Instrumen Pengambilan Data.....	30
1. Teknik Pengumpulan Data .....	30
2. Instrumen Penelitian .....	30
F. Teknik Analisis Data .....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	36
A. Hasil Penelitian.....	36
B. Pembahasan .....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Simpulan.....	58

B. Saran .....	59
DAFTAR PUSTAKA .....	61
LAMPIRAN.....	65

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Sampel Penelitian .....	29
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	32
Tabel 3. Instrumen Penelitian .....	32
Tabel 4. Kriteria Skor Penilaian Acuan Norma (PAN) .....	35
Tabel 5. Statistik Data Penelitian .....	36
Tabel 6. Norma Penelitian Faktor Penghambat Senam Lantai Guling Depan.....	37
Tabel 7. Statistik Faktor Internal Jasmani.....	38
Tabel 8. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator jasmani .....	39
Tabel 9. Statistik Faktor Internal Kelelahan .....	40
Tabel 10. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator kelelahan.	41
Tabel 11. Statistik Faktor Internal Psikologis .....	43
Tabel 12. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator psikologis	43
Tabel 13. Statistik Faktor eksternal sekolah .....	45
Tabel 14. Norma penilaian faktor penghambat eksternal dari indikator sekolah .	45
Tabel 15. Statistik Faktor eksternal masyarakat .....	46
Tabel 16. Norma penilaian faktor penghambat eksternal dari indikator.....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Cara Melakukan Guling Depan Sikap Awal Jongkok .....	18
Gambar 2. Cara Melakukan Guling Depan Sikap Awal Berdiri.....	19
Gambar 3. Kerangka Berpikir .....	26
Gambar 4. Diagram Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai.....	37
Gambar 5. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator jasmani .....	39
Gambar 6. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator kelelahan .....	42
Gambar 7. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator psikologis .....	44
Gambar 8. Diagram Faktor penghambat eksternal dari indikator sekolah.....	46
Gambar 9. Diagram Faktor penghambat eksternal dari indikator masyarakat.....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	66
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian .....	67
Lampiran 3. Surat Izin Uji Instrumen .....	68
Lampiran 4. Hasil Observasi.....	69
Lampiran 5. Instrumen Penelitian .....	71
Lampiran 6. Data Penelitian.....	73
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	77

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan adalah suatu kebutuhan yang mendasar untuk seluruh manusia. Melalui pendidikan manusia bisa membentuk pribadi yang lebih berguna untuk membangun kehidupan di dunia menjadi lebih baik. Menurut Undang-undang nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan diartikan sebagai berikut: Pendidikan merupakan usaha untuk sadar dan dapat terencana guna menghasilkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif bisa mengembangkan kemampuan dalam dirinya untuk mempunyai kekuatan dalam spiritual keagamaan, mengendalikan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, kemampuan yang diperlukan dalam dirinya, bagi orang lain, bagi bangsa dan untuk negara.

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah PJOK, PJOK guna meningkatkan kesehatan, perkembangan keterampilan fisik, potensi organ-organ tubuh, keterampilan gerak fungsional dan menanamkan kualitas moral seperti patriotisme, kerjasama, keberanian, ketekunan, dan keyakinan diri. PJOK berperan penting terhadap keseluruhan pendidikan peserta didik. PJOK berkontribusi langsung terhadap pengembangan kompetensi fisik dan kebugaran jasmani. PJOK juga membantu peserta didik untuk mendapatkan pengetahuan tentang nilai-nilai penting dari kehidupan. Keuntungan PJOK dapat memberikan dampak baik bagi akademik dan pola-pola aktivitas jasmani peserta didik. Peserta didik yang lebih aktif dan sehat

secara fisik lebih menunjukkan motivasi yang lebih tinggi pada aktivitas akademik dan peserta didik lebih cermat, dan cekatan.

PJOK termasuk dalam ruang lingkup olahraga pendidikan. Mata pelajaran PJOK terdapat berbagai materi terkait cabang olahraga, misalnya saja cabang olahraga senam lantai yang wajib diajarkan atau dipelajari di sekolah dasar khususnya di kelas VII s/d IX, materi pelajaran disusun secara berjenjang dari yang sederhana ke yang kompleks, dari yang ringan ke yang berat, dari yang mudah ke yang sulit (Saputra, 2022, p. 2)

Materi pelajaran dalam PJOK yang harus diajarkan adalah aktivitas senam, pembelajaran senam lantai di SMP merupakan lanjutan dari sekolah dasar yang harus diberikan oleh guru PJOK kepada semua peserta didik. Dari beberapa materi senam yang sering dipelajari adalah senam lantai. Senam lantai menjadi salah satu bagian dari senam artistik. Senam lantai merupakan salah satu aktivitas jasmani atau olahraga yang terdapat pada mata pelajaran PJOK olahraga dan kesehatan. Berdasarkan yang sudah diuraikan di atas pembelajaran senam lantai adalah aktivitas fisik yang gerakannya membutuhkan kekuatan, keseimbangan, kecepatan, dan keserasian atau koordinasi gerak yang teratur, sehingga menjadi hambatan tersendiri bagi para peserta didik khususnya bagi pelajar putri untuk melakukan gerakan-gerakan dalam pembelajaran senam lantai (Saputra, 2022, p. 3).

Senam lantai yang tidak menggunakan alat diantaranya guling depan, guling belakang, meroda, kayang, sikap lilin, lompat harimau, sedangkan senam lantai yang menggunakan alat diantaranya lompat kangkang dan lompat



jongkok. Dalam pembelajaran senam lantai, pelaksanaannya memiliki metode pembelajaran yang spesifik. Aktivitas tersebut mempunyai berbagai macam gerakan yang sangat kompleks, sehingga membutuhkan koordinasi antara anggota tubuh, konsentrasi yang tinggi dan mempunyai kondisi fisik yang bagus supaya bisa memahami atau melakukan gerakan-gerakan yang kompleks dalam pembelajaran senam lantai. Sehingga pembelajaran senam lantai sangat penting untuk diberikan kepada peserta didik guna mendukung proses pertumbuhan dan perkembangannya (Saputra, 2022, p. 3).

Aktivitas senam lantai terdapat beberapa materi yang mudah untuk dipahami dan ada juga beberapa materi yang sulit untuk dipahami oleh peserta didik. Dalam proses pembelajaran senam lantai akan ada banyak hambatan yang menyebabkan tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai dengan baik. Hambatan belajar yang dalam istilah Bahasa Inggris disebut sebagai *learning disability* merupakan ketidakmampuan peserta didik dalam memahami materi pembelajaran adanya hambatan belajar dikarenakan peserta didik tidak mampu mengaitkan antara pengetahuan baru dengan pengetahuan lamanya, sehingga menimbulkan ketidakpahaman terhadap suatu pelajaran. Penghambat belajar akan tampak di antaranya ketika peserta didik tidak mampu lagi berkonsentrasi, peserta didik memperoleh nilai yang rendah dan peserta didik tidak menguasai bahan ajar yang telah disampaikan oleh guru (Waras, 2018: 114).

Faktor yang mempengaruhi penghambat belajar terhadap diri peserta didik tersebut dapat berasal dari dalam diri peserta didik (*internal*) maupun dari luar diri peserta didik (*eksternal*). Faktor internal yang dapat menyebabkan

penghambat belajar diantaranya karena faktor kesehatan, cacat tubuh, intelegensi, bakat, minat, kesehatan mental, dan tipe khusus belajar. Faktor eksternal diantaranya karena pengaruh lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Suatu proses belajar PJOK yang dapat berjalan dengan sukses dan lancar demi mencapai tujuan pembelajaran tertentu sangat ditentukan oleh beberapa unsur, antara lain: guru, peserta didik, kurikulum, sarana dan prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung dan penilaian.

Banyak peneliti yang melakukan penelitian terkait hambatan belajar senam lantai khususnya guling depan, berdasarkan penelitian Widiyanto (2013, p. 3) di SD Negeri Sambek kecamatan Wonosobo diketahui bahwa pada saat proses pembelajaran senam lantai tidak begitu berhasil dan dipengaruhi oleh program pembelajaran yang kurang berhasil, sarana prasarana kurang memadai dan rasa takut peserta didik dalam melakukan gerakan senam lantai, sehingga mempengaruhi tingkat penghambat belajar senam lantai. Berdasarkan penelitin yang kedua yaitu dari Komala (2019, p. 4) bahwa dari hasil wawancara materi pembelajaran senam lantai yang diajarkan adalah guling depan dan guling belakang. Dari hasil wawancara didapatkan bahwa peserta didik mengalami hambatan bahkan ada yang merasa takut melakukan gerakan senam lantai tersebut.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada peserta didik Kelas VIII Di MTS Negeri 5 Wonogiri, menyatakan bahwa peserta didik Kelas VIII Di MTS Negeri 5 Wonogiri pada senam lantai khususnya guling depan mempunyai hambatan belajar salah satunya yaitu sebagian besar peserta didik

mempunyai rasa takut yang berlebihan untuk melakukannya yang mengakibatkan tujuan belajar tidak tercapai. Dilihat juga saat praktik, peserta didik tidak mengerti apa yang harus dilakukan karena materi yang kurang menarik sehingga peserta didik tersebut tidak memperhatikan apa yang sedang dijelaskan oleh guru. Ditambah lagi dengan kurangnya penggunaan media atau alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran, serta materi pelajaran yang dianggap sulit oleh peserta didik, membuat peserta didik mengalami hambatan dalam mengikuti pembelajaran, serta tidak didukung dengan sarana dan prasarana serta fasilitas yang memadai. Perlu adanya suatu pembelajaran yang dikemas lebih menarik agar peserta didik dapat tertarik saat pelajaran senam lantai guling depan.

Menurut peneliti dari hasil penelitian sebelumnya seharusnya peserta didik pada jenjang MTS sudah menguasai senam lantai khususnya guling depan, peserta didik pada jenjang MTS sudah mampu untuk mempraktikkan gerakan guling depan dengan baik dan benar tanpa rasa takut yang berlebihan, dikarenakan pembelajaran senam lantai guling depan sudah diajarkan sejak peserta didik duduk di jenjang sekolah dasar. Pembelajaran tersebut merupakan materi yang wajib untuk diberikan kepada peserta didik, materi tersebut juga tercantum dalam kurikulum merdeka. Guru juga harus mampu membuat pembelajaran lebih menarik agar materi yang diberikan tidak monoton dan membosankan, sehingga peserta didik mampu memahami dan menangkap materi dengan baik guna mencapai tujuan pembelajaran.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan melihat kondisi tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait materi senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri pada kelas VIII, yang berjudul “Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri” sebagai bahan evaluasi dan perbaikan metode pembelajaran terkait materi senam lantai khususnya guling depan.

#### **B. Identifikasi Masalah**

Menurut uraian latar belakang masalah, peneliti bisa mengidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Adanya rasa takut yang berlebih saat melakukan praktik guling depan.
2. Sarana dan prasarana yang kurang memadai untuk melakukan praktik pembelajaran senam lantai guling depan.
3. Guru dalam menyampaikan materi senam lantai kurang menarik dan kurang menyenangkan bagi peserta didik.

#### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah di atas perlu adanya batasan agar ruang lingkup penelitian tidak meluas serta menjadi jelas dan fokus terhadap “Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri”.

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

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut: “Apa saja yang

Mempengaruhi Faktor Penghambat dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling  
Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri.

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

Dengan dasar adanya rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penghambat peserta didik dalam pembelajaran senam lantai materi guling depan pada kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri”

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

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara praktis maupun secara teoritis, sebagai berikut:

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

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan penelitian lanjutan.
- b. Dapat menjadi referensi dan memberikan sumbangan bagi penelitian sejenis dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan di dunia pendidikan terutama materi PJOK senam lantai guling depan.
- c. Kegiatan penelitian akan menjadikan pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang telah diperoleh dibangku kuliah dan peneliti mendapat jawaban yang konkrit tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul penelitian.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi guru PJOK

Diharapkan penelitian ini dapat menambah kreativitas dalam mengajar peserta didik dan dapat meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK senam lantai guling depan.

### b. Bagi Peserta Didik

Dapat digunakan sebagai masukan yang berharga serta dapat digunakan sebagai motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai, khususnya senam lantai guling depan.

### c. Bagi Sekolah

Memberikan gambaran kondisi pembelajaran PJOK khususnya pembelajaran senam lantai, dan sebagai pedoman dalam rangka meningkatkan kualitas dan peningkatan prestasi peserta didik dalam pembelajaran di sekolah terutama pembelajaran PJOK.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

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

##### **1. Hakikat Penghambat**

###### **a. Pengertian Penghambat**

Penghambat sering dikenal dengan istilah halangan. Penghambat memiliki arti yang begitu penting dalam melakukan suatu kegiatan. Penghambat dapat menyebabkan suatu kegiatan jadi terganggu. Penghambat adalah suatu kondisi tertentu yang ditandai adanya penghambat-penghambat dalam mencapai tujuan, sehingga memerlukan usaha yang lebih keras untuk mengatakan (Suyedi, 2019, p. 124).

Penghambat merupakan segala sesuatu yang menghalangi, merintang, menghambat yang ditemui manusia atau individu dalam kegiatan sehari-harinya yang datangnya silih berganti, sehingga menumbukkan penghambat bagi individu yang menjalaninya untuk mencapai tujuan tertentu (Saputra, 2022, p. 3).

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa penghambat adalah hal yang bersifat negatif yang dapat menghambat kegiatan yang dilakukan oleh manusia atau individu. Penghambat ini menjadi sebuah rintangan manusia atau individu dalam melakukan kegiatan tertentu.

Faktor penghambat pada pembelajaran bisa berupa kasus-kasus pembelajaran misalnya internal juga eksternal, bisa bersumber berdasarkan pengajar juga berdasarkan siswa. Sedangkan dikaji

berdasarkan tahapannya, kasus belajar bida terjadi dalam waktu belajar, selama proses belajar, dan sehabis belajar.

## **2. Hakikat Pembelajaran**

### **a. Pengertian Pembelajaran**

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Setiawan (2017, p. 20) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan perpaduan dari dua aktivitas belajar dan mengajar. Aktivitas belajar secara metodologis cenderung lebih dominan pada peserta didik, sementara mengajar secara instruksional dilakukan oleh guru, jadi istilah pembelajaran adalah ringkasan dari kata belajar dan mengajar. Dengan kata lain, pembelajaran adalah penyederhanaan dari kata belajar dan mengajar, proses belajar mengajar atau kegiatan belajar mengajar. Secara psikologis pengertian pembelajaran ialah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku secara menyeluruh, sebagai hasil dari interaksi individu itu dengan lingkungannya.

Pembelajaran dapat diartikan sebagai proses pembelajaran peserta didik atau membuat peserta didik belajar (*make student learn*). Tujuannya adalah membantu peserta didik belajar dengan memanipulasi lingkungan dan merekayasa kegiatan serta menciptakan pengalaman belajar yang memungkinkan peserta didik untuk melalui, mengalami atau melakukannya (Kim, 2020, p. 145). Dari proses melalui, mengalami dan melakukan itulah pada akhirnya peserta didik



akan memperoleh pengetahuan, pemahaman, pembentukan sikap dan keterampilan. Dalam konteks ini, peserta didiklah yang aktif melakukan aktivitas belajar. Aktivitas belajar peserta didik yang dimaksud disini adalah aktivitas jasmaniah maupun aktivitas mental.

Djamaludin & Wardana (2017, p. 14) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Akhiruddin, dkk (2020, p. 12) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu usaha yang sengaja melibatkan dan menggunakan pengetahuan profesional yang dimiliki guru untuk mencapai tujuan kurikulum. Pembelajaran ini adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat internal.

Pendapat Mahama & Arifin (2016, p. 10) bahwa pembelajaran dari sudut pandang teori interaksional didefinisikan sebagai proses interaksi peserta didik dengan pendidikan dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Berdasarkan konsep ini, pembelajaran

dipandang memiliki kualitas baik jika interaksi yang terjadi bersifat multi arah, yakni guru-peserta didik, peserta didik-guru, peserta didik-peserta didik, peserta didik-sumber belajar, dan peserta didik-lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan kegiatan belajar mengajar, sehingga proses pembelajaran sangat saling membutuhkan, guru membutuhkan peserta didik dan peserta didik sangat membutuhkan peran guru, namun seharusnya bantuan guru harus semakin dikurangi karena tujuan adalah meningkatkan keaktifan peserta didik bukan guru yang menjadi semakin aktif, dengan hal ini seharusnya pembelajaran yang tadinya satu arah (guru-peserta didik) menjadi dua arah (guru-peserta didik dan peserta didik-guru).

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah memiliki hakikat perencanaan atau perancangan sebagai upaya untuk membelajarkan peserta didik, sehingga peserta didik akan mengalami perubahan dan hasil akhir dari proses suatu kegiatan pembelajaran akan tampak dalam penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang ditunjukkan dengan nilai tes serta untuk memperoleh nilai tersebut perlu dilakukan evaluasi.

### **3. Faktor Penghambat Pembelajaran**

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat adalah kondisi saat peserta didik mengalami hambatan yang membuat tidak lancar atau terhalang dalam mengikuti proses pembelajaran

dengan baik, sehingga tujuan pembelajaran belum sesuai dengan apa yang diharapkan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penghambat pembelajaran peserta didik dibedakan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang meliputi faktor fisiologis dan psikologis, sedangkan untuk faktor eksternal meliputi faktor guru, faktor lingkungan sekolah dan faktor sarana prasarana.

#### 1) Faktor Internal

Faktor internal muncul dari dalam diri anak yang secara dominan menentukan tingkat hambatan belajar yang dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut:

##### a) Faktor fisiologis.

Faktor fisiologis adalah faktor yang bersumber dari dalam individu yang erat hubungannya dengan masalah kerjasama dan terutama tentang fungsi alat panca indera, karena panca indera ini merupakan pintu masuk rangsang dari luar ke dalam individu yang diolah oleh untuk diterima atau tidak berpengaruh tersebut (Nani & Hendriana, 2019).

##### b) Faktor Psikologis.

Faktor psikologis ini sangat mempengaruhi prestasi belajar anak karena berkaitan dengan psikologis dan kejiwaan (Umar, 2015). Beberapa faktor psikologis peserta didik yakni (a) kecerdasan, (b) motivasi, (c) bakat, dan (d) minat.

## 2) Faktor Eksternal

### a) Faktor Guru

Faktor eksternal dapat bersumber dari guru antara lain: kurang memberi motivasi pada peserta didik yang mengalami hambatan, cara mengajar, sikap guru, kurikulum atau materi yang dipelajari, perlengkapan sarpras belajar yang kurang, cara evaluasi, ruang belajar, sistem administrasi, waktu belajar, situasi sosial di sekolah dan sebagainya.

### b) Faktor Sarana dan Prasarana

Faktor sarana dan prasarana yang sering menjadi kendala untuk proses pembelajaran misalnya matras yang terlalu tipis tidak aman dipergunakan untuk pembelajaran senam lantai mengguling depan yang dimiliki sekolah kurang memadai untuk proses pembelajaran, matras yang ada terlalu sempit dan jumlah matras kurang/tidak sesuai dengan jumlah peserta didik.

### c) Faktor Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah peserta didik cukup ikut berpengaruh terhadap pembelajaran senam lantai guling depan. Misalnya karena lokasi sekolah yang ramai mengganggu pembelajaran senam guling depan, jika hujan pembelajaran dilaksanakan di dalam kelas dengan tempat yang kurang luas. Meskipun kebanyakan orang tua peserta didik selalu menasehati anaknya untuk berolahraga, akan tetapi banyak peserta didik yang tidak

menyukai olahraga senam lantai, sehingga peserta didik mengalami hambatan dalam pembelajaran.

#### **4. Hakikat Senam Lantai Guling Depan**

##### **a. Pengertian Senam Lantai**

Senam adalah bentuk latihan fisik yang disusun secara sistematis dengan melibatkan gerakan-gerakan yang terpilih dan terencana untuk mencapai tujuan tertentu. Selain itu, senam juga dapat diartikan sebagai latihan yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis, dan dilakukan secara sadar dengan tujuan untuk membentuk dan mengembangkan pribadi (Adi, 2018, p, 10).

Senam adalah suatu latihan jasmani yang disusun secara sistematis, terencana dan didahului dengan gerakan-gerakan dasar yang membentuk pola gerakan dan merupakan suatu operasi yang ditunjukkan untuk membentuk aktivitas fisik. selain itu senam juga dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan aktivitas fisik, perkembangan estetika dan perkembangan sosial. Mengembangkan kemampuan untuk memperoleh kepercayaan diri dan keterampilan gerak dasar dorong partisipasi dalam berbagai aktivitas fisik. mencapai dan mempertahankan tingkat kebugaran (Saputra, 2022, pp. 21-22)

Senam lantai adalah senam ketangkasan yang dilakukan di matras dan tidak menggunakan peralatan khusus”. Adapun contoh dari senam lantai tersebut adalah: sikap lilin, guling depan, guling belakang,

berdiri kepala, berdiri dengan tangan, lenting tangan ke depan, meroda, rentang kaki. Senam lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik/ gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, kelincahan, dan ketepatan Arifin (2019, p. 26).

Senam lantai disebut juga dengan latihan bebas, karena pada saat melakukan gerakan tidak menggunakan alat apapun. Gerakan senam lantai terdiri dari struktur gerakan ringan, gerakan sedang, gerakan berat, serta gerakan akrobatik, yang dimana mengandung unsur ketangkasan keluwesan dan keseimbangan. Menurut Soekarno (dalam Nurjanah, 2017, pp. 21-22), “Senam dengan istilah lantai, merupakan gerakan atau bentuk latihan yang dilakukan di atas lantai dengan beralaskan matras sebagai alat yang dipergunakan”. Berdasarkan materi yang ada dalam latihan senam lantai, keterampilan tersebut ke dalam unsur gerakan yang bersifat statis (diam di tempat) dan dinamis (berpindah tempat).

b. Hakikat Guling Depan

Guling depan merupakan kumpulan materi dalam senam lantai. Senam lantai merupakan upaya untuk meningkatkan bentuk-bentuk latihan dari gerakan senam lantai dan juga untuk mempermudah bentuk latihan senam lainnya. Titi (2022, p. 23) Senam lantai merupakan bagian dari disiplin ilmu senam artistik. Senam artistik ini adalah

sebuah olahraga yang memiliki pergerakan yang sangat bebas ataupun secara kompleks pada seluruh anggota tubuh.

Guling depan merupakan salah satu senam yang penguasaan rangkaian keterampilan gerakanya dilakukan secara beruntun yang diawali dengan sikap awalan jongkok yang seimbang dengan posisi berhadapan arah gerakan, kedua telapak tangan di samping telinga menghadap ke bawah dan inti dari gerakan ini terletak pada tolakan kaki dan sikap badan kedepan Ruslan (2019, p. 45). Guling depan menurut Putri (2022, p. 32) merupakan gerakan berguling yang pergerakannya dapat membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan bergerak berguling seperti benda bulat. Guling depan merupakan gerakan berguling dengan keseimbangan badan diputar seperti roda yang memutar ke depan dan menggunakan alas atau matras untuk melindungi tubuhnya.

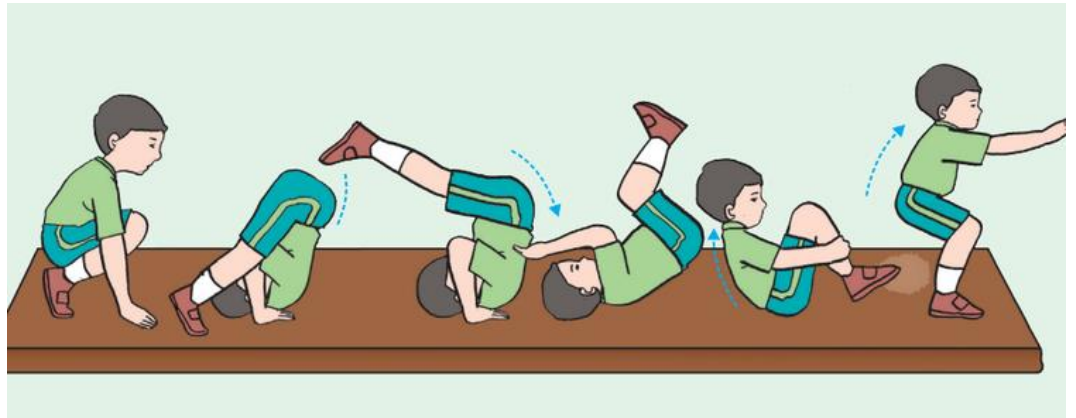
Teknik melakukan guling depan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu dengan cara awalan jongkok dan dengan awalan sikap berdiri. Teknik melakukan guling depan dengan awalan jongkok (Saputra, 2022, p. 56) sebagai berikut:

- 1) Tahap persiapan Lakukan sikap jongkok menghadap arah gerakan, kemudian kedua telapak tangan di letakkan di atas matras.
- 2) Tahap gerakan Angkat pinggul ke atas hingga kedua kaki lurus. Masukkan kepala di antara kedua lengan hingga pundak menempel di matras. Kemudian gulingkan badan ke depan hingga bagian

badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang dan panggul bagian belakang menyentuh matras.

- 3) Akhir gerakan Kembali pada sikap jongkok, kedua lengan lurus ke depan, pandangan ke arah depan.

Gambar 1. Cara Melakukan Guling Depan Sikap Awal Jongkok



(Sumber: Putri, 2022, p. 32)

Untuk cara kedua, sikap guling depan dari tahapan berdiri.

Gerakannya dimulai dari:

- 1) Tahap persiapan Berdiri menghadap matras, kedua lengan diluruskan ke atas di samping telinga, pandangan ke depan.
- 2) Tahap gerakan Letakkan kedua telapak tangan pada matras dengan jarak kurang lebih 50 cm, kemudian kedua lutut dipertahankan lurus. Masukkan kepala di antara kedua lengan bersamaan kedua sikut ditekuk ke samping dan pundak menempel matras. Gulingkan badan ke depan hingga bagian badan mulai dari tengkuk, punggung, pinggang, dan panggul bagian belakang menyentuh matras.



- 3) Akhir gerakan Setelah posisi jongkok, lanjutkan sikap berdiri dengan kedua kaki rapat. Kedua lengan lurus ke atas di samping telinga. Padangan ke depan atas

Gambar 2. Cara Melakukan Guling Depan Sikap Awal Berdiri



(Sumber: Putri, 2022, p. 32)

## 5. Karakteristik Peserta Didik SMP/MTs

Selama proses pembelajaran PJOK berlangsung, seorang pendidik diharapkan mampu mengetahui karakteristik peserta didiknya guna mempermudah guru dalam mengarahkan peserta didik kearah yang lebih baik. Menurut Marliani (2016, p. 179), fase remaja adalah masa peralihan pada masa anak dan masa dewasa yang terjadi pada usia 12 sampai 21 tahun. Berdasarkan pedapat tersebut dapat dikatakan bahawa peserta didik sekolah menengah pertama SMP/MTs sedang berada dalam fase tersebut. Marliani (2016, pp. 181-182), menambahkan bahwa terdapat beberapa karakteristik perkembangan peserta didik yaitu:

a. Perkembangan fisik.

Masa remaja merupakan salah satu di antara dua masa rentang kehidupan individu, yang di dalamnya terjadi pertumbuhan fisik yang sangat pesat.

b. Perkembangan kognitif.

Remaja secara mental telah dapat berpikir logis tentang berbagai gagasan yang abstrak.

c. Perkembangan emosi.

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Oleh karena itu untuk mencapai kematangan emosional sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio emosional lingkungannya.

d. Perkembangan sosial.

Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai-nilai, maupun perasaannya. Remaja memilih teman yang memiliki kualitas psikologis yang relatif sama dengan dirinya, baik menyangkut interest, sikap, nilai dan kepribadian

e. Perkembangan moral

Melalui perkembangan atau interaksi sosial, tingkat mobilitas remaja sudah lebih matang dari usia anak. Mereka sudah lebih mengenal nilai-nilai moral atau konsep-konsep moralitas, seperti kejujuran, keadilan, kesopanan, dan kedisiplinan.

f. Perkembangan kepribadian.

Fase remaja merupakan saat yang paling penting bagi perkembangan dan integritas kepribadian. Masa remaja merupakan saat berkembangnya identitas (jati diri). Apabila remaja gagal mengintegrasikan aspek-aspek dan pilihan atau merasa tidak mampu untuk memilih, ia akan mengalami kebingungan. Adapun perkembangan identitas dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu iklim keluarga, tokoh idola, dan peluang pengembangan diri.

g. Perkembangan kesadaran beragama.

Kemampuan berpikir abstrak remaja memungkinkannya untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragama

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa karakteristik peserta didik tingkat sekolah menengah pertama dapat dilihat dari segi fisik yang dapat dilihat perubahannya dengan kasat mata. Dari segi emosi peserta didik yang masih labil dan menginginkan terbebas dari bimbingan seorang pendidik. Untuk itu peran lingkungan sangat dibutuhkan agar tercipta kematangan emosional. Dari segi sosial peserta didik yang cenderung memilih teman yang relatif sama kualitas psikologisnya seperti kepribadiannya. Dari segi moral peserta didik dimana sudah mengenal nilai kedisiplinan didalamnya. Dari segi kepribadian peserta didik, yang merupakan aspek paling penting bagi perkembangan peserta didik apabila peserta didik tidak mampu mengintegrasikan aspek-aspek dan pilihan atau

merasa tidak mampu untuk memilih, ia akan mengalami hal-hal yang menimbulkan berbagai perilaku penyimpangan.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian Iqbal Viki Ardiyansyah (2020) yang berjudul “Faktor-faktor penghambat proses pembelajaran senam lantai pada pembelajaran senam lantai pada pelajar putri di SMP Negeri Kelas VIII Se-Kabupaten Tegal”.  
Senam Lantai Pada Pelajar Putri Di SMP Negeri Kelas VIII Se-Kabupaten Tegal. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei dan instrumen penelitian menggunakan angket. Populasi dalam penelitian ini yaitu SMP Negeri Kelas VIII Se-Kabupaten Tegal. Sampel dalam penelitian ini adalah 17 SMP Negeri yang terdiri dari 17 guru PJOK dan 86 pelajar putri. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan Faktor-Faktor Penghambat Proses Pembelajaran Senam Lantai Pada Pelajar Putri Di SMP Negeri Kelas VIII Se-Kabupaten Tegal, Faktor penghambat paling dominan berasal dari faktor internal yaitu pada faktor jasmani sebesar 43,7% (tinggi), faktor kelelahan 32,0% (tinggi), dan faktor psikologis 41,7% (tinggi). Sedangkan pada faktor eksternal yang paling dominan adalah dari faktor masyarakat yaitu 43,7% (sedang)
2. Penelitian Ivans Defri Komala (2019) yang berjudul “Faktor Kesulitan Belajar Peserta Didik Kelas VII dalam Pembelajaran Senam Lantai di SMP N 4 Wates Kulon Progo Yogyakarta Tahun Ajaran 2018/2019”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor kesulitan belajar peserta didik kelas VII dalam pembelajaran senam lantai di SMP N 4 Wates Kulon Progo

Yogyakarta. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelas VII D di SMP N 4 Wates Kulon Progo Yogyakarta yang berjumlah 32 peserta didik. Subjek dalam penelitian ini yaitu berjumlah 5 peserta didik Kelas VII D SMP N 4 Wates Kulon Progo Yogyakarta. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor kesulitan belajar peserta didik kelas VII di SMP N 4 Wates Kulon Progo Yogyakarta dikarenakan beberapa faktor, yaitu: (1) faktor internal: peserta didik merasakan badan tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, dan peserta didik merasa takut cedera saat melakukan gerakan senam lantai, (2) faktor eksternal: peserta didik kurang memperhatikan guru ketika proses pembelajaran senam lantai, dan belum ada ruang atau aula khusus untuk pembelajaran senam lantai di sekolah

3. Penelitian dari Roby Setiadi Lukmana (2020) yang berjudul "Analisis Kesulitan Belajar Gerak Dalam Proses Pembelajaran Senam Lantai Tanpa Alat". Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar faktor internal dan faktor eksternal mempengaruhi kesulitan belajar gerak dalam proses pembelajaran senam lantai tanpa alat. Populasi yang digunakan adalah seluruh kelas VIII SMP Negeri 14 Bandung yang berjumlah 302 orang. Sampel yang digunakan adalah 20% dari populasi dengan jumlah 60 orang dengan teknik random sampling. Instrumen yang digunakan untuk pengambilan data yaitu menggunakan angket/kuesioner yang telah diuji

validitas dengan besar antara 0.268-0.534 dan reliabilitas dengan besar 0.781. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik dengan rumus deskriptif prosentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar gerak dalam proses pembelajaran senam lantai tanpa alat adalah tinggi dengan persentase 71.62%. Pengaruh dari faktor internalnya adalah tinggi dengan persentase 77.33%. Pengaruh dari faktor eksternalnya adalah tinggi dengan persentase 65.92%. Artinya faktor internal dan faktor eksternal memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kesulitan belajar gerak dalam proses pembelajaran senam lantai tanpa alat.

### **C. Kerangka Berpikir**

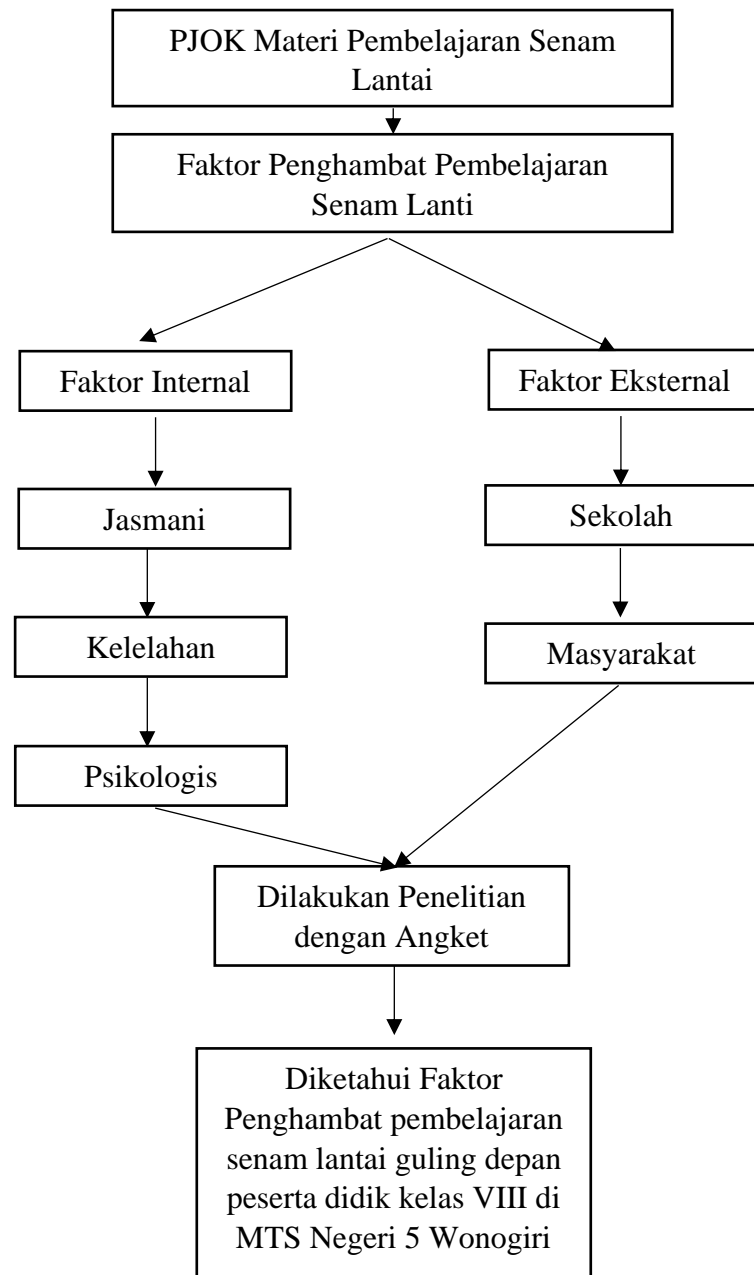
Kondisi di dalam sekolah yang telah peneliti observasi awal. Peneliti menemukan permasalahan pada peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri kelas VII dalam proses pembelajaran senam lantai khususnya guling depan. Permasalahannya adalah peserta didik mengalami hambatan dan takut dalam melakukan gerakan-gerakan dalam senam lantai guling depan, takut mengalami cedera, merasa tidak percaya diri saat melakukan, dan hambatan dalam melakukan guling depan.

Senam lantai guling depan merupakan materi pembelajaran yang wajib diberikan kepada semua peserta didik di semua jenjang. Senam adalah salah satu jenis kegiatan fisik, dan bukan olahraga yang mudah dilakukan dan tidak bisa dikuasai dengan cepat, dibutuhkan proses yang tinggi untuk mengembangkan keterampilan, kekuatan dan potensi dalam dirinya.

Proses pembelajaran senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri belum diketahui secara pasti apa yang menyebabkan peserta didik mengalami hambatan saat melakukan pembelajaran guling depan. Disini peran guru sangat dibutuhkan dalam senam lantai guling depan dan guru juga harus mampu mengidentifikasi apa saja yang menjadi faktor-faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri, tujuan nantinya hasil dari penelitian dapat dijadikan asumsi faktor penghambat yang dirasakan oleh peserta didik saat melakukan guling depan dan dapat menjadikan evaluasi bagi guru.

Untuk mengungkap atau memecahkan masalah hambatan di atas dilakukan melalui survei dengan angket yang berisi faktor-faktor yang menjadi penghambat dalam pembelajaran senam yang terdiri dari faktor intern dan faktor ekstern, dengan terungkapnya faktor tersebut masalah terpecahkan

Gambar 3. Kerangka Pikir





### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

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

Penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif tentang faktor penghambat senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang digunakan untuk menyelidiki kondisi atau hal lain yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. penelitian deskriptif kuantitatif merupakan suatu penelitian yang dipakai guna mengetahui keadaan yang sebenarnya berdasarkan hasil tes dengan instrumen yang valid dan reliabel (Arikunto, 2016, p. 3). Selaras dengan pendapat Arikunto pendapat Sugiyono (2017, p. 147) penelitian deskriptif kuantitatif menggambarkan data yang terkumpul sesuai dengan kondisi nyata.

Metode penelitian yang digunakan adalah survei dan pengumpulan data menggunakan tes yang diberikan peneliti kepada peserta didik. Hasil tes tersebut akan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan dituangkan dalam bentuk pengkategorian dan persentase. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri.

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

Penelitian ini dilaksanakan di MTS Negeri 5 Wonogiri. Proses pengambilan data tentang faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dilaksanakan pada 12 s/d 14 Agustus 2024

## C. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019, p. 126) populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulan. Sedangkan populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2012, p. 104). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri yang. Seluruh populasi dalam penelitian ini dijadikan sebagai sampel penelitian sejumlah 116 peserta didik.

### 2. Sampel Penelitian

Sampel merupakan bagian dari jumlah dan termasuk dalam karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2019, p. 81). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, Teknik *total sampling* merupakan teknik pengambilan sampel secara menyeluruh, dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil *total sampling* karena pendapat Arikunto (2012, p. 104) jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka jumlah sampel diambil secara keseluruhan, tetapi jika populasi lebih dari 100 orang bisa diambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah populasi. Populasi peserta didik kelas VII berjumlah 7 kelas dengan rata-rata 1 (satu) kelas sebanyak 25 kelas peserta didik.

Tabel 1. Data Sampel Penelitian

Kelas	Jumlah
VIII A	20
VIII B	20
VIII C	20
VIII D	19
VIII E	20
VIII F	17
TOTAL	116

#### D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah faktor penghambat senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri. Hal-hal yang menyebabkan penghambat pembelajaran senam lantai guling depan adalah penghambat pembelajaran peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri Kabupaten Wonogiri dalam belajar guling depan diukur berdasarkan dua faktor yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari indikator kelelahan, psikologi dan jasmani serta faktor eksternal terdiri dari indikator sekolah dan masyarakat. Masing-masing dari faktor tersebut dituangkan dalam bentuk pernyataan-pernyataan kuesioner yang harus diisi oleh peserta didik. Skor yang diperoleh digunakan untuk mengukur faktor penghambat saat belajar guling depan, masing-masing dari faktor maupun indikator dengan cara mengklarifikasikan penghambat belajar guling depan yang dialami oleh peserta didik kelas VIII melalui persentase penghambat siswa, yang diukur menggunakan angket dan hasilnya berupa skor.

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

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

Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Pendapat Arikunto (2016, p.19), angket merupakan seperangkat pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mendapatkan informasi dari responden tentang kepribadiannya atau hal-hal yang diketahuinya”. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket, dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Peneliti meminta izin kepada pihak sekolah dan observasi dengan menyampaikan maksud bahwa peneliti akan meneliti tentang faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri.
- b. Pengambilan data langsung dengan pengisian angket yang diberikan kepada peserta didik kelas VIII untuk dikerjakan (dijawab) dengan waktu yang telah ditentukan.
- c. Pengambilan data dilaksanakan pada jam pelajaran PJOK dan olahraga dengan dibantu guru PJOK sebagai pengawas

### **2. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data. Instrumen penelitian dibuat sesuai dengan tujuan pengukuran menggunakan dasar teori sebagai dasarnya. Andriyani (2022, p. 36) instrumen merupakan suatu alat yang dapat digunakan peneliti sebagai alat untuk mengukur suatu objek ukur atau mengumpulkan

data dari suatu variabel. Instrumen dalam penelitian ini berupa angket yang akan menyidik dan mengetahui faktor penghambat pembelajaran peserta didik dalam melakukan senam lantai guling depan.

Instrumen penelitian pada penelitian kali ini peneliti mengadopsi instrumen penelitian berupa angket dari penelitian Iqbal Viki Ardiyansyah (2020) yang berjudul “faktor-faktor penghambat proses pembelajaran senam lantai pada pelajar putri di SMP Negeri kelas VIII Se-Kabupaten Tegal”. Instrumen penelitian ini memiliki validitas sebesar 0,707 dan reliabilitas sebesar 0,946. Uji terhadap instrumen angket presepsi siswa diperoleh item yang valid sebanyak 25 item. Reliabilitas asrtnya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Instrumen yang teliabel yaitu instrumen yang jika digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama.

Angket sesekali menggunakan daftar periksa (*checklist*) dan skala penilaian. Perangkat ini membantu menyederhanakan dan mengukur perilaku dan sikap responden. Daftar periksa (*checklist*) adalah daftar perilaku, karakteristik, atau entitas lain yang dicari peneliti. Baik peneliti atau peserta survei hanya memeriksa apakah setiap item dalam daftar diamati, setuju atau sangat setuju atau sebaliknya.

Angket yang digunakan akan terdapat 2 alternatif jawaban yakni Ya (Point 1) dan Tidak (Point 0).Komponen instrumen sebagai alat pengumpulan data disajikan berupa kisi-kisi, berikut kisi-kisi angket penelitian:

Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Soal	Jumlah
Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri	<b>Internal</b>			
	Jasmani	Kesehatan	1,2,3	3
	Kelelahan	Kelelahan	4,5,6	3
	Psikologis	Intelegensi	7,8	2
		Kesiapan	9,10,11	3
		Perhatian	12,13	2
	<b>Eksternal</b>			
	Sekolah	Relasi guru dengan peserta didik	14	1
		Metode	15,16,17,18	4
		Jam Pelajaran	19	1
		Alat dan Fasilitas	20,21	2
	Masyarakat	Bentuk Kegiatan masyarakat	22,23,24,25	4
<b>Total</b>				25

Berikut Instrumen Penelitian yang akan digunakan oleh peneliti untuk mengetahui faktor penghambat peserta didik dalam pembelajaran senam lantai guling depan sebagai berikut:

Tabel 3. Instrumen Penelitian

No	Pernyataan	Jawaban	
		YA	TIDAK
Faktor Internal			
Jasmani			
1	Saya memiliki keseimbangan yang baik untuk bisa melakukan gerakan senam lantai.		
2	Kekuatan otot lengan yang kurang baik untuk melakukan senam lantai, sehingga saya tidak dapat melakukan gerakan senam lantai.		
3	Gerakan senam lantai membuat saya merasa pusing		
Kelelahan			
4	Gerakan dasar yang diajarkan oleh bapak/ibu guru membuat saya sangat Lelah.		
5	Pada saat mengikuti pembelajaran senam lantai saya selalu mengeluh pada bapak/ibu guru.		
6	Pegal-pegal yang saya rasakan setelah mengikuti pembelajaran senam lantai.		
Psikologis			

7	Saya memahami materi pembelajaran senam lantai yang diajarkan oleh guru.		
8	Saya merasa penguasaan materi yang diajarkan oleh guru sudah mempengaruhi pengetahuan saya.		
9	Materi pembelajaran senam lantai selalu disampaikan kepada saya.		
10	Saya merasa malu bila melakukan gerakan senam lantai dilihat oleh teman-teman laki-laki.		
11	Saya merasa takut melakukan gerakan senam lantai.		
12	Bapak/ibu guru memberikan motivasi kepada saya agar lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.		
13	Bapak/ibu guru memberikan izin kepada saya untuk tidak mengikuti pembelajaran senam lantai Ketika saya sedang haid.		
<b>Faktor Eksternal</b>			
<b>Sekolah</b>			
14	Interaksi antara bapak/ibu guru dengan saya hanya terjadi di sekolah saja.		
15	Materi yang dijelaskan oleh bapak/ibu guru kepada saya sudah bisa di tangkap sepenuhnya.		
16	Bapak/ibu guru menyertakan materi senam lantai dalam silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran.		
17	Saya merasa kesulitan dengan metode yang diajarkan oleh guru.		
18	Pembelajaran senam lantai sudah sesuai dengan karakter peserta didik khususnya pada pelajar putri.		
19	Saya mampu menguasai gerakan senam lantai dengan durasi waktu pembelajaran yang ada.		
20	Kondisi dan kelengkapan alat olahraga disekolah mendukung dalam penerapan pembelajaran senam lantai.		
21	Matras yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai terbuat dari bahan busa yang empuk sehingga aman untuk digunakan.		
<b>Masyarakat</b>			
22	Keadaan masyarakat di sekitar sekolah mendukung proses pembelajaran senam lantai.		
23	Keadaan masyarakat di sekitar lapangan yang digunakan mendukung berlangsungnya proses pembelajaran senam lantai.		
24	Dilingkungan rumah telah ada sanggar senam lantai.		
25	Di lingkungan rumah senam lantai sudah populer.		

## F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, yang bertujuan untuk mengetahui faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri. Pada perhitungan ini menggunakan bantuan program komputer yaitu *SPSS* versi 29 dan *Microsoft Excel* 2013.

Analisis data dilakukan dalam seluruh kegiatan penelitian baik penelitian kualitatif maupun kuantitatif. Kecenderungan penelitian banyak menggunakan analisis kuantitatif dan menggunakan teknik dan metode statistik. Hal ini dilakukan karena teknik dan metode statistik memberikan jawaban dari permasalahan yang dihadapi. Kaul mendefinisikan bahwa analisis data sebagai, "Mempelajari materi yang terorganisasi untuk menemukan fakta yang melekat. Data dipelajari dari berbagai macam sudut pandang sehingga kemungkinan dapat mengeksplorasi fakta-fakta baru".

Analisis yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan cara mengelompokkan jenis data yang telah diperoleh dari lembar angket. Data dikategorikan mengenai tingkat motivasi intrinsik guru dalam modifikasi sarana dan prasarana PJOK. Hasil klasifikasi data penelitian kemudian dideskripsikan ke dalam analisis persentase dengan formula sebagai berikut:

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

(Sumber : Nursalam (2016, p. 27)



Keterangan:

P : Persentase

F : Frekuensi

N : Jumlah

Tabel 4. Kriteria Skor Penilaian Acuan Norma (PAN)

No.	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X < M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X < M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X < M - 0,5 S$	Rendah
5	$X < M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Azwar, 2016, p. 163)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

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

Penelitian faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri yang diukur dengan angket yang terdiri dari 25 butir pernyataan dengan skor 0 - 1 dengan 2 faktor yakni faktor instrinsik dan faktor ekstrinsik. Angket faktor instrinsik terdiri dari jasmani, kelelahan dan psikomotor, angket faktor ekstrinsik terdiri sekolah dan masyarakat.

Hasil penelitian faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri setelah diperoleh nilai minimal 15, nilai maksimal 23, rerata (*mean*) 18,5, modus 18, dan standar deviasi 1,62. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5. Statistik Data Penelitian

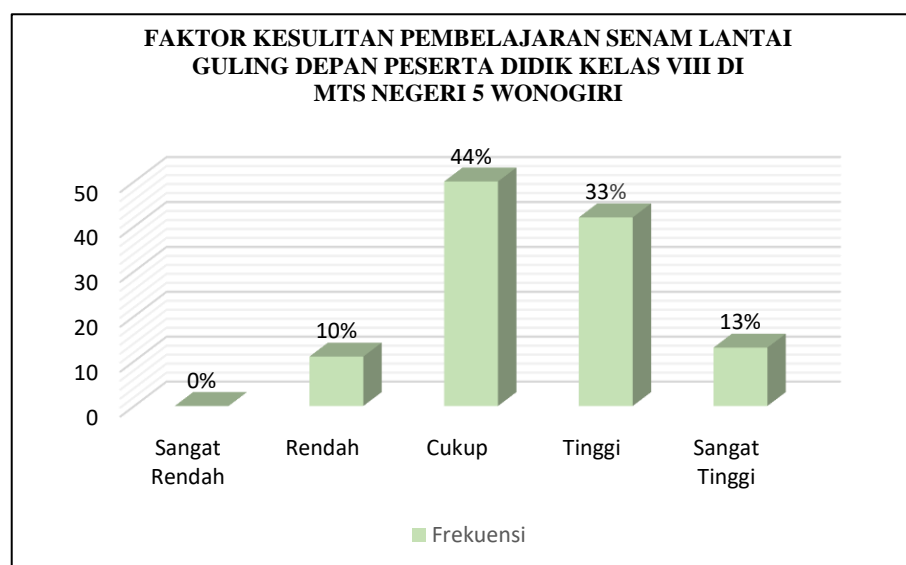
<b>Statistik</b>	
N	116
Minimal	15
Maksimal	23
Mean	18,5
Modus	18
Standard Dev	1,62
Sum	2146

Tabel 6. Norma Penelitian Faktor Penghambat Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 21	Sangat Tinggi	13	13%
19 - 20	Tinggi	42	33%
17 - 18	Cukup	50	44%
15 - 16	Rendah	11	10%
< 14	Sangat Rendah	0	0%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 13 peserta didik (13%), pada kategori tinggi 42 peserta didik (33%), kategori cukup 50 peserta didik (44%), kategori rendah 11 peserta didik (10%), dan sangat rendah 0 peserta didik (0%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami hambatan saat senam lantai guling depan pada kategori Cukup. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 4. Diagram Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTS Negeri 5 Wonogiri



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor penghambat pembelajaran senam lantai yang masuk pada kategori cukup dengan persentase 44% (50 peserta didik).

#### 1. Faktor Internal

Faktor internal dalam penelitian ini meliputi tiga faktor yaitu faktor jasmani, faktor kelelahan dan faktor psikologis, uraiannya sebagai berikut:

##### a. Faktor Jasmani

Faktor jasmani diukur dengan 3 butir pernyataan dengan rentang skor 0 - 1 yang dihitung dengan menggunakan aplikasi Ms. Excel dan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Data yang diperoleh hasil data penelitian dengan nilai minimal 0, nilai maksimal 3, rerata (*mean*) 1,53, modus 1, dan standar deviasi 0,61. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Statistik Faktor Internal Jasmani

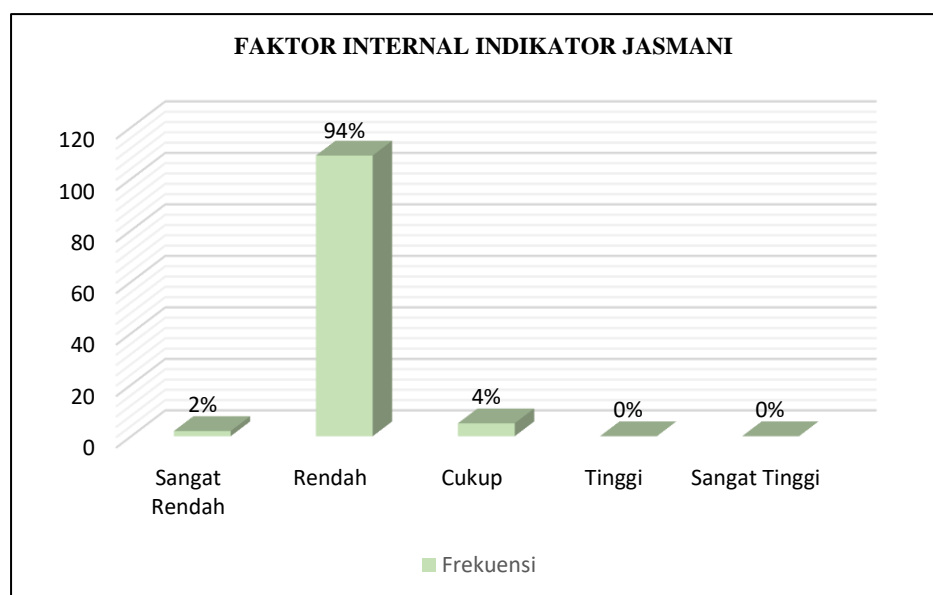
Statistik	
N	116
Minimal	0
Maksimal	3
Mean	1,53
Modus	1,00
Standard Dev	0,61
Sum	178,0

Tabel 8. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator jasmani

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 6	Sangat Tinggi	0	0%
4 – 5	Tinggi	0	0%
3 – 4	Cukup	5	4%
1 – 2	Rendah	109	94%
< 1	Sangat Rendah	2	2%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 0 peserta didik (0%), pada kategori tinggi 0 peserta didik (0%), kategori cukup 5 peserta didik (4%), kategori rendah 109 peserta didik (94%), dan sangat rendah 2 peserta didik (2%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami penghambat saat senam lantai guling depan pada indikator jasmani faktor internal berada pada kategori Rendah. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 5. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator jasmani



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dari faktor internal indikator jasmani peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor internal indikator jasmani senam lantai yang masuk pada kategori rendah dengan persentase 94% (109 peserta didik).

b. Faktor Kelelahan

Faktor Kelelahan diukur dengan 3 butir pernyataan dengan rentang skor 0 - 1 yang dihitung dengan menggunakan aplikasi Ms. Excel dan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Data yang diperoleh hasil data penelitian dengan nilai minimal 0, nilai maksimal 3, rerata (*mean*) 2,25, modus 3, dan standar deviasi 1,00. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 9. Statistik Faktor Internal Kelelahan

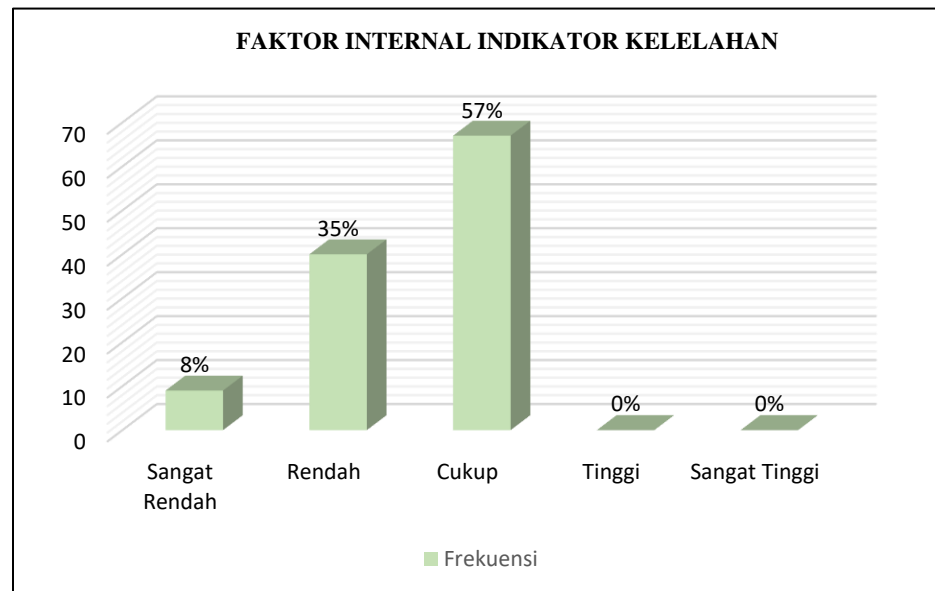
Statistik	
N	116
Minimal	0
Maksimal	3
Mean	2,25
Modus	3
Standard Dev	1,00
Sum	261,0

Tabel 10. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator kelelahan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 6	Sangat Tinggi	0	0%
4 – 5	Tinggi	0	0%
3 – 4	Cukup	67	57%
1 – 2	Rendah	40	35%
< 1	Sangat Rendah	9	8%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 0 peserta didik (0%), pada kategori tinggi 0 peserta didik (0%), kategori cukup 67 peserta didik (57%), kategori rendah 40 peserta didik (35%), dan sangat rendah 9 peserta didik (8%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami penghambat saat senam lantai guling depan pada indikator kelelahan faktor internal berada pada kategori Cukup. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 6. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator kelelahan



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dari faktor internal indikator kelelahan peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor internal indikator kelelahan senam lantai yang masuk pada kategori rendah dengan persentase 57% (67 peserta didik).

#### c. Faktor Psikologis

Faktor psikologis diukur dengan 7 butir pernyataan dengan rentang skor 0 - 1 yang dihitung dengan menggunakan aplikasi Ms. Excel dan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Data yang diperoleh hasil data penelitian dengan nilai minimal 5, nilai maksimal 7, rerata (*mean*) 5,94, modus 6, dan standar deviasi 0,79. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:



Tabel 11. Statistik Faktor Internal Psikologis

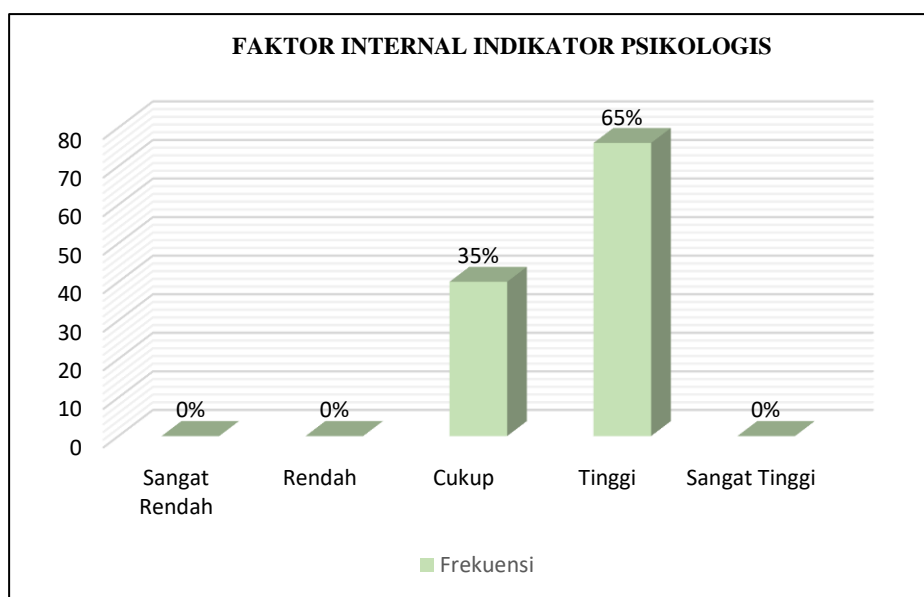
Statistik	
N	116
Minimal	5
Maksimal	7
Mean	5,94
Modus	6
Standard Dev	0,79
Sum	689

Tabel 12. Norma penilaian faktor penghambat internal dari indikator psikologis

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 8	Sangat Tinggi	0	0%
6 – 7	Tinggi	76	65%
4 – 5	Cukup	40	35%
2 – 3	Rendah	0	0%
< 2	Sangat Rendah	0	0%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 0 peserta didik (0%), pada kategori tinggi 76 peserta didik (65%), kategori cukup 40 peserta didik (35%), kategori rendah 0 peserta didik (0%), dan sangat rendah 0 peserta didik (0%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami penghambat saat senam lantai guling depan pada indikator psikologis faktor internal berada pada kategori Tinggi. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 7. Diagram Faktor penghambat Internal dari indikator psikologis



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dari faktor internal indikator psikologis peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor internal indikator psikologis senam lantai yang masuk pada kategori tinggi dengan persentase 65% (76 peserta didik).

## 2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal dalam penelitian ini meliputi dua faktor yakni faktor sekolah dan faktor masyarakat, uraiannya sebagai berikut:

### a. Faktor Sekolah

Faktor sekolah diukur dengan 8 butir pernyataan dengan rentang skor 0 - 1 yang dihitung dengan menggunakan aplikasi Ms. Excel dan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Data yang diperoleh hasil data penelitian dengan nilai minimal 5, nilai maksimal 8, rerata (*mean*) 6,31, modus 6, dan

standar deviasi 0,86. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 13. Statistik Faktor eksternal sekolah

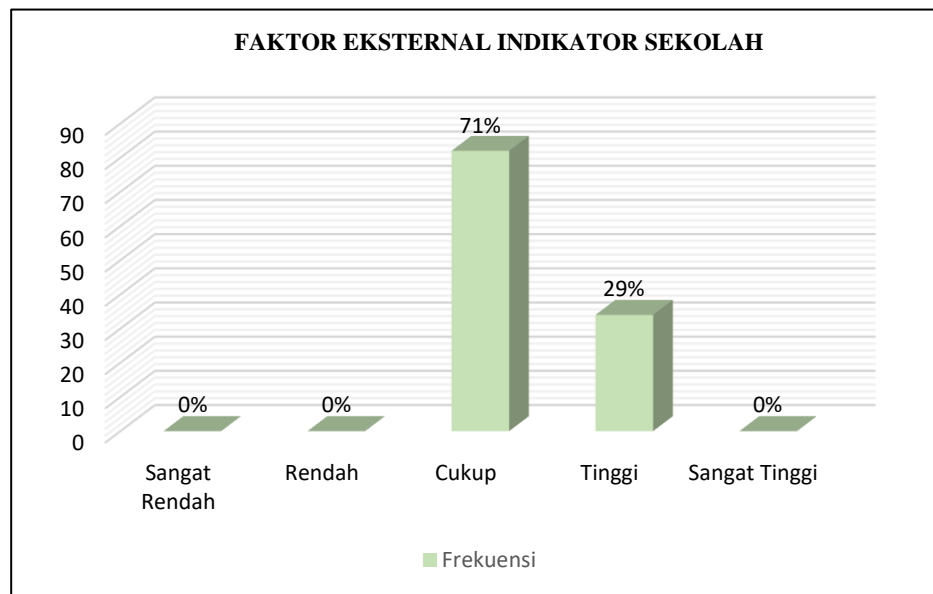
Statistik	
N	116
Minimal	5
Maksimal	8
Mean	6,31
Modus	6
Standard Dev	0,86
Sum	732

Tabel 14. Norma penilaian faktor penghambat eksternal dari indikator sekolah

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 9	Sangat Tinggi	0	0%
7 – 8	Tinggi	34	29%
5 – 6	Cukup	82	71%
3 – 4	Rendah	0	0%
< 2	Sangat Rendah	0	0%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 0 peserta didik (0%), pada kategori tinggi 34 peserta didik (29%), kategori cukup 82 peserta didik (71%), kategori rendah 0 peserta didik (0%), dan sangat rendah 0 peserta didik (0%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami penghambat saat senam lantai guling depan pada indikator sekolah faktor eksternal berada pada kategori Cukup. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 8. Diagram Faktor penghambat eksternal dari indikator sekolah



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dari faktor eksternal indikator sekolah peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor eksternal indikator sekolah senam lantai yang masuk pada kategori cukup dengan persentase 71% (82 peserta didik).

#### b. Faktor Masyarakat

Faktor sekolah diukur dengan 4 butir pernyataan dengan rentang skor 0 - 1 yang dihitung dengan menggunakan aplikasi Ms. Excel dan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Data yang diperoleh hasil data penelitian dengan nilai minimal 2, nilai maksimal 4, rerata (*mean*) 2,47, modus 2, dan standar deviasi 0,82. Atas dasar data tersebut maka deskripsi hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 15. Statistik Faktor eksternal masyarakat

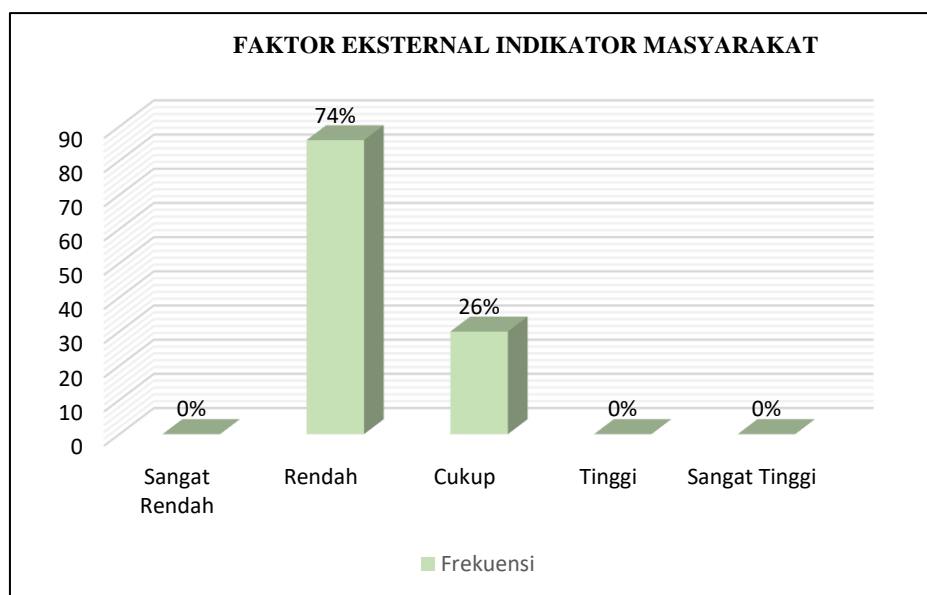
Statistik	
N	116
Minimal	2
Maksimal	4
Mean	2,47
Modus	2
Standard Dev	0,82
Sum	286

Tabel 16. Norma penilaian faktor penghambat eksternal dari indikator masyarakat

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
> 6	Sangat Tinggi	0	0%
5 – 6	Tinggi	0	0%
3 – 4	Cukup	30	26%
1 – 2	Rendah	86	74%
< 1	Sangat Rendah	0	0%
Total		116	100%

Pada tabel di atas diketahui bahwa responden yang tergolong pada kategori sangat tinggi 0 peserta didik (0%), pada kategori tinggi 0 peserta didik (0%), kategori cukup 30 peserta didik (26%), kategori rendah 86 peserta didik (74%), dan sangat rendah 0 peserta didik (0%). Dari data di atas diketahui bahwa peserta didik MTS Negeri 5 Wonogiri yang mengalami penghambat saat senam lantai guling depan pada indikator masyarakat faktor eksternal berada pada kategori Rendah. Apabila bentuk tabel tersebut ditampilkan dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 9. Diagram Faktor penghambat eksternal dari indikator masyarakat



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa “faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan dari faktor eksternal indikator masyarakat peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan terhadap faktor eksternal indikator masyarakat senam lantai yang masuk pada kategori rendah dengan persentase 74% (86 peserta didik).

## B. Pembahasan

Berdasarkan tabel dan gambar diatas dapat diketahui faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri yang masuk dalam kategori sangat tinggi 13 peserta didik (13%), pada kategori tinggi 42 peserta didik (33%), kategori cukup 50 peserta didik (44%), kategori rendah 11 peserta didik (10%), dan sangat rendah 0 peserta didik (0%). Dengan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan pada faktor penghambat pembelajaran senam lantai

guling depan peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dalam presentasi cukup sebesar 44% (50 peserta didik). Pembelajaran senam lantai guling depan di MTs Negeri 5 Wonogiri kelas VII diikuti oleh 116 peserta didik dan hasil dari faktor penghambat pembelajarannya cenderung berbeda-beda tergantung dari karakteristik peserta didik baik secara internal yang meliputi: jasmani, kelelahan, dan psikologis, sedangkan secara eksternal meliputi: sekolah dan masyarakat.

## **1. Faktor Internal**

### **a. Indikator Faktor Jasmani**

Mengacu pada data dan gambar diagram di atas faktor jasmani tidak menjadi penghambat proses pembelajaran senam lantai guling depan kelas VII di MTs Negeri 5 Wonogiri, hal ini dikarenakan kondisi keseimbangan, kekuatan maupun secara kondisi fisik para peserta didik masih bagus, sehingga proses pembelajaran senam lantai dapat dilakukan sesuai dengan kondisi jasmani peserta didik tersebut. Menurut Abdul Rahmat (2015, p. 114) peserta didik yang sedang berada dalam kondisi sehat tentu dapat melakukan berbagai aktivitas dengan baik, termasuk aktivitas belajar, Peserta didik yang sehat dapat melakukan berbagai aktivitas pembelajaran secara baik, dapat berkonsentrasi dengan baik dan lain-lain. Kondisi ini akan memberikan kontribusi bagi tercapainya hasil belajar atau prestasi belajar yang diharapkan, keadaan sebaliknya akan terjadi pada peserta didik yang tidak sehat atau berperilaku hidup yang

tidak sehat sehingga mereka tidak dapat melakukan berbagai aktivitas dengan baik. Faktor jasmani terdiri dari:

1) Faktor Kesehatan

Sehat berarti keadaan baik segenap badan beserta bagian-bagiannya atau bebas dari penyakit. Proses belajar seorang akan terganggu jika kesehatannya terganggu. Agar seseorang dapat belajar dengan baik haruslah mengusahakan Kesehatan badannya (Nurdianto, 2013, p. 8).

2) Cacat tubuh

Sesuatu yang menyebabkankurang baik atau kurang sempurna mengenai tubuh atau badan, misalnya: buta, tuli. Patah kaki, patah tangan dan lumpuh.

**b. Indikator Faktor Kelelahan**

Mengacu pada data dan gambar diagram di atas faktor kelelahan menjadi penghambat proses pembelajaran senam lantai guling depan di MTS Negeri 5 Wonogiri, kelelahan adalah dampak yang harus diterima saat seseorang melakukan aktivitas fisik, menurut Dewi (2015, p. 84) kelelahan menunjukkan suatu keadaan yang berbeda baik secara fisik dan mental. Kelelahan dapat mengakibatkan lambat dan sulit berfikir, penurunan kemauan atau dorongan untuk melakukan kegiatan dan berkurangnya efisiensi kegiatan fisik dan mental (Ardiyansyah, 2020, p. 86). Hal ini sesuai dengan hasil jawaban responden peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri dengan kondisi peserta didik yang sangat



lelah, selalu mengeluh pada guru dan mengalami pegal-pegal saat proses pembelajaran senam lantai, sehingga kondisi tersebut membuat peserta didik takut dan tidak maksimal saat melakukan gerakan-gerakan dalam pembelajaran senam lantai guling depan.

Faktor kelelahan dibagi menjadi 2 macam yaitu: kelelahan jasmani, kelelahan rohani (psikis). Kelelahan jasmani terlihat dengan lemah lunglainya tubuh dan timbul kecenderungan untuk membaringkan tubuh. Sedangkan kelelahan rohani dapat dilihat dengan adanya kelesuan dan kebosanan sehingga minat dan dorongan untuk menghasilkan sesuatu hilang (Nurdianto, 2013, p. 9).

**c. Indikator Faktor Psikologis**

Faktor Psikologis menjadi penghambat proses pembelajaran senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri, faktor psikologis memiliki peran yang sangat penting bagi peserta didik untuk melakukan kegiatan pembelajaran, karena faktor psikologis berhubungan langsung dengan kondisi tubuh peserta didik tersebut. Faktor psikologis Syaifudin (2011, p. 27) menjelaskan bahwa faktor psikologis meliputi tingkat kecerdasan atau intelegensi, bakat, minat, motivasi, perhatian, kematangan dan kesiapan, apabila peserta didik memiliki aspek-aspek tersebut tentunya akan mendukung proses pembelajaran senam lantai guling depan. Tetapi sebaliknya, apabila peserta didik mengabaikan aspek-aspek tersebut maka akan menghambat proses pembelajaran senam lantai guling depan. Hal ini sesuai dengan

jawaban responden peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri tentang indikator psikologis yang cukup tinggi, sehingga peserta didik mengalami penghambat dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan.

Faktor Psikologis terbagi menjadi beberapa yakni intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan dan kesiapan. Adapun berikut pengertian dari penjelajahan di atas:

1) Intelegensi

intelegensi adalah aktivitas atau perilaku yang merupakan perwujudan dari daya atau potensi untuk memahami sesuatu. Intelegensi adalah kemampuan untuk mengarahkan pikiran atau mengarahkan Tindakan, kemampuan untuk mengubah arah Tindakan bila Tindakan tersebut telah dilaksanakan dan kemampuan untuk mengkritik diri sendiri (Alfredo, 2021. P. 3)

2) Perhatian

Perhatian berhubungan erat dengan kesadaran jiwa terhadap suatu objek yang bereaksi pada suatu waktu. Perhatian adalah cara menggerakkan bentuk umum cara bergaulnya jiwa dengan bahan-bahan dalam medan tingkah laku. Karena itulah maka definisi mengenai perhatian itu yang diberikan oleh para ahli psikologi juga dua macam yaitu: (a) perhatian adalah pemusatan tenaga/kekuatan jiwa/psikis yang tertuju kepada suatu objek, (b) perhatian adalah

banyak sedikitnya kesadaran yang menyertai suatu aktivitas yang dilakukan (Al-Khobir, 2021, p. 2)

### 3) Minat

Minat merupakan suatu kecenderungan yang menyebabkan seseorang berusaha untuk mencari ataupun mencoba aktivitas-aktivitas dalam bidang tertentu. Minat juga diartikan sebagai sikap positif terhadap aspek-aspek lingkungan. Jadi minat adalah kecenderungan individu untuk memusatkan perhatian atau rasa suka dan ketertarikan terhadap suatu objek atau situasi atau aktivitas tertentu yang mengakibatkan individu mempunyai kemauan untuk terlibat dalam suatu objek tersebut, karena dirasakan bermanfaat pada dirinya sehingga menimbulkan harapan dari objek yang hendak diraih (Zakaria, 2023, p. 2).

### 4) Bakat

Bakat merupakan kemampuan bawaan, atau dapat diartikan sebagai potensi yang belum dikembangkan atau dilatih sebelum terwujud lebih jauh, bakat adalah kemampuan untuk memperoleh atau mengembangkan keterampilan dalam bidang tertentu dengan pendidikan dan pelatihan yang tepat. Selain itu, bakat merupakan kemampuan untuk belajar atau untuk mengembangkan kecakapan dalam suatu area (Mustikasari, 2018, p. 21).

#### 5) Motif

Motif adalah setiap kondisi atau keadaan seseorang atau suatu organisme yang menyebabkan atau kesiapannya untuk memulai atau melanjutkan suatu serangkaian tingkah laku atau perubahan. hal ini diperjelas dalam Setyobroto mengemukakan bahwa motif adalah sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu untuk memenuhi kebutuhan dalam mencapai tujuan tertentu

#### 6) Kematangan

Kematangan adalah suatu tingkat/fase dalam pertumbuhan seseorang, dimana alat-alat tubuhnya sudah siap untuk melaksanakan kecakapan baru.

#### 7) Kesiapan

Kesiapan atau *readiness* menurut Drever adalah kesediaan untuk memberi respon atau bereaksi. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika peserta didik belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

### 2. Faktor Eksternal

#### a. Indikator Faktor Sekolah

Faktor sekolah cukup menjadi faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan, dalam faktor sekolah terdapat metode, relasi guru dengan peserta didik dan alat pembelajaran. Slameto (2013, p. 65) mengemukakan metode mengajar adalah salah satu cara atau jalan yang harus dilalui di dalam mengajar, metode yang digunakan guru dalam proses

pembelajaran senam lantai pada peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri belum dapat ditangkap sepenuhnya oleh peserta didik, ha; ini sesuai dengan jawaban responden peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri yang menganggap materi yang diajarkan oleh guru belum bisa ditangkap sepenuhnya dengan baik. Selain itu relasi guru dengan peserta didik di sekolah berjalan dengan baik, untuk jam pelajaran, peserta didik melakukan dengan kondisi waktu yang telah terjadwal, sehingga proses pembelajaran selanjutnya tidak terganggu, dan untuk kondisi alat dan fasilitas sekolah belum terpenuhi dengan baik dan belum layak digunakan dalam kegiatan proses pembelajaran senam lantai guling depan, kondisi alat dan fasilitas sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Sani Gunawan dkk (2018, p. 202) yang menjelaskan bahwa pembelajaran senam lantai mempunyai banyak kendala yang sering dijumpai, salah satunya adalah kekurangan fasilitas atau alat yang dapat membantu dalam melakukan gerak dengan baik, yaitu dari segi keamanan maupun kenyamanan saat melakukan gerakan-gerakan senam lantai ketersediaan alat dan fasilitas yang baik sangat menentukan dalam keberhasilan pembelajaran senam lantai.

- 1) Aspek Guru. Guru juga dapat menjadi penyebab hambatan belajar materi struktur dan fungsi jaringan hewan jika kurang memenuhi syarat sebagai pendidik, hal ini dikarenakan proses pembelajaran di kelas memerlukan metode pembelajaran dari guru yang bervariasi agar

peserta didik tidak jenuh dan bosan (Umyati, 2014). Hal ini sejalan dengan pendapat Ristiyani (2016) bahwa metode yang digunakan oleh guru juga berpengaruh terhadap pencapaian tujuan pembelajaran sehingga cara mengajar harus disesuaikan dengan kondisi peserta didik di kelas dan kebutuhan belajar

2) Aspek Alat Pembelajaran. Alat dan bahan yang digunakan untuk praktik kurang lengkap dapat menyebabkan hambatan dalam belajar. Fasilitas sarana dan prasarana di sekolah harus lengkap, dimana alat pembelajaran yang lengkap dan baik akan membantu peserta didik sehingga memperlancar kegiatan belajar mengajar termasuk di senam lantai guling depan.

3) Aspek Kondisi Gedung Sekolah. Kondisi gedung sekolah mempengaruhi proses pembelajaran senam lantai guling depan, disebabkan karena ruang kelas yang kurang terawat, kurang nyaman dan tidak bersih sehingga membuat peserta didik merasa terganggu dalam proses pembelajaran di senam lantai guling depan. El Karim (2017) berpendapat bahwa kondisi gedung harus memenuhi syarat seperti lantai bersih, tidak kotor, harus terdapat jendela, udara segar dapat masuk ke dalam ruangan, dan keadaan Gedung jauh dari keramaian

b. Indikator Faktor Masyarakat

Faktor masyarakat masuk pada kategori rendah dalam proses pembelajaran senam lantai guling depan pada peserta didik kelas VIII di

MTs Negeri 5 Wonogiri, faktor masyarakat adalah faktor yang bisa mempengaruhi proses belajar peserta didik seperti yang dijelaskan Hodijah (2018, p. 114) lingkungan masyarakat merupakan pembentukan perilaku seseorang, baik buruknya peserta didik tidak akan jauh berbeda dari kondisi lingkungannya. Lingkungan sekolah menurut Syarnubi (2019, p. 165) kondisi yang mempengaruhi tingkah laku pertumbuhan, perkembangan dalam proses kehidupan dan menurut Hodijah (2018, p. 116) lingkungan sekolah memiliki peran sangat penting dalam pembentukan perilaku peserta didik.

Pengaruh lingkungan masyarakat dan lingkungan sekolah tersebut terjadi karena keberadaan peserta didik di dalam masyarakat atau lingkungan masyarakat di sekitar sekolah. Apabila Keadaan masyarakat di lingkungan peserta didik dan masyarakat di lingkungan sekolah mendukung proses pembelajaran senam lantai atau ada sanggar untuk olahraga senam lantai dan olahraga senam lantai sudah populer di lingkungan masyarakat maka kebiasaan atau keadaan tersebut akan mempengaruhi proses belajar peserta didik di sekolah. Sebaliknya jika keadaan masyarakat di lingkungan peserta didik dan di lingkungan sekolah kurang mendukung maka proses pembelajaran peserta didik di sekolah akan terganggu.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian yang berjudul Faktor Penghambat Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri telah diselesaikan, pada bagian ini akan dipaparkan mengenai kesimpulan dan saran dalam penelitian ini.

#### **A. Simpulan**

Hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan peserta didik kelas VIII di MTs Negeri 5 Wonogiri utama adalah faktor Internal. Faktor internal meliputi indikator jasmani dengan persentase 94% (rendah), indikator kelelahan 57% (cukup), faktor psikologis 65% (tinggi). Sedangkan faktor eksternal mempunyai hasil yang beragam yaitu indikator faktor sekolah 71% (cukup), dan indikator faktor masyarakat 74% (rendah).

Faktor internal yang meliputi jasmani, faktor kelelahan dan faktor psikologis. Dalam faktor psikologis peserta didik terlihat bahwa faktor tersebut yang menjadi tingkat penghambat pembelajaran senam lantai sangat tinggi mencapai 65% peserta didik yang mengalami penghambat dalam aspek psikologisnya ada yang takut dalam melakukan guling depan, ada yang malu untuk melakukan dan tidak percaya diri terhadap dirinya sendiri. Hal tersebut dapat membuat pembelajaran tidak maksimal saat melakukan gerak guling depan, sehingga peserta didik mengalami hambatan dalam melaksanakan pembelajaran guling depan ini.



## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan, maka saran yang dapat disampaikan untuk guru, peserta didik, sekolah dan peneliti selanjutnya adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Guru**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dipaparkan di atas, saran bagi guru hendaknya memperhatikan kondisi jasmani (Kesehatan), kelelahan dan kondisi psikologis (intelengensi, kesiapan dan perhatian). Peserta didik dalam mengikuti pembelajaran guling depan, memberikan perhatian atau motivasi lebih pada peserta didik agar termotivasi mengikuti kegiatan pembelajaran senam lantai guling depan, mempersiapkan proses pembelajaran dengan semaksimal mungkin, baik secara fisik maupun mental, sehingga pelajar lebih siap atau berani saat melakukan gerakan-gerakan pembelajaran senam lantai guling depan.

### **2. Bagi Peserta didik**

Hasil penelitian yang sudah dipaparkan di atas, saran bagi peserta didik supaya lebih bersemangat dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran PJOK, olahraga dan Kesehatan materi senam lantai guling depan dengan mempersiapkan diri sebaik mungkin supaya tidak merasa cepat lelah dalam pembelajaran dan memperdalam pengetahuan tentang materi senam lantai sehingga dapat memahami dan mempraktikkan gerakan-gerakan dalam pembelajaran senam lantai guling depan.

### 3. Bagi Sekolah

Memberikan dorongan kepada guru PJOK Kesehatan dan rekreasi serta peserta didik untuk melaksanakan pembelajaran senam lantai dan memberikan fasilitas atau perlengkapan yang lebih baik lagi supaya kegiatan pembelajaran senam lantai lebih aman dan nyaman, sehingga dapat memberikan dampak atau hasil pembelajaran yang lebih baik.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian lanjutan yang ingin melakukan penelitian sejenis disarankan untuk memperhatikan kelemahan-kelemahan faktor penghambat pembelajaran senam lantai guling depan, selain itu peneliti perlu mengkaji lebih dalam lagi mengenai faktor penghambat belajar senam lantai lainnya sehingga penelitian yang akan dilakukan dapat lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2018). *Bentuk-bentuk Dasar Gerakan Senam*. Malang:UM Press
- Akhiruddin, S. P., Sujarwo, S. P., Atmowardoyo, H., & Nurhikmah, H. (2020). *Belajar & pembelajaran*. Gowa: CV. Cahaya Bintang Cemerlang.
- Akhiruddin, S. P., Sujarwo, S. P., Atmowardoyo, H., & Nurhikmah, H. (2020). *Belajar & pembelajaran*. Gowa: CV. Cahaya Bintang Cemerlang
- Alfredo J., Resita C. dan Gustiawati R., 2021. Motivasi Berprestasi Peserta Ekstrakurikuler Futsal di Kecamatan Cikarang Selatan Kabupaten Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*. Vol. 2(1)
- Andriyani, M. (2022). Pengembangan Lembar Kerja Peserta Didik ( LKPD ) Matematika Berbasis. *Research & Learning in Primary Education Pengembangan*, 36.
- Ardiyansyah, I. V. (2020). *Faktor-faktor penghambat proses pembelajaran senam lantai pada pelajar putri di SMP Negeri Kelas VIII Se-Kabupaten Tegal*. Semarang: UNNES
- Arifin, Z. (2016). *Evaluasi Pembelajaran (Prinsip, Teknik, dan Prosedur)*. Jakarta: Rosda Karya.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Rev.ed). Jakarta: PT Bina Aksara
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2016). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Dewi, G. A. C. (2015). Analisis Faktor-faktor Yang berhubungan dengan kelelahan Kerja Pada Operator Pabrik Gula PT.PN VII Cinta Manis Tahun 2013. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 83-91. Diunduh dari <http://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/196>.

- Djamaludin. A., & Wardana. (2019). *Belajar dan pembelajaran, 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis*. Sulawesi Selatan: Penerbit CV Kaaffah Learning Center.
- El Karim, I. (2017). *Kajian Dekriptif Faktor yang Menyebabkan Kesulitan Belajar Biologi pada Peserta Didik Kelas X di Kecamatan Serpong*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Hodijah, N. N. (2018). Studi Tentang Peran Lingkungan Sekolah dan Pembentukan Perilaku Sosial Siswa SDN Cisantana. *Jurnal Ilmiah Educater*, 4(2), 113-129.
- Kim, Jungkeun. (2017). The Impact of Different Price Promotions On Customer Retention. *Journal of Retailing and Consumer Services*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jretconser.2017.10.007>.
- Marliani, R. (2016). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Pustaka Setia.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan*. Jakarta: Yudistira.
- Muktiani, N. R. (2014). Identifikasi Kesulitan Belajar Dasar Gerak Pencak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(April), 23–29
- Mulyadi. (2018). *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Bimbingan Terhadap Kesulitan Belajar Khusus*. Malang: Parama Publising
- Mustikasari, D. I. (2018). Kegiatan karawitan dalam menumbuhkan Bakat dan Kreativitas siswa di SD N Sumberjo, Balong, Ponorogo. Jawa Timur: IAIN Press
- Nani, N., & Hendriana, E. C. (2019). *Analisis Kesulitan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Bahasa Indonesia Di Kelas V SDN 12 Singkawang*. *Journal of Educational Review and Research*, 2(1), 55–62
- Nurdianto, Herman. (2013). Faktor-faktor penghambat dalam pembelajaran senam lantai guling depan pada siswa kelas IV, V, dan VI di SD Negeri 4 Sukanandi Kecamatan Banjarnegara Kabupaten Banjarnegara: Yogyakarta: UNY Press
- Nurjanah, S. (2012). *Peningkatan senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas IV SD Negeri Ngunggrung*. Skripsi sarjana. Tidak dipublikasikan. Universitas Negeri Yogyakarta
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Ed. 4. Jakarta: Salemba Medika

- Putri, Cahyani. (2022). *Tingkat Pengetahuan Senam Lantai Guling Depan Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Karen*. Skripsi UNY
- Ristiyani. (2016). Analisis Kesulitan Belajar Kimia Siswa di SMAN X Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran IPA* 2(1)
- Ruslan. (2019). Penerapan Metode Bermain Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Guling Depan (Forward Roll). *Halaman Olahraga Nusantara*, 2. <https://jurnal.univpgripalembang.ac.id/index.php/hon/article/view/2461/2266>
- Sani, G. H. M. (2018). Development of Tools for Forwarding Somersault Skills. *Journal of Physical Education and Sports*, 7(3), 200-207. Diunduh dari <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/26296>
- Saputra, Yoga Aji. (2022). Faktor Penghambat Peserta Didik Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Kelas IV Di Madrasah Ibtidaiyah Darul Ma'arif 1 Serut Kabupaten Bantu. *Skripsi UNY*
- Setiawan, A. (2017). Belajar dan pembelajaran. Sidoharjo: Uwais Inspirasi Indonesia
- Setiawati, S. M. (2018). Telaah Teoritis: Apa Itu Belajar ? HELPER: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 35(1), 31–46
- Slameto. (2013). *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Rineka Cipta
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sutarto, S. (2017). Teori Kognitif dan Implikasinya Dalam Pembelajaran. Islamic Counseling: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 1(2), 1. <https://doi.org/10.29240/jbk.v1i2.331>
- Suyedi, S.S & Idrus, Y. (2019). Hambatan-hambatan Belajar yang Mempengaruhi Hasil Belajar Mahapeserta didik dalam Pembelajaran Mata Kuliah Dasar Desain Jurusan IKK FPP UNP. *Gorga Jurnal Seni Rupa*, 8(1). 121-128.
- Syarnubi, N. K. (2019). Pengaruh Lingkungan Sekolah Terhadap Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMP Negeri 9 Tulung Selapan Kabupaten Oki. *Jurnal PAI Raden Fatah*, 1(2), 164-180.

Diunduh

dari

<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/pairf/article/download/3235/2177>.

Titi, N. N. (2022). *Kecemasan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Senam lantai guling depan Guling Depan Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar*. [https://Eprints.Uny.Ac.Id/74769/1/Fulltext\\_Nabilla%20nur%20titi\\_17601241069.Pdf](https://Eprints.Uny.Ac.Id/74769/1/Fulltext_Nabilla%20nur%20titi_17601241069.Pdf)

Umyati, D. (2014). *Perbandingan Faktor-faktor Penyebab Kesulitan Belajar Antara Siswa Kelas X.6 Dengan Kelas X.7 Pada Mata Pelajaran Biologi Materi Virus*. Universitas Ahmad Dahlan. [http://jupemasipbio.uad.ac.id/wp-content/uploads/2014/11/21.-NP\\_08008041\\_DEWI-UMIYATI.pdf](http://jupemasipbio.uad.ac.id/wp-content/uploads/2014/11/21.-NP_08008041_DEWI-UMIYATI.pdf)

Waras. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Senam Lantai Melalui Teknik Modeling. *Jurnal Riset dan Konseptual*, 1, 113-119.

Widianto, A. S. (2013). *Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Kelas Atas SD Negeri Sambek Kecamatan Wonosobo Kabupaten Wonosobo*. Yogyakarta: UNY Press

Zakaria, A. R. (2023). *Upaya Pengembangan Bakat dan Minat Siswa mrlalui Ekstrakurikuler Dongkrek di MTSN 4 Madiun*. Ponorogo: IAIN Press

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

06/08/24, 13.42

SURAT IZIN PENELITIAN



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1209/UN34.16/PT.01.04/2024  
Lamp. : 1 Bendel Proposal  
Hal : **Izin Penelitian**

6 Agustus 2024

Yth. **MTSn 5 Wonogiri**  
**Tawangrejo, Pagutan, Manyaran, Wonogiri. Kode Pos: 57662**

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

Nama : Daud Musthofa Affandi  
NIM : 20601244124  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Faktor Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTSn 5 Wonogiri  
Waktu Penelitian : Senin - Rabu, 12 - 14 Agustus 2024

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.






Tembusan :  
1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; NIP 19770218 200801 1 002  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

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



## Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian

	<b>KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA</b> <b>KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN WONOGIRI</b> <b>MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI 5 WONOGIRI</b> <i>Alamat: Tawangrejo, Pagutan, Manyaran, Wonogiri. Kode Pos 57662</i>
<hr/>	
NOMOR	: 247/Mts.11.12.05/PP.00.5/08/ 2024
Lamp.	: -
Hal	: <b>Pemberian Izin Penelitian</b>
Yth.	Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta Jl. Colombo Nomor 1 Yogyakarta. 55281 Di Tempat.
Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala MTs Negeri 5 Wonogiri memberikan izin kepada:	
Nama	: Daud Musthofa Affandi
NIM	: 20601244124
Program Studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi - S1
Untuk melakukan penelitian di MTs Negeri 5 Wonogiri.	
Demikian surat ini kami sampaikan sebagai balasan atas surat yang kami terima, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.	
<div style="text-align: right;"> Wonogiri, 8 Agustus 2024 Kepala  Dr. H. Joko Supriyanto, S. Pd. M. Pd. NIP. 19690924 199303 1 004</div>	

### Lampiran 3. Surat Izin Uji Instrumen

06/08/24, 13.43

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092  
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas\_fik@uny.ac.id

Nomor : B/558/UN34.16/LT/2024

6 Agustus 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth. **MTSn 5 Wonogiri**

Alamat: Tawangrejo, Pagutan, Manyaran, Wonogiri. Kode Pos: 57662

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

Nama : Daud Musthofa Affandi  
NIM : 20601244124  
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1  
Judul Tugas Akhir : Faktor Kesulitan Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Peserta Didik Kelas VIII di MTSn 5 Wonogiri  
Waktu Uji Instrumen : Senin - Rabu, 12 - 14 Agustus 2024

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

Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.



Tembusan :

1. Kepala Layanan Administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan; NIP. 19770218 200801 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

#### Lampiran 4. Hasil Observasi

##### **HASIL OBSERVASI**

Nama Instansi	: MTSn 5 Wonogiri
NSM	: 121133120005
NPSN	: 20363803
Status	: Negeri
Akreditasi	: A
Alamat	: Tawangharjo
Kabupaten/Kota	: Kab. Wonogiri
Provinsi	: Jawa Tengah
Jumlah Siswa	: 416
Jumlah Rombel	: 18
Siswa Bekebutuhan Khusus	: 1
Jumlah Guru	: 44

Madrasah Tsanawiyah Negeri (MTSn) 5 Wonogiri merupakan Lembaga pendidikan formal di bawah naungan Kementerian Agama yang berdiri berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama RI Nomor 107 Maret 1997. Dalam perkembangan dari waktu ke waktu MTs ini mengalami pergantian pimpinan kepala sebanyak 8 kali. Kepala Madrasah MTs Negeri 5 Wonogiri saat ini adalah H. Joko Supriyanto, S.Pd., M.Pd.

Hasil Observasi sekolah sebelum penelitian dilaksanakan mengenai lingkungan sekolah terlihat ramah lingkungan, bersih dan rapi. Dengan tata ruang yang runtut dari kelas 1 sampai dengan kelas 6. Kegiatan pembelajaran PJOK dilakukan di halaman sekolah dan terkadang juga dilakukan di lapangan lingkungan setempat milik warga/desa. Sarana dan prasarana yang terdapat di MTSn 5

Wonogiri ini bisa terbilang cukup lengkap akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa masih terdapat beberapa alat olahraga yang tidak tersedia.

Dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai masih terdapat beberapa kendala yang di hadapi guru olahraga yakni jumlah alat yang minim, ketakutan siswa dalam melakukan senam lantai dan kurangnya minat peserta didik dalam melakukan pembelajaran senam lantai, terkhusus bagi peserta didik perempuan yang terlihat jelas mempunyai ketakutan dalam melaksanakannya. Untuk peserta didik laki-laki masih tergolong berani melakukan, akan tetapi masih ada juga beberapa yang kaku, salah dan gerakan yang kurang pas saat melakukan senam lantai guling depan ini.

Setelah melakukan observasi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan hal yang selaras yakni senam lantai guling depan. Sebelumnya peneliti sudah mentargetkan untuk meneliti topik tersebut kemudian setelah mengetahui beberapa fakta dalam pelaksanaannya peneliti semakin yakin untuk melakukan penelitian dengan judul yang serupa untuk mengetahui apa faktor penyebab penghambat dalam pelaksanaan senam lantai khususnya pada guling depan.

Lampiran 5. Instrumen Penelitian

No	Pernyataan	Jawaban	
		YA	TIDAK
Faktor Internal			
Jasmani			
1	Saya memiliki keseimbangan yang baik untuk bisa melakukan gerakan senam lantai.		
2	Kekuatan otot lengan yang kurang baik untuk melakukan senam lantai, sehingga saya tidak dapat melakukan gerakan senam lantai.		
3	Gerakan senam lantai membuat saya merasa pusing		
Kelelahan			
4	Gerakan dasar yang diajarkan oleh bapak/ibu guru membuat saya sangat Lelah.		
5	Pada saat mengikuti pembelajaran senam lantai saya selalu mengeluh pada bapak/ibu guru.		
6	Pegal-pegal yang saya rasakan setelah mengikuti pembelajaran senam lantai.		
Psikologis			
7	Saya memahami materi pembelajaran senam lantai yang diajarkan oleh guru.		
8	Saya merasa penguasaan materi yang diajarkan oleh guru sudah mempengaruhi pengetahuan saya.		
9	Materi pembelajaran senam lantai selalu disampaikan kepada saya.		
10	Saya merasa malu bila melakukan gerakan senam lantai dilihat oleh teman-teman laki-laki.		
11	Saya merasa takut melakukan gerakan senam lantai.		
12	Bapak/ibu guru memberikan motivasi kepada saya agar lebih bersemangat lagi dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.		
13	Bapak/ibu guru memberikan izin kepada saya untuk tidak mengikuti pembelajaran senam lantai Ketika saya sedang haid.		
Faktor Eksternal			
Sekolah			
14	Interaksi antara bapak/ibu guru dengan saya hanya terjadi di sekolah saja.		
15	Materi yang dijelaskan oleh bapak/ibu guru kepada saya sudah bisa di tangkap sepenuhnya.		
16	Bapak/ibu guru menyertakan materi senam lantai dalam silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran.		

17	Saya merasa kesulitan dengan metode yang diajarkan oleh guru.		
18	Pembelajaran senam lantai sudah sesuai dengan karakter siswa khususnya pada pelajar putri.		
19	Saya mampu menguasai gerakan senam lantai dengan durasi waktu pembelajaran yang asa.		
20	Kondisi dan kelengkapan alat olahraga disekolah mendukung dalam penerapan pembelajaran senam lantai.		
21	Matras yang digunakan dalam pembelajaran senam lantai terbuat dari bahan busa yang empuk sehingga aman untuk digunakan.		
<b>Masyarakat</b>			
22	Keadaan masyarakat di sekitar sekolah mendukung proses pembelajaran senam lantai.		
23	Keadaan masyarakat di sekitar lapangan yang digunakan mendukung berlangsungnya proses pembelajaran senam lantai.		
24	Dilingkungan rumah telah ada sanggar senam lantai.		
25	Di lingkungan rumah senam lantai sudah populer.		

## Lampiran 6. Data Penelitian

SOAL	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	JUMLAH
	FAKTOR INTERNAL													FAKTOR EKSTERNAL												
	JASMANI			KELELAHAN			PSIKOLOGIS							SEKOLAH							MASYARAKAT					
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	23
2	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	22
3	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	19
4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	19
5	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	18
6	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	22
7	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	19
8	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	20
9	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
10	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	23
11	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
12	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	19
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	21
14	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	19
15	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	19
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	21
17	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	20
18	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	20
19	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	20
20	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	20
21	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	19
22	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	20
23	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	20
24	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	19
25	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	16
26	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	19
27	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	19
28	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	16
29	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
30	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	19
31	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	16
32	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	19
33	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	19
34	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	19
35	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
36	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	19
37	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	18
38	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	18
39	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	18
40	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	19
41	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	16
42	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	17
43	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	17
44	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	18
45	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	18
46	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	15
47	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	15
48	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	18
49	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18
50	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	17



51	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	17
52	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	16
53	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	17
54	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	17
55	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	18
56	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	18
57	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	15
58	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	15
59	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	18
60	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18
61	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17
62	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
63	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	20
64	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
65	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
66	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	18
67	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
68	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
69	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18
70	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	17
71	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	17
72	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	16
73	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
74	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	17
75	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	16
76	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	19
77	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	19
78	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	19
79	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
80	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
81	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
82	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	21
83	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	18
84	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	18
85	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	17
86	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	17
87	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
88	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
89	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17
90	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
91	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	20
92	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	18
93	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
94	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
95	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
96	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	18
97	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	18
98	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	18
99	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	17
100	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	17



## Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian







