KESULITAN DALAM BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG PADA PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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

Oleh:
Muhammad Fayyadh Nur Stagib
19601241065

DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2025

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

KESULITAN DALAM BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG PADA PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM 19601241065

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal 9 Januari 2025

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Ari Iswanto, S.Pd.Jas., M.Or Ketua Penguji / Pembimbing	.....	20-01-2025
Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes Sekertaris	.....	17 / 1 / 2025
Dr. Amat Komari, M.Si Penguji Utama	.....	17 / 1 / 2025

Yogyakarta, 13 Januari 2025
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,

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

KESULITAN DALAM BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG PADA PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Oleh:
Muhammad Fayyadh Nur Stagib
19601241065

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis tingkat kesulitan yang dihadapi oleh peserta didik kelas VII dalam belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Populasi yang diteliti meliputi seluruh peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang berjumlah 191 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* dan instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah tes yang disebarkan melalui platform *google form*. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan menghitung persentase distribusi respon.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dipengaruhi oleh faktor eksternal terutama di lingkungan sekolah dimana hasil yang didapatkan adalah 95 peserta didik atau nilai presentase sebesar 49,74% dan masuk kategori sulit, dan masih kesulitan melakukan senam lantai guling belakang dikarenakan masih terkendala pada sarana dan prasarana yang belum lengkap..

Kata kunci: *tingkat kesulitan, Belajar, senam lantai, guling belakang*

DIFFICULTIES IN LEARNING BACKWARD ROLL FLOOR EXERCISES AMONG SEVENTH-GRADE STUDENTS AT SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Abstract

The objective of this study is to examine the level of difficulty encountered by seventh-grade students in learning backward roll floor gymnastics at SMP Negeri 7 Yogyakarta.

This research utilizes a quantitative descriptive approach with a survey method. The study population comprises all seventh-grade students at SMP Negeri 7 Yogyakarta, totaling 191 individuals. The sampling technique employed is total sampling, and the data collection instrument is a test administered through the Google Forms platform. The data were analyzed using descriptive quantitative statistics by calculating the percentage distribution of responses. The findings of the study demonstrate that the level of difficulty in

learning backward roll floor gymnastics among seventh-grade students at SMP Negeri 7 Yogyakarta is predominantly influenced by external factors, particularly those related to the school environment.

The results show that 95 students, representing 49.74% of the population, are classified in the "difficult" category. This difficulty is attributed to insufficient facilities and infrastructure, which continue to hinder students' ability to perform backward roll floor gymnastics effectively.

Keywords: difficulty level, learning, floor exercise, backward roll

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Fayyadh Nur Stagib

NIM : 19601241065

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

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

Yogyakarta, 2 November 2024
Yang Menyatakan,

Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM. 19601241065

LEMBAR PERSETUJUAN

KESULITAN DALAM BELAJAR
SENAM LANTAI GULING BELAKANG PADA PESERTA DIDIK KELAS VII
DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Disusun oleh
Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM 19601241065

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

Tanggal: .... Desember 2024

Koordinator Program Studi PJKR	Dosen Pembimbing
Prof. Dr. Ngatman, M.Pd.	Dr. Ari Iswanto, M.Or
NIP. 19670605199403121001	NIP.198401272019031003

PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta, bapak Kusni Harjono dan ibu Siti Maryam, Terima kasih atas segala doa, dukungan dan kasih sayang yang tak pernah berhenti. Kalian adalah sumber kekuatan dan inspirasi saya. Tanpa usaha dan pengorbanan kalian, saya tidak akan bisa sampai dititik ini.
2. Untuk adik saya Muhammad Fuad Terima kasih atas segala doa dan dukungannya.

Skripsi ini bukan hanya hasil dari kerja keras saya sendiri, tetapi juga berkat bantuan dan dukungan dari orang-orang yang saya cintai dan hormati. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi kecil bagi ilmu pengetahuan serta masyarakat.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi yang berjudul "Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta" 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. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis disampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Hedi A. Hermawan, S.Pd, M.Or., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Prof. Dr. Ngatman, M.Pd., Koordinator program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Dr. Ari Iswanto, M.Or., dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan semangat, dukungan serta arahan dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
4. Dr. Amat Komari, M.Si., Penguji Utama yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini
5. Dr. Farida Mulyaningsih, M.Kes., Sekretaris Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini

6. Suyarta, S.Pd., kepala sekolah SMP Negeri 7 Yogyakarta yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi.
7. Sahabat saya Nina Ari Mega Saskia yang tiada hentinya memberi semangat dan dukungannya baik dalam keadaan suka maupun duka.
8. Teman-temanku yang selalu memberikan semangat dan motivasi sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, November 2024
Penulis,

Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM. 19601241065

MOTTO

1. “Jika kamu tidak sanggup menahan lelahnya belajar maka kamu harus sanggup menahan perihnya kebodohan” (imam syafi’i).
2. Kalau mau menunggu sampai kita siap, kita akan menghabiskan sisa hidup kita hanya untuk menunggu (Muhammad Fayyadh).

DAFTAR ISI

ABSTRAK i
SURAT PERNYATAAN iii
LEMBAR PERSETUJUAN iv
PERSEMBAHAN v
KATA PENGANTAR vi
MOTTO viii
DAFTAR ISI ix
Daftar Tabel xi
Daftar Gambar xiii
Daftar Lampiran xiv
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Pembatasan Masalah 6
D. Rumusan Masalah 6
E. Tujuan Penelitian 6
F. Manfaat Penelitian 6
BAB II KAJIAN TEORI 8
A. Kajian Teori 8
1. Kesulitan Belajar 8
2. Belajar 12
3. Belajar Pendidikan Jasmani 16
4. Teori Belajar Gerak 18
5. Senam Lantai 21
6. Guling Belakang 22
7. Peserta Didik 24
8. Karakteristik peserta didik 25
B. Penelitian Yang Relevan 27
C. Kerangka Berpikir 29
BAB III METODE PENELITIAN 32
A. Jenis Penelitian 32
B. Tempat Dan Waktu Penelitian 32
C. Populasi Dan Sampel Penelitian 32

D. Definisi Oprasional Variabel 33
E. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data 34
F. Teknik Analisis Data 38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 40
A. Hasil Penelitian 40
B. Pembahasan 60
C. Keterbatasan Hasil Penelitian 65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 66
A. Kesimpulan 66
B. Implikasi 66
C. Saran 67
DAFTAR PUSTAKA 68
LAMPIRAN 73

Daftar Tabel

Table 1.	Populasi dan Sampel dalam Penelitian……	47
Table 2.	Skala likert skor pada alternatif jawaban pada kuisioner……...	49
Table 3.	Adopsi Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah, Kulon Progo…….	49
Table 4.	Kisi-kisi Instrumen Penelitian……	51
Table 5.	Hasil Uji Reliabilitas……..	53
Table 6.	Pengkategorian Tingkat Kesulitan Peserta Didik……...	54
Table 7.	Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta……...	55
Table 8.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta……...	56
Table 9.	Deskriptif Statistik Faktor Internal…….	58
Table 10.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Internal……..	58
Table 11.	Deskriptif Statistik Indikator Fisik…….	60
Table 12.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Fisik……..	60
Table 13.	Deskriptif Statistik Indikator Psikologis…….	62
Table 14.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Psikologis…….	63
Table 15.	Deskriptif Statistik Faktor Eksternal……...	64
Table 16.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Faktor Eksternal……...	65
Table 17.	Deskriptif Statistik Indikator Guru…….	67
Table 18.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Guru……..	67
Table 19.	Deskriptif Statistik Indikator Lingkungan Sekolah……	69
Table 20.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Lingkungan Sekolah……	69
Table 21.	Deskriptif Statistik Indikator Hubungan Sosial……..	71
Table 22.	Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Hubungan Sosial…..	72

Table 23. Deskriptif Statistik Indikator Materi…….. 74
Table 24. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Materi……... 74

Daftar Gambar

Gambar 1.	Cara Melakukan Guling Belakang…….	39
Gambar 2.	Kerangka Berpikir……..	45
Gambar 3.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta…….....	57
Gambar 4.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Internal……..	59
Gambar 5.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Fisik……..	61
Gambar 6.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Psikologis……..	64
Gambar 7.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Eksternal……	66
Gambar 8.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Guru……..	68
Gambar 9.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Lingkungan Sekolah…….	70
Gambar 10.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Hubungan Sosial……...	73
Gambar 11.	Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Materi……	75

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Surat izin Penelitian 74
Lampiran 2. Surat balasan penelitian dari sekolah 75
Lampiran 3. Kartu Bimbingan 76
Lampiran 4. Angket uji coba Penelitian 77
Lampiran 5. Angket Penelitian 81
Lampiran 6. Hasil Jawaban Uji Coba Instrumen Tes 85
Lampiran 7. Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen Tes 86
Lampiran 8. Data Hasil Penelitian 88
Lampiran 9. Hasil Olah Data Tingkat Kesulitan 89
Lampiran 10. Hasil Olah Data Faktor Internal 90
Lampiran 11. Hasil Olah Data Indikator Fisik 91
Lampiran 12. Hasil Olah Data Indikator Psikologi 92
Lampiran 13. Hasil Olah Data Faktor Eksternal 93
Lampiran 14. Hasil Olah Data Faktor indikator Guru 94
Lampiran 15. Hasil Olah Data Indikator Lingkungan Sekolah 94
Lampiran 16. Hasil Olah Data Indikator Hubungan Sosial 95
Lampiran 17. Hasil Olah Data Indikator Materi 96
Lampiran 18. Hasil Pengerjaan Responden 97
Lampiran 19. Dokumentasi 100

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Belajar pada hakikatnya adalah suatu proses pengelolaan lingkungan sekitar peserta didik, pengorganisasian dan pengembangannya, serta dorongan peserta didik untuk melakukan proses Belajar. Belajar juga mengacu pada proses pemberian bimbingan atau dukungan kepada peserta didik dalam melaksanakan proses Belajar. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003, Belajar adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Secara nasional, Belajar dipandang sebagai proses interaksi yang berlangsung dalam lingkungan belajar dan melibatkan komponen seperti peserta didik, pendidik, dan sumber belajar komponen kunci.

Menurut Paling et al. (2023) Belajar merupakan kegiatan yang berusaha untuk membelajarkan seseorang ataupun sekelompok orang dalam mendapatkan sebuah pengetahuan, keterampilan, dan sikap dengan memanfaatkan berbagai hal yang ada di lingkungannya. Pernyataan tersebut dapat dipahami sebagai suatu kesempatan bagi peserta didik untuk memperoleh pengetahuan yang diperlukan dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Belajar yang diberikan di sekolah meliputi berbagai mata pelajaran, di antaranya pendidikan jasmani, olahraga, dan Kesehatan (Saleh & Sakria Malinta, 2020). Secara khusus, Belajar pendidikan jasmani bertujuan untuk Meningkatkan kemampuan motorik, kemampuan organ tubuh,

keterampilan motorik fungsional, serta menanamkan nilai-nilai moral seperti kecintaan terhadap tanah air, kerjasama, keberanian, ketekunan, dan rasa percaya diri. Pencapaian tujuan Belajar pendidikan jasmani mencakup tiga aspek utama, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor (Iin Nurbudiyani, 2013).

Terdapat sejumlah aspek dalam proses Belajar pendidikan jasmani yang memiliki pengaruh signifikan terhadap pencapaian hasil belajar peserta didik. Jamil (2017) hasil belajar ditentukan oleh dua faktor, yaitu faktor internal, meliputi faktor fisiologis dan psikologis dan semua faktor eksternal yang berada di luar diri individu seperti lingkungan fisik, psikologis, personal, nonpribadi dan sosial.

Lingkungan kelembagaan terdiri dari lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat. Dengan demikian, keberhasilan hasil belajar pendidikan jasmani peserta didik sangat bergantung pada pelaksanaan proses Belajar yang berjalan secara efektif dan efisien dipengaruhi oleh peran guru serta didukung oleh faktor internal maupun eksterna yang berkontribusi terhadap pencapaian tersebut. pendidikan jasmani tersebut mengatakan bahwa hal itu telah dilakukan. Di sekolah, hasil belajar yang dilakukan juga diterapkan pada keterampilan yang telah dipelajarinya.

Kemampuan melaksanakan Belajar pendidikan jasmani penting untuk menunjang efektivitas Guru berperan penting untuk mencapai tujuan Belajar. Salah satu contoh adalah implementasi dari kurikulum Merdeka untuk Kelas VII, yang mencakup "memahami pengetahuan (faktual,

konseptual, prosedural) berdasarkan rasa ingin tahu terhadap ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya yang berhubungan dengan fenomena serta peristiwa yang tampak" dan "mencoba, mengolah, serta menyajikan dalam ranah konkret (menggunakan, menganalisis, mengarang, memodifikasi, mencipta) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, mengarang)."

Senam lantai guling belakang merupakan salah satu jenis senam. Disebut senam lantai karena merupakan salah satu bagian dari senam (Sri Setiawati & Gusti Lanang Agung Parwata, 2020). Menurut Amin Nurjayadi (2016) Senam lantai melibatkan serangkaian gerakan dan latihan yang dilakukan di atas matras. Dalam senam lantai, terdapat berbagai materi, salah satunya adalah guling belakang. Hal ini harus diperkenalkan dan diterapkan oleh guru untuk meningkatkan pengalaman belajar peserta didik. Guling belakang atau disebut juga *backroll* adalah gerakan tubuh yang memutar dari pinggul belakang, pinggul belakang dan leher belakang hingga ke belakang badan (Dewi Priastuti, 2015). Dengan demikian, materi senam lantai, khususnya guling belakang, merupakan salah satu topik yang sebaiknya diajarkan kepada peserta didik melalui langkah-langkah Belajar yang sesuai, sehingga mereka dapat dengan mudah memahami materi tersebut.

Belajar pendidikan jasmani mengharapkan seluruh peserta didik mencapai nilai yang memenuhi standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) menunjukkan bahwa bagi sebagian besar peserta didik, materi

guling belakang cenderung lebih sulit dipahami dibandingkan dengan guling depan. Oleh karena itu, untuk materi yang lebih menantang, peserta didik sebaiknya lebih aktif dalam mempraktikkan gerakan guling belakang, agar pencapaian hasil belajar materi tersebut dapat lebih optimal.

Berdasarkan observasi di lapangan hasil Belajar guling belakang yang dicapai peserta didik khususnya kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta masih kurang memuaskan. Hal ini disebabkan oleh sebagian peserta didik masih menganggap senam lantai kurang menarik dikarenakan guru masih belum memanfaatkan media Belajar yang menarik dalam pengajaran senam lantai. dan juga alat yang digunakan untuk mengajarkan materi masih kurang lengkap. Namun ada pula peserta didik yang mengatakan lebih mudah karena mampu menggunakan alat untuk melakukan gerakan berguling ke belakang. Oleh karena itu, peserta didik kelas VII memperoleh nilai di bawah rata-rata nilai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal). Berdasarkan wawancara dengan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 7 Yogyakarta, KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yang ditetapkan untuk peserta didik adalah 75. Namun, persentase ketuntasan materi senam lantai guling belakang di kelas VII sebesar 75%, dengan hasil akumulasi penilaian kognitif, afektif, dan psikomotorik mencapai 70%. Namun target penyelesaian yang diinginkan belum tercapai. Selain itu, terdapat beberapa faktor yang menjadi hambatan bagi peserta didik dalam memahami dan mempraktikkan latihan guling belakang.

Pada saat melakukan gerakan senam lantai guling belakang sebagian besar peserta didik belum dapat melakukan gerakan guling belakang dengan baik. Kesulitan ini disebabkan oleh ketakutan peserta didik ketika melakukan tindakan guling belakang dikarenakan badan yang memiliki berat berlebih. Masalah lain yaitu kondisi sarana dan prasarana yang kurang lengkap sehingga senam lantai guling belakang tidak tercapai secara maksimal.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dipaparkan di atas, maka dapat dilakukan penelitian mengenai "Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta".

B. Identifikasi Masalah

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

1. Peserta didik masih takut melakukan gerakan guling belakang.
2. Sarana dan Prasarana yang masih belum lengkap.
3. Nilai rata-rata peserta didik pada senam lantai guling belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta belum mencapai KKM.
4. Model Belajar yang di berikan masih monoton dan kurang menarik karena belum menggunakan media.
5. Belum diketahuinya kesulitan dalam Belajar senam lantai guling pada peserta didik kelas VII belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka penelitian ini akan dibatasi pada permasalahan "Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Faktor apa saja yang memengaruhi kesulitan dalam Belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta?".

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kesulitan dalam Belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat:

a. Bagi Peneliti Berikutnya

Penelitian ini memberikan wawasan tambahan bagi peneliti mengenai faktor-faktor penyebab kesulitan belajar peserta didik, dalam Belajar senam lantai guling belakang. Sehingga diharapkan karya ini dapat dijadikan acuan atau pedoman untuk menggambarkan keadaan yang sebenarnya secara objektif.

b. Bagi Peserta Didik

Dapat dijadikan masukan serta motivasi bagi peserta didik untuk berpartisipasi dalam mengikuti Belajar senam lantai guling belakang. Sehingga dapat meningkatkan nilai peserta didik dalam Belajar pendidikan jasmani

c. Bagi Guru.

Dapat menambah wawaasan serta motivasi belajar untuk mengajarkan peserta didik dalam proses Belajar senam lantai guling belakang.

d. Bagi Sekolah.

Mengetahui kategori kesulitan peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta dalam mengikuti Belajar senam lantai guling belakang.

e. Bagi Masyarakat

Penelitian ini sebagai upaya peningkatan pengetahuan terhadap Belajar senam lantai guling belakang

BAB II
KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar merupakan sebuah kodisi dimana peserta didik mengalami hambatan-hambatan dalam mencapai hasil belajar yang disebabkan oleh beberapa faktor, salah satu faktor yang yang mempengaruhi kesulitan belajar adalah faktor psikologis dapat menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam aspek mendengarkan, berbicara, membaca, menulis, dan menghitung. Berikut adalah penjelasan lebih rinci mengenai pengertian serta faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kesulitan belajar pada peserta didik:

a. Pengertian Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar merujuk pada keadaan yang ditandai dengan adanya hambatan dalam upaya mencapai tujuan, sehingga memerlukan usaha tambahan untuk mengatasinya. Kesulitan ini dapat dipahami sebagai kondisi di mana individu menghadapi berbagai rintangan dalam mencapai hasil atau tujuan yang diinginkan. Menurut Mulyadi dalam Cahyono et al. (2019) bahwa Kesulitan belajar merupakan kondisi dalam proses Belajar yang ditandai dengan adanya hambatan tertentu yang menghalangi pencapaian hasil belajar. Hambatan-hambatan ini bisa bersifat psikologis, sosiologis, atau fisiologis. Individu yang menghadapi

kesulitan dalam Belajar sering kali memperoleh hasil yang tidak sesuai dengan potensi atau harapan yang seharusnya tercapai.

Pengertian lain dari kesulitan diungkapkan oleh Mulyasa dalam Meikahani et al. (2021) Mengemukakan bahwa secara umum, kesulitan adalah suatu kondisi yang ditandai dengan adanya hambatan dalam upaya mencapai tujuan, sedangkan kesulitan belajar merujuk pada kondisi dalam proses Belajar yang ditandai dengan hambatan tertentu dalam mencapai hasil yang diinginkan. Dari pemaparan tersebut dapat dijelaskan bahwa kesulitan belajar yang dialami oleh peserta didik tidak selalu disebabkan oleh rendahnya tingkat kecerdasan, melainkan juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor selain kecerdasan.

Sebagai contoh, peserta didik mungkin memiliki keahlian di bidang lain. Dengan demikian, tingkat IQ yang tinggi tidak selalu menjamin keberhasilan dalam belajar. Oleh karena itu, peserta didik yang tidak memiliki IQ tinggi masih dapat berusaha untuk menjalani kegiatan belajar dengan usaha yang maksimal.

Kesulitan belajar dapat disimpulkan sebagai suatu kondisi di mana terdapat hambatan dalam proses Belajar, yang umumnya ditandai dengan adanya rintangan tertentu dalam mencapai hasil belajar. Hambatan-hambatan ini dapat bersifat psikologis, fisiologis, maupun sosiologis secara umum.

b. Faktor Yang Mempengaruhi Kesulitan Belajar

Fenomena kesulitan belajar merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi menurunnya hasil belajar peserta didik, baik dari diri peserta didik itu sendiri maupun dari lingkungan terdekatnya. Dalam hambatan ada beberapa faktor yang mempengaruhinya. Terdapat dua kategori faktor dalam kesulitan belajar yang berasal dari luar diri peserta didik (faktor sosial & faktor nonsosial) serta faktor lain yang berasal dari dalam diri peserta didik (fisiologis & psikologis) (Lussy Midani Rizki, 2021) Menurut Caryono dalam Rahmadani et al. (2017) Faktor penyebab kesulitan belajar seorang peserta didik dapat berasal dari dalam diri peserta didik (faktor internal) maupun dari luar diri peserta didik (faktor eksternal).

Ahmadi dan Supriyono dalam Pautina (2018) menjelaskan bahwa faktor yang menyebabkan kesulitan belajar dapat digolongkan menjadi dua golongan yaitu sebagai berikut:

1) Faktor dari dalam diri manusia, yang meliputi:

a) Faktor fisiologis

Faktor fisiologis yang dapat menyebabkan kesulitan belajar bagi peserta didik antara lain yaitu peserta didik yang sedang sakit, adanya kelemahan, atau cacat fisik dan sebagaianya.

b) Faktor psikologi

Faktor psikologis yang dapat menyebabkan kesulitan belajar pada peserta didik secara umum antara lain rendahnya tingkat kecerdasan, rendahnya bakat terhadap mata pelajaran, kurangnya minat belajar, rendahnya motivasi, dan kesehatan mental yang buruk.

2) Faktor dari luar diri manusia, meliputi :

a) Faktor sosial

Faktor sosial yang dapat menimbulkan permasalahan pada peserta didik antara lain faktor keluarga, faktor sekolah, teman bermain, dan lingkungan masyarakat luas.

b) Faktor non-sosial

Faktor non sosial yang dapat menyebabkan kesulitan belajar pada peserta didik antara lain peralatan atau media Belajar yang kurang atau tidak lengkap, kondisi ruang atau gedung Belajar yang kurang memadai, kurikulum yang sangat sulit dijelaskan oleh guru, dan lain sebagainya. Seperti proses Belajar yang disiplin dikuasai peserta didik dan berkurangnya waktu pelaksanaan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesulitan bagi peserta didik untuk belajar yaitu faktor internal atau dari dalam diri peserta didik itu sendiri kemungkinan dikarenakan kurang fit, kurang

motivasi diri sendiri, malas dalam melakukan sesuatu, dan faktor dari luar diri peserta didik yang meliputi dari orang tua, faktor lingkungan masyarakat dan sekolah.

2. Belajar

Belajar merupakan suatu bentuk proses pendidikan yang diberikan oleh pendidik dan guru kepada peserta didik bertujuan untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, serta sikap yang positif. Berikut adalah penjelasan lebih rinci mengenai pengertian, komponen, dan model Belajar.

a. Pengertian Belajar

Menurut Fakhrurrazi (2018) Belajar memiliki esensi sebagai perencanaan atau perancangan yang bertujuan untuk memfasilitasi proses belajar peserta didik. Dalam proses Belajar, peserta didik memperoleh berbagai dorongan untuk terus berproses dan berkembang. Menurut Afridapane (2017) Belajar pada dasarnya merupakan sebuah proses, yaitu upaya untuk mengatur dan mengorganisasi lingkungan sekitar peserta didik, sehingga dapat mendorong dan memfasilitasi mereka dalam menjalani proses belajar.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa lingkungan sekitar memiliki pengaruh terhadap proses belajar peserta didik. Apabila lingkungan peserta didik bersifat negatif, hal

ini dapat menyebabkan kesulitan atau bahkan menghambat kelancaran proses Belajar.

Belajar mencakup dua proses utama, yaitu mengajar dan belajar, yang saling terkait satu sama lain. Hubungan antara belajar dan mengajar merupakan proses dua arah yang melibatkan komunikasi antara guru dan peserta didik. Proses komunikasi ini merupakan salah satu indikator keberhasilan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan dalam kegiatan mengajar dan belajar. Menurut Kimble dalam Festiawan (2020) mengkaji lebih dalam tentang belajar yaitu:

1) Belajar diukur dengan perubahan tingkah laku. Artinya hasil belajar harus selalu diterjemahkan ke dalam tindakan dan perilaku yang dapat diamati. Oleh karena itu, setelah melalui proses Belajar, peserta didik akan mampu melakukan hal-hal yang sebelumnya tidak mampu dilakukannya dalam Belajar.
2) Perubahan behavioral ini relatif permanen, artinya hanya sementara dantidak menetap.
3) Perubahan perilaku itu bertindak secara berbeda, potensi untuk bertindak ini mungkin tidak akan diterjemahkan ke dalam bentuk perilaku secara langsung.
4) Perubahan perilaku berasal dari pengalaman atau praktik (latihan).
5) Pengalaman atau praktik harus diperkuat, artinya hanya respon-respon yang menyebabkan penguatan yang akan dipelajari.

b. Faktor – faktor Belajar

Belajar dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat mendukung tercapainya belajar diantaranya:

1) Faktor Guru

Guru memegang peranan yang sangat penting dalam proses belajar. Hamid (2017) menyatakan bahwa guru adalah

individu yang memiliki wewenang dan tanggung jawab untuk membimbing serta mengembangkan peserta didik. Keberhasilan suatu belajar sangat dipengaruhi oleh cara guru menyampaikan materi kepada peserta didik. Sebagai contoh, guru dapat memberikan petunjuk mengenai tahapan gerakan, memberikan bantuan saat peserta didik melakukan gerakan guling belakang, menggunakan media seperti gambar atau alat bantu lainnya, memberikan apresiasi setelah peserta didik berhasil melakukan gerakan, serta memberikan motivasi untuk meningkatkan semangat peserta didik dalam belajar guling belakang.

2) Faktor Peserta didik

Peserta didik merupakan individu dalam masyarakat yang berupaya mengoptimalkan potensi diri mereka melalui proses belajar. Berdasarkan pendapat Hasbullah dalam Khairi (2017), peserta didik dapat dianggap sebagai salah satu faktor input yang memengaruhi keberhasilan dalam proses belajar. Melalui kegiatan belajar, peserta didik memperoleh pengetahuan yang berguna bagi pengembangan diri mereka, yang pada gilirannya dapat mendukung pencapaian prestasi belajar.

3) Sarana dan prasarana

Sarana merupakan alat yang bersifat tidak permanen dan mudah dibawa serta dipindahkan dari satu tempat ke tempat lain. Contohnya seperti bola, pemukul, raket, tongkat, balok, pemukul tenis meja, matras, dan lain-lain. Fasilitas infrastruktur mempunyai arti yang berbeda-beda, namun tetap saling berhubungan. Menurut Suryobroto dalam J, Ghiffary. (2020) arena atau alat memiliki peran penting dalam mendorong motivasi peserta didik untuk terlibat secara aktif, sehingga mereka mampu menjalankan aktivitas dengan serius dan pada akhirnya mencapai tujuan yang diharapkan.

Menurut Agus. S. Suryobroto (2018) Prasarana atau fasilitas mencakup semua kebutuhan yang mendukung Belajar pendidikan jasmani, baik yang bersifat permanen maupun yang tidak dapat dipindahkan, seperti lapangan untuk sepak bola, bola voli, bola basket, tenis lapangan, bulu tangkis, kasti, hall senam, dan sebagainya. Fasilitas tersebut harus memenuhi standar minimal untuk mendukung belajar, yang mencakup ukuran yang sesuai dengan kebutuhan, kebersihan, pencahayaan yang cukup, sirkulasi udara yang lancar, dan aman bagi penggunanya atau peserta didik.

Berdasarkan berbagai pendapat yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor

utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup aspek fisik dan psikis, sementara faktor eksternal meliputi peran guru, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan materi pendidikan.

3. Belajar Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani memberikan peluang bagi peserta didik untuk secara langsung terlibat dalam pengalaman yang berbeda selama Belajar di dalam kelas. Secara esensial, pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik sebagai sarana untuk membawa perubahan menyeluruh terhadap kualitas individu, yang mencakup aspek fisik, mental, dan emosional. (Bayu et al., 2015). Pencapaian tujuan pendidikan jasmani bergantung pada beberapa faktor pendukung, di antaranya peran guru, peserta didik, sarana dan prasarana, metode pengajaran, serta lingkungan. Berikut ini akan dijelaskan pengertian dan tujuan pendidikan jasmani bagi peserta didik di sekolah.

a. Pengertian Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Menurut Revandi (2020) pendidikan jasmani olahraga kesehatan merupakan sarana untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh, dan tanpa adanya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, pendidikan akan terasa tidak lengkap. Sementara itu, menurut Wawan Suherman dalam Zoelma (2022) pendidikan jasmani merupakan suatu proses belajar yang bertujuan untuk

mengembangkan kebugaran fisik, keterampilan gerak, pengetahuan, serta pola hidup yang aktif, serta mengembangkan sportivitas melalui aktivitas fisik. Pendidikan jasmani adalah bagian yang tak terpisahkan dari sistem pendidikan secara keseluruhan, yang menekankan pada pengembangan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, kemampuan berpikir kritis, kestabilan emosi, keterampilan sosial, pemikiran logis, serta aspek perilaku moral melalui kegiatan fisik (Ananda megantara et al., 2024).

Berdasarkan tujuan yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan suatu bentuk Belajar yang sangat penting untuk diajarkan kepada peserta didik. Hal ini disebabkan karena jika intensitas Belajar pendidikan jasmani disesuaikan dengan kebutuhan peserta didik, proses Belajar dapat dilaksanakan secara optimal, serta mendukung tercapainya pendidikan jasmani melibatkan peningkatan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik peserta didik melalui berbagai aktivitas fisik.

b. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan

Menurut Cholik dalam Iyakrus (2018), menyatakan bahwa tujuan dari pendidikan jasmani adalah membentuk watak, karakter dan mental serta pembentukan komponen fisik umum untuk persiapan seseorang berprestasi dalam olahraga. Hal tersebut sependapat dengan Komarudin (2020) yang menyatakan bahwa

tidak ada pendidikan tanpa tujuan pendidikan, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa pendidikan jasmani. Karena gerak sebagai aktivitas fisik merupakan dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri. “Pendidikan jasmani mempunyai misi untuk mengembangkan insan yang peduli jasmani, artinya melalui pendidikan jasmani kita dapat mengembangkan peserta didik secara maksimal potensi kognitif, emosional dan psikomotoriknya”. (Widodo Agung, 2018).

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani merupakan salah satu bentuk Belajar yang mempunyai banyak tujuan bila diajarkan secara maksimal kepada peserta didik di sekolah. Dengan kata lain, pendidikan jasmani dapat mengembangkan tujuan pendidikan dalam tiga bidang, seperti kognisi, afeksi, dan keterampilan psikomotorik. Kami juga mengembangkan bakat dalam kegiatan ekstrakurikuler dan mendukung Belajar dan kesuksesan dalam berbagai olahraga melalui pendidikan jasmani sekolah.

4. Teori Belajar Gerak

Belajar merupakan sebuah proses dari diri manusia untuk mencari sebuah ilmu dan sudah menjadi bagian dari kehidupan. Gerak merupakan usaha manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya dengan aktivitas. Manusia melakukan aktivitas bergerak disesuaikan dengan kebutuhannya, aktivitas gerak manusia mulai dari gerak

sederhana sampai dengan gerakan yang rumit dan kompleks menjadi elemen penting dalam kehidupan manusia.

Menurut Yanuar dalam Pawarta (2021) gerak sebagai instrumen untuk mencapai tujuan dari seluruh aktivitas kehidupan manusia, termasuk gerak dalam olahraga. Selanjutnya, Belajar motorik juga merupakan suatu proses Belajar yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan gerak secara optimal dengan cara yang efektif dan efisien (Prasetiyo et al., 2022) Belajar motorik adalah proses adaptasi perilaku yang berhubungan dengan keterampilan motorik yang bersifat relatif berkelanjutan sebagai hasil dari pengembangan kemampuan menyelesaikan tugas melalui latihan dan pengalaman yang mengintegrasikan faktor fisik dan psikologis secara harmonis.

Berdasarkan berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa Belajar gerak adalah aktivitas fisik yang diarahkan pada tujuan tertentu, yang menghasilkan perubahan serta peningkatan keterampilan individu melalui perpaduan gerakan tubuh yang relatif permanen dan melibatkan beragam faktor.

Belajar gerak memiliki beberapa tahapan dalam proses Belajar gerak, peserta didik harus melalui tiga tahap untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna. Ketiga tahap Belajar ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya merupakan prasyarat untuk tahap berikutnya. Adapun tahap-tahapan dalam belajar gerak menurut Fitts dan Fosner dalam Ahadin (2019), adalah sebagai berikut:

a) Tahap Belajar Kognitif

Fiits dan Posner dalam Zaki et al. (2017) menjelaskan bahwa tahap belajar kognitif merujuk pada saat peserta didik memusatkan perhatian pada permasalahan yang berhubungan dengan kognisi, yaitu mengenai apa yang perlu dilakukan dan cara melakukannya. Lebih lanjut Fitts dan Posner dalam Affandi (2023) tahap ini disebut sebagai tahap kognitif karena pada awal proses belajar, aktivitas mental yang disadari memegang peranan dominan. Affandi (2023) menambahkan pada tahap ini, peserta didik hampir secara eksklusif mengandalkan ingatan dan informasi deklaratif, yang secara sadar dimofifikasi dan dilatih untuk membentuk perintah motorik.

b) Tahap Belajar Asosiatif

Edward dalam Affandi (2023) menyatakan bahwa berdasarkan berbagai pandangan di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar gerak merupakan aktivitas fisik yang memiliki tujuan tertentu, yang menghasilkan perubahan dan peningkatan keterampilan individu melalui kombinasi gerakan tubuh yang bersifat relatif permanen dan melibatkan berbagai faktor. Menurut Nasution (2019) didasarkan pada asumsi bahwa kemapuan kognitif merupakan kunci yang membimbing tingkah laku anak. Pendekatan ini dapat dikatakan sebagai pendekatan konstruktivisme yang menjelaskan bahwa anak secara aktif menciptakan atau mengkreasi pengetahuan. Artinya, anak tidak pasif menerima pengetahuan dari lingkungannya.

c) Tahap Belajar Otonom

Setelah latihan yang cukup, peserta didik secara bertahap memasuki tahap belajar otonom. tahap ini merupakan fase terakhir dalam proses belajar. gerakan otonom adalah hasil dari pelatihan yang efektif. Menurut Sriwahyuniati dalam Jayasakti (2020) Hubungan yang terus-menerus antara reseptor dan efektor dapat menghasilkan gerakan otomatis. Gerakan otomatis dalam mekanisme tersebut tidak dikoordinasikan oleh sistem saraf pusat, tetapi terjadi melalui jalur pendek sistem otonom.

5. Senam Lantai

Pengertian Senam merupakan jenis latihan fisik yang dirancang secara terstruktur, melibatkan gerakan-gerakan tertentu yang dipilih dan direncanakan untuk mencapai tujuan tertentu. Selain itu, senam juga dapat dipahami sebagai kegiatan latihan yang disusun dengan tujuan tertentu, dilakukan dengan kesadaran penuh untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian secara menyeluruh, serta menciptakan keharmonisan dalam tubuh dan jiwa. Senam merupakan cabang olahraga di mana para atlet, yang disebut pesenam, melakukan berbagai aksi akrobatik seperti lompatan, salto, *handstand*, dan gerakan lainnya (Sukamti et al., 2019).

Menurut Hidayat dalam Winda Musfita (2018) Senam adalah latihan jasmani yang dipilih dan dikonstruksi secara sadar, direncanakan secara sadar, dan disusun secara sistematis dengan tujuan untuk

meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan, memberikan nilai-nilai mental dan spiritual. Melalui berbagai belajar senam hendaknya peserta didik meningkatkan mutu belajar senam, meningkatkan kualitas tubuhnya, dan juga meningkatkan kemampuan penguasaan keterampilan senam yang dipelajari mencakup berbagai jenis. menurut Nggaa (2022) senam terdiri dari beberapa kategori, yaitu senam artistik, senam ritmik, senam akrobatik, senam aerobik, senam trampolin, dan senam umum.

6. Guling Belakang

Guling belakang merupakan salah satu jenis dari senam lantai. Menurut Yulio et al. (2022) senam lantai guling belakang merupakan jenis gerakan senam di mana tubuh berguling ke arah belakang, dimulai dari panggul bagian belakang, melanjutkan ke pinggang, punggung, hingga tengkuk. Guling ke belakang adalah di mana posisi badan tetap harus membulat, yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat di dada, kepala ditundukkan sampai dagu melekat di dada.

Menurut Mahendra dalam Affandi (2023) gerakan guling belakang adalah gerakan yang diawali dengan posisi tegak dengan punggung menghadap ke arah gerak, tangan lurus di lantai, kaki diluruskan, kemudian pinggul diluruskan. Gerakan mundur terus angkat kedua kaki hingga badan berputar ke arah belakang, sekaligus berputar ke belakang, tangan menghadap samping telinga, telapak tangan menghadap ke belakang. Kemudian, Berbaring tengkurap, pegang

kepala dengan kedua tangan, dan dorong kaki untuk kembali ke posisi awal. Sedangkan menurut Farida Mulyaningsih dalam Faisal (2018) Guling belakang adalah gerakan yang merupakan kebalikan dari guling depan, di mana gerakan dilakukan secara berurutan dimulai dari bagian belakang panggul, kemudian pinggang, punggung, dan terakhir pundak.

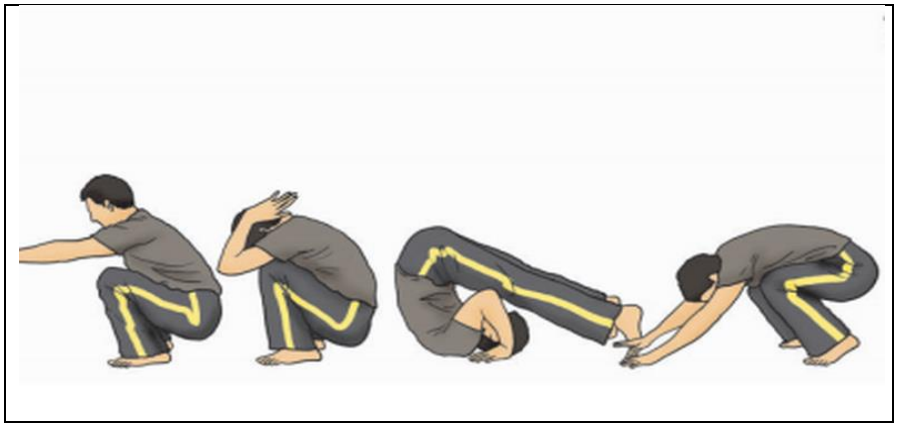
Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa senam lantai guling belakang adalah gerakan yang dilakukan dengan cara menggulingkan badan ke belakang dengan sikap awal posisi jongkok ataupun berdiri dengan telapak tangan yang menumpu dengan kuat kemudian badan digulingkan kebelakang sampai posisi badan dikembalikan ke posisi seperti semula atau sikap awal.

Menurut Susanto & Afandi (2021) terdapat teknik-teknik tertentu dalam melakukukan guling belakang yang harus dipahami yaitu kaki dilipat, lutut tetap melekat pada dada, dan kepala ditundukan sampe dagu menyetuh dada. Menurut Farida Mulyaningsih, dalam Rusdin (2021) guling belakang memiliki urutan gerakan untuk melakukanya. Urutan gerakan guling belakang adalah sebagai berikut:

a. Posisi Awal: Berdiri tegak dengan kedua kaki rapat dan tangan berada di samping tubuh.
b. Menundukkan Kepala: Menundukkan kepala ke depan dan melihat ke arah dada, dengan dagu menekan ke dada untuk menghindari cedera pada leher.

c. Membungkukkan Tubuh: Duduk dengan posisi kaki ditekuk dan tangan berada di belakang tubuh, siap untuk menopang gerakan.
d. Menekan dengan Kaki: Dorong kaki ke atas dan belakang untuk memulai gerakan guling. Pada saat yang sama, tangan digunakan untuk menopang tubuh agar dapat meluncur dengan lancar.
e. Guling ke Belakang: Tubuh mulai berguling mengikuti urutan panggul, pinggang, punggung, dan akhirnya tengkuk.
f. Posisi Akhir: Berdiri kembali dengan posisi tubuh tegak setelah gerakan selesai.

Gambar 1. Cara Melakukan Guling Belakang



Sumber: https://search.app.goo.gl/C8Nt5JQ (sabtu, 27-04-2024, 19.29 WIB).

7. Peserta Didik

Peserta didik merupakan individu dalam masyarakat yang berupaya mengembangkan potensi dirinya melalui proses belajar (Ramli, 2015). Pengertian lain Menurut Hamdi dalam Saputra (2015) peserta didik adalah anak yang belum dewasa, yang memerlukan usaha, bantuan, bimbingan orang lain untuk menjadi dewasa, guna dapat

melaksanakan tugasnya sebagai makhluk Tuhan, sebagai umat manusia, sebagai warga negara, sebagai anggota masyarakat dan sebaga suatu pribadi atau individu.

8. Karakteristik peserta didik

Setiap peserta didik memiliki karakteristik unik yang membedakan mereka satu sama lain, baik dari segi minat, bakat, motivasi, kemampuan pemahaman, maupun perkembangan sosialnya. Secara umum, siswa SMP berada dalam rentang usia 12 hingga 14 tahun. Usia ini termasuk masa remaja awal, yang menurut para ahli psikologi berada dalam rentang 12 hingga 22 tahun. Remaja dapat dibagi menjadi dua kelompok berdasarkan ciri-cirinya, yaitu kelompok remaja awal dan remaja akhir. Kelompok remaja awal mencakup rentang usia 12 hingga 17 tahun, sedangkan kelompok remaja akhir mencakup usia 17 hingga 22 tahun. Dengan demikian, peserta didik SMP Kelas VII yang rata-rata berusia 12-14 tahun diklasifikasikan sebagai kelompok remaja awal.

Menurut Sri Rumini (1995), masa remaja awal memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Keadaan perasaan dan emosi

Keadaan perasaan dan emosinya sangat peka sehingga tidak stabil. Remaja awal dilanda pergolakan sehingga selalu mengalami perubahan dalam perbuatannya. Hal ini pun berpengaruh kepada

kondisi belajar yang mana keadaan emosi yang peka dan tidak stabil menimbulkan semangat belajar yang fluktuatif.

2. Keadaan mental

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

3. Keadaan kemauan

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

4. Keadaan moral

Pada awal remaja, dorongan seks sudah cenderung memperoleh pemuasan sehingga mulai berani menujukkan sikap-sikap agar menarik perhatian.

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

B. Penelitian Yang Relevan

Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung teori-teori yang sudah ada, sehingga dapat menjadi dasar bagi penelitian yang sedang dilaksanakan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Jayasakti (2020) yang berjudul "Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta". Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Berdasarkan temuan penelitian, tingkat kesulitan Pembelajaran senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta terdistribusi dalam kategori sebagai berikut: "sangat rendah" 0,00% (0 peserta didik), "rendah" 26,06% (37 peserta didik), "cukup" 67,61% (96 peserta didik), "tinggi" 6,34% (9 peserta didik), dan "sangat tinggi" 0,00% (0 peserta didik). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan pembelajaran senam lantai guling belakang bagi peserta didik kelas VII sebagian besar berada pada kategori "cukup".
2. Penelitian yang dilakukan oleh Heriyanti (2008) berjudul "Identifikasi Kesulitan Peserta Didik Kelas VII SMP N 24 Purworejo dalam pembelajaran guling belakang". Populasinya adalah seluruh peserta didik kelas VII SMP N 24 Purworejo yang berjumlah 137 orang. Seluruh populasi digunakan sebagai sampel. Teknik pengumpulan data

menggunakan instrumen berjenis angket. Analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesulitan pembelajaran guling belakang semakin meningkat dengan prosentase 51,09%. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VII SMP N 24 Purworejo yang berjumlah 137 orang, yang semuanya dijadikan sebagai sampel. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrumen berupa angket. Analisis data dilakukan dengan pendekatan deskriptif kuantitatif yang menggunakan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam pembelajaran guling belakang meningkat dengan persentase sebesar 51,09%. Penghambat yang berasal dari faktor internal berada pada kategori sedang, sementara faktor eksternal juga termasuk dalam kategori sedang. Secara rinci, sebanyak 8,76% peserta didik mengalami kesulitan dalam kategori sedang, 27,74% dalam kategori tidak sulit, dan 6,57% dalam kategori sangat sulit. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan dalam pemelajaran guling belakang berada pada kategori sedang, dengan penghambat yang berasal dari faktor internal dan eksternal juga berada pada kategori sedang.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Jazim Affandi (2023) berjudul "Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo". Populasi penelitian ini yaitu

seluruh peserta didik kelas VII SMP Negeri 1 Lendah sebanyak 191 peserta didik. Pengambilan sempel menggunakan teknik total sampling dan instrumen yang digunakan menggunakan tes yang disebarkan melalui *Google form*. Analisis data digunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

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

C. Kerangka Berpikir

Kesulitan belajar merujuk pada kondisi yang dialami peserta didik, yang ditandai dengan penurunan prestasi akademik dan ketidakmampuan untuk memenuhi standar yang telah ditetapkan. Hambatan dalam proses belajar bisa muncul kapan saja dan dari berbagai sumber, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun faktor eksternal. Dalam hal ini, hambatan belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor tertentu.

Pada saat mempelajari senam lantai guling belakang, ada beberapa faktor yang mempengaruhi sulitnya belajar. yaitu faktor dalam diri (faktor

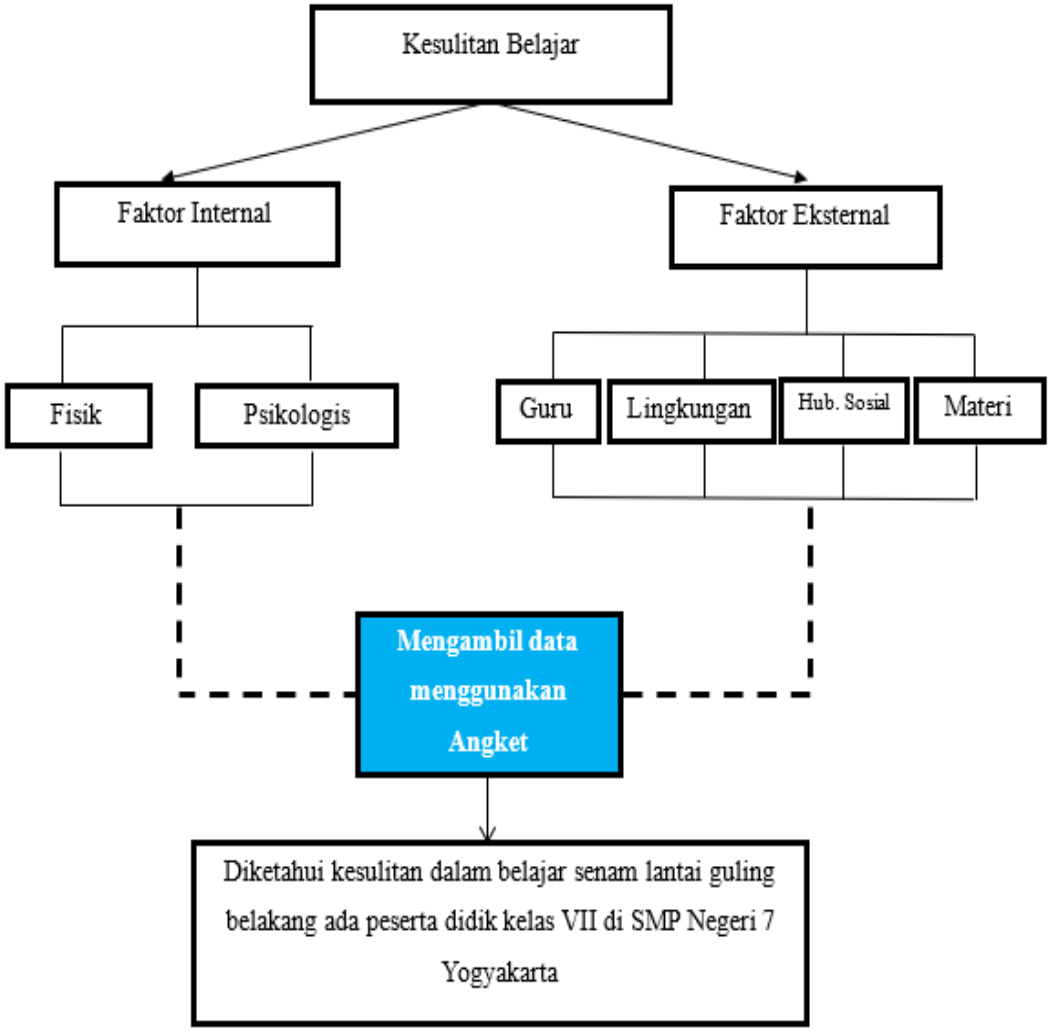
internal: faktor fisiologis dan psikologis) dan faktor luar diri (faktor eksternal: guru, lingkungan dan materi). Menyadari faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar sangat penting untuk membantu peserta didik mencapai hasil belajar terbaik.

Berdasarkan hasil observasi terhadap belajar pendidikan jasmani guling belakang, pencapaian peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta masih menunjukkan hasil yang kurang memuaskan. Hal ini disebabkan oleh beberapa Peserta didik cenderung menganggap senam lantai kurang menarik, terutama karena terbatasnya variasi dalam proses belajar, khususnya terkait dengan penggunaan alat yang belum sepenuhnya diimplementasikan untuk menyampaikan materi. Meskipun demikian, Beberapa peserta didik merasa sudah merasa nyaman melakukan guling belakang menggunakan alat yang tersedia. Kondisi ini berpengaruh pada hasil nilai yang cenderung berada di bawah nilai rata-rata KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal).

Dengan prestasi atau hasil belajar yang rendah, besar kemungkinan peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta masih mengalami kesulitan dalam mempelajari guling belakang. Mengingat permasalahan tersebut, penelitian perlu dilakukan untuk mengidentifikasi kesulitan yang dialami oleh peserta didik serta faktor-faktor penyebabnya dalam belajar guling belakang. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut mengenai kesulitan yang dialami oleh peserta didik kelas VII dalam belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang akan

diukur melalui angket. Bagan kerangka berpikir penelitian ini dapat dilihat pada gambar berikut:

Gambar 2. Kerangka Berpikir



BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Menurut Quraisy Mathar (2013) penelitian kuantitatif adalah suatu metode yang mengandalkan kalkulasi angka *(numeric)*. Dengan demikian, penelitian kuantitatif bertujuan untuk menyajikan informasi dalam bentuk angka, bukan dalam bentuk kata-kata. Oleh karena itu, analisis data kuantitatif selalu melibatkan penggunaan metode statistik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei, dengan pengumpulan data melalui kuesioner. Hasil dari tes tersebut dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan disajikan dalam bentuk persentase untuk mengidentifikasi kesulitan yang dihadapi peserta didik kelas VII dalam belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang beralamat di Jl. Wiratama No.2, Tegalrejo, Kecamatan Tegalrejo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55244. Waktu pelaksanaan penelitian adalah pada bulan April - Juni 2024.

C. Populasi Dan Sampel Penelitian

Arikunto dalam Jayasakti (2020,p.55), menyatakan bahwa “populasi merupakan seluruh subjek dalam penelitian”. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta yang

berjumlah 191 peserta didik. Teknik *sampling* menggunakan total *sampling*, yaitu seluruh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dengan jumlah peserta didik sebanyak 191 orang dan diambil semua untuk dijadikan sampel. Berikut adalah rincian sampel dalam penelitian:

Table 1. Populasi & Sampel dalam Penelitian

No.	Kelas	Jumlah
1.	VII A	32
2.	VII B	31
3.	VII C	32
4.	VII D	32
5.	VII E	32
6.	VII F	32
Total		191

D. Definisi Oprasional Variabel

Menurut Arikunto (2010, p. 110) variabel mengacu pada segala sesuatu yang menjadi objek penelitian atau fokus utama dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini, terdapat satu variabel, yaitu kesulitan yang dialami oleh peserta didik kelas VII dalam belajar senam lantai guling belakang. Secara operasional, kesulitan peserta didik merujuk pada faktor-faktor yang memperlambat kelancaran peserta didik dalam menjalani proses belajar guling belakang.

Definisi variabel ini ditentukan secara operasional, dan seluruh peserta didik kelas VII SMP Negeri 7 Yogyakarta akan dieksplorasi untuk mengidentifikasi kesulitan yang mereka alami dalam mempelajari guling belakang, yang meliputi faktor internal (fisik dan psikis) serta faktor eksternal (guru, lingkungan sekolah, dan latar belakang materi). Data mengenai hal ini dikumpulkan melalui kuesioner.

E. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik pengumpulan data

   Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan angket kepada responden yang menjadi subjek penelitian. Prosedur pelaksanaan teknik pengumpulan data adalah sebagai berikut:

   a. Peneliti mengajukan permohonan izin untuk melaksanakan penelitian di SMP Negeri 7 Yogyakarta.
   b. Peneliti menentukan subjek yang akan dijadikan objek penelitian.
   c. Menyebarkan angket kepada responden atau peserta didik kelas VII sebagai subjek penelitian melalui *google form*.
   d. Mengumpulkan angket yang telah diisi dan melakukan transkripsi hasil penelitian.
   e. Menarik kesimpulan dan memberikan saran berdasarkan temuan penelitian.

2. Instrumen pengumpulan data

   Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi instrumen milik Jazim Affandi yang berupa kuisioner tertutup. Menurut Arikunto dalam Jayasakti (2020) kuisioner tertutup adalah kuisioner yang disajikan dalam format yang hanya mengharuskan responden mencentang checklist (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, sedangkan kuesioner langsung menggunakan skala bertingkat yang menyatakan akan digunakan. Angket ini menggunakan skala bertingkat yang dimodifikasi

dari skala Likert, dengan empat opsi jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Table 2. Skala likert skor pada alternatif jawaban pada kuisioner

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

Teknik kuisioner ini dugunakan untuk mengungkapkan kesulitan peserta didik pada belajar senam lantai guling belakang. Adapun kisi-kisi dari kuisioner ini mengadopsi dari penelitian Affandi (2023) Adapun untuk kisi-kisi instrumennya sebagai berikut:

Table 3. Adopsi Kisi-Kisi Instrumen Penelitian Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah, Kulon Progo.

Konstrak	Faktor	Indikator			∑
			+	-	
Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta	Internal	Fisik	2,3,4,5	1	5
		Psikologis	6,7,8,9	10,11	6
	Eksternal	Guru	12,13,14, 15,17	16	6
		Lingkungan sekolah	18,19,20	21,22	5
		Hubungan sosial	23	24,25	3
		Materi: 1. Sikap awal 2. Pelaksanaan 3. Sikap Akhir	 26,27,28 30	 29,31 32,33	 3 3 2
Jumlah			**33**		

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian sebelumnya adalah sebesar nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,931 (> 0,6) menunjukkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan.

a. Uji Validitas

Pendapat Arikunto (2010: 96) menyatakan bahwa "validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keahlian suatu instrumen". Untuk menghitung validitas, digunakan rumus korelasi yang dikenal sebagai rumus *Korelasi Product Moment* (Arikunto, 2010: 46).

Instrumen ini diujikan pada kelas VII B SMP Negeri 7 Yogyakarta, jumlah peserta didik pada kelas ini adalah 31 peserta didik.

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

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

Keterangan :
rxy : koefisien validitas butir soal
N : Banyaknya peserta Tes
X : Skor item/ butir soal
Y : skor total butir soal

Berdasarkan hasil analisis validitas di olah dengan menggunakan aplikasi SPSS dengan versi 22 tidak mendapatkan pernyataan yang tidak valid. Dengan demikian, 32 item klaim dinyatakan valid dan digunakan untuk pengumpulan data

Table 4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian

Konstrak	Faktor	Indikator			∑
			+	-	
Kesulitan Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta	Internal	Fisik	2,3,4,5	1	5
		Psikologis	6,7,8,9	10	6
	Eksternal	Guru	11,12,13, 14,15	16	6
		Lingkungan sekolah	17,18,19	20,21	5
		Hubungan sosial	22	23,24	3
		Materi: 1. Sikap awal 2. Pelaksanaan 3. Sikap Akhir	 25,26,27 29	 28,30 31,32	 3 3 2
Jumlah			**32**		

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada sejauh mana suatu instrumen dapat diandalkan sebagai alat pengumpul data, karena instrumen tersebut telah terbukti baik, (Puspitasari, 2017). Uji reliabilitas ini dianalisis dengan rumus *Alpha Cronbach.* Dengan pengambilan keputusan instrumen dikatakan reliabel jika $rhitung$ lebih besar atau sama dengan $rtabel$ dan sebaliknya jika rhitung lebih kecil dari $rtabel$ instrumen dikatakan tidak reliabel, atau nilai $rhitung$ dikonsultasikan dengan tabel interpretasi r dengan ketentuan dikatakan reliabel jika $rhitung \geq 0{,}600$. Hasil uji reliabilitas untuk variabel X yang dilakukan menunjukkan bahwa nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,981 > 0,600 artinya reliabel. Dengan demikian kuesioner mengenai variabel

Perilaku (Y) sudah layak digunakan untuk penelitian dengan menghilangkan item-item yang tidak valid (Karuniawaty et al., 2022).

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

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

Keterangan :

r11 : Koefisien reliabilitas
N : Banyaknya butir soal
$\sum S2$: Jumlah varian skor tiap item
$S2$: Varian skor total

Table 5. Hasil Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.931	32

Nilai Cronbach Alpha .931 > 0,6 maka hasil instrumen dapat dikatakan reliable dan layak untuk digunakan sebagai bahan penelitian.

F. Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan statistik deskriptif. Persentase digunakan untuk menghitung setiap item dalam kuesioner. Penilaian Acuan Norma (PAN) merupakan penilaian yang dilakukan dengan mengacu pada norma kelompok. Nilai yang diperoleh peserta didik dibandingkan dengan nilai peserta didik yang lain yang termasuk di dalam kelompok tersebut. (Ratna Pangastuti, 2018). Berdasarkan Putridayani et al.

(2020) pada penelitian ini untuk menganalisa kesulitan peserta didik pada materi peluang peneliti mengolah data dengan menggunakan rumus presentase. Adapun rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} X\ 100$$

Keterangan:

P : Presentase
F : Frekuensi Pengamatan
N : Jumlah Responden

Kemudian Data tersebut kemudian ditampilkan dalam bentuk tabel frekuensi, dikategorikan dan ditampilkan dalam bentuk histogram. Klasifikasinya dibagi menjadi lima kategori dengan menggunakan teknik kategoris: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah (Afiati & Azwar, 2016). Rumus yang digunakan untuk menyusun kategori adalah:

Table 6. Pengkategorian Tingkat Kesulitan Peserta Didik (Afiati, 2016).

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

Keterangan:

M : Mean/ rata-rata (mean)

X : Skor responden (nilai yang dihasilkan peserta didik)

S : Standar Deviasi

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan data mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang diukur melalui angket yang terdiri dari 32 butir pertanyaan, terbagi dalam dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Hasil analisis data menunjukkan nilai *minimum* (terendah) 70, nilai *maksimum* (tertinggi) 100, *mean* (nilai rata-rata) 86,96, *median* (nilai tengah) 86, nilai *mode* (nilai yang sering muncul) 85, dan *standar deviasi* (SD) 6,1. Hasil tersebut disajikan dalam tabel berikut:

Table 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta

Statistik	
N	191
Mean	86,96
Median	86
Mode	85
Standar Deviasi	6,1
Minimum	70
Maximum	100

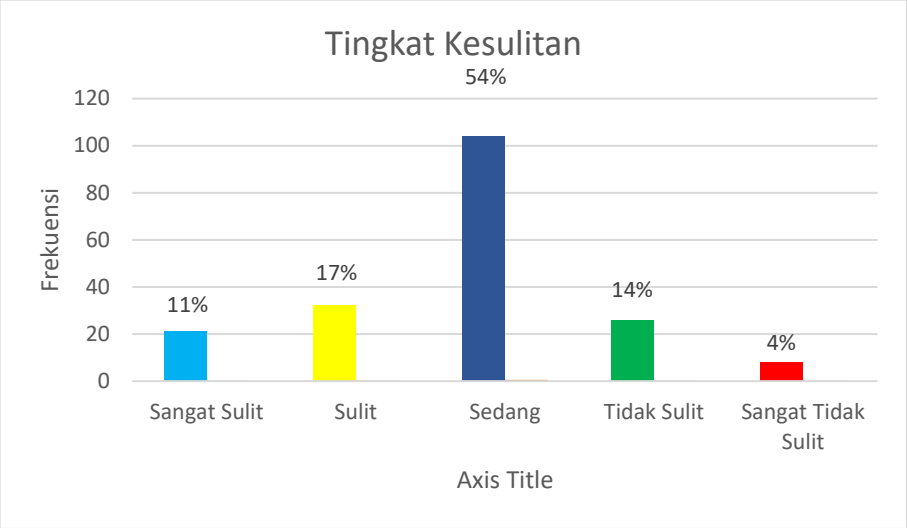
Jika ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta akan disajikan pada tabel berikut:

Table 8. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta.

No.	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	96,11 < X	Sangat Sulit	21	11%
2	96,11 < X ≤ 91,19	Sulit	32	17%
3	90,01 < X ≤ 83,91	Sedang	104	54%
4	82,91 < X ≤ 77,81	Tidak Sulit	26	14%
5	X ≤ 77,81	Sangat Tidak Sulit	8	4%
Jumlah			**191**	**100,00%**

Berdasarkan tabel 8, diperoleh hasil mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi terdapat 21 peserta didik (11%), tinggi 32 peserta didik (17%), sedang 104 peserta didik (54%), rendah 26 peserta didik (14%), dan sangat rendah 8 peserta didik (4%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini dapat dilihat dalam bentuk diagram berikut:

Gambar 3. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta



Beberapa faktor yang mempengaruhi kesulitan dalam Belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

   Analisis data penelitian mengenai faktor internal yang mempengaruhi kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta terdiri dari 10 item pertanyaan. Hasil analisis menunjukkan nilai minimum (terendah) sebesar 16, nilai maksimum (tertinggi) sebesar 34, mean (rata-rata) sebesar 27,05, median (nilai tengah) sebesar 27, mode (nilai yang paling sering muncul) sebesar 27, dan standar deviasi (SD) sebesar 2,75. Hasil-hasil tersebut disajikan dalam Tabel 9 berikut:

Table 9. Deskriptif Statistik Faktor Internal

Statistik	
N	191
Mean	27,05
Median	27
Mode	27
Standar Deviasi	2,75
Minimum	16
Maximum	34

Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta yang berasal dari faktor internal dapat dilihat pada tabel 10 berikut:

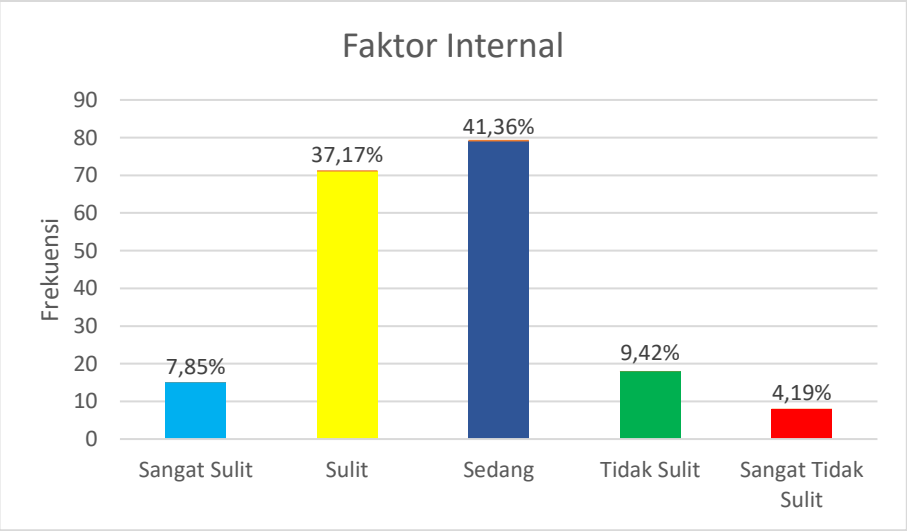
Table 10. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Internal

No.	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	X > 31,17	Sangat Sulit	15	7,85%
2	31,17 < X ≤ 28,42	Sulit	71	37,17%
3	27,42 < X ≤ 25,67	Sedang	79	41,36%
4	24,67 < X ≤ 22,92	Tidak Sulit	18	9,42%
5	X < 22,92	Sangat Tidak Sulit	8	4,19%
Jumlah			**191**	**100,00%**

Berdasarkan tabel 10, diperoleh hasil mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi,

terdapat 15 peserta didik (7,85%), tinggi 71 peserta didik (37,17%), sedang 79 peserta didik (41,36%), rendah 18 peserta didik (9,42%), dan sangat rendah 8 peserta didik (4,19%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta berada pada kategori sedang. Hasil penelitian ini dapat dilihat dalam diagram berikut:

Gambar 4.Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Internal



Faktor internal terdiri dari dua indikator yaoitu indikator fisik dan psikologis, deskripsi tentang dua indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Indikator Fisik

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator fisik tentang kesulitan kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta terdiri dari 5 butir

soal menghasilkan nilai *minimum* (terendah) 8, *maximum* (tertinggi) 18, *mean* (rata-rata) 13,66, *median* (nilai tengah) 14*, mode*(nilai yang sering muncul) 14, *standar deviasi* (SD) 1,60. Hasil tersebut disajikan dalam tabel 11 berikut:

Table 11. Deskriptif Statistik Indikator Fisik

Statistik	
N	191
Mean	13,66
Median	14
Mode	14
Standar Deviasi	1,60
Minimum	8
Maximum	18

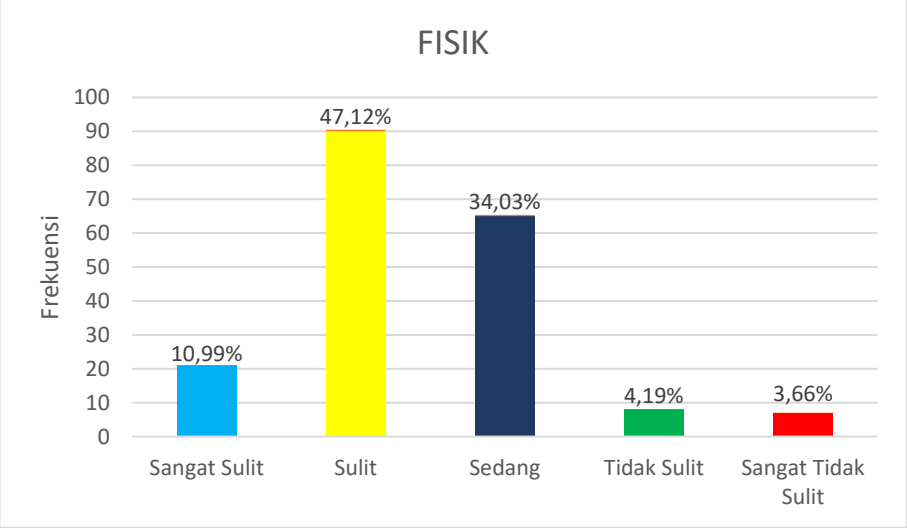
Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta yang berkaitan dengan indikator fisik dapat dilihat pada tabel 12 berikut:

Table 12. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Fisik

Fisik				
No.	**Rentang Norma**	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
1	X > 16	Sangat Sulit	21	**10,99%**
2	15 < X ≤ 14,4	Sulit	90	**47,12%**
3	13,4 < X ≤ 12,8	Sedang	65	**34,03%**
4	11,8 < X ≤ 11,2	Tidak Sulit	8	**4,19%**
5	X < 11,2	Sangat Tidak Sulit	7	**3,66%**
Jumlah			**191**	**100,00%**

Berdasarkan tabel 12, diperoleh hasil mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi, terdapat 21 peserta didik (10,99%), tinggi 90 peserta didik (47,12%), sedang 65 peserta didik (34,03%), rendah 8 peserta didik (4,19%), dan sangat rendah 7 peserta didik (3,66%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta termasuk dalam kategori tinggi. Temuan penelitian ini dapat dilihat dalam diagram berikut:

Gambar 5. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Fisik



b. Indikator Psikologis

Analisis data penelitian mengenai indikator psikologis terkait kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta meliputi 5 butir soal menghasilkan nilai *minimum* (terendah) 8, *maximum* (tertinggi) 17, *mean* (rata-rata) 13,39, *median* (nilai tengah) 13, *mode*(nilai yang sering muncul) 15, *standar deviasi* (SD) 1,92. Hasil tersebut disajikan dalam tabel 13 berikut:

Table 13. Deskriptif Statistik Indikator Psikologis

Statistik	
N	191
Mean	13,39
Median	13
Mode	15
Standar Deviasi	1,92
Minimum	8
Maximum	17

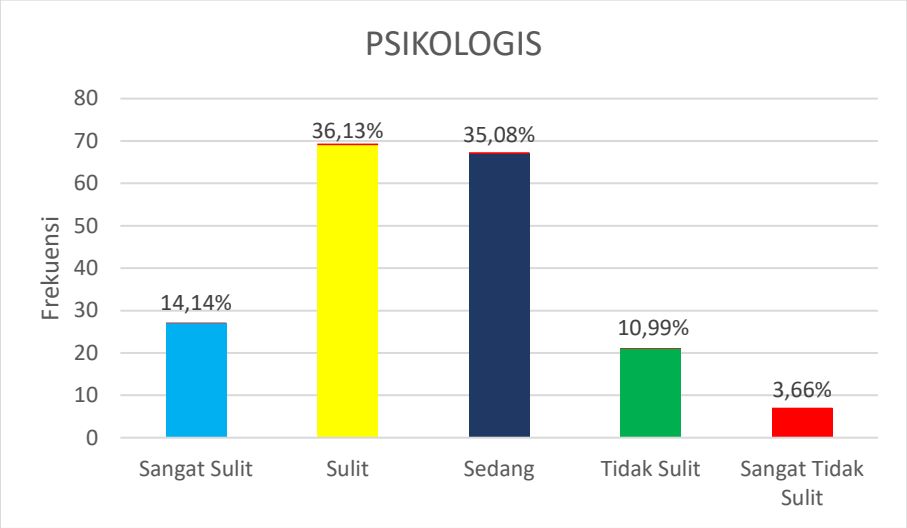
Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta yang terkait dengan indikator psikologis dapat dilihat pada tabel 14 berikut:

Table 14. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Psikologis

Psikologis				
No.	**Rentang Norma**	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
1	X > 16,27	Sangat Sulit	27	**14,14%**
2	15,27 < X ≤ 14,35	Sulit	69	**36,13%**
3	13,35 < X ≤ 12,43	Sedang	67	**35,08%**
4	11, 35 < X ≤ 10,51	Tidak Sulit	21	**10,99%**
5	X < 10,51	Sangat Tidak Sulit	7	**3,66%**
Jumlah			**191**	**100,00%**

Berdasarkan tabel 14, diperoleh hasil mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi, terdapat 27 peserta didik (14,14%), tinggi 69 peserta didik (36,13%), sedang 67 peserta didik (35,08%), rendah 21 peserta didik (10,99%), dan sangat rendah 7 peserta didik (3,66%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta berada pada kategori tinggi. Temuan penelitian ini dapat dilihat dalam diagram berikut:

Gambar 6. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Psikologis



2. Faktor Eksternal

Analisis data penelitian mengenai hasil faktor eksternal tentang kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta terdiri dari 22 butir soal yang menghasilkan nilai *minimum* (terendah) 49, *maximum* (tertinggi) 72 *mean* (rata-rata) 59,90, *median* (nilai tengah) 59, *mode*(nilai yang sering muncul) 58, *standar deviasi* (SD) 4,69. Hasil tersebut disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Table 15.Deskriptif Statistik Faktor Eksternal

Statistik	
N	191
Mean	59,90
Median	59
Mode	58
Standar Deviasi	4,69
Minimum	49
Maximum	72

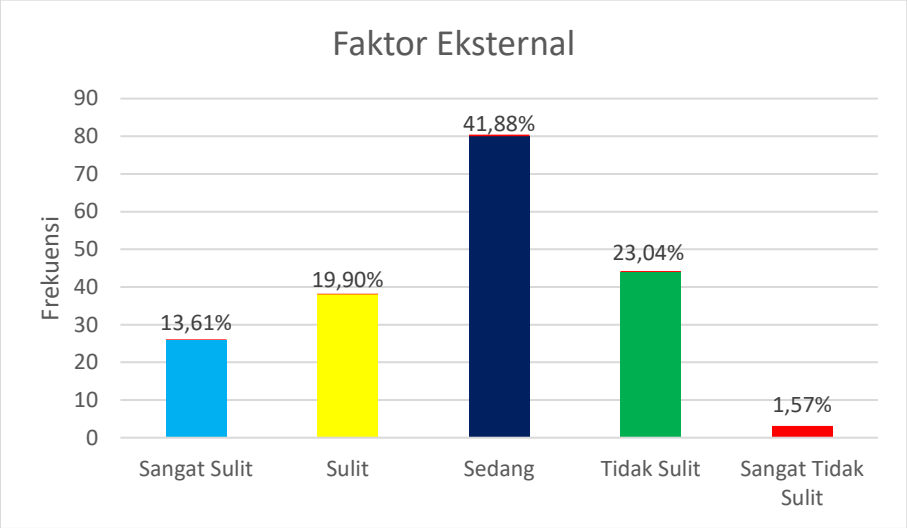
Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dari indikator psikologis dapat dilihat pada tabel 16 berikut:

Table 16. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Faktor Eksternal

Eksternal				
No.	**Rentang Norma**	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
1	X > 66,93	Sangat Sulit	26	**13,61%**
2	65,93 < X ≤ 62,24	Sulit	38	**19,90%**
3	61,24 < X ≤ 57,55	Sedang	80	**41,88%**
4	56,55 < X ≤ 52,86	Tidak Sulit	44	**23,04%**
5	X < 52,86	Sangat Tidak Sulit	3	**1,57%**
Jumlah			**191**	**100,00%**

Berdasarkan tabel 16, diperoleh hasil terkait tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi, terdapat 26 peserta didik (13,61%), tinggi 38 peserta didik (19,90%), sedang 80 peserta didik (41,88%), rendah 44 peserta didik (23,04%), dan sangat rendah 3 peserta didik (31,57%). Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang. Temuan penelitian ini dapat dilihat dalam diagram berikut:

Gambar 7. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Faktor Eksternal



Faktor eksternal mencakup empat indikator, yaitu indikator guru, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan materi. Penjelasan mengenai masing-masing indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Guru

Analisis data penelitian terkait hasil indikator guru mengenai kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta terdiri dari 6 butir soal menghasilkan nilai *minimum* (terendah) 12, *maximum* (tertinggi) 24, *mean* (rata-rata) 16,60, *median* (nilai tengah) 17, *mode*(nilai yang sering muncul) 17, *standar deviasi* (SD) 2,03. Hasil tersebut disajikan dalam tabel 17 berikut:

Table 17. Deskriptif Statistik Indikator Guru

Statistik	
N	191
Mean	16,60
Median	17
Mode	17
Standar Deviasi	2,03
Minimum	12
Maximum	24

Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dari indikator guru dapat dilihat pada tabel 18 berikut:

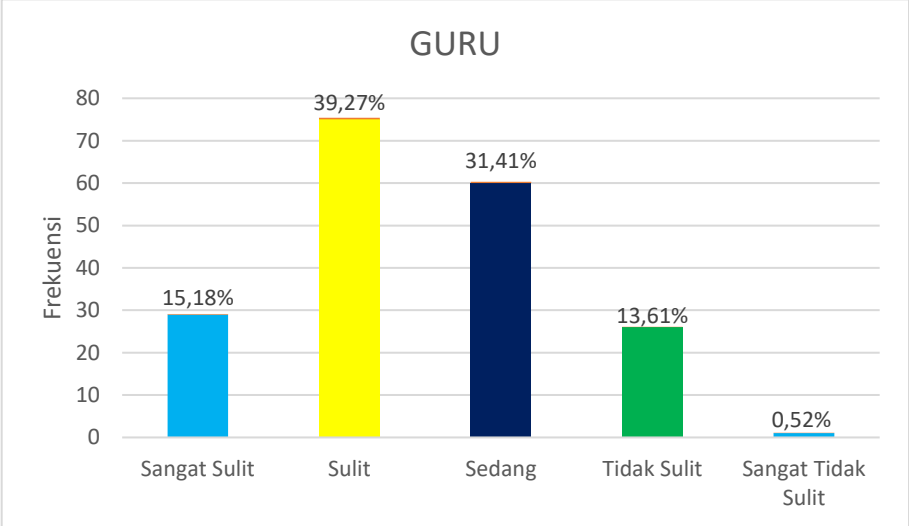
Table 18. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Guru

Guru				
No.	**Rentang Norma**	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
1	X > 19,64	Sangat Sulit	29	**15,18%**
2	18,64 < X ≤ 17,61	Sulit	75	**39,27%**
3	16,61 < X ≤ 15,58	Sedang	60	**31,41%**
4	14,58 < X ≤ 13,55	Tidak Sulit	26	**13,61%**
5	X < 13,55	Sangat Tidak Sulit	1	**0,52%**
			191	**100,00%**

Berdasarkan tabel 16 menunjukkan hasil dari kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Untuk kategori sangat tinggi sebanyak 29 peserta didik (15,18%), tinggi sebanyak 75 peserta didik (39,27%), sedang sebanyak 60 peserta didik

(31,41%), rendah sebanyak 26 peserta didik (13,61%), sangat rendah sebanyak 1 peserta didik (0,52%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta masuk dalam kategori tinggi. Hasil penelitian dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 8. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Guru



b. Lingkungan Sekolah

Analisis data penelitian terkait indikator lingkungan sekolah yang mempengaruhi kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta terdiri dari 5 item pertanyaan. Hasil analisis menunjukkan nilai minimum (terendah) sebesar 9, nilai maksimum (tertinggi) sebesar 20, mean (rata-rata) sebesar

13,59, median (nilai tengah) sebesar 14, mode (nilai yang paling sering muncul) sebesar 15, dan standar deviasi (SD) sebesar 1,85. Hasil-hasil tersebut disajikan dalam Tabel 19 berikut:

Table 19. Deskriptif Statistik Indikator Lingkungan Sekolah

Statistik	
N	191
Mean	13,59
Median	14
Mode	15
Standar Deviasi	1,85
Minimum	9
Maximum	20

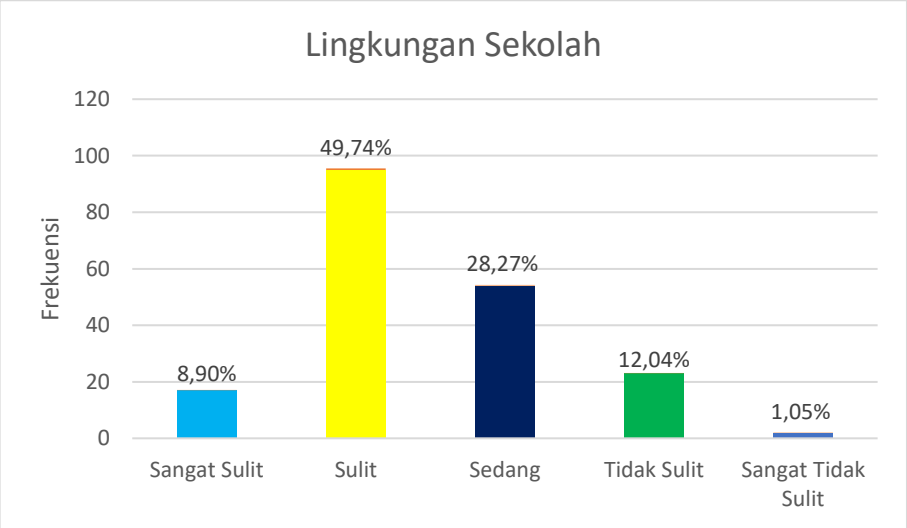
Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dari indikator lingkungan sekolah dapat dilihat pada tabel 20 berikut:

Table 20. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Lingkungan Sekolah.

Lingkungan Sekolah				
No.	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	X > 16,36	Sangat Sulit	17	**8,90%**
2	15,36 < X ≤ 14,51	Sulit	95	**49,74%**
3	13,51 < X ≤ 12,66	Sedang	54	**28,27%**
4	11,66 < X ≤ 10,81	Tidak Sulit	23	**12,04%**
5	X < 10,81	Sangat Tidak Sulit	2	**1,05%**
			191	**100,00%**

Berdasarkan tabel 20, diperoleh hasil mengenai tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Pada kategori sangat tinggi, terdapat 17 peserta didik (8,90%), kategori tinggi sebanyak 95 peserta didik (49,74%), kategori sedang sebanyak 54 peserta didik (28,27%), kategori rendah sebanyak 23 peserta didik (12,04%), dan kategori sangat rendah sebanyak 2 peserta didik (1,05%). Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta termasuk dalam kategori tinggi. Hasil penelitian ini disajikan dalam diagram berikut:

Gambar 9. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Lingkungan Sekolah



c. Hubungan Sosial

Analisis data penelitian mengenai indikator lingkungan sekolah yang berhubungan dengan kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang terdiri dari tiga pertanyaan, menghasilkan nilai statistik deskriptif sebagai berikut: nilai *minimum* 4, nilai *maksimum* 11, nilai rata-rata (*mean*) 7,91, nilai tengah (*median*) 8, dan *mode* (nilai yang paling sering muncul) 9. Standar deviasi (SD) yang diperoleh adalah 1,37. Hasil analisis ini disajikan secara rinci dalam Tabel 21 berikut:

Table 21. Deskriptif Statistik Indikator Hubungan Sosial

Statistik	
N	191
Mean	7,91
Median	8
Mode	9
Standar Deviasi	1,37
Minimum	4
Maximum	11

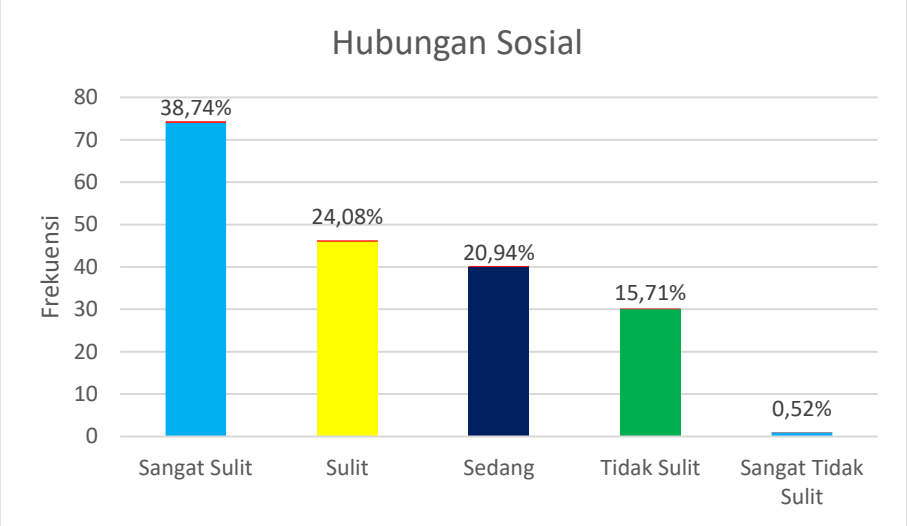
Apabila disajikan dalam bentuk norma penilaian, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta yang berkaitan dengan indikator hubungan sosial dapat dilihat pada tabel 22 berikut:

Table 22. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Hubungan Sosial

Hubungan Sosial				
No.	Rentang Norma	Kategori	Frekuensi	%
1	X > 9,96	Sangat Sulit	74	**38,74%**
2	8,96 < X ≤ 8,59	Sulit	46	**24,08%**
3	7,59 < X ≤ 7,22	Sedang	40	**20,94%**
4	6,22 < X ≤ 5,85	Tidak Sulit	30	**15,71%**
5	X < 5,85	Sangat Tidak Sulit	1	**0,52%**
			191	**100,00%**

Berdasarkan tabel 22 menunjukkan hasil dari kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Untuk kategori sangat tinggi sebanyak 74 peserta didik (38,74%), tinggi sebanyak 46 peserta didik (24,08%), sedang sebanyak 40 peserta didik (20,94%), rendah sebanyak 30 peserta didik (15,71%), sangat rendah sebanyak 1 peserta didik (0,52%). Hasil tersebut dapat diartikan tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta masuk dalam kategori sangat tinggi. Hasil penelitian dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:

Gambar 10. Diagram Tingkat Kesulitan Pada Belajar Senam Lantai Guling Belakang Pada Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan Indikator Hubungan Sosial



d. Materi

Analisis data penelitian terhadap hasil indikator materi yang mengidentifikasi kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang terdiri dari 8 butir soal, menunjukkan nilai statistik deskriptif sebagai berikut: nilai *minimum* sebesar 13, nilai *maksimum* sebesar 28, nilai rata-rata (*mean*) sebesar 21,79, nilai tengah (*median*) sebesar 22, dan nilai *mode* (nilai yang paling sering muncul) sebesar 21. Standar deviasi (SD) yang diperoleh adalah 2,48. Hasil analisis tersebut disajikan secara rinci dalam Tabel 23:

Table 23.Deskriptif Statistik Indikator Materi

Statistik	
N	191
Mean	7,91
Median	8
Mode	9
Standar Deviasi	1,37
Minimum	4
Maximum	11

Bila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dari indikator materi dapat dilihat pada tabel 24 berikut:

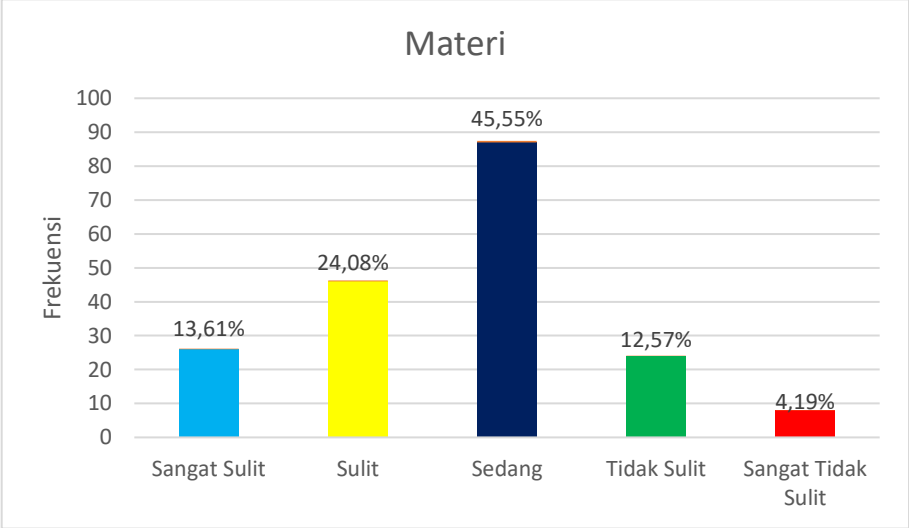
Table 24. Norma Penilaian Tingkat Kesulitan dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Materi

Materi				
No.	**Rentang Norma**	**Kategori**	**Frekuensi**	**%**
1	X > 25,51	Sangat Sulit	26	**13,61%**
2	24,51 < X ≤ 23,03	Sulit	46	**24,08%**
3	22,03 < X ≤ 20,55	Sedang	87	**45,55%**
4	19,55 < X ≤ 18,07	Tidak Sulit	24	**12,57%**
5	X < 18,07	Sangat Tidak Sulit	8	**4,19%**
			191	**100,00%**

Berdasarkan tabel 24, hasil penelitian menunjukkan tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta. Dalam kategori sangat tinggi, terdapat 26 peserta didik (13,61%), kategori tinggi sebanyak 46 peserta didik (24,08%), kategori

sedang sebanyak 87 peserta didik (45,55%), kategori rendah sebanyak 24 peserta didik (12,57%), dan kategori sangat rendah sebanyak 8 peserta didik (4,19%). Hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang. Hasil penelitian tersebut dapat dilihat dalam diagram berikut:

Gambar 11. Diagram Tingkat Kesulitan dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta Berdasarkan Indikator Materi



B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini, tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta tergolong dalam kategori sedang, dengan jumlah peserta didik yang mengalaminya sebanyak 104 orang, atau 54%. Hasil ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi kesulitan dalam belajar guling belakang.

Peserta didik menghadapi kesulitan pada faktor eksternal, khususnya dalam indikator lingkungan sekolah, yang disebabkan oleh terbatasnya sarana dan prasarana, seperti matras yang tidak memadai, fasilitas praktik yang sederhana, dan lapangan yang terletak dekat dengan ruang kelas, sehingga mengganggu konsentrasi peserta didik saat melaksanakan gerakan guling belakang.

Kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor internal dan eksternal:

1. Faktor Internal

   Kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang dilihat dari faktor internal, tergolong dalam kategori sedang. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa 79 peserta didik, atau 41,36%, berada dalam kategori ini. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar peserta didik mampu mempelajari materi dengan baik, masih ada sejumlah peserta didik yang menghadapi kendala yang berasal dari faktor pribadi, seperti kurangnya motivasi yang menyebabkan rasa malas dalam belajar. Menurut Arianti (2018), motivasi belajar merupakan faktor yang mendorong semangat dan dorongan untuk belajar. Kurangnya motivasi ini bisa disebabkan oleh ketidaktahuan peserta didik akan manfaat belajar atau ketidakinginan untuk mencapai tujuan tertentu.

   Berdasarkan faktor internal dalam indikator fisik, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP

Negeri 7 Yogyakarta tergolong dalam kategori tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 90 peserta didik, atau 47,12%, berada dalam kategori tinggi. Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa peserta didik masih mengalami kesulitan dalam melaksanakan gerakan senam lantai guling belakang, terutama disebabkan oleh faktor fisik, seperti berat badan berlebih atau kurangnya kelentukan. Beberapa peserta didik memiliki kesulitan dalam melakukan guling belakang karena tubuh mereka kurang maksimal dalam bergerak. Menurut Medari (2016), kelentukan adalah kemampuan untuk menggerakkan tubuh secara leluasa dalam ruang gerak persendian, dan kurangnya kelentukan menghambat kelancaran gerakan.

Berdasarkan faktor internal dalam indikator psikologis, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta juga termasuk dalam kategori tinggi. Penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 69 peserta didik, atau 36,13%, mengalami kesulitan dalam kategori ini. Hal ini disebabkan oleh faktor psikologis, di mana banyak peserta didik merasa kurang semangat untuk melakukan guling belakang karena mereka menganggap gerakannya sulit. Selain itu, banyak peserta didik yang merasa tidak percaya diri atau takut cedera saat melakukan gerakan guling belakang, yang memengaruhi kemampuan mereka untuk melaksanakan gerakan tersebut dengan baik (Prastya, 2020).

2. Faktor Eksternal

Kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, yang dilihat dari faktor

eksternal, tergolong dalam kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 80 peserta didik, atau 41,88%, mengalami kesulitan dalam kategori ini. Berbagai faktor yang memengaruhi kesulitan peserta didik dalam melakukan guling belakang antara lain peran guru, lingkungan sekolah, hubungan sosial, dan materi belajar. Dalam penelitian ini, kesulitan juga tampak pada indikator guru, di mana guru dinilai kurang inovatif dalam menyampaikan materi belajar guling belakang.

Dari segi faktor eksternal, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta berdasarkan indikator guru termasuk dalam kategori tinggi, dengan jumlah peserta didik yang mengalaminya sebanyak 75 orang atau 39,27%. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kreativitas dan inovasi guru dalam menyampaikan materi, serta ketidakmampuan guru dalam menciptakan suasana kelas yang menyenangkan, sehingga dapat menyebabkan kebosanan di kalangan peserta didik selama Belajar. Menurut Buchari (2018), guru sebagai pelaksana proses belajar-mengajar memegang peranan penting dalam menentukan keberhasilan pendidikan, dan hal ini sangat berpengaruh terhadap proses belajar, terutama dalam hal penyampaian materi yang menarik, seperti dalam belajar guling belakang.

Berdasarkan faktor eksternal yang dilihat dari indikator lingkungan sekolah, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta juga termasuk dalam kategori tinggi, dengan 95 peserta didik (49,74%) yang mengalaminya. Hal ini

berkaitan dengan kurangnya fasilitas yang memadai, di mana belajar guling belakang hanya dapat dilaksanakan di halaman samping kelas karena belum adanya aula khusus untuk senam. Kondisi ini membatasi kelancaran proses belajar. Penyediaan sarana dan prasarana yang memadai, seperti ruang belajar yang bersih dan peralatan praktik yang lengkap, dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih kondusif dan meningkatkan motivasi peserta didik untuk lebih aktif dalam mengikuti belajar, sesuai dengan yang diungkapkan oleh Pambudi (2020).

Dari faktor eksternal indikator hubungan sosial, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta tergolong dalam kategori sangat tinggi, dengan 74 peserta didik (38,74%) mengalaminya. Hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian peserta didik terhadap instruksi guru, dengan beberapa peserta didik lebih banyak bercanda dan tidak fokus, yang pada akhirnya mengganggu konsentrasi peserta didik lainnya. Menurut Navia (2017), konsentrasi belajar merupakan hal yang sulit untuk dijaga oleh peserta didik karena banyak faktor eksternal yang dapat mempengaruhinya.

Terakhir, berdasarkan faktor eksternal dari indikator materi, kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang, dengan 87 peserta didik atau 45,55% mengalami kesulitan. Kesulitan ini muncul karena peserta didik belum memiliki kekuatan lengan yang cukup untuk menopang tubuh dengan baik saat melakukan gerakan guling

belakang. Kondisi ini membuat mereka kesulitan mengangkat kepala dari matras, berisiko jatuh ke samping, dan meningkatkan potensi cedera leher akibat kurangnya dukungan dari kekuatan otot lengan (Mulyaningsih, 2019).

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini telah berupaya untuk memenuhi semua persyaratan yang diperlukan, meskipun demikian, penelitian ini tidak luput dari beberapa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kekurangan yang dapat diidentifikasi antara lain:

1. Hasil dalam penelitian ini hanya relevan untuk peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dan tidak dapat diterapkan pada mata pelajaran lainnya.
2. Keterbatasan waktu yang tersedia selama penelitian menyebabkan gangguan pada konsentrasi peserta didik, yang berdampak pada kesulitan dalam memahami soal tes yang diberikan.

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dipengaruhi oleh faktor eksternal terutama di lingkungan sekolah dimana hasil yang didapatkan adalah 95 peserta didik atau nilai presentase sebesar 49,74% dan masuk kategori sulit, dan masih kesulitan melakukan senam lantai guling belakang dikarenakan masih terkendala pada sarana dan prasarana yang belum lengkap.

B. Implikasi

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, berikut adalah implikasi dari temuan penelitian ini:

1. Hasil penelitian ini memberikan informasi terkait kesulitan yang dihadapi dalam belajar senam lantai guling belakang pada peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta.
2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan oleh sekolah, guru, dan peserta didik dalam belajar senam lantai guling belakang, dengan tujuan meningkatkan efektivitas belajar serta memastikan materi dapat disampaikan dengan baik secara maksimal.

C. Saran

Berdasarkan temuan dari penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan, yaitu:

1. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas kajian dengan mendalami kesulitan yang dialami oleh peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta dalam belajar senam lantai, khususnya pada gerakan guling belakang.
2. Temuan penelitian ini dapat dijadikan panduan bagi sekolah dalam mengenali dan mengatasi tingkat kesulitan yang dialami oleh peserta didik, sehingga strategi yang tepat dapat diterapkan untuk meningkatkan pencapaian dan motivasi belajar peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

Affandi, J. (2023). Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Negeri 1 Lendah Kulon Progo. Skripsi. *Universitas Negeri Yogyakarta*

Afiati, N. S., & Azwar, S. (2016). Rekonstruksi Alat Skrining Diskalkulia untuk Siswa Sekolah Dasar. *Gadjah Mada Journal Of Professional Psychology*, *2*(1), 1–14.

Afridapane, I. (2017). Belajar Dan Belajar. *Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, *03*(2), 333-352.

Ahadin. (2019). Kapasitas Perkembangan Kemampuan Motorik Pada Anak UsiaTaman Kanak-Kanak. *Jurnal Pesona Dasar*, *Vol.7*.

Amin Nurjayadi. (2016). Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VI SD Negeri 3 Pengasih Terhadap Belajar Kayang Dalam Senam Lantai Tahun Belajar 2015/2016.

Ananda megantara, B., Muthia Thazqia, F., abdul Wahid, Z., Pribadi, R., Ghassana mentari, A., Sabta Rahmah, A., Tarigan, B., & Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, P. (2024). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Life Skills. In *Jurnal Ilmiah SPIRIT* (Vol. 24, Issue 2).

Bayu, N. (2015). Pendidikan Jasmani Olahraga Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak, Volume IV, Edisi 1, Juni 2015.*

Buchari, A. (2018). Peran guru dalam pengelolaan Belajar. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, *12*(2), 106-124.

Cahyono, H. (2019). Faktor-Faktor Kesulitan Belajar Siswa Min Janti. *JDPP Jurnal Dimensi Pendidikan dan Belajar* (Vol. 7, Issue 1). http://journal.umpo.ac.id/index.php/dimensi/index

Dewi Priastuti. (2015). Peningkatan Keberanian Guling Belakang Melalui Permainan Bola Dan Simpai Pada Siswa Kelas Iv A Sdn 4 Wates Kulonprogo. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.

Faisal, M. (2018). Persepsi Siswa Kelas VIII Terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang Di Mts. Negeri 6 Sleman Yogyakarta. Skripsi. *Universitas Negeri Yogyakarta*

Fakhrurrazi, O. : (2018). Hakikat Belajar Yang Efektif. In *Jurnal At-Tafkir: Vol. XI* (Issue 1).

Farida Mulyaningsih, dkk. (2010). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI kelas V. In Pusat Perbukuan (Ed.). Kementrian Pendidikan Nasional.

Festiawan, R. (2020). Belajar dan Pendekatan Belajar. *Universitas Jendral Soedirman*, 1-17.

Ghiffary, M., Agung Parwata, Ig., Putu Spyanawati, N. (2020). Survei Ketersediaan Sarana Dan Prasarana Penunjang Belajar Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, *volume 8*.

Hamid, A. (2017). Guru Profesional. Al-Falah: *Jurnal Ilmiah Keislaman dan Kemasyarakatan*,17(2), 274-285.

Henni. (2019). Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya. Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).

Iin Nurbudiyani. (2013). Pelaksanaan Pengukuran Ranah Kognitif, Afektif, Dan Psikomotor Pada Mata Pelajaran Ips Kelas III SD Muhammadiyah Palangkaraya. *Antrior Journal*, *13 Nomor 1*, 88–93.

Iswanto, A. (2021). Hambatan Dalam Belajar Senam Di Sekolah Dasar. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, *27*(1), 18–21.

Iyakrus. (2018). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi.

Jamil, I. M. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Anak. In *Jurnal Ilmiah Pendidian Anak: Vol. I* (Issue 1).

Karuniawati, A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kosmetika Dengan Perilaku Menghindari Kosmetika Yang Mengandung Rhodamin-B. *Jurnal Tata Rias.*

Khairi, M. (2017). Implementasi Peraturan Menteri Agama Republik Indonesia No 90 Tahun 2013 Tentang Penyelenggaraan Madrasah *(Studi Pada MTsN Se-Kabupaten Tapin)*. Institut Agama Islam Negeri Antasari.

Komarudin, M. P. (2020). Persepsi Siswa Terhadap Belajar Daring Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19. *Majalah Ilmiah Olahraga (MAJORA)*, *26*, 56–66.

Lussy, M. (2021). Studi Kasus pada Mahasiswa yang Mengalami Kesulitan Belajar Matakuliah Statistika. *Jurnal Pendidikan Tambusa*, *5*, 11304.

Medari, R. S. S. (2016). Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Kelentukan Togok Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Guling Depan Kelas Iv Dan V Sd N Kraton Yogyakarta. *PGSD Penjaskes*, (5).

Navia, Y., & Yulia, P. (2017). Hubungan disiplin belajar dan konsentrasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa. *Pythagoras: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, *6*(2).

Nggaa, P. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Senam Lantai Guling Depan Pada SMP. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, *5*(1), 32–38. http://ejournal.upg45ntt.ac.id/index.php/ciencias/index

Paling, S. (2023). Belajar dan Belajar. *PT. MIFANDI MANDIRI DIGITAL*.

Pautina, A. R. (2018). Aplikasi Teori Gestalt Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Pada Anak. Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 6(1), 14-28.

Pawarta, I. (2021). Belajar Gerak Dalam Pendidikan Jasmani Dari Perspektif Merdeka Belajar. *2*, 221–223. https://doi.org/10.5281/zenodo.5233331

Prasetiyo, R. (2022). SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga Optimalisasi Belajar Perkembangan dan Belajar Motorik Melalui Smartclass Selama PTM di Masa Covid 19 (Vol. 3). http://jurnal.icjambi.id/index.php/sprinter/index.

Prastya, R. R., Aminudin, R., & Irawan, A. A. (2022). Pengaruh Alat Bantu Bidang Miring Terhadap Hasil BelajarSenam Lantai Guling Belakang Pada Siswa di SMP Bintang Timur. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *8*(21), 110-115.

Putridayani, I. B. (2020). Analisis Kesulitan Belajar Siswa Dalam Pelajaran Matematika Pada Materi Peluang. In *Maret* (Vol. 7, Issue 1).

Quraisy, M. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Untuk Ilmu Perpustakaan (Irvan Mulyadi, Ed.; 2013th ed.). http://ebooks.uin-alauddin.ac.id/

R Willya Achmad. (2022). Metodologi Penelitian Sosial. CV. Rey Media Grafika.

Rahmadani, W. (2017). Analisis Faktor Kesulitan Belajar Biologi Siswa Materi Bioteknologi di SMA Negeri Se-Kota Medan. In *Jurnal Pendidikan Biologi* (Vol. 6, Issue 2).

Ramli, M. (2015). Hakikat Pendidik Dan Peserta Didik. Tarbiyah Islamiyah, *5*(1).

Ratna Pangastuti, K. M. (2018). Penilaian Acuan Norma, Penilaian Acuan Patokan, Kriteria Ketuntasan Minimal Di Madrasah Ibtidaiah An-Nur Plus Junwangi Krian Sidorajo Jawa Timur. 8, 202.

Revandi, I. (2020). Pelaksanaan Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, *5*, 395.

Riady, A. (2018). SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation Survey Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Di SMP/ MTS Swasta Kabupaten Pangkep. *Journal of Physical Education, Sport and Recreation*, *Volume 1 Nomor 2*, 30.

Rusdin, S. Y. A. , A. F. (2021). Pengembangan Model Variasi Latihan Roll Belakang Cabang Olahraga Senam Lantai untuk Meningkatkan Kemampuan Roll Belakang

pada Peserta Club Persatuan Senam Indonesia Kota Bima. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, *11*, 21.

Saleh, M. S., & Sakria Malinta, S. (2020). Survei Minat Belajar Siswa Dalam Mengikuti Belajar Pendidikan Jasmani Di Smpn 30 Makassar. In *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* (Vol. 4, Issue 1).

Saputra, M. (2015). Hakekat Pendidik Dan Peserta Didik Dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, *volume 6*, 242.

Sri Setiawati, K. (2020). Pengaruh Model Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Senam Lantai (Vol. 7, Issue 1).

Sukamti, E. R., Primasoni, N., & Budiarti, R. (2019). *The Effectiveness Test of Artistic Gymnastic Talent Scouting Selection Model-Based Application*.

Susanto, R., & Afandi, A. (2021). Peningkatan Senam Lantai Meroda Dengan Model Cooperative Learning Tipe Circuit Learning. 4(2), 204–209.

Unggul Prima Jayasakti. (2020). Kesulitan Peserta Didik Kelas Vii Dalam Belajar Senam Lantai Guling Belakang Di SMP Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Skripsi. *Universitas Negeri Yogyakarta.*

Widodo Agung. (2018). Makna Dan Peran Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Insan Yang Melek Jasmaniah Ter-Literasi Jasmaniahnya. Motion: *Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 53-60.

Winda Musfita. (2018). Upaya Meningkatkan Keterampilan Teknik Lompat Spagat Dengan Menggunakan Alat Bantu Pada Atlet Senam Ritmik Pplp Provinsi Lampung. Skripsi. *Universitas Lampung*.

Yasinta, P. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri Negatif Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas X MIPA SMA Negeri 6 Surakarta Tahun Pelajaran 2017/2018. *Jurnal Ilmiah*, *12*.

Yulio, A., Siregar, S., Widowati, A., & Artikel, I. (2022). Efektivitas Bidang Miring Pada Mata Pelajaran Senam Lantai Gerakan Rol Depan Siswa SDN 93 Kota Jambi Secara Blended Learning The Effectiveness of Inclined Fields in The Subject of Floor Gymnastics Front Roller Movement students of SDN 93 Jambi City In Blended Learning Indonesion Journal of Sport Science and Coaching. *Atri Widowati Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, *04*(01), 70–78. https://online-journal.unja.ac.id/IJSSC/index

Zaki, M., Dian, S., Wijayanti, A., Maulasari, Y., Septiani, I., & Jazilatun, F. (2017). Proceeding National Conference On Sport And Health Harmoni Pembangunan Olahraga Nasional Menuju Prestasi Yang Gemilang Editor: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Zoelma, D. P. (2022). Hubungan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII Dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Di Smp N 30 Padang. Skripsi. *Universitas Negeri Padang*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin Penelitian

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

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

Nomor : B/66/UN34.16/PT.01.04/2024 28 Maret 2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : **Izin Penelitian**

Yth . Kepala Sekolah SMP Negeri 7 Yogyakarta
Jl. Wiratama No. 2 Tegalrejo, Kota Yogyakarta

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

Nama	:	Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM	:	19601241065
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	KESULITAN PESERTA DIDIK KELAS VII DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA
Waktu Penelitian	:	16 April - 16 Juni 2024

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Dekan,

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

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

1 dari 1 28/03/2024, 12.33

Lampiran 2. Surat balasan penelitian dari sekolah

PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMP NEGERI 7

Jl. Wiratama No. 38 Yogyakarta Kode Pos : 55244 Telp. (0274) 561374 Fax (0274) 561374
HOTLINE SEKOLAH : (0274) 561374 EMAIL : smpn7@jogjakota.go.id
HOTLINE SMS UPIK : 08122780001 HOTLINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id
WEBSITE : smpn7yogyakarta.sch.id

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 000.9.2 / 534

Yang bertanda tangan ini :

Nama	: DWI ISNAWATI, S.Pd.
NIP	: 196906132008012011
Pangkat/Golongan	: Pembina / IV/a
Jabatan	: Plt Kepala Sekolah
Unit Kerja	: SMP N 7 Yogyakarta

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama	: Muhammad Fayyadh Nur Stagib
No. Mhs/NIM	: 19601241065
Program Studi	: PJKR - S1
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta
Judul Penelitia	: *" Kesulitan Peserta Didik Kelas VII Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 7 Yogyakarta"*

Telah melakukan penelitian di SMPN 7 Yogyakarta pada tanggal 1 s.d. 31 Mei 2024 berdasarkan Surat izin dari Dinas Pendidikan Pemuda dan olahraga nomer 000.9/4478
Demikian surat ini, semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

3 Desember 2024
Plt Kepala,

Dwi Isnawati, S.Pd.
NIP 196906132008012011

SEGORO AMARTO
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYAKARTA
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN – KEBERSAMAAN

Lampiran 3. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Muhammad Fayyadh Nur Stagib
NIM : 19601241065
Program Studi : PJKR
Pembimbing : Dr. Ari Iswanto, M.Or

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	25 - 03 - 24	Konfirmasi	Ari
2.	3 - 04 - 24	Bab I	Ari
3.	8 - 04 - 24	Revisi Bab I	Ari
4.	16 - 04 - 24	Pemberaran tanda baca bab I	Ari
5.	24 - 04 - 24	Bab II	Ari
6.	14 - 05 - 24	Revisi Bab II	Ari
7.	23 - 05 - 24	Bab II, III	Ari
8.	13 - 08 - 24	Revisi Bab II, III	Ari
9.	2 - 09 - 24	Bab IV	Ari
10.	20 - 09 - 24.	Revisi Bab IV	Ari
11	27 - 09 - 24	Revisi Bab V dan	Ari
12	5 - 12 - 24	Acc ujian	Ari

Ketua Departemen POR,

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

Lampiran 4. Angket uji coba Penelitian

ANGKET

KESULITAN DALAM BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Identitas

Nama : .....

Kelas : .....

Petunjuk Pengisian Tes

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

SS bila Anda **Sangat Setuju**

S bila Anda **Setuju**

TS bila Anda **Tidak Setuju**

STS bila Anda **Sangat Tidak Setuju**

	Pernyataan	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
A.	**Internal**				
	Fisik				
1.	Tinggi badan saya menganggu saat melakukan guling belakang.				
2.	Berat baadan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				

4.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung untuk melakukan guling belakang.				
5.	Saya memiliki power pada lengan, sehingga mudah melakukan guling belakang.				
	Psikologis	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
6.	Saya merasa percaya diri untuk melakukan guling belakang tanpa bantuaan guru.				
7.	Saya senang dengan materi senam lantai guling belakang karena gerakanya unik.				
8.	Saya semangat mengikuti belajar guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.				
9.	Saya merasa nyaman setelah melakukan guling belakang				
10.	Saya merasa takut untuk melakukan guling belakang karena pernah cidera.				
B.	**Faktor Eksternal**	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
	Guru				
11.	Guru sudah menjelaskan materi guling belakang dengan baik.				
12.	Guru menggunakan media dalam mengerjakan guling belakang.				
13.	Guru mencontohkan tahapan melakukan guling belakang.				
14.	Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan guling belakang.				

15.	Guru kurang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mencoba gerakan.				
16.	Guru memberikan apresiasi kepada peserta didik yang melakukan guling belakang dengan baik.				
	Lingkungan Sekolah	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
17.	Sekolah memiliki matras yang baik untuk melakukan guling belakang.				
18.	Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.				
19.	Tempat belajar guling belakang luas dan nyaman.				
20.	Ruangan dekat dengan kelas, sehingga menganggu konsentrasi saat belajar senam lantai guling belakang.				
21.	Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga menganggu dalam melakukan belajar senam lantai guling belakang.				
	Hubungan Sosial				
22.	Ketika melakukan guling belakang teman saya memberi semangat.				
23.	Ketika sedang melakukan guling belakang teman saya selalu menganggu dengan bercanda sendiri.				
24.	Saya merasa malu ketika sedang melakukan guling belakang ada teman dari kelas lain ikut menyaksikan belajar senam lantai guling belakang.				

	Materi	SS	S	TS	STS
	a. Sikap Awal				
25.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan awalan jongkok.				
26.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan sikap awal menempelkan dagu ke dada.				
27.	Saya lebih mudah melakukan ketika telapak tangan menghadap keatas disamping telinga				
	b. Pelaksanaan				
28.	Saya kesulitan pada saat menolakkan badan ke belakang.				
29.	Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat mengguling ke belakang.				
30.	Setelah mengguling saya kesulitan untuk menumpukan kedua kaki di matras.				
	c. Sikap Akhir				
31.	Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal.				
32.	Saya mengalami kesulitan semua tahapan guling belakang, dari sikap awal sampai akhir.				

Lampiran 5. Angket Penelitian

ANGKET

KESULITAN DALAM BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG PESERTA DIDIK KELAS VII DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Identitas

Nama : .....

Kelas : .....

Petunjuk Pengisian Tes

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

SS bila Anda **Sangat Setuju**

S bila Anda **Setuju**

TS bila Anda **Tidak Setuju**

STS bila Anda **Sangat Tidak Setuju**

	Pernyataan	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
A.	**Internal**				
	Fisik				
1.	Tinggi badan saya menganggu saat melakukan guling belakang.				
2.	Berat baadan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				
3.	Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.				

4.	Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung untuk melakukan guling belakang.				
5.	Saya memiliki power pada lengan, sehingga mudah melakukan guling belakang.				
	Psikologis	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
6.	Saya merasa percaya diri untuk melakukan guling belakang tanpa bantuaan guru.				
7.	Saya senang dengan materi senam lantai guling belakang karena gerakanya unik.				
8.	Saya semangat mengikuti Belajar guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.				
9.	Saya merasa nyaman setelah melakukan guling belakang				
10.	Saya merasa takut untuk melakukan guling belakang karena pernah cidera.				
11.	Saya kurang melakukan pemanasan ketika akan melakukan guling belakang sehingga gerakan saya kurang maksimal.				
B.	**Faktor Eksternal**	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
	Guru				
12.	Guru menggunakan media dalam mengerjakan guling belakang.				
13.	Guru mencontohkan tahapan melakukan guling belakang.				

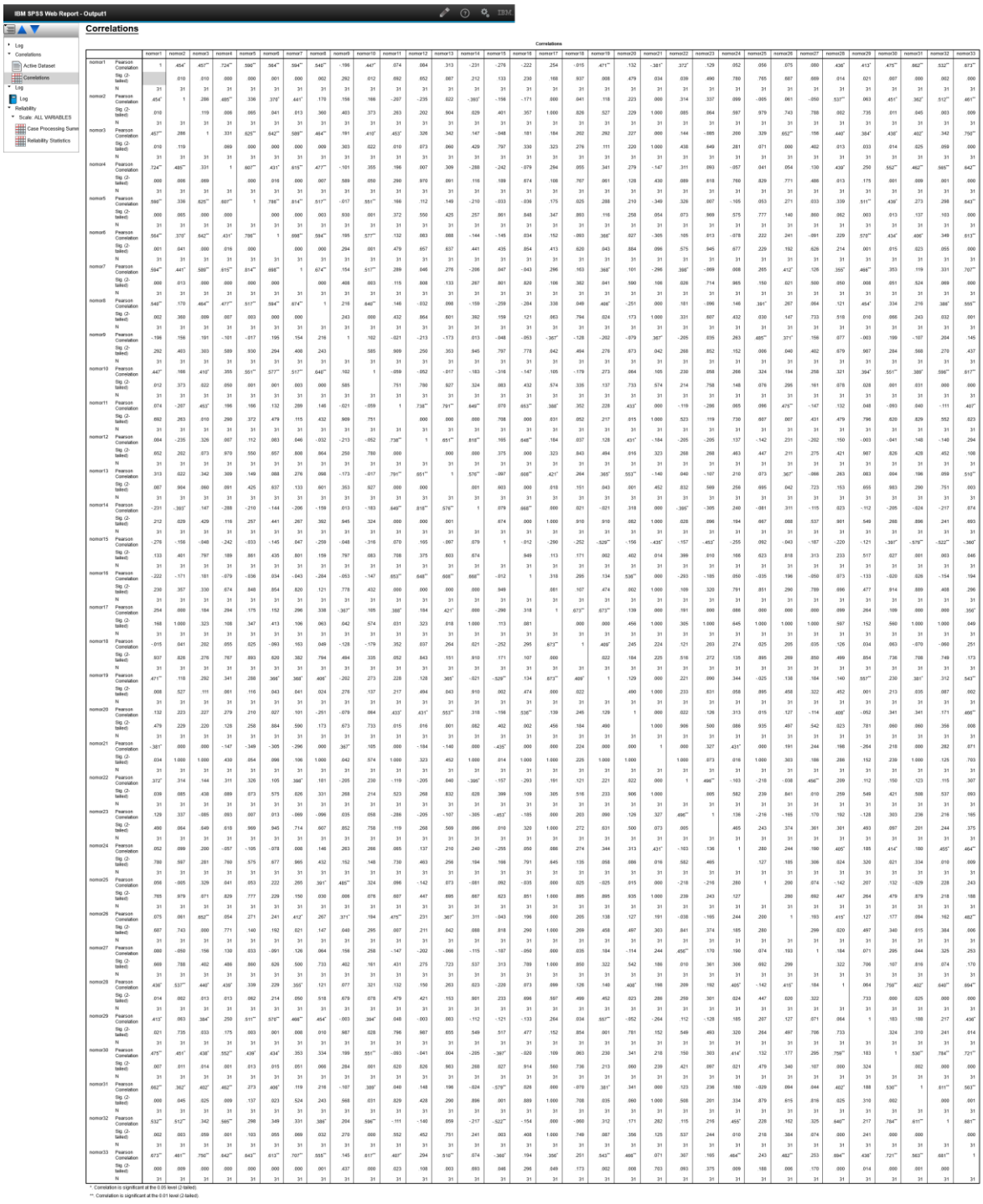
14.	Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan guling belakang.				
15.	Guru kurang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mencoba gerakan.				
16.	Guru memberikan apresiasi kepada peserta didik yang melakukan guling belakang dengan baik.				
	Lingkungan Sekolah	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
17.	Sekolah memiliki matras yang baik untuk melakukan guling belakang.				
18.	Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.				
19.	Tempat Belajar guling belakang luas dan nyaman.				
20.	Ruangan dekat dengan kelas, sehingga menganggu konsentrasi saat Belajar senam lantai guling belakang.				
21.	Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga menganggu dalam melakukan Belajar senam lantai guling belakang.				
	Hubungan Sosial				
22.	Ketika melakukan guling belakang teman saya memberi semangat.				
23.	Ketika sedang melakukan guling belakang teman saya selalu menganggu dengan bercanda sendiri.				

24.	Saya merasa malu ketika sedang melakukan guling belakang ada teman dari kelas lain ikut menyaksikan Belajar senam lantai guling belakang.				
	Materi	**SS**	**S**	**TS**	**STS**
	a. Sikap Awal				
25.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan awalan jongkok.				
26.	Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan sikap awal menempelkan dagu ke dada.				
27.	Saya lebih mudah melakukan ketika telapak tangan menghadap keatas disamping telinga				
	b. Pelaksanaan				
28.	Saya kesulitan pada saat menolakkan badan ke belakang.				
29.	Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat mengguling ke belakang.				
30.	Setelah mengguling saya kesulitan untuk menumpukan kedua kaki di matras.				
	c. Sikap Akhir				
31.	Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal.				
32.	Saya mengalami kesulitan semua tahapan guling belakang, dari sikap awal sampai akhir.				

Lampiran 6.Hasil Jawaban Uji Coba Instrumen Tes

No.	NAMA																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	TOTAL
1	ARD	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	1	89
2	AMS	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	87
3	ALRD	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	3	4	2	2	2	2	85
4	AWP	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	1	3	3	3	1	3	1	2	1	81
5	BMF	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
6	CAR	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
7	DAW	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	88
8	DAF	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
9	DC	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	96
10	DMS	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	4	1	3	4	3	3	3	3	1	2	2	3	73
11	DADJ	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	3	2	2	3	87
12	EJ	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	85
13	FDO	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	93
14	FEA	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	90
15	IRW	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	91
16	KIN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	1	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	87
17	KAM	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	1	4	4	4	100
18	MAP	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	108
19	MAGA	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	103
20	MFA	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	97
21	MRS	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	106
22	MFA	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	95
23	NSS	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	84
24	NRA	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	85
25	OER	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	3	89
26	QIM	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	1	3	2	3	1	1	1	1	1	73
27	RPR	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	2	2	3	3	2	2	3	1	2	1	87
28	RAP	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	4	3	3	3	1	3	1	1	1	77
29	SR	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	88
30	SAA	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	91
31	ZDR	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	1	4	1	72

Lampiran 7.Uji Validitas Dan Reabilitas Instrumen Tes



Uji validitas instrumen

Nomor Soal	Person Correlation	R Tabel (5%)	Keterangan
nomor 1	0,721	0,355	Valid
nomor 2	0,391	0,355	Valid
nomor 3	0,672	0,355	Valid
nomor 4	0,661	0,355	Valid
nomor 5	0,602	0,355	Valid
nomor 6	0,597	0,355	Valid
nomor 7	0,676	0,355	Valid
nomor 8	0,582	0,355	Valid
nomor 9	0,582	0,355	Valid
nomor 10	0,525	0,355	Valid
nomor 11	0,463	0,355	Valid
nomor 12	0,625	0,355	Valid
nomor 13	0,625	0,355	Valid
nomor 14	0,625	0,355	Valid
nomor 15	0,625	0,355	Valid
nomor 16	0,625	0,355	Valid
nomor 17	0,493	0,355	Valid
nomor 18	0,712	0,355	Valid
nomor 19	0,712	0,355	Valid
nomor 20	0,437	0,355	Valid
nomor 21	0,712	0,355	Valid
nomor 22	0,712	0,355	Valid
nomor 23	0,712	0,355	Valid
nomor 24	0,438	0,355	Valid
nomor 25	0,712	0,355	Valid
nomor 26	0,434	0,355	Valid
nomor 27	0,712	0,355	Valid
nomor 28	0,600	0,355	Valid
nomor 29	0,526	0,355	Valid
nomor 30	0,598	0,355	Valid
nomor 31	0,579	0,355	Valid
nomor 32	0,619	0,355	Valid

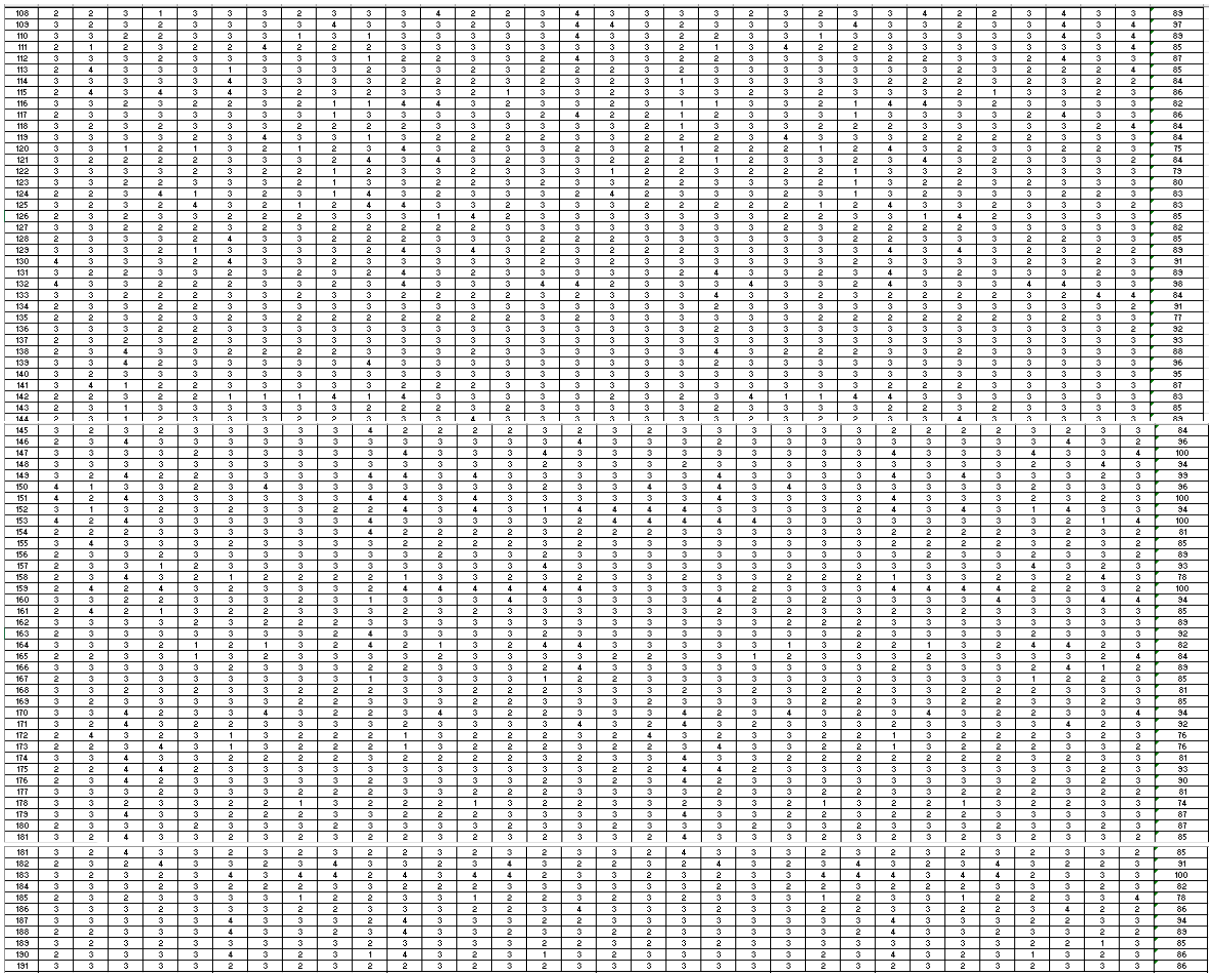
Uji reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.860	32

Lampiran 8. Data Hasil Penelitian

No.	Fisik					Psikologis					Guru						Lingkungan Sekolah					Hub. Sosial			Materi							Jumlah
																									a. Sikap Awal			b. Pelaksanaan			c. Sikap Akhir		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
1	3	3	2	2	2	4	3	2	2	3	2	3	4	2	2	3	1	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	1	2	3	3	3	82
2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	86
3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	1	3	3	3	3	3	2	1	1	2	2	3	3	80
4	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	4	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	87
5	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	3	84
6	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	87
7	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	91
8	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	2	3	3	1	2	2	84
9	4	4	1	2	2	1	3	3	4	3	2	2	4	4	3	3	3	2	1	4	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	2	78
10	3	2	3	2	2	1	3	2	3	4	1	3	3	4	2	3	3	3	3	1	2	4	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	83
11	3	3	1	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	1	3	2	3	3	2	3	4	4	3	3	88
12	4	3	1	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	1	3	4	3	2	2	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	89
13	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4	3	4	3	3	90
14	2	3	4	3	3	2	2	3	4	2	1	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	2	3	3	88
15	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	84
16	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	1	2	83
17	3	2	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	4	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	85
18	3	1	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	1	2	3	83
19	2	2	4	3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	86
20	4	1	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	83
21	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	1	2	3	4	3	2	3	4	3	2	2	87
22	3	2	2	3	3	2	4	2	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	4	3	2	2	3	2	1	2	81
23	3	4	3	3	3	2	4	2	3	4	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	3	4	3	2	2	86
24	4	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	86
25	3	3	3	1	2	3	4	4	3	3	1	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	85
26	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	2	2	3	3	3	90
27	2	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	93
28	4	3	2	2	3	3	3	1	3	1	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	3	2	4	83
29	3	4	2	1	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	1	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	89
30	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	95
31	4	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	85
32	2	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	3	2	82
33	4	2	3	3	1	4	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	4	3	84
34	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	3	2	1	3	3	2	3	1	1	3	1	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	81
35	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	4	3	2	3	3	2	2	1	2	3	3	3	1	2	3	3	2	2	3	2	3	84
36	4	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	90
37	3	2	3	3	3	3	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	86
38	4	3	4	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	83
39	3	2	4	3	2	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	82
40	3	4	3	2	3	3	2	2	1	2	3	4	3	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	87
41	4	2	3	4	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	85
42	4	3	4	3	3	3	2	3	1	4	3	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	94
43	3	2	4	4	2	3	2	1	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	85
44	3	3	4	2	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	97
45	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	85
46	4	3	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	4	2	3	3	2	3	3	2	3	86
47	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	83
48	4	3	3	3	2	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	92
49	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	86
50	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	93
51	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	1	89
52	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	87
53	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	3	4	2	2	2	2	85
54	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	1	3	3	3	1	3	1	2	1	81
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
56	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
57	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	88
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
59	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	96
60	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	4	1	3	4	3	3	3	3	1	2	2	3	73
61	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	3	87
62	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	3	2	3	3	85
63	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	93
64	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	90
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	91
66	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	87
67	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	100
68	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	100
69	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	100
70	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	97
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	1	3	3	2	2	3	100
72	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	95
73	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	84
74	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	85
75	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	3	89
76	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	1	3	2	3	1	1	1	1	1	73
77	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	83
78	3	3	3	2	3	3	3	2	3	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	2	2	3	3	2	2	3	1	2	87
79	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	1	2	4	3	3	3	1	3	1	1	1	77
80	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	88
81	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	91
82	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	2	4	1	72
83	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	86
84	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	85
85	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	3	1	2	2	2	1	3	2	3	3	2	3	3	4	3	1	3	2	84
86	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	1	3	1	78
87	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	83
88	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	86
89	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	3	4	89
90	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	4	4	3	3	2	87
91	3	2	3	1	3	3	3	4	3	1	3	3	4	2	3	3	2	1	4	2	3	3	4	1	3	3	4	2	3	3	3	3	86
92	3	2	2	2	4	1	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	81
93	2	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	3	91
94	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	1	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	84
95	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	87
96	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
97	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
98	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
99	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	96
100	3	2	2	2	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	83
101	2	2	3	3	2	4	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	82
102	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	78
103	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	87
104	3	3	3	1	3	2	4	2	4	4	3	4	2	3	3	2	3	2	1	2	3	4	2	4	3	4	2	3	3	2	2	3	88
105	3	2	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	84
106	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	70
107	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	4	2	3	4	4	3	1	3	2	3	3	3	3	3	91



Lampiran 9. Hasil Olah Data Tingkat Kesulitan

Tingkat Kesulitan	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	86
MODUS	85
RATA-RATA	173,0208333
MAX	100
MIN	70
STANDAR DEVIASI	6,016880032

Tingkat_Kesulitan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	70.00	1	.5	.5	.5
	72.00	1	.5	.5	1.0
	73.00	2	1.0	1.0	2.1
	74.00	1	.5	.5	2.6
	75.00	1	.5	.5	3.1
	76.00	2	1.0	1.0	4.2
	77.00	2	1.0	1.0	5.2
	78.00	5	2.6	2.6	7.9
	79.00	1	.5	.5	8.4
	80.00	2	1.0	1.0	9.4
	81.00	8	4.2	4.2	13.6
	82.00	8	4.2	4.2	17.8
	83.00	13	6.8	6.8	24.6
	84.00	17	8.9	8.9	33.5
	85.00	23	12.0	12.0	45.5
	86.00	15	7.9	7.9	53.4
	87.00	14	7.3	7.3	60.7
	88.00	7	3.7	3.7	64.4
	89.00	15	7.9	7.9	72.3
	90.00	6	3.1	3.1	75.4
	91.00	8	4.2	4.2	79.6
	92.00	4	2.1	2.1	81.7
	93.00	5	2.6	2.6	84.3
	94.00	6	3.1	3.1	87.4
	95.00	3	1.6	1.6	89.0
	96.00	6	3.1	3.1	92.1
	97.00	3	1.6	1.6	93.7
	98.00	1	.5	.5	94.2
	99.00	2	1.0	1.0	95.3
	100.00	9	4.7	4.7	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 10. Hasil Olah Data Faktor Internal

Faktor Internal	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	27
MODUS	27
RATA-RATA	27,05759162
MAX	34
MIN	16
STANDAR DEVIASI	2,759435495

Faktor_Internal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	16.00	1	.5	.5	.5
	19.00	3	1.6	1.6	2.1
	20.00	1	.5	.5	2.6
	21.00	3	1.6	1.6	4.2
	22.00	4	2.1	2.1	6.3
	23.00	2	1.0	1.0	7.3
	24.00	12	6.3	6.3	13.6
	25.00	22	11.5	11.5	25.1
	26.00	26	13.6	13.6	38.7
	27.00	31	16.2	16.2	55.0
	28.00	25	13.1	13.1	68.1
	29.00	27	14.1	14.1	82.2
	30.00	19	9.9	9.9	92.1
	31.00	8	4.2	4.2	96.3
	32.00	6	3.1	3.1	99.5
	34.00	1	.5	.5	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 11. Hasil Olah Data Indikator Fisik

FISIK	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	14
MODUS	14
RATA-RATA	13,66492147
MAX	18
MIN	8
STANDAR DEVIASI	1,602607453

Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	2	1.0	1.0	1.0
	9.00	1	.5	.5	1.6
	10.00	4	2.1	2.1	3.7
	11.00	8	4.2	4.2	7.9
	12.00	25	13.1	13.1	20.9
	13.00	40	20.9	20.9	41.9
	14.00	52	27.2	27.2	69.1
	15.00	38	19.9	19.9	89.0
	16.00	19	9.9	9.9	99.0
	17.00	1	.5	.5	99.5
	18.00	1	.5	.5	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 12. Hasil Olah Data Indikator Psikologi

PSIKOLOGIS	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	14
MODUS	15
RATA-RATA	13,40837696
MAX	17
MIN	8
STANDAR DEVIASI	1,928223278

Psikologis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8.00	3	1.6	1.6	1.6
	9.00	4	2.1	2.1	3.7
	10.00	7	3.7	3.7	7.3
	11.00	14	7.3	7.3	14.7
	12.00	34	17.8	17.8	32.5
	13.00	33	17.3	17.3	49.7
	14.00	30	15.7	15.7	65.4
	15.00	39	20.4	20.4	85.9
	16.00	24	12.6	12.6	98.4
	17.00	3	1.6	1.6	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 13. Hasil Olah Data Faktor Eksternal

Eksternal	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	59
MODUS	58
RATA-RATA	59,90575916
MAX	72
MIN	49
STANDAR DEVIASI	4,691701298

Faktor_Eksternal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	49.00	1	.5	.5	.5
	50.00	1	.5	.5	1.0
	51.00	1	.5	.5	1.6
	52.00	4	2.1	2.1	3.7
	53.00	8	4.2	4.2	7.9
	54.00	6	3.1	3.1	11.0
	55.00	11	5.8	5.8	16.8
	56.00	15	7.9	7.9	24.6
	57.00	14	7.3	7.3	31.9
	58.00	20	10.5	10.5	42.4
	59.00	18	9.4	9.4	51.8
	60.00	17	8.9	8.9	60.7
	61.00	11	5.8	5.8	66.5
	62.00	10	5.2	5.2	71.7
	63.00	9	4.7	4.7	76.4
	64.00	14	7.3	7.3	83.8
	65.00	6	3.1	3.1	86.9
	66.00	6	3.1	3.1	90.1
	67.00	3	1.6	1.6	91.6
	68.00	6	3.1	3.1	94.8
	69.00	2	1.0	1.0	95.8
	70.00	5	2.6	2.6	98.4
	71.00	2	1.0	1.0	99.5
	72.00	1	.5	.5	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 14. Hasil Olah Data Faktor indikator Guru

GURU	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	17
MODUS	17
RATA-RATA	16,60732984
MAX	24
MIN	12
STANDAR DEVIASI	2,030590323

Guru

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12.00	1	.5	.5	.5
	13.00	15	7.9	7.9	8.4
	14.00	11	5.8	5.8	14.1
	15.00	31	16.2	16.2	30.4
	16.00	29	15.2	15.2	45.5
	17.00	40	20.9	20.9	66.5
	18.00	35	18.3	18.3	84.8
	19.00	18	9.4	9.4	94.2
	20.00	7	3.7	3.7	97.9
	21.00	2	1.0	1.0	99.0
	24.00	2	1.0	1.0	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 15. Hasil Olah Data Indikator Lingkungan Sekolah

LINGKUNGAN SEKOLAH	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	14
MODUS	15
RATA-RATA	13,59162304
MAX	20
MIN	9
STANDAR DEVIASI	1,8534623

Lingkungan_Sekolah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9.00	2	1.0	1.0	1.0
	10.00	12	6.3	6.3	7.3
	11.00	11	5.8	5.8	13.1
	12.00	28	14.7	14.7	27.7
	13.00	26	13.6	13.6	41.4
	14.00	47	24.6	24.6	66.0
	15.00	48	25.1	25.1	91.1
	16.00	12	6.3	6.3	97.4
	17.00	1	.5	.5	97.9
	18.00	2	1.0	1.0	99.0
	20.00	2	1.0	1.0	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 16. Hasil Olah Data Indikator Hubungan Sosial

HUBUNGAN SOSIAL	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	8
MODUS	9
RATA-RATA	7,916230366
MAX	11
MIN	4
STANDAR DEVIASI	1,37032821

Hubungan_Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4.00	1	.5	.5	.5
	5.00	8	4.2	4.2	4.7
	6.00	22	11.5	11.5	16.2
	7.00	39	20.4	20.4	36.6
	8.00	47	24.6	24.6	61.3
	9.00	57	29.8	29.8	91.1
	10.00	13	6.8	6.8	97.9
	11.00	4	2.1	2.1	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

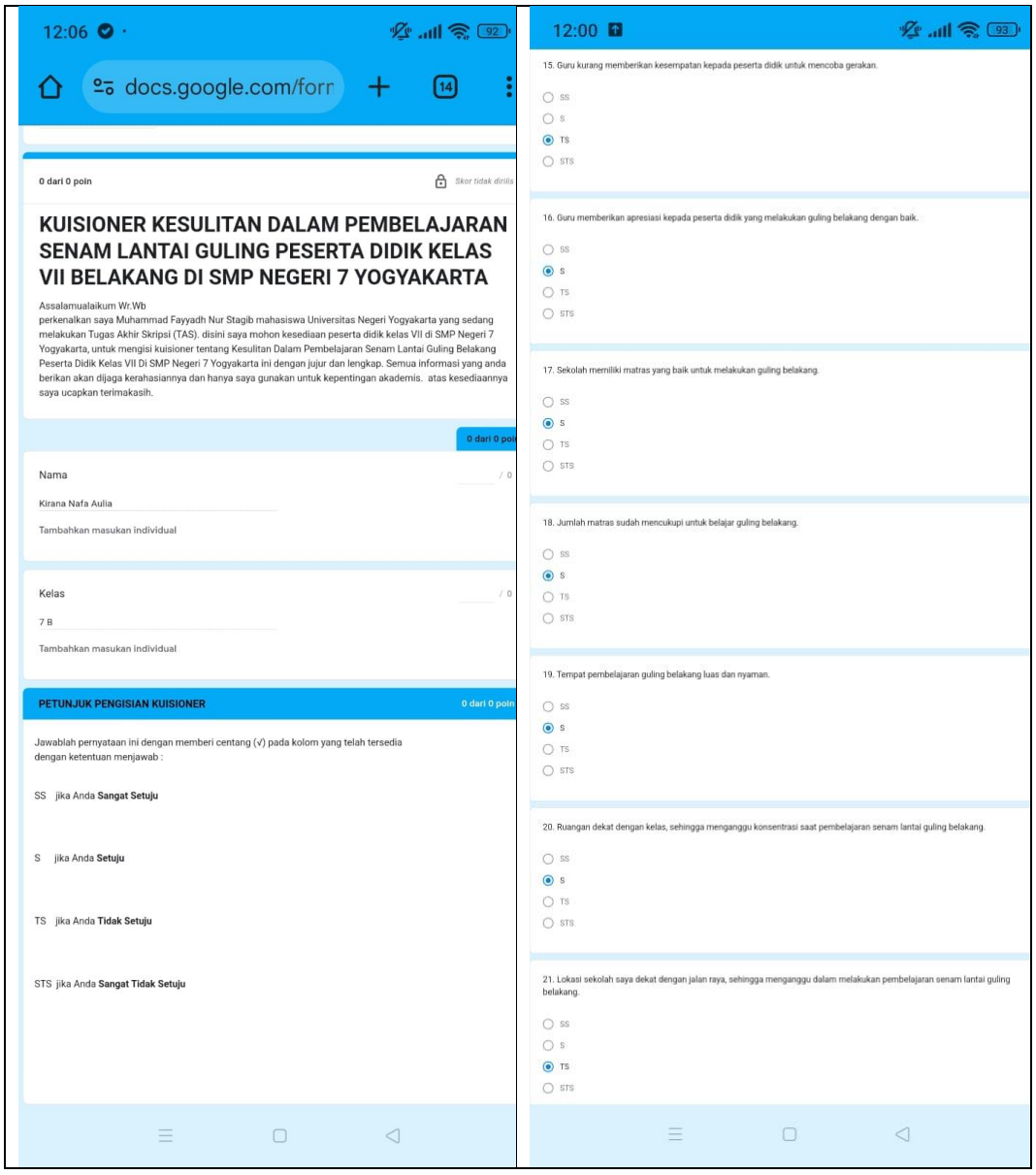
Lampiran 17. Hasil Olah Data Indikator Materi

MATERI	
MENCARI	RUMUS
BANYAK DATA	191
MEDIAN	22
MODUS	21
RATA-RATA	21,79057592
MAX	28
MIN	13
STANDAR DEVIASI	2,480946278

Materi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13.00	1	.5	.5	.5
	15.00	2	1.0	1.0	1.6
	16.00	1	.5	.5	2.1
	17.00	4	2.1	2.1	4.2
	18.00	9	4.7	4.7	8.9
	19.00	15	7.9	7.9	16.8
	20.00	19	9.9	9.9	26.7
	21.00	35	18.3	18.3	45.0
	22.00	33	17.3	17.3	62.3
	23.00	24	12.6	12.6	74.9
	24.00	22	11.5	11.5	86.4
	25.00	15	7.9	7.9	94.2
	26.00	6	3.1	3.1	97.4
	27.00	4	2.1	2.1	99.5
	28.00	1	.5	.5	100.0
	Total	191	100.0	100.0	

Lampiran 18. Hasil Pengerjaan Responden



12:06 · docs.google.com/forr

0 dari 0 poin — Skor tidak dirilis

KUISIONER KESULITAN DALAM PEMBELAJARAN SENAM LANTAI GULING PESERTA DIDIK KELAS VII BELAKANG DI SMP NEGERI 7 YOGYAKARTA

Assalamualaikum Wr.Wb
perkenalkan saya Muhammad Fayyadh Nur Stagib mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang sedang melakukan Tugas Akhir Skripsi (TAS). disini saya mohon kesediaan peserta didik kelas VII di SMP Negeri 7 Yogyakarta, untuk mengisi kuisioner tentang Kesulitan Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang Peserta Didik Kelas VII Di SMP Negeri 7 Yogyakarta ini dengan jujur dan lengkap. Semua informasi yang anda berikan akan dijaga kerahasiannya dan hanya saya gunakan untuk kepentingan akademis. atas kesediaannya saya ucapkan terimakasih.

0 dari 0 poin

Nama / 0
Kirana Nafa Aulia
Tambahkan masukan individual

Kelas / 0
7 B
Tambahkan masukan individual

PETUNJUK PENGISIAN KUISIONER 0 dari 0 poin

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

SS jika Anda **Sangat Setuju**

S jika Anda **Setuju**

TS jika Anda **Tidak Setuju**

STS jika Anda **Sangat Tidak Setuju**

12:00

15. Guru kurang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mencoba gerakan.
SS / S / **TS** / STS

16. Guru memberikan apresiasi kepada peserta didik yang melakukan guling belakang dengan baik.
SS / **S** / TS / STS

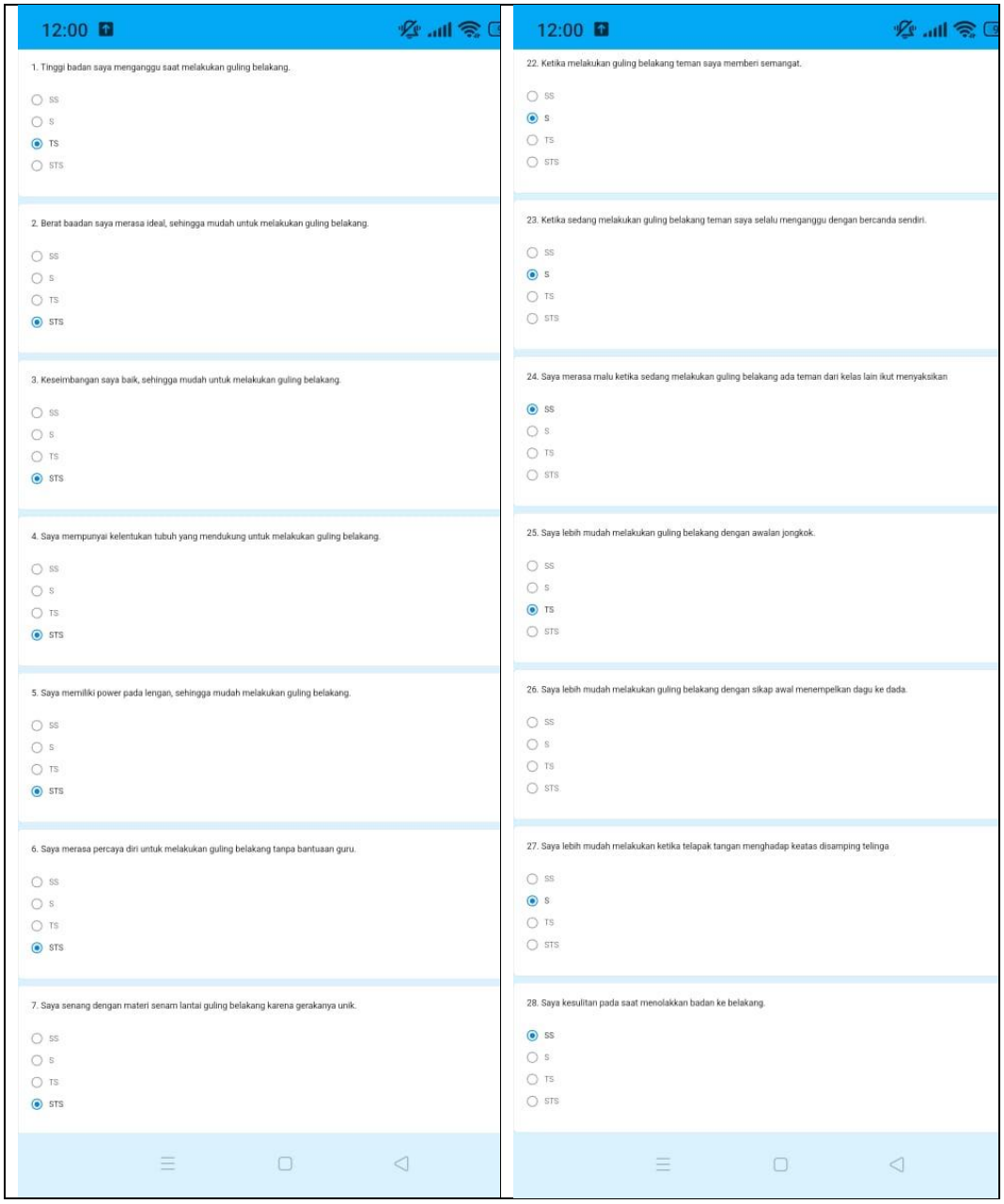
17. Sekolah memiliki matras yang baik untuk melakukan guling belakang.
SS / **S** / TS / STS

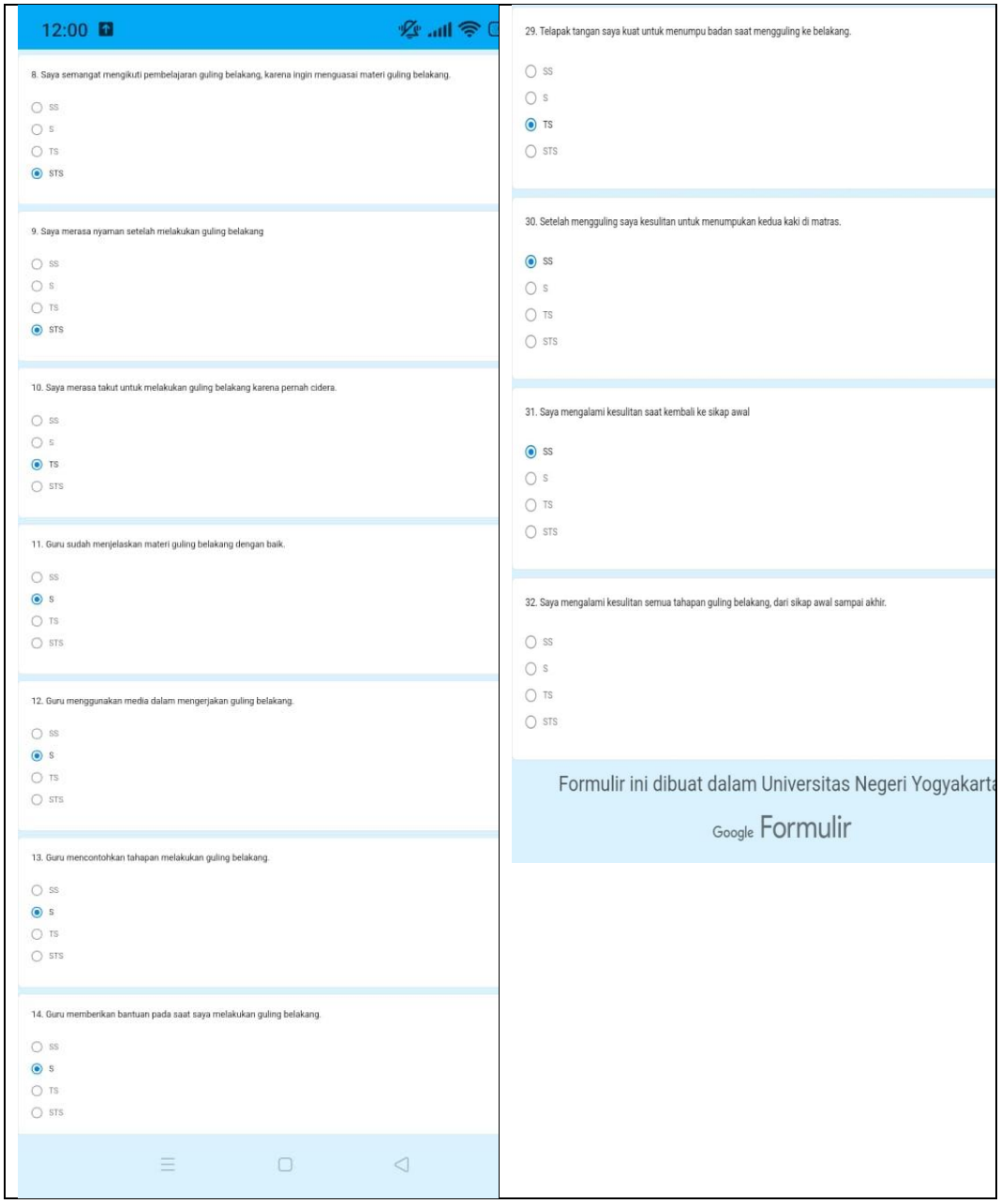
18. Jumlah matras sudah mencukupi untuk belajar guling belakang.
SS / **S** / TS / STS

19. Tempat pembelajaran guling belakang luas dan nyaman.
SS / **S** / TS / STS

20. Ruangan dekat dengan kelas, sehingga menganggu konsentrasi saat pembelajaran senam lantai guling belakang.
SS / **S** / TS / STS

21. Lokasi sekolah saya dekat dengan jalan raya, sehingga menganggu dalam melakukan pembelajaran senam lantai guling belakang.
SS / S / **TS** / STS


12:00
1. Tinggi badan saya menganggu saat melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
2. Berat baadan saya merasa ideal, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
3. Keseimbangan saya baik, sehingga mudah untuk melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
4. Saya mempunyai kelentukan tubuh yang mendukung untuk melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
5. Saya memiliki power pada lengan, sehingga mudah melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
6. Saya merasa percaya diri untuk melakukan guling belakang tanpa bantuaan guru.
SS
S
TS
STS
7. Saya senang dengan materi senam lantai guling belakang karena gerakanya unik.
SS
S
TS
STS
12:00
22. Ketika melakukan guling belakang teman saya memberi semangat.
SS
S
TS
STS
23. Ketika sedang melakukan guling belakang teman saya selalu menganggu dengan bercanda sendiri.
SS
S
TS
STS
24. Saya merasa malu ketika sedang melakukan guling belakang ada teman dari kelas lain ikut menyaksikan
SS
S
TS
STS
25. Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan awalan jongkok.
SS
S
TS
STS
26. Saya lebih mudah melakukan guling belakang dengan sikap awal menempelkan dagu ke dada.
SS
S
TS
STS
27. Saya lebih mudah melakukan ketika telapak tangan menghadap keatas disamping telinga
SS
S
TS
STS
28. Saya kesulitan pada saat menolakkan badan ke belakang.
SS
S
TS
STS


12:00
8. Saya semangat mengikuti pembelajaran guling belakang, karena ingin menguasai materi guling belakang.
SS
S
TS
STS
9. Saya merasa nyaman setelah melakukan guling belakang
SS
S
TS
STS
10. Saya merasa takut untuk melakukan guling belakang karena pernah cidera.
SS
S
TS
STS
11. Guru sudah menjelaskan materi guling belakang dengan baik.
SS
S
TS
STS
12. Guru menggunakan media dalam mengerjakan guling belakang.
SS
S
TS
STS
13. Guru mencontohkan tahapan melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
14. Guru memberikan bantuan pada saat saya melakukan guling belakang.
SS
S
TS
STS
29. Telapak tangan saya kuat untuk menumpu badan saat mengguling ke belakang.
SS
S
TS
STS
30. Setelah mengguling saya kesulitan untuk menumpukan kedua kaki di matras.
SS
S
TS
STS
31. Saya mengalami kesulitan saat kembali ke sikap awal
SS
S
TS
STS
32. Saya mengalami kesulitan semua tahapan guling belakang, dari sikap awal sampai akhir.
SS
S
TS
STS
Formulir ini dibuat dalam Universitas Negeri Yogyakarta
Google Formulir

Lampiran 19. Dokumentasi