

**PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP BELAJAR
SENAM LANTAI GULING BELAKANG
DI SMP NEGERI 8 MAGELANG**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



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

Oleh:
Shirly Della Ismadhita
NIM 21601241094

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

**PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP BELAJAR
SENAM LANTAI GULING BELAKANG
DI SMP NEGERI 8 MAGELANG**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



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

Oleh:
Shirly Della Ismadhita
NIM 21601241094

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

PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP BELAJAR SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 8 MAGELANG

Shirly Della Ismadhita
NIM 21601241094

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Instrumen yang digunakan yaitu angket dengan skala *likert*. Subjek dari penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Magelang yang berjumlah 221 peserta didik. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling*. Hasil uji validitas instrumen dari 221 responden dengan taraf signifikan 5% memiliki *r* tabel sebesar 0,349. Hasil uji validitas dari 30 pernyataan, 27 pernyataan dinyatakan valid dan 3 pernyataan dinyatakan tidak valid. Uji reliabilitas instrumen menggunakan *Alpha Cronbach's* dan didapat reliabilitas sebesar 0,911.

Hasil penelitian diketahui bahwa persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang untuk kategori sangat baik sebesar 6,33%, kategori baik sebesar 25,35%, kategori cukup baik sebesar 38,46%, kategori kurang baik sebesar 23,53%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,33%. Persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori positif sebesar 31,68%, sementara persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori negatif sebesar 29,86%. Kategori dengan persentase tertinggi yaitu pada kategori cukup baik, sehingga dapat dikatakan bahwa persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang berada dalam kategori cukup baik yang mengarah pada persepsi positif.

Kata kunci: Persepsi, Senam Lantai, Guling Belakang

PERCEPTION OF EIGHTH GRADE STUDENTS ON THE BACKWARD ROLL LEARNING AT SMP NEGERI 8 MAGELANG

Shirly Della Ismadhita
NIM 21601241094

Abstract

This research aims to assess the perceptions of eighth-grade students on the backward roll gymnastics learning at SMP Negeri 8 Magelang (Magelang 8 Junior High School).

This research employed a descriptive quantitative design utilizing a survey methodology. A questionnaire with a Likert scale was utilized as the instrument. The research participants were 221 eighth grade students from SMP Negeri 8 Magelang. The employed sample technique was complete sampling. The instrument validity test results from 221 respondents indicated a significance level of 5%, with a r table value of 0.349. Out of 30 assertions in the validity test, 27 were deemed valid and 3 were deemed invalid. The reliability test of the instrument employed Cronbach's Alpha, obtained a reliability coefficient of 0.911.

The findings indicate that the perceptions of eighth grade students regarding backward roll gymnastics learning at SMP Negeri 8 Magelang are as follows: 6.33% rated it as very good, 25.35% as good, 38.46% as moderate, 23.53% as poor, and 6.33% as very poor. The perception of students who lead to a positive category is 31.68%, while the perception of students who lead to a negative category is 29.86%. The category with the greatest percentage is in the moderate category, indicating that the perception of eighth grade students about backward roll gymnastics learning at SMP Negeri 8 Magelang are in the moderate that leads to positive perceptions.

Keywords: Perception, Gymnastics, Backward Roll

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Shirly Della Ismadhita

NIM : 21601241094

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Judul Skripsi : Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam

Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang

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

Yogyakarta, 6 Januari 2025

Yang menyatakan,



Shirly Della Ismadhita

NIM. 21601241094

LEMBAR PERSETUJUAN

**PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP BELAJAR
SENAM LANTAI GULING BELAKANG
DI SMP NEGERI 8 MAGELANG**


TUGAS AKHIR SKRIPSI



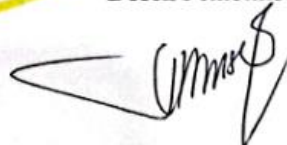
SHIRLY DELLA ISMADHITA
NIM 21601241094

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 7 Januari 2025

Koordinator Program Studi


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

Dosen Pembimbing


Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
NIP 19630714 198812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

**PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP BELAJAR
SENAM LANTAI GULING BELAKANG
DI SMP NEGERI 8 MAGELANG**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

**SHIRLY DELLA ISMADHITA
NIM 21601241094**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Tanggal: 20 Januari 2025

Nama/Jabatan

Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes.
(Ketua Tim Penguji)

Dr. Ari Iswanto, M.Or.
(Sekretaris Tim Penguji)

Prof. Dr. Sri Winarni, M.Pd.
(Penguji Utama)

Tanda Tangan

Tanggal

31/1 - 2025

24/2025

1

24/1 2025

Yogyakarta, 31 Januari 2025

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

MOTTO

“Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia”

(Baskara Putra-Hindia)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Penulis mempersembahkan penelitian ini kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Arif Setyanta dan Ibu Waltini. Terima kasih sebesar-besarnya penulis haturkan kepada mereka yang sangat berperan dalam proses penyusunan skripsi ini atas doa, semangat, motivasi, dukungan, dan segalanya yang tak pernah berhenti dicurahkan pada penulis.
2. Adik saya, Haiva Almaira Ramadhani. Terima kasih telah menjadi adik yang selalu memberikan semangat dan dukungan sehingga penulis selalu termotivasi untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi yang berjudul “Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang”.

Terselesaikannya Tugas Akhir Skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan peran berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Prof. Dr. Ngatman, M.Pd., Koordinator Departemen Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Ibu Dr. Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes., dosen pembimbing yang telah Ikhlas memberikan waktu, ilmu, dan tenaganya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ibu Prof. Dr. Sri Winarni, M.Pd., penguji utama skripsi yang telah memberikan saran dan masukan.
6. Dr. Ari Iswanto, M.Or., sekretaris penguji skripsi yang telah memberikan saran dan masukan.
7. Kepala sekolah dan guru PJOK SMP Negeri 8 Magelang yang telah mengizinkan dan membantu proses pengambilan data dalam skripsi ini.
8. Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Magelang yang sudah meluangkan waktu untuk mengisi angket penelitian.

9. Teman baik saya yang selalu membantu dan menemani dari awal mengerjakan skripsi.
10. Sahabat kuliah saya yang senantiasa meluangkan waktu dan mendukung dalam mengerjakan skripsi.
11. Sahabat SMA yang selalu memotivasi dan mendukung apapun yang dilakukan.
12. Teman-teman seperjuangan PJKR D 2021 yang selalu memberikan dukungan satu sama lain.
13. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu selama proses penyusunan skripsi ini.

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

Yogyakarta, 5 Januari 2025

Penulis,



Shirly Della Ismadhita

NIM. 21601241094

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN KARYA.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Kajian Teori.....	11
1. Hakikat Persepsi.....	11
2. Hakikat Pembelajaran	19
3. Hakikat Belajar.....	25
4. Pembelajaran Senam	27
5. Hakikat Senam Lantai	29
6. Hakikat Guling Belakang.....	30
B. Penelitian yang Relevan.....	34
C. Kerangka Berpikir.....	37
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Desain Penelitian.....	39
B. Tempat dan Waktu.....	39
C. Populasi dan Sampel Penelitian	40
D. Definisi Operasional Variabel	41
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	41
F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	44
G. Teknik Analisis Data	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	71
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	72

A. Kesimpulan	72
B. Implikasi	72
C. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang.....	40
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket	43
Tabel 3. Kisi-kisi Uji Coba Instrumen Penelitian Kelas VIII	44
Tabel 4. Hasil Validitas Instrumen	46
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Kelas VIII	47
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 7. Indikator Tingkat Reliabilitas	48
Tabel 8. Kategori Persepsi.....	49
Tabel 9. Deskripsi Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang.....	50
Tabel 10. Deskripsi Faktor Internal.....	52
Tabel 11. Deskripsi Indikator Pengalaman.....	53
Tabel 12. Deskripsi Indikator Perhatian.....	55
Tabel 13. Deskripsi Indikator Minat	56
Tabel 14. Deskripsi Faktor Eksternal	57
Tabel 15. Deskripsi Indikator Intensitas.....	59
Tabel 16. Deskripsi Indikator Ukuran	60
Tabel 17. Deskripsi Indikator Gerakan	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Rangkaian Gerak Guling Belakang.....	33
Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir.....	38
Gambar 3. Diagram Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang	51
Gambar 4. Diagram Faktor Internal	52
Gambar 5. Diagram Indikator Pengalaman.....	54
Gambar 6. Diagram Indikator Perhatian	55
Gambar 7. Diagram Indikator Minat.....	56
Gambar 8. Diagram Faktor Eksternal	58
Gambar 9. Diagram Indikator Intensitas.....	59
Gambar 10. Diagram Indikator Ukuran	60
Gambar 11. Diagram Indikator Gerakan.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS	81
Lampiran 2. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi	82
Lampiran 3. Surat Permohonan <i>Expert Judgement</i>	83
Lampiran 4. Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i>	84
Lampiran 5. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian	85
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian.....	86
Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari SMP Negeri 8 Magelang	87
Lampiran 8. Hasil Belajar Guling Belakang	88
Lampiran 9. Instrumen Uji Coba Penelitian	90
Lampiran 10. Hasil Uji Coba Penelitian	92
Lampiran 11. Instrumen Penelitian	94
Lampiran 12. Jawaban Angket Peserta Didik	96
Lampiran 13. Data Penelitian.....	100
Lampiran 14. Hasil Olah Data	108
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian	114

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang diajarkan di sekolah mulai dari Sekolah Dasar (SD) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA). PJOK merupakan sarana untuk mengembangkan keterampilan gerak, kemampuan fisik, pemahaman dan penalaran, serta internalisasi nilai-nilai (termasuk sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial), serta untuk membiasakan gaya hidup sehat (Iswanto & Widayati, 2021, p. 14). Dalam pembelajaran PJOK, aspek psikomotor lebih dominan dibanding dengan aspek kognitif dan afektif. Proses pembelajaran pada mata pelajaran PJOK sedikit berbeda dengan mata pelajaran lain. Hal ini karena pelajaran PJOK lebih sering menggunakan aktivitas gerak dan lebih banyak dilakukan di luar kelas. Melalui pelajaran PJOK, peserta didik dapat menunjukkan keterampilan fisik yang dimiliki pada materi yang diajarkan. Peserta didik juga dapat meningkatkan keterampilan sosial dengan temannya, misalnya pada saat pembelajaran permainan olahraga yang mengharuskan kerja sama dengan tim.

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. Mata pelajaran ini bertujuan untuk meningkatkan motivasi peserta didik dalam beraktivitas fisik, mengasah keterampilan motorik, meningkatkan berpikir kritis, melatih kestabilan emosional, serta menjaga kesehatan jasmani dan rohani (Sudarsinah, 2021, p. 2). Ruang lingkup pembelajaran PJOK adalah

aktivitas pola gerak dasar lokomotor, aktivitas pola gerak dasar non-lokomotor, aktivitas pola gerak dasar manipulatif, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, aktivitas air, aktivitas pengembangan kebugaran jasmani, dan kebersihan dan kesehatan alat reproduksi (Muhajir dan Raushanfikri, 2022, p. 230.) Dari ruang lingkup tersebut, hampir semua menggunakan aktivitas fisik. Namun, untuk ruang lingkup kesehatan lebih dominan menggunakan aspek kognitif dan merupakan ruang lingkup yang paling berhubungan dengan kehidupan sehari-hari.

Salah satu materi yang dipelajari dalam pembelajaran PJOK adalah aktivitas senam. Senam merupakan cabang olahraga yang dalam gerakannya memerlukan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerak fisik yang teratur (Adi, 2018, p. 10). Senam merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat bermanfaat jika dilakukan dengan cara yang tepat, karena dapat merangsang kerja jantung dan memperlancar peredaran darah (Zuraida *et al.*, 2016, p. 74). Aktivitas senam ini juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani peserta didik. Adapun jenis-jenis senam menurut Adi (2018, p. 15) diantaranya adalah senam artistik, senam aerobik, senam irama, dan senam lantai. Senam lantai merupakan cabang olahraga pendidikan yang dikembangkan dalam kurikulum di sekolah ataupun di perkuliahan (Zulbahri *et al.*, 2020, p. 87). Menurut Wuryati (dalam Muzaffar *et al.*, 2023, p. 2) senam lantai ini merupakan jenis senam yang gerakan dan latihannya dilakukan di atas permukaan lantai dengan menggunakan matras atau permadani sebagai alas latihan.

Senam lantai merupakan aktivitas yang melibatkan seluruh bagian tubuh. Gerakan-gerakan dalam senam lantai memerlukan kelentukan tubuh yang baik, ruang gerak yang luas pada sendi-sendi, serta otot-otot yang elastis (Yulidar, 2019, p. 137). Unsur-unsur gerakan senam lantai terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, dan menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau saat meloncat ke depan atau ke belakang (Adi, 2018, p. 11). Senam lantai menurut Budi (dalam Muzaffar *et al.*, 2023, p. 2) juga disebut sebagai senam dasar. Dalam melakukan senam lantai, biasanya tanpa mempergunakan alat tetapi dapat juga dilakukan dengan alat untuk menambah beban latihan.

Pembelajaran senam lantai yang diberikan di setiap jenjang sekolah bermanfaat untuk melatih daya tahan otot, kelentukan, kekuatan, koordinasi, kelincahan, dan keseimbangan. Rangkaian gerakan senam lantai yang diajarkan juga harus dimulai dari gerakan yang ringan, sedang, berat, dan akrobatik (Adi 2018, p. 11). Adanya rangkaian gerak ini bertujuan untuk memudahkan peserta didik melakukan senam lantai sehingga dalam proses pembelajaran peserta didik tidak mengalami kesulitan dan menghindari terjadinya cedera. Menurut Wuryati (dalam Muzaffar *et al.*, 2023, p. 2) bentuk-bentuk senam lantai yang meliputi guling depan, guling belakang, kayang, splits, guling lenting, berdiri dengan kepala, meroda, dan lain sebagainya. Salah satu materi senam lantai yang sering diajarkan di setiap sekolah adalah guling belakang.

Guling belakang merupakan gerakan menggulingkan badan ke arah belakang melalui bagian belakang badan mulai dari panggul bagian belakang,

pinggang, punggung, dan tengkuk (Adi, 2018, p. 27). Prinsip dasar dalam melakukan guling belakang adalah menjaga posisi tubuh tetap membulat dengan cara melipat kaki, memastikan lutut tetap dekat dengan dada, serta menundukkan kepala hingga dagu menyentuh dada. Guling belakang adalah gerakan senam lantai yang melibatkan berbagai gerakan, cukup rumit, serta kompleks untuk dilakukan (Sari *et al.*, 2018, p. 76). Kesuksesan melakukan senam lantai guling belakang selain dengan menguasai teknik juga diperlukan keberanian dan konsentrasi yang tinggi.

Guling belakang merupakan salah satu materi dalam senam lantai di mana senam lantai adalah mata pelajaran yang ada di dalam kurikulum (Yulidar, 2019, p. 137). Hal ini berarti rangkaian gerak guling belakang telah diajarkan oleh guru PJOK. Adanya rangkaian gerak ini semestinya peserta didik sudah dapat melakukan guling belakang dengan baik. Tercapainya nilai yang sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) merupakan harapan dari guru, peserta didik, dan orang tua (Mesrawati, 2016, p. 32).

Kesuksesan peserta didik mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang juga bergantung pada pembelajaran yang dilakukan oleh guru PJOK yang dimulai dengan persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Persepsi merupakan faktor penting yang memengaruhi bagaimana seseorang memandang dan berpartisipasi dalam suatu kegiatan. Melalui pembelajaran guling belakang yang telah diajarkan oleh guru PJOK, semestinya peserta didik mempunyai respons atau pandangan yang baik terhadap materi senam lantai guling belakang yaitu dengan dapat menunjukkan peningkatan

dalam keberanian dan percaya diri sehingga bisa mendapat hasil yang maksimal. Melalui respons baik yang diterima oleh peserta didik dapat memengaruhi persepsi mereka terhadap materi senam lantai guling belakang sehingga mereka dapat dengan lancar melakukan gerakan guling belakang tanpa mengalami kesulitan dan cedera. Adanya pembelajaran guling belakang yang diajarkan secara terstruktur dan terkoordinasi, semestinya peserta didik juga mempunyai tanggapan yang baik sehingga lebih termotivasi dan tertarik dalam mengikuti pembelajaran guling belakang sehingga dapat maksimal saat pembelajaran.

Pada kenyataannya masih ada beberapa peserta didik yang mengalami kesulitan dalam melakukan senam lantai guling belakang. Hal ini berdasarkan observasi melalui wawancara dengan guru PJOK di SMP Negeri 8 Magelang, di mana masih ada peserta didik yang mengalami kesulitan dalam melakukan guling belakang. Peserta didik yang mengalami kesulitan ini kemungkinan besar memiliki persepsi yang kurang baik, seperti merasa takut saat melakukan gerakan guling belakang meskipun sudah diajarkan dan diawasi oleh guru PJOK.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru PJOK SMP Negeri 8 Magelang, terdapat beberapa permasalahan pada pembelajaran senam lantai. Beberapa kendala yang muncul dalam pembelajaran senam lantai adalah masih ada peserta didik yang mengalami kesulitan saat mempraktikkan gerakan. Selain itu, minat sebagian peserta didik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai juga masih rendah. Hal ini disebabkan oleh rasa takut, malu dilihat oleh

teman-temannya, dan berbagai alasan lainnya. Kondisi yang dialami ini merupakan beberapa faktor yang menyebabkan respons mereka menjadi kurang baik sehingga menimbulkan persepsi yang kurang baik juga. Meskipun, guru PJOK telah memberikan strategi untuk mengurangi kemungkinan hal-hal yang dikhawatirkan terjadi dan sudah memisahkan peserta didik laki-laki dan perempuan agar peserta didik perempuan merasa lebih nyaman saat melakukan praktik senam lantai, tetapi hasilnya tetap tidak terlalu berubah. Perubahan yang terjadi masih belum signifikan. Pembelajaran guling belakang merupakan materi yang cukup susah untuk peserta didik yang tidak biasa melakukan guling belakang. Hal ini karena pada saat melakukan guling belakang, mereka tidak bisa melihat keadaan belakang sehingga memunculkan tanggapan yang buruk ketika mempraktikkannya, seperti rasa takut dan cemas. Kemampuan peserta didik di SMP Negeri 8 Magelang saat melakukan senam lantai guling belakang juga berbeda-beda. Ada peserta didik yang berhasil melakukan tetapi tidak bagus, ada peserta didik yang takut tetapi mau mencoba, dan ada peserta didik yang takut tetapi tidak mau mencoba. Salah satu faktor yang menyebabkan peserta didik kesulitan dalam melakukan senam lantai guling belakang adalah mental mereka karena pernah mengalami sesuatu sehingga membuat takut atau trauma.

Berdasarkan hasil belajar guling belakang yang didapat peserta didik kelas VIII, peserta didik yang mendapat nilai kurang dari KKM ada 38,46%, sama dengan KKM ada 19,91%, dan di atas KKM ada 41,63%. Batasan nilai KKM guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang adalah 78 dan persentase

ketuntasan yang dikehendaki adalah sebesar 75%. Dari data hasil peserta didik tersebut, peserta didik yang mendapat nilai di atas KKM baru 41,63 % di mana jumlah ini masih kurang dari persentase yang dikehendaki yaitu 75%. Oleh karena itu, masalah mengenai persepsi peserta didik terhadap senam lantai guling belakang perlu diteliti karena adanya kesenjangan antara kondisi yang seharusnya dengan kondisi sebenarnya.

Adanya persepsi dari peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang dapat menentukan keberhasilan mereka dalam pembelajaran tersebut. Jika peserta didik mempunyai persepsi yang baik maka hasil belajar yang didapat juga baik. Sebaliknya, jika peserta didik mempunyai persepsi yang kurang baik kemungkinan hasil belajar yang didapat juga kurang maksimal. Peserta didik yang mempunyai persepsi baik juga lebih cenderung mempunyai percaya diri yang tinggi sehingga mereka mempunyai keberanian dan tidak mengalami kesulitan. Adanya persepsi dari peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang juga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi terkait kelebihan dan kekurangan pembelajaran senam lantai guling belakang oleh guru PJOK.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Oleh karena itu, penulis mengambil judul penelitian tentang “Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diketahui permasalahan yang ada sehingga dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Masih ada peserta didik yang mengalami kesulitan melakukan senam lantai guling belakang.
2. Kurangnya minat beberapa peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.
3. Masih ada peserta didik yang tidak berani mencoba melakukan senam lantai guling belakang.
4. Kemampuan senam lantai guling belakang peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang masih perlu ditingkatkan.
5. Beberapa peserta didik masih ada yang kurang antusias mengikuti pembelajaran senam lantai.
6. Belum diketahui persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, terdapat beberapa permasalahan peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Namun, karena keterbatasan dan kemampuan penulis, penelitian ini dibatasi pada persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Secara Teoritis
 - a. Memberikan pengetahuan dan wawasan terkait persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang.
 - b. Dapat dijadikan sebagai referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam tentang senam lantai guling belakang.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Peserta Didik

Meningkatkan minat peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang agar lebih sungguh-sungguh sehingga hasil yang didapatkan bisa maksimal.

b. Bagi Guru

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam upaya meningkatkan proses pembelajaran senam lantai guling belakang agar pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan peserta didik mempunyai antusias tinggi sehingga dapat menguasai materi guling belakang dengan baik.

c. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk peneliti lainnya dan digunakan untuk penelitian selanjutnya tentang senam lantai guling belakang yang lebih mutakhir.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Persepsi

a. Pengertian Persepsi

Kata persepsi sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari untuk merujuk pada suatu informasi atau peristiwa yang berasal dari orang sekitar atau masyarakat. Persepsi dalam diri seseorang terhadap orang lain dapat memengaruhi cara seseorang mengetahui dan berinteraksi dengan orang lain. Menurut Alaslan (2017, p. 4) persepsi disebut juga dengan tanggapan karena di dalam persepsi terdapat respons dari individu terhadap suatu objek yang mencakup tanggapan yang diberikan terhadap informasi yang diterima. Persepsi menurut Hakim *et al.* (2021, p. 156) merupakan stimulus yang diindera oleh individu, diorganisasikan, kemudian diinterpretasikan sehingga individu menyadari dan mengerti tentang apa yang diindera.

Menurut Akbar (2015, pp. 192-193) persepsi dapat diartikan sebagai proses penerimaan pesan yang masuk ke dalam pikiran manusia, yang kemudian terhubung dengan pemikiran, perasaan, dan pengalaman individu. Persepsi adalah respons terhadap informasi yang diterima dari orang lain untuk memahami berbagai hal melalui panca indera. Lebih lanjut, Yanti *et al.* (2022, p. 432) menjelaskan bahwa persepsi merupakan hasil penginderaan yang merupakan proses individu

menerima rangsangan melalui indera mereka yang kemudian diproses melalui otak sebagai pusat pengolahan informasi.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa persepsi merupakan suatu tanggapan yang diterima dari seseorang mengenai informasi atau suatu hal melalui panca indera. Proses ini melibatkan tanggapan atau respons terhadap rangsangan dari lingkungan sekitar yang kemudian memengaruhi pemikiran, perasaan, dan pengalaman individu. Persepsi tidak hanya terbatas pada penginderaan, tetapi juga melibatkan pemahaman yang lebih dalam tentang informasi yang diterima, yang mempengaruhi cara seseorang berinteraksi dan memahami orang lain serta peristiwa di sekitarnya.

b. Faktor-faktor Persepsi

Faktor-faktor yang memengaruhi persepsi menurut Dahlan (2017, pp. 10-11) adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal diantaranya adalah kebutuhan psikologis, latar belakang, pengalaman, kepribadian, nilai dan kepercayaan umum, serta penerimaan diri.

1) Kebutuhan psikologis. Kebutuhan psikologis adalah konsep motivasi. Dalam kerangka siklus motivasi umum, kebutuhan mendorong perilaku kita untuk mencapai tujuan yang akan memuaskannya (Bratko *et al.*, 2022, p. 2). Kebutuhan psikologis seseorang dapat memengaruhi persepsi pada dirinya sendiri. Misalnya ada sesuatu yang kelihatan tetapi pada aslinya tidak ada,

karena kebutuhan psikologis hal tersebut menjadi tidak kelihatan (Dahlan, 2017, p. 10.)

- 2) Latar belakang. Persepsi dapat dipengaruhi oleh latar belakang seseorang. Contohnya yaitu orang yang pendidikannya lebih tinggi akan memiliki cara untuk memilih informasi yang didapat (Dahlan, 2017, p. 10.)
- 3) Pengalaman. pengalaman tergantung dengan ingatan seseorang. Seorang dapat mengingat kejadian-kejadian di masa lalu untuk mengetahui suatu rangsang kemudian akan mendorong perbedaan persepsi setiap orang (Hendayana, 2014, p. 5).
- 4) Kepribadian. Berbagai faktor dalam kepribadian juga memengaruhi seleksi dalam persepsi. Misalnya seseorang yang tertutup mungkin akan lebih tertarik dengan orang dengan sifat yang sama. (Dahlan, 2017, p. 11). Menurut Shambodo (2020, p. 102) kepribadian dikenal juga dengan proyeksi, sebagai salah satu cara pertahanan ego. Proyeksi adalah mengeksternalisasikan pengalaman subjektif secara tidak sadar. Pada persepsi, orang mengenakan pada orang lain sifat-sifat yang ada pada dirinya yang tidak disenanginya.
- 5) Nilai dan kepercayaan umum. Orang-orang yang memiliki sikap tertentu terhadap orang lain yang termasuk kelompok bahasa tertentu, besar kemungkinan akan melihat berbagai hal kecil yang tidak diperhatikan orang lain (Dahlan, 2017, p. 11).

6) Penerimaan diri. Persepsi juga dipengaruhi oleh penerimaan diri yang merupakan sifat penting. Menurut Hurlock (dalam Nurhasyanah, 2012, p. 145) penerimaan diri merupakan sikap positif ketika seseorang menerima yang ada pada dirinya sebagai manusia. Penerimaan diri yang baik terjadi jika seseorang mampu memahami kondisi yang ada pada dirinya bukan yang diinginkannya. Dengan demikian, seseorang yang mempunyai sifat rasional pada dirinya maka orang tersebut menyukai dan menerima dirinya.

Sedangkan faktor eksternal menurut Dahlan (2017, p. 10-11) yang memengaruhi persepsi adalah intensitas, ukuran, kontras, gerakan, ulangan, keakraban, dan sesuatu yang baru.

1) Intensitas. Semakin besar intensitas stimulus dari luar, layaknya semakin besar pula hal-hal itu dapat dipahami (*to be perceived*) (Hamzah & Dani, 2019, p. 34). Menurut Hendayana (2014, p. 7) intensitas ditunjukkan oleh kekuatan persepsi seseorang. Contohnya yaitu ketika ada dua orang yang sama menyatakan persetujuan atau ketidaksetujuan, belum tentu dua orang tersebut memiliki intensitas persetujuan dan ketidaksetujuan yang sama.

2) Ukuran. Menurut Hendayana (2014, p. 6) ukuran objek dapat merefleksikan bentuk dari suatu objek. Bentuk tersebut yang akan memengaruhi persepsi seseorang. Dengan melihat bentuk ukuran suatu objek, individu dapat dengan mudah memberikan perhatian yang kemudian membentuk persepsi. Sedangkan menurut

Rahmatullah (dalam Zuraida, 2023, p. 4) semakin besar ukuran objek maka semakin mudah bagi seseorang untuk memahaminya. Hal ini dapat memengaruhi cara seseorang mempersiapkan objek tersebut saat melihat sehingga membuat proses pembentukan persepsi menjadi lebih mudah. Objek sendiri menurut Susanti (2019, p. 370) dibagi menjadi dua yaitu objek material dan objek formal. Objek material adalah seluruh lapangan atau bahan yang dijadikan objek penyelidikan suatu ilmu. Sedangkan objek formal adalah objek material yang disoroti suatu ilmu, sehingga membedakan ilmu yang satu dari ilmu lainnya, jika berobjek material yang sama.

- 3) Kontras. Hal-hal yang biasa dilihat seseorang akan lebih menarik perhatian. Contohnya yaitu sikap seseorang yang di luar kebiasaan akan menarik perhatian karena adanya prinsip perbedaan (Dahlan, 2017, p. 11).
- 4) Gerakan. Benda yang bergerak lebih menarik perhatian dari benda yang hanya diam (Dahlan, 2017, p. 11). Menurut Hendayana (2014, p. 6) seseorang akan memberikan banyak perhatian terhadap objek yang memberikan gerakan dalam jangkauan pandangan dibanding dengan objek yang diam.
- 5) Ulangan. Stimulus dari luar yang diulang akan memberikan perhatian yang lebih besar dibandingkan dengan yang sekali dilihat. (Hamzah & Dani, 2019, p. 34).

- 6) Keakraban. Suatu hal yang dikenal lebih menarik perhatian seseorang. Hal ini karena seseorang dapat lebih mudah memahami dan memilih yang sudah akrab dengannya (Dahlan, 2017, p. 11).
- 7) Sesuatu yang baru. Unsur ini juga berpengaruh kepada seseorang dalam menyeleksi informasi meskipun hal ini terdengar bertentangan dengan keakraban (Dahlan, 2017, p. 11).

Adapun faktor-faktor yang memengaruhi persepsi secara lain menurut Toha (dalam Arifin *et al.*, 2017, p. 92) yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- 1) Faktor Internal

Faktor internal terdiri dari perasaan, sikap dan karakteristik individu, keinginan atau harapan, prasangka, perhatian, proses belajar, gangguan kejiwaan, keadaan fisik, nilai dan kebutuhan juga minat, dan motivasi.

- 2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal terdiri dari pengetahuan dan kebutuhan sekitar, ukuran, intensitas, keberlawanan, informasi yang diperoleh, pengulangan gerak, dan hal-hal baru dan familiar atau ketidakasingan suatu objek.

Sejalan dengan pendapat di atas, Rahmatullah (dalam Zuraida, 2023, pp. 3-4) faktor-faktor yang memengaruhi persepsi dibagi menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- 1) Faktor internal merupakan faktor yang terdapat dalam diri individu yang mencakup fisiologis, setiap orang menerima informasi melalui indera mereka dan cara kita mempersepsikan informasi ini dapat bervariasi sehingga interpretasi kita terhadap lingkungan juga dapat berbeda-beda. Perhatian, menurut Hakim *et al.* (2021, p. 156) setiap individu membutuhkan energi tertentu untuk memusatkan perhatian pada aspek fisik dan mental dari suatu objek. Minat, cara seseorang mempersepsikan suatu objek dapat berbeda tergantung pada seberapa banyak energi atau upaya perseptual yang diinvestasikan dalam proses tersebut. Kebutuhan searah, faktor ini dapat dilihat dari seberapa kuatnya seseorang mencari objek atau pesan yang sesuai dengan dirinya untuk mendapatkan jawaban yang diinginkannya (Rahmatullah dalam Zuraida, 2023, p. 3). Pengalaman dan ingatan, Seseorang yang telah mempunyai pengalaman tentang hak-hak tertentu akan mempengaruhi kecermatan seseorang dalam memperbaiki persepsi (Irawan, 2018, p. 152). Terakhir yaitu suasana hati. Keadaan emosi memengaruhi perilaku seseorang. Perasaan ini mencerminkan bagaimana seseorang merasa pada waktu tertentu yang dapat memengaruhi cara seseorang menerima, bereaksi, dan mengingat informasi (Hakim *et al.*, 2021, p. 156).
- 2) Faktor eksternal merupakan karakteristik dari lingkungan atau objek-objek yang terlibat di dalamnya. Faktor eksternal yang memengaruhi persepsi menurut Rahmatullah (dalam Zuraida, 2023,

pp. 3-4) yaitu ukuran dan penempatan dari objek atau stimulus, semakin besar ukuran objek maka semakin mudah bagi seseorang untuk memahaminya. Hal ini dapat memengaruhi cara seseorang mempersiapkan objek tersebut saat melihat sehingga membuat proses pembentukan persepsi menjadi lebih mudah. Selain itu ada warna dari objek-objek. Menurut Hakim *et al.* (2021, p. 157) objek yang lebih banyak dipengaruhi oleh cahaya akan lebih mudah dipahami dibandingkan dengan objek yang kurang terpengaruh oleh cahaya. Lebih lanjut Rahmatullah (dalam Zuraida, 2023, p. 4) menyebutkan keunikan dan kontras stimulus. Stimulus luar yang menonjol dengan latar belakang dan sekitarnya yang serupa sering kali menarik perhatian secara tidak terduga oleh individu lain. Selanjutnya yaitu intensitas dan kekuatan dari stimulus, stimulus dari luar yang sering kali diperhatikan memberikan makna lebih daripada yang hanya dilihat sekali. Kekuatan suatu stimulus adalah kemampuan objek untuk memengaruhi persepsi (Hakim, *et al.*, 2021, p. 157). Terakhir yaitu motion atau gerakan, individu cenderung memberikan lebih banyak perhatian pada objek yang bergerak di dalam jangkauan pandangnya dibandingkan dengan objek yang diam (Hamzah & Dani, 2019, p. 34).

Menurut Walgito (dalam Herlin *et al.*, 2017, p. 497) faktor yang memengaruhi persepsi yaitu faktor internal yang berhubungan dengan segi psikologis dan faktor eksternal yang berhubungan dengan

lingkungan. Psikologis merupakan pikiran, perasaan, dan perilaku individu yang dipengaruhi oleh perilaku orang lain tetapi dalam bentuk bayangan atau hadir secara tidak langsung (Allport dalam Santoso, 2013, p. 117). Lingkungan meliputi lingkungan hubungan dengan teman, kegiatan dalam masyarakat, dan lingkungan tempat tinggal (Korompot *et al.*, 2020, p. 42).

Jadi, dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi persepsi yaitu ada faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang memengaruhi persepsi adalah pengalaman, perhatian, dan minat. Sedangkan faktor eksternal yang memengaruhi persepsi adalah intensitas, ukuran, dan gerakan.

2. Hakikat Pembelajaran

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran atau yang disebut dengan *transfer of knowledge* merupakan proses penting yang dilakukan di satuan pendidikan. Pembelajaran menurut Fitri *et al.* (2017, p. 3) adalah serangkaian kegiatan terjadinya proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan yang didapat peserta didik dengan harapan dapat memberikan pengaruh secara langsung agar dapat membantu peserta didik belajar lebih baik dan membantu dalam menghadapi kehidupan sehari-hari.

Menurut Mulyaningsih (2009, p. 54) pembelajaran merupakan proses di mana peserta didik diajarkan menggunakan prinsip-prinsip pendidikan dan teori belajar sebagai faktor utama dalam kesuksesan

pendidikan. Hal ini melibatkan komunikasi dua arah di antara guru sebagai pengajar dan peserta didik sebagai yang diajar. Pembelajaran mencakup segala kegiatan yang direncanakan untuk membantu individu memperoleh keterampilan atau nilai baru.

Lebih lanjut, Subroto (dalam Faizah, 2017, p. 179) menjelaskan bahwa pembelajaran dipandang dari dua sudut yaitu sebagai suatu system dan sebagai suatu proses. Pembelajaran sebagai suatu system terdiri dari beberapa komponen yang terstruktur, seperti tujuan pembelajaran, sarana pembelajaran, dan pengaturan kelas. Sedangkan pembelajaran sebagai suatu proses meliputi guru melakukan rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan, implementasi, sampai kegiatan evaluasi untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan, serta mengembangkan program tindak lanjut yang sesuai

Menurut Ubabuddin (2019, p. 21) pembelajaran merupakan interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar di dalam suatu lingkungan pembelajaran. Proses pembelajaran ini dialami oleh setiap manusia sepanjang hayat di manapun dan kapanpun.

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah cara yang dilakukan oleh dua pihak antara pemberi dan penerima, dalam konteks pendidikan yaitu antara guru dengan peserta didik untuk menerima ilmu pengetahuan. Pembelajaran merupakan proses pemerolehan ilmu oleh peserta didik untuk mencapai tujuan pembelajaran yang efektif dan

efisien. Kegiatan pembelajaran ini akan terus berlangsung sepanjang hayat di manapun dan kapanpun.

b. Komponen Pembelajaran

Komponen pembelajaran menurut Ubabuddin (2019, pp. 22-25) dibagi menjadi tujuh yaitu:

1) Tujuan Pembelajaran

Menurut Nasution (dalam Adisel *et al.*, 2022, p. 300) tujuan pengajaran adalah gambaran tentang penampilan perilaku peserta didik yang diharapkan setelah mereka mempelajari materi pelajaran yang diajarkan.

2) Materi Pembelajaran

Materi pembelajaran adalah substansi yang akan disampaikan dalam proses belajar mengajar. Tanpa materi pembelajaran proses belajar mengajar tidak akan berjalan dengan baik (Djamarah *et al.* dalam Ubabuddin, 2019, p. 22).

3) Metode Pembelajaran

Ketepatan penggunaan metode pembelajaran tergantung pada kesesuaian metode pembelajaran, materi pembelajaran, kemampuan guru, kondisi peserta didik, sumber atau fasilitas, situasi dan kondisi, serta waktu (Sumiati & Asra dalam Ubabuddin, 2019, p. 23).

4) Media Pembelajaran

Media pembelajaran merupakan segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (bahan pembelajaran), sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan peserta didik dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar (Kristanto, 2016, p. 6).

5) Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi pembelajaran adalah penilaian terhadap pertumbuhan dan kemajuan peserta didik kearah tujuan-tujuan yang telah ditetapkan dalam hukum. (Harjanto dalam Ubabuddin, 2019, p. 24).

6) Pendidik/Guru

Guru merupakan fasilitator yang bertugas untuk menciptakan situasi yang memungkinkan saat kegiatan belajar. Guru juga bertugas sebagai pengelola pembelajaran dan pengelola kelas (Ubabuddin, 2019, p. 24).

7) Lingkungan Tempat Belajar

Lingkungan merupakan segala situasi yang ada di sekitar peserta didik saat proses pembelajaran. Lingkungan dapat menjadi sarana yang bernilai positif jika lingkungan ditata dengan baik. Lingkungan sendiri dibagi menjadi dua yaitu lingkungan luar dan lingkungan dalam (Suciati, dalam Ubabuddin, 2019, p. 25).

Komponen pembelajaran secara lain menurut Pane & Dasopang (2017, pp. 340-350) adalah sebagai berikut:

1) Guru dan Peserta Didik

Guru merupakan pelaku utama dalam merencanakan, mengarahkan, dan melaksanakan kegiatan pembelajaran di sekolah. Guru merupakan komponen yang sangat penting dalam menentukan strategi pembelajaran. Di samping guru, peserta didik juga merupakan komponen yang penting dalam pembelajaran. Setiap peserta didik memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Terdapat peserta didik yang memiliki kemampuan tinggi, sedang, dan rendah.

2) Tujuan Pembelajaran

Adanya tujuan pembelajaran, langkah dan kegiatan pembelajaran menjadi lebih terarah. Guru juga memiliki pedoman dan sasaran yang akan dicapai dalam kegiatan mengajar.

3) Materi Pembelajaran

Materi pembelajaran merupakan bahan ajar yang akan disampaikan pada saat pembelajaran. Tanpa adanya materi pembelajar, kegiatan belajar tidak dapat berjalan.

4) Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran merupakan cara yang digunakan oleh guru untuk mencapai tujuan pembelajaran. Penggunaan metode pembelajaran dapat dilakukan secara variasi dengan menyesuaikan dengan kondisi peserta didiknya.

5) Alat Pembelajaran

Alat pembelajaran digunakan sebagai penunjang dalam proses belajar. Alat pembelajaran ini berfungsi untuk memperlancar penyelenggaraan pembelajaran yang efektif dan efisien.

6) Evaluasi

Evaluasi digunakan guru untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta didik. Adanya evaluasi ini, guru akan mengetahui sejauh mana peserta didik memahami materi yang disampaikan dan sebagai umpan balik guru atas kinerja yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran.

Menurut Adisel *et al.* (2022, pp. 300-303) komponen pembelajaran ada lima yaitu:

1) Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran digunakan untuk meningkatkan kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia, dan keterampilan hidup.

2) Sumber Belajar

Sumber belajar merupakan segala bentuk bahan ajar yang digunakan untuk memperlancar proses belajar peserta didik. Sumber belajar dikelompokkan menjadi manusia, materi, lingkungan, aktivitas, dan alat atau perlengkapan.

3) Strategi Pembelajaran

Strategi pembelajaran adalah jenis pendekatan yang dipilih oleh guru untuk menyampaikan informasi dan kegiatan yang mendukung tercapainya tujuan pembelajaran.

4) Media Pembelajaran

Media disebut juga dengan perantara. Media pembelajaran merupakan perantara yang digunakan oleh guru untuk menyampaikan materi kepada peserta didik untuk meningkatkan proses interaksi antara guru dengan peserta didik.

5) Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi pembelajaran digunakan untuk menilai capaian atas proses pembelajaran yang telah dilakukan. Evaluasi tidak hanya menilai kegiatan secara spontan dan terarah, tetapi juga menilai sesuatu secara terencana, sistematis, dan terarah berdasarkan tujuan.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa komponen pembelajaran terdiri dari guru, peserta didik, tujuan pembelajaran, materi pembelajaran, media pembelajaran, metode pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran. Adanya komponen pembelajaran yang baik, dapat menciptakan hasil belajar yang baik pula.

3. Hakikat Belajar

Belajar menurut (Faizah & Kamal, 2024, p. 468) adalah perubahan yang permanen dalam keterampilan manusia sebagai hasil dari pengalaman peserta didik dan hubungannya dengan dunia. Jenis belajar yang paling

sederhana adalah mengingat informasi (*retention of information*) atau *surface learning*. Biasanya di lingkungan sekolah atau perguruan tinggi belajar dinilai dengan cara memberikan tes yang menuntut peserta didik menunjukkan penguasaan atas hafalan tersebut.

Menurut Setiawan *et al.* (2023, p. 1) belajar merupakan usaha untuk memperoleh pengetahuan atau keterampilan, berlatih, serta mengubah perilaku atau respons sebagai akibat dari pengalaman. Belajar merupakan kegiatan pengembangan diri melalui pengalaman, yang didasarkan pada kemampuan diri untuk belajar dengan arahan dari pengajar. Lebih lanjut, Lubis (2021, p. 96) menjelaskan bahwa belajar merupakan proses perubahan perilaku yang tercermin dalam penguasaan, penerapan, dan evaluasi terhadap sikap, nilai-nilai, pengetahuan, dan keterampilan dasar yang ada dalam berbagai bidang studi atau bahkan dalam berbagai aspek kehidupan atau pengalaman yang terstruktur. mempelajari suatu mata pelajaran di rumah atau di sekolah secara formal.

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses perubahan yang bersifat permanen pada individu yang dapat mencakup keterampilan, pengetahuan, sikap, dan nilai-nilai. Proses ini terjadi melalui pengalaman yang terorganisasi, baik di lingkungan formal, seperti sekolah maupun di luar, seperti keluarga dan masyarakat. Belajar tidak hanya terbatas pada hafalan atau informasi yang diajarkan, melainkan juga mencakup pengembangan diri, perubahan perilaku, serta penerapan dan evaluasi terhadap keterampilan dan pengetahuan dalam

berbagai aspek kehidupan. Dengan bimbingan pengajar dan interaksi dengan dunia, belajar dapat memperluas wawasan dan meningkatkan kemampuan individu dalam berbagai bidang.

4. Pembelajaran Senam

Menurut Pradipta & Sukoco (2013, p. 133) senam merupakan cabang olahraga yang mampu meningkatkan komponen fisik serta gerak peserta didik. Gerakan senam mencakup gerak-gerak dasar yang membangun pola gerak yang lengkap, mulai gerak lokomotor sampai manipulatif. Senam mengandung gerak lokomotor yang dapat meningkatkan aspek kekuatan, kecepatan, power, daya tahan, kelincahan, dan keseimbangan. Lebih lanjut, Kurniawan & Sugiarto (2019, p. 34) menjelaskan bahwa senam merupakan kegiatan fisik yang dilakukan baik sebagai olahraga mandiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya. Senam berfokus pada gerakan yang dilakukan melalui kombinasi yang terintegrasi, melibatkan seluruh bagian tubuh, serta mencakup berbagai komponen kemampuan motorik seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas, dan ketepatan.

Senam secara lain dijelaskan oleh Rizky *et al.* (2023, p. 430) merupakan bentuk aktivitas fisik yang menggunakan gerakan-gerakan yang dipilih untuk mencapai gerakan tertentu. Senam merupakan salah satu cabang olahraga yang mempunyai gerakan kompleks dan memiliki banyak manfaat untuk mengembangkan komponen fisik serta kemampuan gerak. Pembelajaran senam di sekolah dikenal dengan senam pendidikan karena

yang menjadi sasaran utamanya adalah untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Hal ini berarti pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan peserta didik (Meikahani *et al.*, 2021, pp. 18-19).

Menurut Adi (2018, p. 10) senam merupakan bentuk latihan yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis, dan dilakukan dengan sadar untuk mencapai tujuan yaitu membentuk dan mengembangkan pribadi secara sadar dan harmonis. Gerakan pada senam memerlukan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerak yang teratur. Latihan senam juga dirancang untuk mengembangkan kekuatan dan koordinasi. Dalam pendidikan, senam bertujuan untuk memperkaya pengalaman gerak sebanyak-banyaknya dan meningkatkan kebugaran jasmani para peserta didik. Belajar senam bagi peserta didik merupakan alat untuk mencapai perkembangan, mencakup fisik, mental, sosial, emosional, dan moral (Hendra & Oktavia, 2020, p. 3202).

Dari beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa senam merupakan cabang olahraga yang menggunakan gerakan-gerakan yang dipilih untuk mencapai gerakan tertentu dan meningkatkan kondisi fisik peserta didik. Gerakan senam mencakup gerak dasar, mulai dari gerak lokomotor sampai manipulatif. Gerakan pada senam juga merupakan gerakan kompleks yang membutuhkan kekuatan, kecepatan, dan keserasian gerak. Dalam pendidikan, senam merupakan alat untuk mencapai perkembangan, mencakup fisik, mental, sosial, emosional, dan moral.

Sasaran utama senam dalam pendidikan jasmani adalah tujuan-tujuan pendidikan dan perkembangan peserta didik.

5. Hakikat Senam Lantai

Senam lantai merupakan bagian dari aktivitas senam. Senam lantai merupakan salah satu materi senam yang diajarkan dari jenjang Sekolah Dasar (SD) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA). Menurut Rizky *et al.* (2023, p. 430) senam lantai merupakan salah satu olahraga yang memerlukan tingkat mobilitas tinggi dan melibatkan gerakan yang cukup rumit. Dalam senam lantai, setiap peserta didik tidak hanya mempunyai kekuatan fisik yang baik, tetapi juga harus mempunyai keseimbangan, koordinasi, kelenturan, dan menguasai teknik yang baik.

Senam lantai merupakan gerakan yang dilakukan di atas lantai beralaskan matras atau permadani sebagai alat yang dipergunakan (Muryati dalam Muzaffar *et al.*, 2023, p. 2). Senam lantai mempunyai nama lain yaitu senam dasar yang mempunyai gerakan berbagai bentuk dan ragam gerakan dasar. Senam lantai merupakan gerakan senam yang dalam melakukannya tanpa menggunakan alat, tetapi dapat juga dilakukan dengan alat untuk menambah beban latihan. Bentuk-bentuk latihan senam lantai diantaranya guling depan, guling belakang, kayang, dan meroda (Budi dalam Muzaffar *et al.*, 2023, p. 2).

Menurut Widowati & Rasyono (2018, p. 13) senam lantai adalah gerakan senam yang dilakukan di matras yang mempunyai unsur-unsur gerakan yaitu mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara, dan

menumpu dengan tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang. Senam lantai disebut juga dengan *floor exercise*, tetapi ada juga yang menyebutnya dengan tumbling. Senam lantai merupakan senam bebas karena dalam latihannya tidak memerlukan peralatan khusus. Jika menggunakan peralatan, seperti bola, tali, atau alat lain biasanya digunakan untuk meningkatkan fungsi gerakan kelentukan, pelepasan, kekuatan, keterampilan, dan keseimbangan.

Jadi, dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa senam lantai merupakan aktivitas senam yang dilakukan di matras atau permadani dengan unsur-unsur gerakan yaitu mengguling, melompat, meloncat, dan berputar di udara. Dalam melakukan senam lantai tidak hanya dibutuhkan kekuatan fisik yang baik, tetapi juga harus mempunyai keberanian dan penguasaan teknik yang baik. Bentuk-bentuk senam lantai diantaranya adalah guling depan, guling belakang, kayang, dan meroda.

6. Hakikat Guling Belakang

Guling belakang merupakan salah satu materi pokok dalam senam lantai pada pembelajaran PJOK. Menurut Mansur (2019, p. 3) guling belakang adalah gerakan menggulingkan badan ke arah belakang melalui bagian belakang badan mulai dari pinggul bagian belakang, pinggang, pinggul, dan tengkuk dibantu dengan kedua tangan kemudian ke posisi jongkok dan diakhiri sikap berdiri tegak. Gerakan guling belakang diawali dengan tangan di samping telinga, dagu rapat ke dada, kemudian berguling ke belakang dibantu dengan kedua tangan untuk menolak.

Cara melakukan guling belakang menurut Hartanto *et al.* (dalam Sayekti *et al.*, 2012, p. 10):

- a. Sikap awal, jongkok membelakangi matras dengan paha merapat di dada, kedua tangan berada di samping telinga, dan kedua telapak tangan menghadap ke atas.
- b. Angkat kedua tumit bersama dengan pinggul diturunkan dan langsung berguling ke belakang.
- c. Kedua tangan menyentuh matras dilanjutkan dengan menarik lutut ke arah kepala dibantu dengan dorongan kedua tangan sehingga badan berbentuk bulat dan langsung kembali jongkok menghadap ke arah semula.

Guling belakang menurut Sari *et al.* (2018, p. 76) diartikan sebagai gerakan menggulingkan badan ke arah belakang di atas matras dengan tetap mempertahankan posisi badan yang membulat, kaki ditekuk, lutut menyentuh dada, dan menundukkan kepala hingga dagu menyentuh dada. Guling belakang merupakan bentuk aktivitas jasmani yang kaya gerakan, cukup rumit, dan kompleks. Hal ini menjadikan dalam melakukan guling belakang tidak hanya membutuhkan keberanian saja, tetapi juga teknik dan fokus yang baik.

Cara melakukan guling belakang menurut Adisuyanto (2009, p. 83):

- a. Posisi berdiri tegak kedua tangan diangkat ke atas. Kedua lutut dan kedua siku dalam posisi lurus. Telapak tangan dibuka dan jari rapat.

- b. Turunkan tangan ke belakang samping panggul sambil kedua lutut ditekuk dan pantat menyentuh lantai. Saat menurunkan tangan, kedua siku tetap dalam keadaan lurus ke depan.
- c. Gulingkan badan ke belakang, kedua tangan di samping telinga. Pada posisi ini hingga berguling, punggung dalam posisi melengkung dan posisi kepala di sekitar paha.
- d. Pertahankan lutut dalam kondisi ditekuk sampai kedua telapak kaki menyentuh dasar lantai di belakangnya. Saat kedua telapak kaki menyentuh lantai, dorong kedua tangan secara bersamaan.
- e. Lakukan dorongan tangan hingga siku benar-benar lurus dan posisi badan sudah berada pada posisi jongkok. Ketika keseimbangan sudah stabil, kembali ke posisi berdiri sambil mengangkat kedua tangan ke atas.

Menurut Ramadin *et al.* (2021, pp. 6-7) guling belakang adalah gerakan dengan urutan gerak yang berkebalikan dengan guling depan. Guling belakang dimulai dari kontak ke matras mulai dari kaki, pantat, pinggang, punggung, lalu ke bahu (tidak kepala), tangan yang bertumpu, dan kembali ke posisi awal yaitu kedua kaki dengan berdiri tegak. Selama gerakan berlangsung, kedua tangan tetap di atas bahu dengan telapak menghadap ke atas dan ibu jari dekat dengan telinga. Jika guling belakang diajarkan dengan teknik yang benar akan mengembangkan orientasi ruang pada diri peserta didik.

Cara melakukan guling belakang menurut Adi (2018, pp. 28):

- a. Gerakan guling belakang dapat dilakukan dengan posisi siap (berdiri) diteruskan dengan kedua kaki jongkok.
- b. Turunkan punggung ke matras untuk memulai mengguling. Saat menggulingkan badan, kedua paha tetap mendekat ke dada dengan tujuan agar badan tetap membentuk bulatan.
- c. Gerakan guling belakang diakhiri dengan posisi jongkok kemudian diteruskan dengan berdiri.

Gambar 1. Rangkaian Gerak Guling Belakang



Sumber: <https://health.detik.com/kebugaran/d-6571191/cara-melakukan-guling-belakang-yang-benar-dan-manfaatnya>

Dapat disimpulkan bahwa guling belakang merupakan gerakan menggulingkan badan ke belakang mulai dari kaki, pantat, pinggang, punggung, dan tengkuk yang dibantu dengan kedua tangan kemudian ke posisi jongkok dan diakhiri sikap berdiri tegak. Saat menggulingkan badan, posisi badan membulat, kaki ditekuk, lutut menyentuh dada, dan menundukkan kepala hingga dagu menyentuh dada. Guling belakang ini termasuk aktivitas jasmani yang kaya gerakan, cukup rumit, dan kompleks.

Cara melakukan guling belakang adalah sebagai berikut:

- a. Sikap awal yaitu berdiri tegak, kemudian turunkan badan ke bawah sambil lutut ditekuk dan pantat menyentuh matras.
- b. Gulingkan badan ke belakang, kedua tangan di samping telinga, kedua paha tetap mendekat ke dada, punggung dalam kondisi melengkung, dan kepala di sekitar paha.
- c. Saat kedua kaki menyentuh matras belakang, dorong kedua tangan secara bersamaan.
- d. Gerakan guling belakang diakhiri dengan posisi jongkok dan dilanjutkan dengan berdiri.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Mohamad Faisal Faris (2018) yang berjudul “Persepsi Siswa Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di MTs. Negeri 6 Sleman Yogyakarta.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar persepsi siswa kelas VIII terhadap pembelajaran senam lantai guling belakang di MTs. Negeri 6 Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di MTs. Negeri 6 Sleman yang berjumlah 163 siswa sebagai sampel yang digunakannya. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa persepsi siswa kelas VIII di MTs. Negeri 6 Sleman terhadap pembelajaran senam lantai guling belakang sebagian besar termasuk dalam kategori cukup. Kategori cukup sebesar 57,06%, baik sebesar 19,02%, kurang sebesar 14,72%, sangat kurang sebesar 4,91%, dan sangat baik sebesar 4,29%.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Handika Hadi Wibowo (2020) berjudul “Persepsi Siswa Kelas VII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan dengan Pendekatan Saintifik di SMP Negeri 2 Piyungan Tahun Ajaran 2018/2019”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi siswa kelas VII terhadap pembelajaran senam lantai guling depan dengan pendekatan saintifik di SMP Negeri 2 Piyungan tahun ajaran 2018/2019. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode survei. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Piyungan sebanyak 70 anak. Berdasarkan jenis penelitiannya, penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi siswa kelas VII terhadap pembelajaran senam lantai guling depan dengan pendekatan saintifik di SMP Negeri 2 Piyungan tahun ajaran 2018/2019 sebagian besar berkategori sangat baik dengan persentase 9,88%, kategori baik sebesar 23,46%, kategori cukup baik sebesar 39,50%, kategori kurang baik sebesar 27,16%, dan kategori sangat kurang baik 0%.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Andre Firmansyah (2023) yang berjudul “Tanggapan Peserta Didik Kelas VII terhadap Proses Pembelajaran Senam Lantai di SMP Negeri 4 Yogyakarta.” Penelitian bertujuan untuk mengetahui tanggapan peserta didik kelas VII terhadap proses pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 4 Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, dengan menggunakan metode survei. Populasi penelitian ini yaitu seluruh peserta didik kelas VII SMP Negeri 4 Yogyakarta sebanyak 161 peserta didik. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dan instrumen yang digunakan menggunakan tes yang disebarkan melalui angket. Analisis data digunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian diperoleh tanggapan peserta didik kelas VII terhadap proses pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 4 Yogyakarta Tahun pelajaran 2022/2023 untuk kategori sangat baik 12 peserta didik dengan presentase 7,45%, kategori baik 39 peserta didik dengan presentase 24,22%, kategori cukup baik 64 peserta didik dengan presentase 39,77%, kategori kurang 34 peserta didik dengan presentase 21,11%, dan kategori sangat kurang 12 peserta didik dengan presentase 7,45%. Kategori dengan presentase tertinggi yaitu kategori cukup baik, sehingga dapat dikatakan tanggapan peserta didik kelas VII terhadap proses pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 4 Yogyakarta masuk dalam kategori cukup baik.

C. Kerangka Berpikir

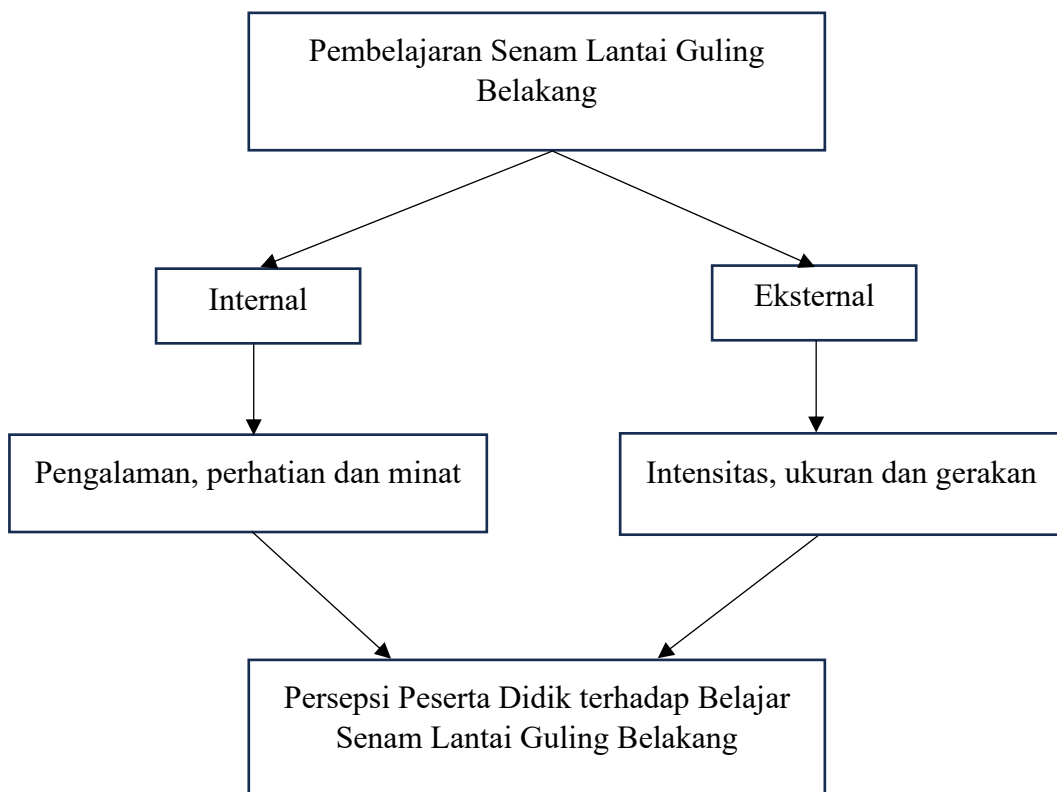
Persepsi merupakan tanggapan yang diterima seseorang mengenai informasi atau gambaran terhadap objek melalui panca indera. Setiap individu memiliki persepsi yang berbeda-beda terhadap suatu peristiwa atau objek yang ada di sekelilingnya. Persepsi seseorang sendiri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adanya persepsi, dapat digunakan sebagai bahan acuan ataupun bahan evaluasi terhadap pembelajaran yang dilakukan.

Pembelajaran senam lantai guling belakang merupakan pembelajaran yang membutuhkan kekuatan fisik, keberanian, dan penguasaan teknik yang baik. Pada pembelajaran senam lantai guling belakang yang dilakukan di SMP Negeri 8 Magelang, masih ditemukan peserta didik yang belum bisa melakukan senam lantai guling belakang karena kurangnya penguasaan teknik yang baik dan minat peserta didik yang kurang. Hal tersebut cukup memprihatinkan mengingat senam lantai guling belakang sudah diajarkan oleh guru PJOK dan merupakan materi yang dapat meningkatkan kualitas pendidikan pada pelajaran PJOK. Oleh karena itu, perlu adanya persepsi dari peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang mengenai keterkaitan dengan belajar senam lantai guling belakang. Persepsi tersebut berasal dari pengamatan peserta didik selama mereka belajar senam lantai guling belakang.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disusun kerangka berpikir dalam penelitian ini yang telah direncanakan oleh peneliti. Tujuan dari kerangka

berpikir ini adalah untuk menggambarkan secara jelas seberapa baik persepsi peserta didik kelas VIII saat mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang. Adanya persepsi ini, dapat dijadikan sebagai bahan acuan dan evaluasi pembelajaran senam lantai guling belakang agar tingkat keberhasilan guru dalam mengajar lebih meningkat.

Gambar 2. Bagan Kerangka Berpikir



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Nugroho (2018, p. 2) mendefinisikan penelitian deskriptif sebagai penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel, baik satu variabel atau lebih (independen), tanpa membuat perbandingan atau membuat hubungan dengan variabel yang lain. Penelitian kuantitatif menurut Zulfikar *et al.* (2024, p. 2) adalah suatu pendekatan ilmiah yang sangat menekankan pada pengumpulan data dalam bentuk angka atau data kuantitatif.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan apa adanya tentang persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan menggunakan instrumen angket untuk mengetahui persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang. Hasil dari angket tersebut dapat diperoleh skor yang nantinya dianalisis dengan menggunakan persentase.

B. Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 8 Magelang yang beralamat di Jl. Beringin V Magelang, Rejowinangun Selatan, Kec. Magelang Selatan, Kota Magelang, Jawa Tengah. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2024.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Amin *et al.* (2023, p. 18), populasi merupakan keseluruhan dari semua elemen yang terlibat dalam penelitian, termasuk subjek dan objek dengan karakteristik tertentu yang menjadi fokus dalam mendapatkan kesimpulan dari hasil akhir suatu penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Magelang dengan jumlah 221 peserta didik yang terdiri dari kelas A-G. Berikut ini adalah rincian jumlah peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang.

Tabel 1. Populasi Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
VIII A	16	16	32
VIII B	16	16	32
VIII C	17	15	32
VIII D	16	16	32
VIII E	16	16	32
VIII F	15	15	30
VIII G	15	16	31
TOTAL			221

2. Sampel

Amin *et al.* (2023, p. 20) mendefinisikan sampel sebagai bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi, yang digunakan sebagai sumber data aktual dalam suatu penelitian. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *total sampling* karena peneliti ingin mendapatkan data yang lebih berkualitas. Dengan begitu, nantinya seluruh peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang dijadikan sebagai sampel penelitian. Jumlah dari seluruh peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang adalah 221 peserta didik yang terbagi dalam 7 kelas berbeda. Rincian dari daftar peserta didik tersebut dapat dilihat pada tabel di atas.

D. Definisi Operasional Variabel

Variabel penelitian adalah nilai atau karakteristik dari objek, individu, atau kegiatan yang bervariasi antara satu dengan yang lain dan ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari guna memperoleh informasi yang akan digunakan sebagai dasar untuk menyimpulkan (Ridha, 2017, p. 66). Definisi variabel penelitian ini adalah persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang. Variabel independen dalam penelitian ini adalah persepsi peserta didik. Sedangkan variabel dependen adalah belajar senam lantai guling belakang. Persepsi peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Magelang adalah skor persepsi atau pandangan melalui instrumen pengukuran dengan menggunakan skala psikologi terhadap belajar senam lantai guling belakang.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan angket (kuesioner). Data yang diambil berupa pernyataan yang diperoleh dari peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang. Langkah-langkah pengumpulan data yaitu dengan mendatangi langsung responden/peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Magelang. Peneliti membagikan angket dan menjelaskan cara pengisian angket, kemudian responden memilih jawaban yang telah disediakan pada lembar jawaban. Setelah dijawab, lembar jawaban dikumpulkan kemudian hasilnya diskor dan dianalisis.

2. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu perangkat yang digunakan untuk mengumpulkan, memproses, dan menginterpretasikan informasi dari responden menggunakan pola ukur yang sama (Agustina, 2017, p. 65). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket atau kuesioner terkait persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang. Penyusunan instrumen disusun dengan memperhatikan langkah-langkah yang akan dilewati. Langkah-langkah untuk menyusun instrumen penelitian yang baik menurut Hadi (dalam Firmansyah 2023, pp. 36-37) adalah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan Konstruk

Mendefinisikan konstruk merupakan langkah yang bertujuan untuk memberikan batasan variabel yang akan diteliti. Konstruk dalam penelitian ini adalah persepsi, belajar senam lantai guling belakang, dan peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang. Persepsi dalam penelitian ini didefinisikan sebagai tanggapan peserta didik terkait keterkaitan dengan suatu hal yang dilakukan.

b. Menentukan Faktor

Menentukan faktor adalah langkah yang bertujuan untuk mengidentifikasi faktor atau indikator yang ditetapkan dari variabel yang dijadikan titik tolak untuk menyusun instrumen pernyataan-pernyataan yang diajukan kepada responden (peserta didik). Faktor dalam penelitian ini adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu pengalaman,

perhatian, dan minat. Sedangkan faktor eksternal yaitu intensitas, ukuran, dan gerakan.

c. Menyusun Butir-butir Soal

Berdasarkan faktor-faktor, kemudian dijabarkan menjadi butir-butir pernyataan. Setiap butir pernyataan akan mengacu ke salah satu faktor proses pembelajaran senam lantai guling belakang sehingga keseluruhan butir pernyataan mencakup komponen secara lengkap.

Angket yang digunakan pada penelitian ini adalah angket tertutup dilihat dari cara menjawabnya. Skor yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan Skala *Likert*. Skala *Likert* yang telah dimodifikasi terdiri dari empat jawaban yang disediakan yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).

Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Skor	
	(+)	(-)
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Tabel 3. Kisi-kisi Uji Coba Instrumen Penelitian Kelas VIII

Konstrak	Faktor	Indikator	Butir	Jumlah
Persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang	Internal	Pengalaman	1*, 2, 3*, 4*, 5	5
		Perhatian	6, 7, 8, 9, 10*	5
		Minat	11, 12*, 13, 14*, 15	5
	Eksternal	Intensitas	16*, 17, 18, 19, 20	5
		Ukuran	21, 22, 23, 24, 25	5
		Gerakan	26*, 27, 28, 29, 30	5
Total				30

Keterangan: * (pernyataan negatif)

F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Coba Instrumen Penelitian

Uji coba instrumen dimaksudkan untuk mengetahui apakah instrumen yang disusun benar-benar instrumen yang baik. Uji coba instrumen dilakukan di SMP Negeri 8 Magelang dengan responden yang digunakan untuk uji coba diambil dari salah satu kelas VIII yang juga nantinya digunakan sebagai sampel dalam penelitian. Sampel uji coba dipilih dengan undian menggunakan jadwal pelajaran PJOK yang lebih terdahulu maka kelas tersebut yang terpilih. Dalam hal ini, kelas VIII E yang terpilih karena kelas tersebut yang memungkinkan untuk diambil datanya terlebih dahulu. Jumlah peserta didik kelas VIII E adalah 32 peserta didik dengan rincian 16 laki-laki dan 16 perempuan.

Untuk menguji validitas pernyataan instrumen, diperlukan pendapat ahli (*expert judgment*). Ahli tersebut akan diminta pendapatnya tentang instrumen yang telah disusun. Peneliti menggunakan ahli dari Program

Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta yaitu Bapak Dr. Ari Iswanto, M.Or.

Hasil uji coba akan dihitung validitas dan reliabilitasnya sehingga akan diketahui apakah instrumen yang digunakan layak atau tidak untuk digunakan. Untuk dapat memutuskan instrumen layak atau tidak untuk digunakan, dapat diketahui dengan uji validitas dan reliabilitas karena validitas dan reliabilitas merupakan ketentuan pokok untuk menilai suatu alat ukur.

2. Uji Validitas

Menurut Darma (2021, p. 7) validitas merupakan kemampuan suatu alat ukur untuk mengukur target ukurnya. Uji validitas dilakukan untuk mengukur seberapa cermat suatu uji melakukan fungsinya, apakah alat ukur yang disusun benar-benar telah dapat mengukur apa perlu diukur. Uji ini bertujuan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan analisis butir, di mana untuk menguji validitas tiap butir, skor-skor yang ada pada butir yang dimaksud akan dikorelasikan dengan skor total. Butir-butir pertanyaan yang dinyatakan valid apabila mempunyai korelasi yang lebih besar dari r tabel dengan taraf signifikan tertentu. Apabila hasil korelasi kurang atau lebih kecil dari r tabel maka dinyatakan gugur atau tidak valid. Untuk menguji tingkat validitas, menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Karl Person yaitu:

$$r_{xy} = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} : koefisien korelasi antara skor butir dengan skor total
 X : skor butir
 Y : skor total
 n : banyaknya subjek

Hasil validitas menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS dengan menggunakan taraf signifikan 0,05 r tabel. Uji coba penelitian ini menggunakan responden peserta didik yang berjumlah 32 sehingga r tabel sebesar 0,349. Kriteria penilaian butir angket yang valid apabila mempunyai $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ (0,349) dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa dari 30 item pernyataan yang dibagikan kepada responden terdapat 3 pernyataan yang dinyatakan tidak valid yaitu nomor 7, 19, dan 21 karena nilai $r \text{ hitung} < r \text{ tabel}$ sehingga terdapat 27 item pernyataan yang nantinya dapat digunakan dalam penelitian. Hasil validitas instrumen dapat dilihat pada tabel di bawah ini. (Hasil lebih rinci dapat dilihat pada lampiran).

Tabel 4. Hasil Validitas Instrumen

No.	r hitung	r tabel	Keterangan	No.	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	0,522	0,349	Valid	16.	0,440	0,349	Valid
2.	0,579	0,349	Valid	17.	0,491	0,349	Valid
3.	0,754	0,349	Valid	18.	0,686	0,349	Valid
4.	0,418	0,349	Valid	19.	0,200	0,349	Tidak Valid
5.	0,719	0,349	Valid	20.	0,466	0,349	Valid
6.	0,654	0,349	Valid	21.	0,139	0,349	Tidak Valid
7.	0,254	0,349	Tidak Valid	22.	0,807	0,349	Valid
8.	0,534	0,349	Valid	23.	0,563	0,349	Valid
9.	0,747	0,349	Valid	24.	0,541	0,349	Valid
10.	0,522	0,349	Valid	25.	0,675	0,349	Valid
11.	0,729	0,349	Valid	26.	0,416	0,349	Valid
12.	0,642	0,349	Valid	27.	0,528	0,349	Valid
13.	0,448	0,349	Valid	28.	0,629	0,349	Valid
14.	0,456	0,349	Valid	29.	0,500	0,349	Valid
15.	0,557	0,349	Valid	30.	0,449	0,349	Valid

Dari hasil validitas di atas maka kisi-kisi untuk penelitian menjadi seperti pada tabel berikut.

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Kelas VIII

Konstrak	Faktor	Indikator	Butir	Jumlah
Persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang	Internal	Pengalaman	1*, 2, 3*, 4, 5	5
		Perhatian	6, 7, 8, 9*	4
		Minat	10, 11*, 12, 13*, 14	5
	Eksternal	Intensitas	15*, 16, 17, 18	4
		Ukuran	19, 20, 21, 22	4
		Gerak	23*, 24, 25, 26, 27	5
Total				27

Keterangan: * (pernyataan negatif)

3. Uji Reliabilitas

Menurut Darma (2021, p. 17) uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan dapat diandalkan atau bersifat tangguh. Uji reliabilitas dilakukan dengan membandingkan nilai *Cronbach's alpha* dengan taraf signifikan yang digunakan. Apabila nilai *Cronbach's alpha* lebih besar dari tingkat signifikan maka instrumen dikatakan reliabel. Sedangkan apabila nilai *Cronbach's alpha* lebih kecil dari tingkat signifikan maka instrument dikatakan tidak reliabel. Uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach's* yaitu:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2 t} \right]$$

Keterangan:

r_{11} : reliabilitas instrument
 k : banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal
 $\sum \sigma b^2$: jumlah varians butir
 $\sigma^2 t$: varians total

Perhitungan uji reliabilitas menggunakan bantuan program IBM SPSS. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa reliabel dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,911. Rangkuman hasil uji reliabilitas dapat dilihat pada tabel berikut. (Hasil selengkapnya dapat dilihat pada lampiran).

Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas

Jumlah Item Pernyataan	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>	Tingkat Reliabilitas
30	0,911	Reliabilitas Sempurna

Hal tersebut dapat dikatakan bahwa tingkat reliabilitas sempurna. Menurut Sanaky *et al.* (2021, p. 434) sempurna rendahnya reliabilitas ditunjukkan oleh koefisien reliabilitas yaitu sebagai berikut.

Tabel 7. Indikator Tingkat Reliabilitas

Nilai Reliabilitas	Tingkat Reliabilitas
> 0,9	Reliabilitas Sempurna
0,7–0,9	Reliabilitas Tinggi
0,5–0,7	Reliabilitas Moderat
< 0,5	Reliabilitas Rendah

G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan analisis deskriptif atau statistik deskriptif. Menurut Putri *et al.* (2020, p. 5) statistik deskriptif adalah statistik yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek penelitian tanpa memberikan

kesimpulan. Penyajian data dalam statistik deskriptif dapat berupa tabel maupun diagram. Persepsi peserta didik dalam belajar senam lantai guling belakang disusun dengan lima kategori yaitu sangat baik, baik, cukup, kurang, dan sangat kurang (Syarifudin dalam Faris, 2018).

Tabel 8. Kategori Persepsi

$X > M + 1,5 \text{ SD}$	Sangat Baik
$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$	Cukup
$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$	Sangat Kurang

Keterangan:

M : Mean Hitung

SD : Standar Deviasi

Untuk menghitung persentase responden yang termasuk dalam kategori tertentu yang ditentukan dari kelas interval dari penelitian di setiap aspek menggunakan rumus menurut Sudjiono (dalam Faris, 2018).

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

Keterangan:

P : Persentase

f : frekuensi

n : jumlah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data hasil penelitian persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang diukur menggunakan angket yang terdiri dari 27 butir pernyataan dengan skor 1-4. Setelah data terkumpul, diperoleh hasil penelitian yaitu nilai minimal = 42, nilai maksimal = 101, rerata (mean) = 73,75, median = 73, dan standar deviasi = 9,756. Berdasarkan data tersebut maka hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang dapat dideskripsikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 88,38$	14	6,33%	Sangat Baik
$78,63 \leq X < 88,38$	56	25,35%	Baik
$68,87 \leq X < 78,63$	85	38,46%	Cukup
$59,12 \leq X < 68,87$	52	23,53%	Kurang
$X < 59,12$	14	6,33%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti pada gambar di bawah ini:

Gambar 3. Diagram Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Belajar Senam Lantai Guling Belakang



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas, dapat diketahui bahwa persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang yang masuk pada kategori sangat baik sebesar 6,33%, kategori baik sebesar 25,35%, kategori cukup baik sebesar 38,46%, kategori kurang baik sebesar 23,53%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,33%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kategori yang paling dominan pada persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang yaitu cukup baik dengan persentase sebesar 38,46%.

Persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang dalam penelitian ini didasarkan pada faktor internal dan faktor eksternal. Hasil penelitian masing-masing faktor tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

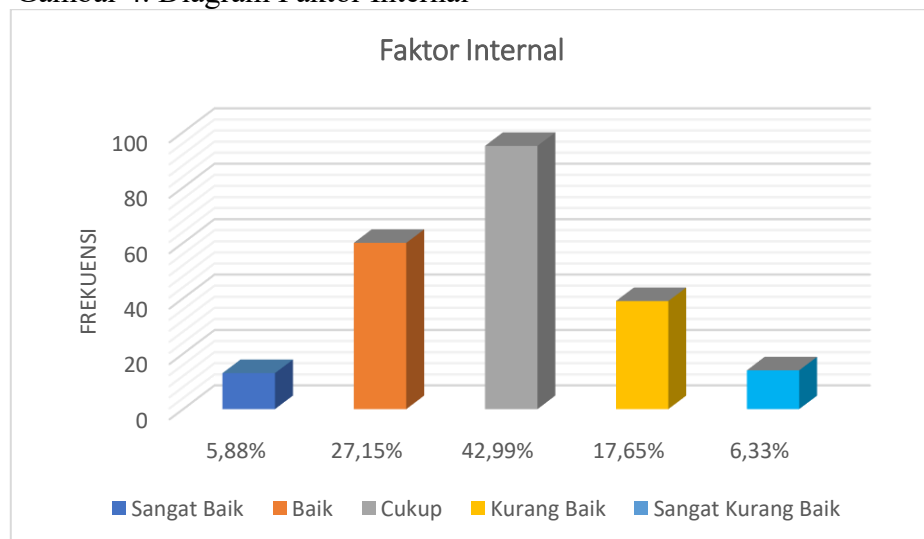
Faktor internal dalam penelitian ini diukur menggunakan angket yang terdiri dari 14 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 24, nilai maksimal = 53, rerata (mean) = 38,19, median = 38, dan standar deviasi = 5,492. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada faktor internal dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 10. Deskripsi Faktor Internal

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 46,43$	13	5,88%	Sangat Baik
$40,94 \leq X < 46,43$	60	27,15%	Baik
$35,44 \leq X < 40,94$	95	42,99%	Cukup
$29,95 \leq X < 35,44$	39	17,65%	Kurang
$X < 29,95$	14	6,33%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 4. Diagram Faktor Internal



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa faktor internal yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 5,88%, kategori baik sebesar 27,15%, kategori cukup baik sebesar 42,99%, kategori kurang baik sebesar 17,65%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,33%.

Faktor internal terdiri atas tiga indikator yaitu pengalaman, perhatian, dan minat. Deskripsi tentang tiap indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Indikator Pengalaman

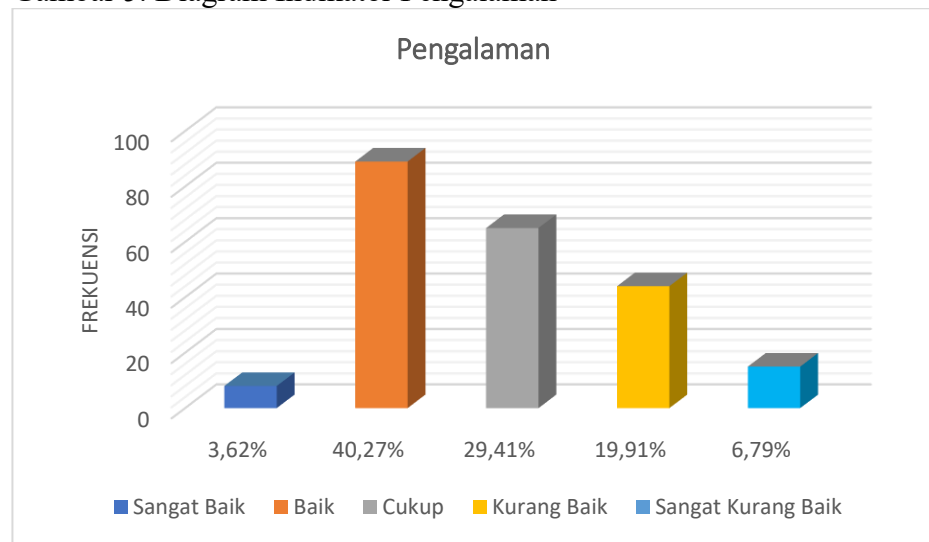
Indikator pengalaman dalam penelitian ini diukur menggunakan angket dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 5, nilai maksimal = 20, rerata (mean) = 13,02, median = 13, dan standar deviasi = 2,774. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator pengalaman dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 11. Deskripsi Indikator Pengalaman

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 17,18$	8	3,62%	Sangat Baik
$14,41 \leq X < 17,18$	89	40,27%	Baik
$11,63 \leq X < 14,41$	65	29,41%	Cukup
$8,86 \leq X < 11,63$	44	19,91%	Kurang
$X < 8,86$	15	6,79%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 5. Diagram Indikator Pengalaman



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator pengalaman yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 3,62%, kategori baik sebesar 40,27%, kategori cukup baik sebesar 29,41%, kategori kurang baik sebesar 19,91%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,79%.

b. Indikator Perhatian

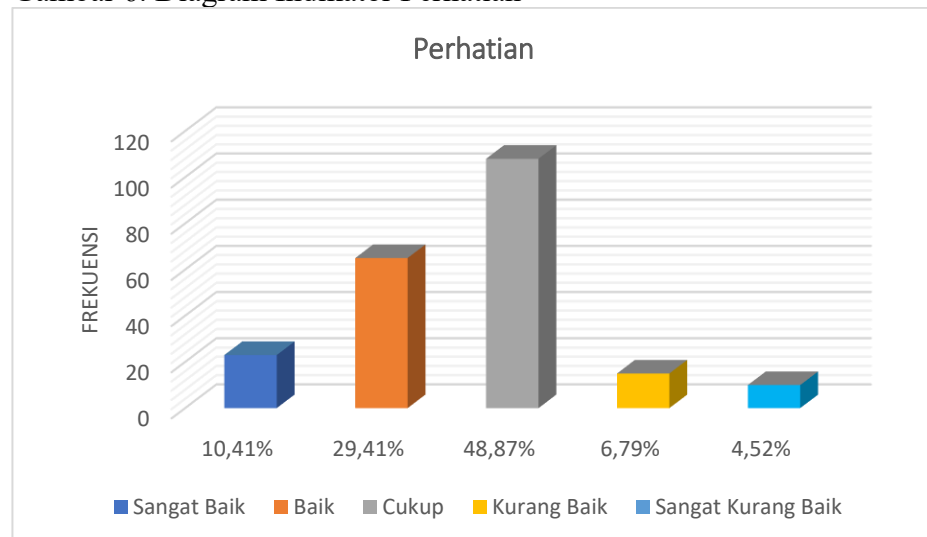
Indikator perhatian peserta didik dalam penelitian ini diukur dengan 4 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 6, nilai maksimal = 16, rerata (mean) = 12,26, median = 12, dan standar deviasi = 1,688. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator perhatian dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 12. Deskripsi Indikator Perhatian

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 14,79$	23	10,41%	Sangat Baik
$13,1 \leq X < 14,79$	65	29,41%	Baik
$11,42 \leq X < 13,1$	108	48,87%	Cukup
$9,73 \leq X < 11,42$	15	6,79%	Kurang
$X < 9,73$	10	4,52%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 6. Diagram Indikator Perhatian



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator perhatian yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 10,41%, kategori baik sebesar 29,41%, kategori cukup baik sebesar 48,87%, kategori kurang baik sebesar 6,79%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 4,52%.

c. Indikator Minat

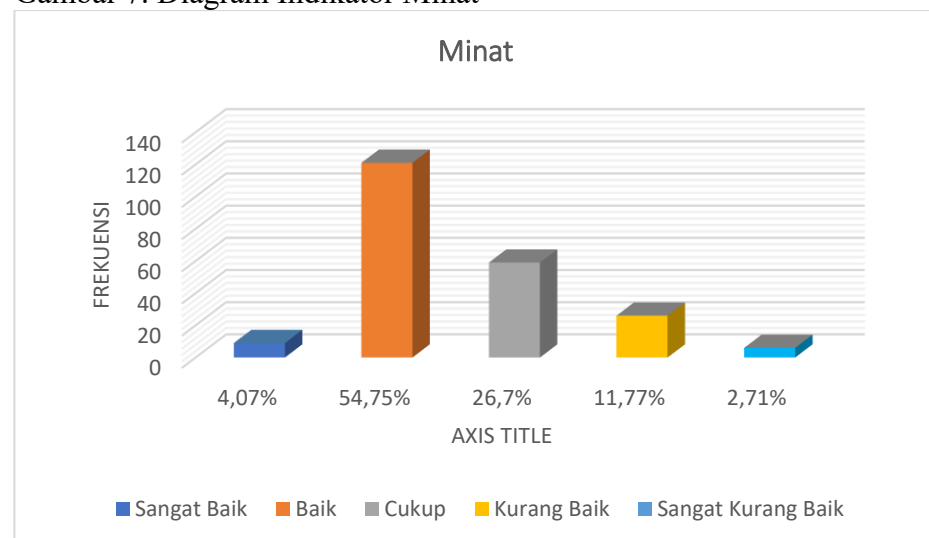
Indikator minat peserta didik dalam penelitian ini diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 6, nilai maksimal = 20, rerata (mean) = 12,91, median = 13, dan standar deviasi = 2,273. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator minat dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 13. Deskripsi Indikator Minat

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 16,32$	9	4,07%	Sangat Baik
$13,43 \leq X < 16,32$	121	54,75%	Baik
$11,15 \leq X < 13,43$	59	26,7%	Cukup
$8,89 \leq X < 11,15$	26	11,77%	Kurang
$X < 8,89$	6	2,71%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 7. Diagram Indikator Minat



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator minat yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 4,07%, kategori baik sebesar 54,75%, kategori cukup baik sebesar 26,7%, kategori kurang baik sebesar 11,77%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 2,71%.

2. Faktor Eksternal

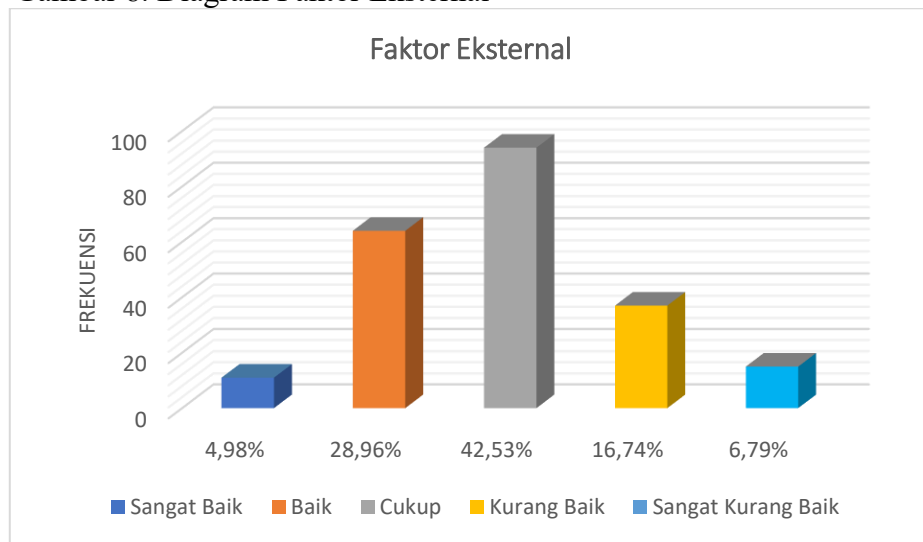
Faktor eksternal dalam penelitian ini diukur menggunakan angket yang terdiri dari 13 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 17, nilai maksimal = 49, rerata (mean) = 35,56, median = 36, dan standar deviasi = 5,118. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada faktor eksternal dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 14. Deskripsi Faktor Eksternal

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 43,24$	11	4,98%	Sangat Baik
$38,12 \leq X < 43,24$	64	28,96%	Baik
$33 \leq X < 38,12$	94	42,53%	Cukup
$27,88 \leq X < 33$	37	16,74%	Kurang
$X < 27,88$	15	6,79%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 8. Diagram Faktor Eksternal



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa faktor eksternal yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 4,98%, kategori baik sebesar 28,96%, kategori cukup baik sebesar 42,53%, kategori kurang baik sebesar 16,74%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,79%.

Faktor eksternal terdiri atas tiga indikator yaitu intensitas, ukuran, dan gerakan. Deskripsi tentang tiap indikator tersebut adalah sebagai berikut:

a. Indikator Intensitas

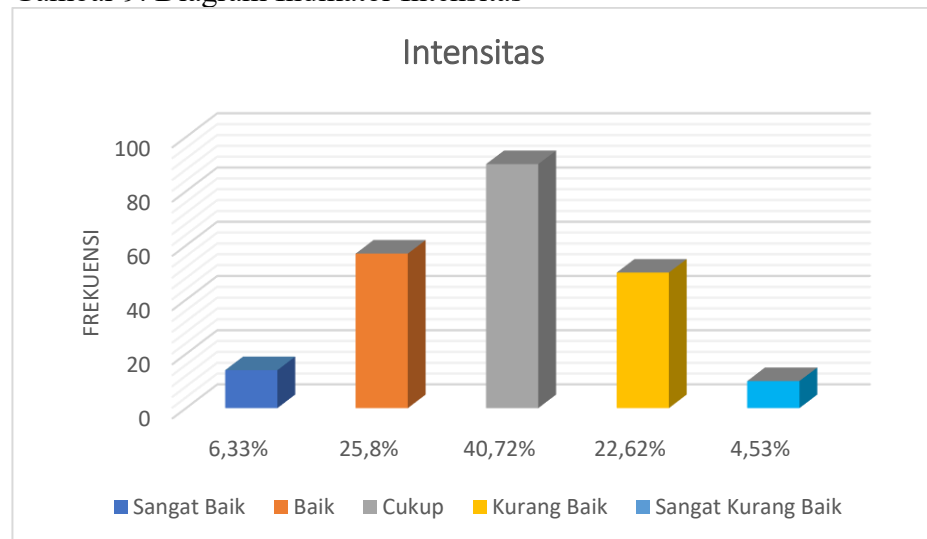
Indikator intensitas peserta didik dalam penelitian ini diukur dengan 4 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 4, nilai maksimal = 16, rerata (mean) = 10,58, median = 11, dan standar deviasi = 1,993. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator intensitas dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 15. Deskripsi Indikator Intensitas

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 13,57$	14	6,33%	Sangat Baik
$11,58 \leq X < 13,57$	57	25,8%	Baik
$9,58 \leq X < 11,58$	90	40,72%	Cukup
$7,59 \leq X < 9,58$	50	22,62%	Kurang
$X < 7,59$	10	4,53%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 9. Diagram Indikator Intensitas



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator intensitas yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 6,33%, kategori baik sebesar 25,8%, kategori cukup baik sebesar 40,72%, kategori kurang baik sebesar 22,62%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 4,53%.

b. Indikator Ukuran

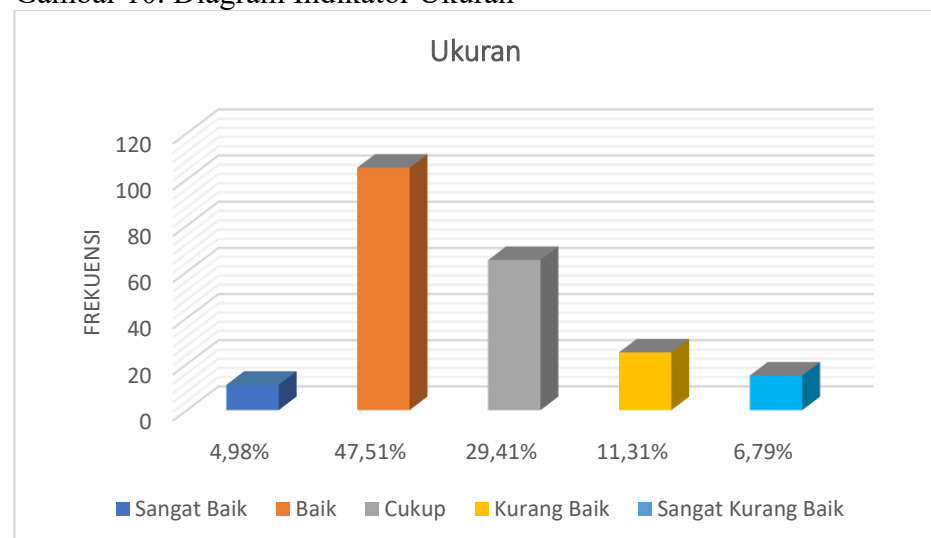
Indikator ukuran peserta didik dalam penelitian ini diukur dengan 4 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 4, nilai maksimal = 16, rerata (mean) = 10,35, median = 11, dan standar deviasi = 2,236. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator ukuran dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 16. Deskripsi Indikator Ukuran

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 13,7$	11	4,98%	Sangat Baik
$11,47 \leq X < 13,7$	105	47,51%	Baik
$9,23 \leq X < 11,47$	65	29,41%	Cukup
$7 \leq X < 9,23$	25	11,31%	Kurang
$X < 7$	15	6,79%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 10. Diagram Indikator Ukuran



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator ukuran yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 4,98%, kategori baik sebesar 47,51% kategori cukup baik sebesar 29,41%, kategori kurang baik sebesar 11,31%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,79%.

c. Indikator Gerakan

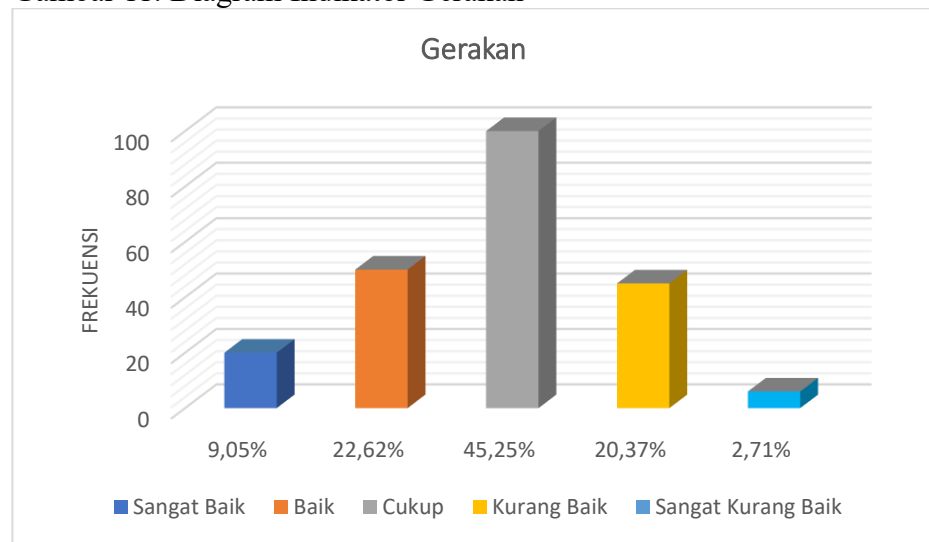
Indikator gerakan peserta didik dalam penelitian ini diukur dengan 5 butir pernyataan dengan rentang skor 1-4. Dari data yang diperoleh, hasil data penelitian dengan nilai minimal = 8, nilai maksimal = 20, rerata (mean) = 14,63, median = 14, dan standar deviasi = 2,101. Berdasarkan data tersebut, maka hasil penelitian pada indikator gerakan dapat dideskripsikan pada tabel berikut:

Tabel 17. Deskripsi Indikator Gerakan

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$> 17,78$	20	9,05%	Sangat Baik
$15,68 \leq X < 17,78$	50	22,62%	Baik
$13,58 \leq X < 15,68$	100	45,25%	Cukup
$11,48 \leq X < 13,58$	45	20,37%	Kurang
$X < 11,48$	6	2,71%	Sangat Kurang
Jumlah	221	100%	

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram akan terlihat seperti gambar di bawah ini:

Gambar 11. Diagram Indikator Gerakan



Berdasarkan tabel dan gambar diagram di atas dapat diketahui bahwa indikator gerakan yang masuk dalam kategori sangat baik sebesar 9,05%, kategori baik sebesar 22,62% kategori cukup baik sebesar 45,25%, kategori kurang baik sebesar 20,37%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 2,71%.

B. Pembahasan

Persepsi merupakan suatu tanggapan yang diterima seseorang dari suatu objek atau suatu hal melalui panca indera mereka. Dalam pembelajaran, persepsi merupakan suatu hal yang penting karena dapat menentukan kegiatan pembelajaran yang tepat dan hasil belajar yang baik untuk peserta didik. Persepsi dalam pembelajaran PJOK dapat menentukan pelaksanaan belajar mengajar apakah berjalan dengan baik atau tidak. Jika peserta didik mempunyai persepsi yang baik maka hasil belajar yang didapat juga baik. Sebaliknya, jika peserta didik mempunyai persepsi yang kurang baik maka hasil belajar yang didapat menjadi kurang maksimal.

Hal ini sejalan dengan pendapat Yanti *et al.* (2022, p. 432) bahwa persepsi akan terus berlangsung selama setiap orang saling berinteraksi dan saling memberikan respons. Setiap individu memiliki penafsiran atau penerimaan nilai yang berbeda-beda terhadap suatu pandangan mengenai objek tertentu. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan evaluasi terkait kelebihan dan kekurangan pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

Persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang berada pada kategori cukup baik. Persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori positif sebesar 31,68%, sementara persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori negatif sebesar 29,86%. Oleh karena itu, persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang pada kategori cukup baik mengarah pada persepsi positif. Hal ini dibuktikan dengan jumlah peserta didik yang mendapat nilai lebih dari KKM ada 41,63% dan peserta didik yang mendapat nilai kurang dari KKM ada 38,46%.

Persepsi peserta didik pada kategori cukup baik karena beberapa peserta didik ada yang sudah benar-benar paham tentang materi guling belakang dan ada juga yang masih kurang paham. Peserta didik yang memiliki tingkat pemahaman yang tinggi pada materi guling belakang cenderung mempunyai ketertarikan yang lebih tinggi dibanding dengan peserta didik yang tingkat pemahamannya masih rendah. Peserta didik tersebut sudah mengetahui tahapan-tahapan melakukan guling belakang dari sikap awal sampai sikap akhir.

Mereka juga dapat menguasai gerakan guling belakang dengan cepat tanpa mengalami kesulitan. Peserta didik yang sudah paham ini biasanya selalu memperhatikan dan fokus saat guru menjelaskan materi secara praktik. Sementara itu, peserta didik yang kurang paham dengan materi guling belakang cenderung tidak tertarik dan kurang konsentrasi saat guru menjelaskan sehingga mereka merasa kesulitan saat mempraktikkannya. Peserta didik tersebut biasanya juga kurang mengerti mengenai tahapan melakukan guling belakang yang membuat mereka sering melakukan kesalahan. Hal ini sejalan dengan penelitian Faisal & Paryadi (2023) bahwa persepsi peserta didik pada kategori cukup baik dikarenakan beberapa dari mereka sudah paham dengan materi yang disampaikan oleh guru sehingga tidak mengalami kesulitan saat mengikuti pembelajaran. Peserta didik tersebut juga beberapa sudah menguasai materi pembelajaran yang disampaikan.

Di samping kategori yang dominan yaitu cukup baik, persepsi peserta didik kelas VIII ada yang berada pada kategori sangat baik. Peserta didik yang masuk dalam kategori ini sudah mengetahui betul mengenai senam lantai guling belakang. Mereka dapat mempraktikkan guling belakang tanpa mengalami kesulitan mulai dari tahap awal hingga tahap akhir. Selain itu, peserta didik yang masuk dalam kategori sangat baik ini juga memiliki minat yang tinggi terhadap materi guling belakang sehingga dapat mengikuti pembelajaran dengan fokus dan konsentrasi. Ada juga persepsi peserta didik yang masuk dalam kategori baik. Biasanya peserta didik yang masuk dalam kategori baik ini hampir sama dengan peserta didik yang masuk dalam kategori sangat baik, hanya saja

pemahaman, minat, dan konsentrasi tidak setinggi peserta didik yang berada pada kategori sangat baik. Sama seperti yang dikatakan Agnes & Sukendro (2023) bahwa minat peserta didik dapat mendorong mereka terhadap suatu objek yang didasarkan pada perasaan senang atau tidak senang. Jika seseorang merasa senang terhadap suatu hal, kemungkinan besar mereka akan mengembangkan minat pada objek tersebut. Namun sebaliknya, jika mereka memiliki perasaan yang tidak senang, mereka cenderung tidak tertatik atau memiliki minat yang rendah terhadap suatu hal.

Terdapat juga persepsi peserta didik yang berada dalam kategori kurang baik. Peserta didik ini cenderung kurang semangat saat mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Mereka biasanya merasa kesulitan dan kurang paham dengan materi tersebut. Selain itu, ada beberapa peserta didik yang merasa bosan ketika belajar guling belakang sehingga materi yang disampaikan oleh guru tidak benar-benar dipahami. Ada juga persepsi peserta didik yang masuk dalam kategori sangat kurang baik. Peserta didik pada kategori ini mempunyai motivasi yang sangat kurang mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Mereka merasa guling belakang merupakan materi yang sulit dilakukan sehingga saat praktik membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menguasai gerakannya. Ada juga peserta didik yang pernah mengalami cedera saat melakukan guling belakang yang menyebabkan peserta didik tersebut mempunyai persepsi yang sangat kurang baik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugraheni & Supena (2019) bahwa peserta didik yang masih kurang dalam

mengikuti pembelajaran PJOK materi senam lantai terlihat pada saat mereka mengikuti pembelajaran yang cenderung bermalas-malasan dan kurang memperhatikan guru ketika menjelaskan. Selain itu, ada peserta didik yang merasa takut dan tidak tertarik dengan materi senam lantai sehingga hasil yang didapatkan menjadi tidak maksimal.

Berdasarkan beberapa kategori persepsi peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang, setiap peserta didik mempunyai persepsi yang berbeda-beda. Hal ini karena pembelajaran senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang diikuti oleh seluruh peserta didik kelas VIII yang mempunyai karakteristik yang berbeda-beda. Seperti yang dikatakan oleh Janawi (2019, p. 70) setiap peserta didik memiliki karakteristik yang berbeda antara satu dengan lainnya. Untuk memahami karakteristik peserta didik, guru perlu memiliki pengetahuan mendalam dalam teori-teori psikologi, seperti psikologi belajar, psikologi pendidikan, psikologi perkembangan, psikologi kepribadian, dan pendekatan lain yang relevan untuk meningkatkan pemahaman terhadap peserta didik. Lebih lanjut, Mulyaningsih (2009, p. 54) mengatakan bahwa kesiapan guru dalam memahami karakteristik peserta didik saat proses pembelajaran adalah kunci dalam menyampaikan materi pembelajaran dengan efektif dan menjadi penanda keberhasilan pelaksanaan pembelajaran itu sendiri. Selain adanya karakteristik yang berbeda, perbedaan persepsi setiap peserta didik juga disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor dari dalam diri peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Dalam hal ini didasarkan pada indikator pengalaman, perhatian, dan minat. Menurut Hendayana (2014, p. 5) pengalaman sangat bergantung pada ingatan seseorang. Seseorang dapat mengingat kejadian di masa lalu untuk mengenali rangsang di masa mendatang yang dapat menyebabkan perbedaan persepsi setiap individu. Hal tersebut menjadi salah satu alasan mengenai persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Pengalaman peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang sendiri sudah baik. Peserta didik sudah mengetahui materi guling belakang dan pernah mencoba melakukan sebelum diajarkan oleh guru PJOK. Adanya pengalaman yang baik dari peserta didik melakukan guling belakang, dapat memengaruhi persepsi mereka terhadap belajar senam lantai guling belakang itu sendiri. Selain itu, perhatian peserta didik pada saat belajar senam lantai guling belakang juga sudah cukup baik. Perhatian menurut Akbar (2015, p. 196) merupakan fokus atau konsentrasi oleh seseorang kepada sekelompok objek tertentu. Dalam hal ini, yang menjadi perhatian peserta didik adalah belajar senam lantai guling belakang. Perhatian peserta didik juga mengantar sejauh mana persepsi peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Peserta didik sudah cukup fokus dan memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan materi. Namun, memang masih ada beberapa peserta didik yang kurang konsentrasi saat menerima

materi guling belakang secara praktik. Adanya perhatian yang bagus dari peserta didik, dapat membantu mereka untuk melakukan gerakan guling belakang dengan baik sehingga meminimalisir terjadinya cedera.

Persepsi juga dapat dipengaruhi oleh minat dari peserta didik itu sendiri. Sadirman (dalam Mulyana *et al.*, 2013, pp. 318-319) berpendapat bahwa minat merupakan suatu kondisi yang terjadi ketika seseorang melihat suatu ciri atau makna yang relevan dengan keinginan atau kebutuhan pribadinya. Hal ini menunjukkan bahwa minat merupakan kecenderungan batin seseorang yang menariknya terhadap sesuatu karena merasa tertarik atau memiliki kepentingan terhadap hal tersebut. Minat peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang merupakan kondisi ketertarikan peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang yang kemudian mendorong peserta didik tersebut untuk mempelajari gerakan guling belakang. Adanya minat yang tinggi dari peserta didik untuk mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang, dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik secara maksimal. Namun, berbeda dengan peserta didik yang mempunyai minat yang kecil, mereka akan merasa kesulitan saat mengikuti pembelajaran bahkan dapat tertinggal dengan teman yang lain. Minat peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang ini juga dapat menentukan persepsi mereka terhadap pembelajaran senam lantai guling belakang.

2. Faktor Eksternal

Faktor kedua yang memengaruhi persepsi adalah faktor eksternal. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar peserta didik terhadap belajar senam lantai guling belakang. Hal ini didasarkan pada indikator intensitas, ukuran, dan gerakan. Intensitas menurut Dahlan (2017, p. 11) ditunjukkan melalui rangsangan yang lebih kuat mendapat tanggapan yang lebih besar dibandingkan dengan rangsangan yang lebih lemah. Hal ini juga berlaku pada pembelajaran senam lantai guling belakang. Peserta didik yang melakukan latihan guling belakang lebih banyak maka hasil yang didapat akan lebih baik dari yang kurang atau bahkan yang tidak pernah melakukan. Hal ini karena peserta didik yang sudah bisa melakukan guling belakang lebih sering berlatih dan terus mau mencoba dibanding dengan yang tidak pernah. Ketika peserta didik memiliki kebiasaan di rumah berlatih guling belakang maka saat pembelajaran di sekolah peserta didik tersebut akan lebih mudah untuk berkembang dibanding dengan peserta didik yang tidak mempelajari guling belakang secara mandiri di rumah.

Selain itu, persepsi juga dipengaruhi oleh ukuran. Rahmatullah (dalam Zuraida, 2023, p. 4) berpendapat bahwa semakin besar ukuran objek maka semakin mudah bagi seseorang untuk memahaminya. Hal ini dapat memengaruhi cara seseorang mempersiapkan objek tersebut saat melihat sehingga membuat proses pembentukan persepsi menjadi lebih mudah. Objek menurut Susanti (2019, p. 370) dibagi menjadi dua yaitu objek material yaitu seluruh lapangan atau bahan yang dijadikan objek

penyelidikan suatu ilmu dan objek formal yaitu objek material yang disoroti suatu ilmu, sehingga membedakan ilmu yang satu dari ilmu lainnya, jika berobjek material yang sama. Dalam hal ini, guling belakang merupakan objek material yang dilakukan dalam penelitian. Pada senam lantai guling belakang, ukuran dapat dilihat dari tingkat fleksibilitas peserta didik, cara peserta didik menguasai gerakan guling belakang, seberapa besar peserta didik dapat mengkoordinasikan gerakan tubuh saat melakukan guling belakang, dan kesesuaian materi yang disampaikan oleh guru terhadap kemampuan peserta didik. Dalam hal ini, peserta didik saat mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang sudah baik dalam menguasai gerakan guling belakang yang diajarkan oleh guru PJOK. Gerakan juga sangat berpengaruh terhadap persepsi itu sendiri. Menurut Hendayana (2014, p. 6) seseorang cenderung lebih memperhatikan objek yang bergerak di dalam jangkauan pandangannya daripada objek yang diam. Pada pembelajaran senam lantai guling belakang, gerakan yang dilakukan cukup kompleks sehingga membutuhkan latihan yang cukup. Agar dapat melakukan guling belakang dengan baik maka saat berlatih harus dilakukan secara bertahap dari sikap awal sampai sikap akhir karena gerakan ini merupakan gerakan rangkaian. Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 8 Magelang sudah cukup baik dalam memahami rangkaian gerakan guling belakang yang diawali dengan pinggul bagian belakang menyentuh lantai kemudian diikuti pinggang, punggung, dan tengkuk. Saat kaki menyentuh lantai, kedua tangan mendorong badan ke belakang.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti sudah berusaha semaksimal mungkin dalam segala kebutuhan yang dipersyaratkan dalam penelitian, tetapi bukan berarti penelitian ini tidak memiliki kekurangan dan keterbatasan. Beberapa kekurangan dan keterbatasan penelitian yaitu:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan angket penelitian. Tidak menutup kemungkinan apakah jawaban yang diberikan responden sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
2. Peserta didik mengerjakan angket dengan buru-buru karena melihat teman yang lain sudah selesai dan ingin segera melakukan aktivitas yang lain.
3. Pengumpulan data dalam penelitian ini terbatas pada penggunaan angket saja sehingga memungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian angket.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang untuk kategori sangat baik sebesar 6,33%, kategori baik sebesar 25,35%, kategori cukup baik sebesar 38,46%, kategori kurang baik sebesar 23,53%, dan kategori sangat kurang baik sebesar 6,33%. Persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori positif sebesar 31,68%, sementara persepsi peserta didik yang mengarah pada kategori negatif sebesar 29,86%. Kategori dengan persentase tertinggi yaitu pada kategori cukup baik, sehingga dapat dikatakan bahwa persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang berada dalam kategori cukup baik yang mengarah pada persepsi positif.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian yaitu:

1. Bahan evaluasi guru PJOK terkait kelebihan dan kekurangan pembelajaran senam lantai guling belakang untuk mengembangkan model pembelajaran yang kreatif dan inovatif agar meningkatkan minat peserta didik.
2. Meningkatkan minat dan motivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran PJOK khususnya senam lantai guling belakang.

3. Memberikan informasi bagi sekolah terkait persepsi peserta didik kelas VIII terhadap belajar senam lantai guling belakang di SMP Negeri 8 Magelang.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, beberapa saran yang perlu disampaikan terkait hasil penelitian yaitu:

1. Bagi peserta didik, untuk lebih memperhatikan dengan serius saat mengikuti pembelajaran PJOK khususnya senam lantai guling belakang.
2. Bagi guru, untuk meningkatkan pembelajaran senam lantai guling belakang yang kreatif dan inovatif untuk mengatasi kesulitan yang dialami peserta didik dan agar peserta didik lebih tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian mengenai senam lantai guling belakang agar penelitian mengenai senam lantai guling belakang lebih bervariasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Sapto. (2018). *Bentuk-bentuk dasar gerakan senam*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Adisuyanto, Biasworo. (2009). *Cerdas dan bugar dengan senam lantai*. Surabaya: PT gramedia widiasarana Indonesia.
- Adisel, Zetira U. A., Ridwan P., & Teguh P. (2022). Komponen-komponen pembelajaran dalam kurikulum 2013 pada mata pelajaran IPS. *JOEAI (journal of education and instruction)*. Vol.5, 300-303. DOI: <https://doi.org/10.31539/joeai.v5i1.3646>.
- Agnes & Sukendro. (2023). Tingkat minat siswa pada senam lantai di SDN 198/X Desa Rawarsari. *Jurnal pion*. Vol. 3, 130.
- Agustina, Nani. (2017). Mengukur kualitas layanan system informasi akademik pada smp uswatun hasanah Jakarta. *Paradigma*. Vol.19, 65.
- Akbar, Rofiq Faudy. (2015). Analisis persepsi pelajar tingkat menengah pada sekolah tinggi agama islam negeri Kudus. *Edukasia: jurnal penelitian pendidikan islam*. Vol.10, 192-196.
- Alaslan, Amtai. (2018). Persepsi masyarakat dan kepemimpinan perempuan. *Jurnal otonomi stia trinitas*. Vol. 10, 4.
- Amin, N. F., Sabaruddin G., & Kamaluddin A. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal pilar: jurnal kajian islam kontemporer*. Vol.14, 18-20.
- Andriyani, Fis. (2012). *Dr olahraga menjelaskan senam lantai*. Jakarta Timur: PT balai pustaka.
- Arifin, H. S., Ikhsan F., & Engkus K. (2017). Analisis faktor yang mempengaruhi persepsi mahasiswa Untirta terhadap keberadaan perda syariah di Kota Serang. *Jurnal penelitian komunikasi dan opini publik*. Vol.21, 92.
- Bratko, D., Ana B., Tena V., dan Martina P. (2022). *Etiologi kebutuhan psikologis dasar dan hubungannya dengan kepribadian: studi kembar*. *Jurnal penelitian kepribadian*. Vol.97, 2.
- Dahlan, Rahmat. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi persepsi nazhir terhadap wakaf uang. *Jurnal zakat dan wakaf*. Vol.4, 10-11.

- Darma, Budi. (2021). *Statistika penelitian menggunakan spss*. Jakarta: Guepedia.
- Faisal & Paryadi. (2023). Persepsi siswa kelas XI IPA 3 dan XI IPS 2 terhadap pembelajaran senam lantai roll depan di SMA Negeri 9 Samarinda tahun pembelajaran 2017/2018. *Jurnal ilmu pendidikan jasmani olahraga, kesehatan, dan rekreasi (sparta)*. Vol.6, 3.
- Faizah, Haizatul & Rahmat Kamal. (2024). Belajar dan pembelajaran. *Jurnal basicedu*. Vol.8, 468.
- Faris, Mohamad Faisal. (2018). Persepsi siswa kelas viii terhadap pembelajaran senam lantai guling belakang di MTs. Negeri 6 Sleman Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Firmansyah, Andre. (2023). Tanggapan peserta didik kelas VII terhadap proses pembelajaran senam lantai di SMP Negeri 4 Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fitri, A. E., Sri S., & Nesna A. (2017). Perencanaan pembelajaran kurikulum 2013 pendidikan anak usia dini. *Jurnal potensia*. Vol.2, 3.
- Hadi, Sutrisno. (1991). *Analisis butir untuk instrumen angket, tes, dan skala nilai dengan basica*. Yogyakarta: Andi offset.
- Hakim, F. B., Puteri E. Y., Dedi S., Isbaya, Amir T. R. (2021). Persepsi, pengambilan keputusan, konsep diri, dan values. *Diversity: jurnal ilmiah pascasarjana*. Vol.1, 156-157.
- Hamzah, Zulfadli & Rifqi Azien Dani. (2019). Persepsi mahasiswa fakultas ekonomi Universitas Islam Riau tentang ekonomi syariah. *Syarikat: jurnal rumpun ekonomi syariah*. Vol. 2, 34.
- Hendayana, Rachmat. (2014). *Persepsi dan adopsi teknologi*. Bogor: Balai besar pengkajian dan pengembangan teknologi pertanian.
- Hendra, Jhony & Ade Oktavia. (2020). Peningkatan kemampuan senam lantai guling belakang dengan pendekatan bermain kapal goyang. *Jurnal pendidikan tambusai*. Vol.4, 3202.
- Herlin, L., I Wayan S., & Iyus A. H. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi siswa smp saraswati singaraja terhadap evaluasi pembelajaran IPS terpadu pada tahun ajaran 2017/2018. *Jurnal pendidikan ekonomi undiksha*. Vol.9, 497.
- Iswanto, Ari & Esti Widayati. (2021). Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif dan berkualitas. *Majalah ilmiah olahraga (majora)*. Vol.27, 14.

- Janawi. (2019). Memahami karakteristik peserta didik dalam proses pembelajaran. *Tarbawy: jurnal pendidikan islam*. Vol.6, 70.
- Korompot, S., Maryam R., & Rahmat P. (2020). Persepsi siswa tentang faktor yang mempengaruhi minat belajar. *Jambura guidance and counseling journal*. Vol.1, 42. DOI: <https://doi.org/10.37411/jgcj.v1i1.136>.
- Kurniawan, A. W. & Tatok S. (2019). *Pembelajaran senam lantai*. Malang: Penerbit wineka media.
- Kristanto, Andi. (2016). *Media pembelajaran*. Surabaya: penerbit Bintang Surabaya.
- Lubis, M. S. (2021). Belajar dan mengajar sebagai suatu proses pendidikan yang berkembang. *Jurnal literasiologi*. Vol.5, 96.
- Mansur. (2019). Pemanfaatan bidang miring dalam meningkatkan hasil belajar guling belakang pada pembelajaran senam lantai. *Fair play (jurnal pendidikan jasmani)*. Vol.1, 3.
- Meikahani, R., Pamuji S., Farida M., & Ari I. (2021). Hambatan dalam pembelajaran senam di sekolah dasar. *Majalah ilmiah olahraga (majora)*. Vol.27, 18-19.
- Mesrawati. (2016). Meningkatkan kemampuan guru dalam menetapkan kriteria ketuntasan minimal (kkm) di sd negeri 018 Rambah Melalui kelompok kerja guru sekolah. *Jurnal pendidikan rokania*. Vol.1, 32.
- Muhajir & Zalda Raushanfikri. (2022). *Buku panduan guru pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Jakarta Selatan: Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi.
- Mulyana, A., Soleh H., & Sholih. (2013). Hubungan antara persepsi, minat, dan sikap siswa dengan hasil belajar siswa dalam pembelajaran Pkn. *Jurnal pendidikan dan kebudayaan*. Vol.19, 318-319.
- Mulyaningsih, Farida. (2009). Inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani untuk penelitian tindakan kelas (ptk). *Jurnal pendidikan jasmani Indonesia*. Vol.6, 54.
- Muzaffar, A., Fitria A., & Ilham. (2023). Pengembangan video tutorial senam dasar. *Jurnal score*. Vol.3, 2.

- Nugraheni, W. & Gilang H. S. (2019). Meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran penjas senam lantai melalui permainan pada siswa kelas X IPA 1 SMAN 4 Kota Sukabumi. *Jendela olahraga*. Vol.4, 64-65.
- Nugroho, Untung. (2018). *Metodologi penelitian kuantitatif pendidikan jasmani*. Purwodadi: CV. Sarnu untung.
- Nurharsyanah. (2012). Faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada Wanita infertilitas. *Jurnal penelitian dan pengukuran psikologi*. Vol.1, 145.
- Pane, Aprida & Muhammad Darwis Dasopang. (2017). Belajar dan pembelajaran. *Fitrah: jurnal kajian ilmu-ilmu keislaman*. Vol.3, 340-350.
- Pradipta, Galih Dwi & Pamuji Sukoco. (2013). Model senam si buyung untuk pembelajaran motoric kasar pada siswa taman kanak-kanak. *Jurnal keolahrgaan*. Vol.1, 133.
- Putri, R. I. P., Jeri A., & Novita S. (2020). *Statistik deskriptif*. Palembang: Bening.
- Ramadin, Didi Y. P., & Irfandi. (2021). Pengaruh model pembelajaran gaya komando terhadap keterampilan roll depan dan roll belakang cabang olahraga senam lantai pada siswa sma swasta malem putra 1 darul imarah Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal ilmiah mahasiswa*. Vol.2, 6.
- Ridha, Nikmatur. (2017). Proses penelitian, masalah, variabel, dan paradigma penelitian. *Jurnal hikmah*. Vol.14, 66.
- Rizky, O. B., Syafrial, Septian R., Andika P., & Andes P. (2023). Kontribusi kekuatan otot lengan dan kelenturan pinggang terhadap keterampilan senam lantai handspring pada mahasiswa pendidikan jasmani universitas Bengkulu. *Sprinter: jurnal ilmu olahraga*. Vol.4, 430. DOI: <https://doi.org/10.46838/spr.v4i3.428>.
- Sanaky, M. M., La Moh S., dan Henriette D. T. (2021). Analisis faktor-faktor penyebab keterlambatan pada proyek Pembangunan Gedung asrama MAN 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal simetrik*. Vol.11, 434.
- Santoso, Daniel Teguh Tri. (2013). Pengaruh faktor budaya, faktor sosial, faktor pribadi, dan faktor psikologis terhadap keputusan pembelian konsumen dalam memilih produk operator seluler indosat-m3 di Kecamatan Pringapus Kab. Semarang. *Among makarti*. Vol.6, 117.
- Sari, Y., Dian P., & Bayu I. (2018). Pengaruh metode bermain terhadap hasil belajar senam lantai roll belakang pada siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Bengkulu. *Jurnal ilmiah pendidikan jasmani*. Vol.2, 76.

- Sayekti, K. A., Rinda P., & Juni T. P. (2012). Peningkatan keterampilan guling belakang dengan menggunakan media pembelajaran berbasis animasi di SD Negeri 3 Sungapan Kulon Progo. *Pelita*. Vol.8, 10.
- Setiawan, R. A., Muchamad S. H., & Fitri F. (2023). Pengertian dan hakikat belajar & pembelajaran bahasa arab. *Jurnal pendidikan bahasa arab*. Vol.1, 1.
- Shambodo, Yoedo. (2020). Faktor yang mempengaruhi persepsi khalayak mahasiswa pendatang UGM terhadap siaran pawartos ngayogyakarta Jogja tv. *Jurnal al Azhar Indonesia seri ilmu sosial*. Vol.1, 101-103.
- Sudarsinah. (2021). Pentingnya pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi anak usia sekolah dasar. *Elementa: jurnal pgsd STKIP PGRI Banjarmasin*. Vol.3, 2.
- Susanti, Yuliana. (2019). Ilmu pengetahuan dalam diskursif pendidikan islam “suatu kajian epistemologis”. *Bintang: jurnal pendidikan dan sains*. Vol.1, 370.
- Ubabuddin. (2019). Hakikat belajar dan pembelajaran di sekolah dasar. *Jurnal edukatif*. Vol.5, 21-25. DOI: <https://doi.org/10.37567/jie.v5i1.53>.
- Irawan, V. W. E. (2018). Urgensi persepsi peserta didik dalam menilai kompetensi dosen. *Jurnal ilmiah ilmu sosial dan keagamaan*. Vol. 7, 152.
- Wibowo, Handika Hadi. (2020). Persepsi siswa kelas VII terhadap pembelajaran senam lantai guling depan dengan pendekatan saintifik di SMP Negeri 2 Piyungan tahun ajaran 2018/2019. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Widowati, Atri & Rasyono. (2018). Pengembangan bahan ajar senam lantai untuk pembelajaran senam dasar pada mahasiswa fakultas ilmu keolahragaan Universitas Jambi. *Jurnal segar*. Vol.7, 13.
- Yanti, R. E., Aslan, & Asryruni M. (2022). Persepsi siswa pada pendidikan nilai di sekolah dasar tarbiyatul islam Sambas. *Adiba: journal of education*. Vol.2, 432.
- Yulidar. (2019). Meningkatkan prestasi dan motivasi dalam melakukan senam lantai dengan menggunakan permainan. *Jurnal dedikasi pendidikan*. Vol.3, 137.
- Zulbahri, Yuni A., Erianti, Pitnawati, & Damrah. (2020). Pengembangan media belajar pjok pada materi senam lantai (artistik). *Jurnal ilmu keolahragaan undiksha*. Vol.8, 87.

- Zulfikar, R., Fifian P. S., Anggi F., Kartika W., Tati H., Sri J., Nurjanah, Selvi A., Oktavy B. K., Rif'atul M., Alexander I. L., & Hafid F. (2024). *Metode penelitian kuantitatif (teori, metode dan praktik)*. Bandung: Widina media utama.
- Zuraida. (2023). Persepsi terhadap organisasi ditinjau dari minat berorganisasi mahasiswa jurusan keperawatan Universitas Ratu Samban. *Jurnal ilmiah psyche*. Vol.17, 3-4.
- Zuraida, M., Ifwandi, & Abdurrahman. (2016). Motivasi intrinsik masyarakat dalam mengikuti senam aerobik di stadion harapan bangsa Banda Aceh tahun 2015. *Jurnal ilmu mahasiswa pendidikan jasmani, kesehatan, dan rekreasi*. Vol.2, 74.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing TAS



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

Nomor : 026.g/POR/III/2024
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

25 Maret 2024

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

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

Nama : Shirly Della Ismadhita
NIM : 21601241094
Judul Skripsi : PERSEPSI PESERTA DIDIK KELAS VIII TERHADAP PEMBELAJARAN
SENAM LANTAI GULING BELAKANG DI SMP NEGERI 8 MAGELANG

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

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

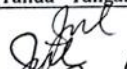







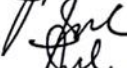



Ketua Departemen POR,

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

Lampiran 2. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Shirley Della Ismadhita
 NIM : 21601211094
 Program Studi : PJKR
 Pembimbing : Dr. Dra. Farida Mulyaningrih, M.Kes

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	1 April 2024	Konfirmasi	
2.	17 April '24	Bab I	
3.	24 April '24	Bab I lanjut Bab II	
4.	3 Mei '24	Bab II	
5.	7 Mei '24	Bab II & III	
6.	13 Mei '24	Bab III & Instrumen	
7.	18 Mei '24	Instrumen	
8.	20 Mei '24	Hasil uji coba	
9.	9 Juli '24	Bab IV	
10.	16 Juli '24	Bab V	
11.	6 Jan. '25	Keseluruhan	
12.	7 Jan. '25	Siap ujian	

Ketua Departemen POR,


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



Lampiran 3. Surat Permohonan *Expert Judgement*

SURAT PERMOHONAN *EXPERT JUDGEMENT*

Kepada:

Yth. Dr. Ari Iswanto, M.Or.

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dengan hormat,

Saya mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta:

Nama : Shirly Della Ismadhita

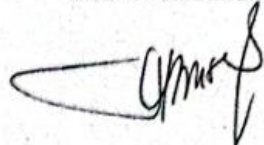
NIM : 21601241094

Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Dengan ini bermaksud untuk mengajukan permohonan *Expert Judgement* angket untuk penelitian tugas akhir skripsi saya dengan judul "Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang".

Demikian surat permohonan saya, atas bimbingan dan waktu yang diluangkan saya ucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



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

Yogyakarta, 14 Mei 2024

Hormat saya,



Shirly Della Ismadhita
NIM. 21601241094

Lampiran 4. Surat Keterangan *Expert Judgement*

SURAT PERSETUJUAN *EXPERT JUDGEMENT*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. Ari Iswanto, M.Or.

NIP : 198401272019031003

Menerangkan bahwa angket saudara:

Nama : Shirley Della Ismadhita

NIM : 21601241094

Prodi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi

Judul : Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai

Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang

Telah disetujui dan layak digunakan sebagai instrumen untuk penelitian penyelesaian tugas akhir skripsi.

Demikian surat persetujuan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagai mestinya.

Yogyakarta, 15 Mei 2024
Expert Judgement



Dr. Ari Iswanto, M.Or.
NIP. 198401272019031003

Lampiran 5. Surat Izin Uji Instrumen Penelitian

SURAT IZIN UJI INSTRUMEN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-uji-instrumen>



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

Nomor : B/480/UN34.16/LT/2024
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

16 Mei 2024

Yth. Kepala SMP Negeri 8 Magelang
Jl. Beringin V, Tidar Selatan, Kec. Magelang Selatan, Kota Magelang, Jawa Tengah

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

Nama : Shirley Della Ismadhita
NIM : 21601241094
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Judul Tugas Akhir : Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang
Waktu Uji Instrumen : 16 - 20 Mei 2024

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



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

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

Lampiran 6. Surat Izin Penelitian



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

Nomor : B/999/UN34.16/PT.01.04/2024

6 Juni 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth . Kepala SMP Negeri 8 Magelang
Jl. Beringin V, Tidar Selatan., Kec. Magelang Selatan., Kota Magelang, Jawa Tengah

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

Nama : Shirly Della Ismadhita
NIM : 21601241094
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang
Waktu Penelitian : 10 - 24 Juni 2024

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

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :

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

Lampiran 7. Surat Keterangan Penelitian dari SMP Negeri 8 Magelang



PEMERINTAH KOTA MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMP NEGERI 8 MAGELANG

Jl. Beringin V Telp (0293) 363605 Magelang 56124
Email : smpn8magelang@gmail.com Website : smpn8magelang.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 420/ 197.a / 230.SMP.8/ 2024

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 8 Magelang di Kecamatan Magelang Selatan, Kota Magelang, Provinsi Jawa Tengah menerangkan bahwa :

Nama Mahasiswa	: Shirly Della Ismadhita
NIM	: 21601241094
Program Studi	: S1 - Pendidikan Jasmani, Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan
Universitas	: Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melaksanakan Penelitian Tugas Akhir / Skripsi di SMP Negeri 8 Magelang dengan judul :
“Persepsi Peserta Didik Kelas VIII terhadap Pembelajaran Senam Lantai Guling Belakang di SMP Negeri 8 Magelang”

Pada tanggal 16 Juni 2024 s.d. 20 Juni 2024.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Magelang, 21 Juni 2024
Kepala Sekolah

Tri Kusnandi, S.Pd, M.Pd
NIP. 19770109 200501 1 007

Lampiran 8. Hasil Belajar Guling Belakang

Kelas : 8A				Kelas : 8E			
NO	NAMA	L/P	NILAI	NO	NAMA	L/P	NILAI
1	ADISA DAVANA SALSABILA	P	86	1	AFIFAH DWI LESTARI	P	76
2	ADISTY WULANINGTIYAS	P	86	2	AFRIZA IKHSANUL HAFIZH	L	82
3	ADITYA RIFKI TRI HERDIANSAH	L	76	3	ALIFIA MAYDHINA	P	76
4	AIRISH VANESHA ZANETTI	P	82	4	ALISHA FAJRI FEBRINA	P	76
5	ANANDA VIKY JULIANSYAH	L	78	5	ALVINO ARDIANSYAH	L	84
6	ANDIKA VIDI JULIANSYAH	L	80	6	ANINDA TRIASYUNANTI	P	76
7	AQHILA DEWI KHUNafa	P	82	7	ANSARIA ALYA MUKHBITA	P	76
8	ASYIFA AZAHRA	P	76	8	BIMA SAKTI SATRIATAMA	L	78
9	BENAYA RAKA ABIKARA	L	74	9	CHOLIFAH DEWI ANJANI	P	76
10	CHEISYA MELVANA ARISTANIA SANJANA	P	74	10	DAVA HAFIDZ FIRDAUS	L	88
11	HAFIZ ZAMORANO	L	74	11	DAVIN ANUGRAH SAPUTRA	L	78
12	IWAN SETIAWAN	L	84	12	DEFLOW NOVSI SELIA	P	76
13	JEMIMA PENI HOSANA PUTRI	P	84	13	DHEYTA AURELLIA SETIAWAN	P	78
14	JEREMIAH JUSTIN SHEVAUN WIRAWAN	L	86	14	FARA RIFKA ZIVANA	P	77
15	JESI ADINDA RIGEN PERTIWI	P	76	15	FILZA NOYA SASYFA	P	78
16	JOE HAIDAR FATTAH SATRYA NASHR	L	84	16	FIO AVAN ARDIKA	P	78
17	KAREN NATASYA AVIANDA	P	84	17	HANIF RASYA MUSTOFA	L	84
18	KEN ARUM SUMUNAR	P	76	18	IQBAL RIZKY ADITYA	L	77
19	LAHIRRA GILTA PINANTI	P	76	19	KAYLA WIRITANAYA	P	78
20	MOCHAMAD ALVARO ATTALA	L	76	20	MAYSYA MIFTAKHUL JANNAH	P	76
21	MUHAMMAD ZIDAN DWI PUTRA	L	80	21	MIRZA RIZKY JAFIN	L	84
22	NATHANNAEL CHRISTIAN SUGIYARTO	L	78	22	MUHAMMAD MUQOROBIN	L	78
23	PRINCE ROHI ARIYANTO	L	76	23	NAUFAL FIRDAUS ALFARIZY	L	82
24	RAFAEL ZAHARAN RACHMADIAN	L	84	24	NICKY FARREL SUHARIYONO	L	85
25	REYYAN MAHESWARA DJATMIKO	L	80	25	NISSA OKTA FITRIANY	P	76
26	RIATIE ZULFA	P	76	26	PRAWIRA DWIMADYA	L	88
27	RIVANO AL ZACKY	L	80	27	RAYSHA LINTANG PRASITTA	P	76
28	SALMA SEKAR KARLITA	P	76	28	SALSABILA LUBNA AZHARIA	P	76
29	SALSA NABILA	P	86	29	SEPTIANA RAHMADHANI	L	77
30	SHAFIRA AYDINA PUTRI	P	76	30	SHANDY RAMA DARWISY	L	76
31	YOAN SETYO KINASIH	P	76	31	YUSUF ARGANATA WIDIANANDA	L	84
32	YUDHA AL FATHIR ZACKY	L	80	32	ZAKY AFIQ HAIDARYANTO	L	86

Kelas : 8B				Kelas : 8F			
NO	NAMA	L/P	NILAI	NO	NAMA	L/P	NILAI
1	AFINA NESHA AYYUDIA PUTRI	P	76	1	ACHMAD ROCHMATULLOH	L	86
2	AIRA AZ ZAHRA	P	76	2	AL GHAZALI IQBAL SETIAWAN	L	88
3	ALMAS FILZA ARAFAH	P	75	3	ANISA LAILATUL FITRIYA	P	77
4	ANGEL AYU ANASTASYA	P	76	4	ANUGERAH OKTA HERWINDRA	L	85
5	ANNISA SABRINA FIRDAUS	P	75	5	ARKA IRSYAD PUTRA TSANY	L	84
6	ARILINARA DAFINA GHIFARY	P	76	6	AULIA RIZKY TAMARA	P	76
7	ARINI SALSABILA	P	76	7	AYLA AUGESTIN	P	76
8	BILAL AZIZI	L	78	8	AZIZAH FARADILA RAHMIH	P	76
9	CARISSA TABINA	P	76	9	AZRIEL MUNAZAR ALLAIK	L	84
10	CHIKUITANA GARNETA	P	78	10	BETRAN RAFAEL BAGUS SAPUTRA	L	78
11	DWIANDRA WISNU UTAMA	L	84	11	CENNA ANORD SIWI	L	90
12	EZY REYSA BRILIANA	P	77	12	DAVA RIVANO PUTRA	L	88
13	FALIH ALEY ANDISKA	L	78	13	DIVA CHELSEALIA PURWOKO	P	76
14	FEBRIAN DWI MAHENDRA	L	78	14	FAREL EKA PUTRA	L	88
15	HAFID NUR HIDAYAT	L	78	15	FARINA MUTIARA SAPUTRI	P	77
16	HANAYA SAVAIRA	P	78	16	FIRLY PUTRA RAMADHAN	L	84
17	IQBAL SENJA ANTAMAULANA	L	84	17	ILHAM ROMADHON PAMUNGKAS	L	78
18	JANINA RAHMA SARI	P	76	18	KEYLA ANASTACIA	P	78
19	MAZIA AZZAHRA	P	76	19	MARIESKHA GETTA FRADILLA	P	78
20	MUHAMMAD ALDI PURNAMA PUTRA	L	86	20	MUHAMMAD EVAN NANDANA	L	85
21	MUHAMMAD HAIKAL ROBY UTOMO	L	86	21	MUHAMMAD RAFIE YUSUF PUTRA	L	78
22	MUHAMMAD RAFFA FEBRIAN	L	76	22	NAORA CYNTHIA DEWI	P	77
23	NAYA ELVARETTA FREDELLA	P	76	23	NARENDRA BAGUS BUMI PRAYOGA	L	84
24	RATNA WURIANI SETIAWAN PUTRI	P	78	24	NAYLA MEYSYA IZZI	P	77
25	RAYHAN ADITYA PANGESTU	L	75	25	OLIVIA ANDHINI ZIVANKA	P	82
26	REVANZA SATRIA PUTRA WARDHANA	L	84	26	RANI DEWI WULANSARI	P	76
27	RISKI	L	84	27	RENADA FILZA AURELIA	P	77
28	RUDI FIRMAN SETIAWAN	L	82	28	SOFIA FATIMATUZZAHRA	P	78
29	WENDY AUFA HERIYADI	L	80	29	WANGI LARAS PANITIS	P	78
30	WILLIGIS NUGROHO IRAWANTYO	L	90	30	YANUAR TEGAR PRASETYO	L	84
31	YORI CHRISTIAN DALI	L	80				
32	ZALFA NABILA AL FIANISA	P	82				

Kelas : 8C				Kelas : 8G			
NO	NAMA	L/P	NILAI	NO	NAMA	L/P	NILAI
1	ADI PUTRA PAMUNGKAS	L	88	1	ADELINA KESUMA DEWI	P	78
2	AKHDAN SATRIA NUR RAHMAN	L	86	2	AFNAN DAVIANSYA FEBRIANO	L	85
3	AMIN TRI HANDOKO	L	84	3	AQIELA SAFITRI ELANGGIRI	P	76
4	ANINDA PERTIWI SYAHRANI	P	76	4	ATHA PRASIDA DIRA APRILANDO	L	84
5	ANINDYA JOVITA MAHARANI	P	78	5	AVISTA OCTAVIA	P	76
6	ARKAN WAHYU NUR FIRDAUSI HAMDAN S	L	84	6	BINTANG ALICIA	P	76
7	AUFA DIANIS PUTRIADI	L	80	7	CHIKA RACHEL AGATHA	P	76
8	AZHIZAH KHARIZMA PUTRI	P	76	8	DINARA MARELLA AZARINNE	P	78
9	DANAR GUSTAF WISNU PRABOWO	L	78	9	FAISAL YUSUF FATURROHMAN	L	88
10	DEWI RATIH SAIFUL	P	77	10	HAFIDZ FARENDRA PRADANA	L	88
11	GIOVANNI BRIAN ARYA	L	84	11	HERLIAN AJI TAMA	L	85
12	HAFIDZ EKA PUTRA	L	78	12	IBRAHIM ERDIYAN PUTRA PAMUNGKAS	L	86
13	HAFIZ SYARIF PRATAMA	L	78	13	INTAN SETIANINGRUM	P	76
14	HASNA ARIFA	P	76	14	KALISA AULIA TSAQIF	P	77
15	ICHA OKTALIBY SUYANTO	P	82	15	KANAYA DESTIANA ARDANI	P	76
16	INDRA ADI DJAYANTO	L	85	16	KAYFA NURUL ARHAM	P	76
17	INTAN AYU PRADINASARI	P	88	17	KEVIN ALVIANO	L	86
18	KHIAR RAJENDRA ATHA SAPUTRA	L	78	18	KIRANI GENDHIS KUSUMANDARI	P	78
19	LENI ZALIANI	P	76	19	MEZHALUNA KAFKA NAVISCHA	P	76
20	MARTA TRIA KHOIRINA	P	76	20	MUHAMMAD SAROFUL ANNAM	L	86
21	MARVEL CAHYA SAPUTRA	L	78	21	MUSTOFA DWI PRAYITNO	L	80
22	MELISA NUR AMALA	P	78	22	NASYA ALMIRA RAHMA	P	78
23	MUHAMMAD HEIZEL RESANDRIA	L	89	23	NESIA RAYA PUTRI	P	76
24	MUHAMMAD WILDAN ALANA WAFI	L	76	24	RADITYA BAYU PANGESTU	L	90
25	NAJWA FATHIYYA KINANTI	P	82	25	RADITYA CAHYO PURWANTORO	L	86
26	NOVITA HARIYATI	P	76	26	RATNA BUDI UTAMI	P	76
27	RAFFA PUTRA PRATAMA	L	76	27	RAYNARD AFNAN ADYATMA	L	86
28	RAIHAN BELVA SATYA KUMARA	L	78	28	RIDWAN PRASETYO	L	84
29	SALFA ALMAHIRA CAHYANI	P	78	29	RIVANIA NAURA PUTRI	P	78
30	SATRIA PERMANA AJI	L	76	30	ROYKHAN BAYU ARDANA	L	86
31	SHELLAMITA PURI RAMADHANI	P	76	31	YUAN AZZI AUFA	L	80
32	SYAFA YOERLYVIA	P	80				

Kelas : 8D			
NO	NAMA	L/P	NILAI
1	ABDUL MUIZ	L	78
2	AHMAD QUETS ALQURNI	L	82
3	AISYAH NAILATUR RAHMAH	P	77
4	AJENG KASIH NARWA SAPUTRI	P	76
5	ALFRIANO PUTRA CEZARIANO	L	85
6	ALMEERA AISHA AQSANI	P	76
7	AMEERADINDZA LIYA ZAFIRAH	P	82
8	AMELIA ALTAFA NADIA	P	78
9	ANINDYA ERI SAPUTRI	P	76
10	ARYA RAHENDRA DWI SAPUTRA	L	86
11	ATHAYA ZABRINA KURNIA PUTRI	P	80
12	AWAN TRI SETIAWAN	L	82
13	CINTA FITRI	P	77
14	DAVINA AYUNDA HANIFAH	P	76
15	DINA FARIKAH CAHYANI	P	77
16	FAIRUZ HABIB PRASETYO	L	78
17	FARDHAN RAMADHANI ALIKA PUTRA	L	86
18	FLORA AURELLYA RIZKI PUTRI	P	76
19	HENY OKTAVIANINGRUM	P	76
20	KANAYA SADINA GUNAWAN	P	76
21	MARSHAL AZUL KURNIAWAN	L	76
22	MAYLANI DWI ANGGRAENI	P	77
23	MUHAMMAD HILAL AL HAFIZ	L	88
24	MUHAMMAD IKHSAN	L	86
25	NAJWA SAFA MAHARANI	P	78
26	RAIHAN YAZID HABIBI	L	82
27	REGAN CANDRA OKTAVIALINO	L	82
28	SEAN ETNAR ADIKARA	L	84
29	SEVILLA RAFAEL BENITEZ	L	80
30	VALLAN AKBAR ARDIANSYAH	L	82
31	WISNU TRI WALUYO	L	86
32	ZIYAN SHADRINA	P	80

Lampiran 9. Instrumen Uji Coba Penelitian

INSTRUMEN UJI COBA PENELITIAN

Nama :

Kelas :

No. Presensi :

Petunjuk Pengisian

1. Pilihlah jawaban sesuai dengan keadaan sesungguhnya masing-masing individu.
2. Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Pengalaman				
1.	Guling belakang merupakan sesuatu yang baru buat saya				
2.	Saya pernah melakukan senam lantai guling belakang sebelumnya				
3.	Saya merasa kesulitan saat melakukan guling belakang				
4.	Saya pernah mengalami cedera saat melakukan guling belakang				
5.	Saya merasa guling belakang cukup mudah dilakukan				
	Perhatian				
6.	Saya selalu memperhatikan ketika guru menjelaskan materi tentang pembelajaran guling belakang				
7.	Saya selalu bertanya jika kurang paham dengan materi guling belakang				
8.	Saya berusaha lebih fokus dan terlibat secara aktif ketika guru menjelaskan materi secara praktik dalam pembelajaran guling belakang				
9.	Saya dapat memahami materi dengan baik karena guru dapat menjelaskan dengan jelas cara melakukan guling belakang				
10.	Saya kurang berkonsentrasi saat menerima materi guling belakang				

	Minat				
11.	Saya merasa tertarik dengan pembelajaran guling belakang				
12.	Saya kurang bersemangat mengikuti pembelajaran guling belakang karena malu dilihat oleh teman				
13.	Saya senang terhadap pembelajaran guling belakang daripada pembelajaran yang lain				
14.	Saya malas memperhatikan teknik guling belakang yang diperagakan oleh guru				
15.	Saya merasa termotivasi ketika teman saya dapat melakukan guling belakang lebih baik dari saya				
	Intensitas				
16.	Saya tidak pernah melakukan guling belakang				
17.	Guling belakang merupakan materi yang sering diajarkan oleh guru				
18.	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran guling belakang				
19.	Saya sering melakukan guling belakang di luar jam pelajaran				
20.	Saya selalu mempelajari materi terlebih dahulu sebelum diberikan oleh guru termasuk guling belakang				
	Ukuran				
21.	Guling belakang merupakan salah satu materi yang penting dalam senam lantai				
22.	Saya dapat dengan cepat menguasai gerakan guling belakang				
23.	Tingkat fleksibilitas setelah melakukan guling belakang meningkat				
24.	Saya merasa mengkoordinasikan gerakan tubuh ketika melakukan latihan guling belakang				
25.	Materi guling belakang yang diajarkan oleh guru sesuai dengan kemampuan saya				
	Gerakan				
26.	Gerakan guling belakang cenderung membosankan				
27.	Saya diajarkan cara melakukan guling belakang oleh guru secara bertahap dari sikap awal sampai sikap akhir				
28.	Gerakan guling belakang diawali dengan pinggul bagian belakang menyentuh lantai kemudian diikuti pinggang, punggung, dan tengkuk				
29.	Kedua tangan mendorong badan saat kaki menyentuh lantai				
30.	Saat menggulingkan badan ke belakang, dagu tetap menempel pada dada				

Lampiran 10. Hasil Uji Coba Penelitian

No.	r hitung	r tabel	Keterangan	No.	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	0,522	0,349	Valid	16.	0,440	0,349	Valid
2.	0,579	0,349	Valid	17.	0,491	0,349	Valid
3.	0,754	0,349	Valid	18.	0,686	0,349	Valid
4.	0,418	0,349	Valid	19.	0,200	0,349	Tidak Valid
5.	0,719	0,349	Valid	20.	0,466	0,349	Valid
6.	0,654	0,349	Valid	21.	0,139	0,349	Tidak Valid
7.	0,254	0,349	Tidak Valid	22.	0,807	0,349	Valid
8.	0,534	0,349	Valid	23.	0,563	0,349	Valid
9.	0,747	0,349	Valid	24.	0,541	0,349	Valid
10.	0,522	0,349	Valid	25.	0,675	0,349	Valid
11.	0,729	0,349	Valid	26.	0,416	0,349	Valid
12.	0,642	0,349	Valid	27.	0,528	0,349	Valid
13.	0,448	0,349	Valid	28.	0,629	0,349	Valid
14.	0,456	0,349	Valid	29.	0,500	0,349	Valid
15.	0,557	0,349	Valid	30.	0,449	0,349	Valid

Reliability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	32	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	32	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
V1	80.59	101.991	.475	.908
V2	80.44	99.544	.525	.908
V3	81.00	96.839	.718	.904
V4	80.16	103.814	.371	.910
V5	80.94	98.383	.684	.905
V6	79.81	101.060	.621	.906
V7	80.50	105.935	.205	.912
V8	80.13	103.468	.500	.908
V9	80.25	99.226	.719	.905
V10	80.44	102.770	.481	.908
V11	80.84	97.491	.692	.904
V12	80.84	97.491	.588	.906
V13	80.91	103.572	.403	.909
V14	80.50	101.355	.390	.910
V15	80.25	101.677	.514	.908
V16	80.25	101.484	.372	.911
V17	81.00	101.484	.434	.909
V18	80.25	102.452	.663	.907
V19	81.53	106.322	.143	.913
V20	80.75	101.032	.399	.910
V21	80.56	107.157	.085	.914
V22	80.81	97.641	.782	.903
V23	80.53	102.967	.529	.908
V24	80.53	101.483	.494	.908
V25	80.59	99.346	.636	.906
V26	80.59	102.701	.355	.911
V27	80.19	102.157	.483	.908
V28	80.25	102.968	.602	.907
V29	80.28	104.467	.471	.909
V30	80.34	102.104	.390	.910

$r_{\text{tabel}} = 0,349$

Jika *corrected item correlation* < 0,349 maka butir pernyataan tidak valid 7, 19, dan 21.

Lampiran 11. Instrumen Penelitian

INSTRUMEN PENELITIAN

Nama :

Kelas :

No. Presensi :

Petunjuk Pengisian

3. Pilihlah jawaban sesuai dengan keadaan sesungguhnya masing-masing individu dengan memberi tanda (✓).
4. Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Pengalaman				
1.	Guling belakang merupakan sesuatu yang baru buat saya				
2.	Saya pernah melakukan senam lantai guling belakang sebelumnya				
3.	Saya merasa kesulitan saat melakukan guling belakang				
4.	Saya pernah mengalami cedera saat melakukan guling belakang				
5.	Saya merasa guling belakang cukup mudah dilakukan				
	Perhatian				
6.	Saya selalu memperhatikan ketika guru menjelaskan materi tentang pembelajaran guling belakang				
7.	Saya berusaha lebih fokus dan terlibat secara aktif ketika guru menjelaskan materi secara praktik dalam pembelajaran guling belakang				
8.	Saya dapat memahami materi dengan baik karena guru dapat menjelaskan dengan jelas cara melakukan guling belakang				
9.	Saya kurang berkonsentrasi saat menerima materi guling belakang				
	Minat				
10.	Saya merasa tertarik dengan pembelajaran guling belakang				

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
11.	Saya kurang bersemangat mengikuti pembelajaran guling belakang karena malu dilihat oleh teman				
12.	Saya senang terhadap pembelajaran guling belakang daripada pembelajaran yang lain				
13.	Saya malas memperhatikan teknik guling belakang yang diperagakan oleh guru				
14.	Saya merasa termotivasi ketika teman saya dapat melakukan guling belakang lebih baik dari saya				
	Intensitas				
15.	Saya tidak pernah melakukan guling belakang				
16.	Guling belakang merupakan materi yang sering diajarkan oleh guru				
17.	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran guling belakang				
18.	Saya selalu mempelajari materi terlebih dahulu sebelum diberikan oleh guru termasuk guling belakang				
	Ukuran				
19.	Saya dapat dengan cepat menguasai gerakan guling belakang				
20.	Tingkat fleksibilitas setelah melakukan guling belakang meningkat				
21.	Saya merasa mengkoordinasikan gerakan tubuh ketika melakukan latihan guling belakang				
22.	Materi guling belakang yang diajarkan oleh guru sesuai dengan kemampuan saya				
	Gerakan				
23.	Gerakan guling belakang cenderung membosankan				
24.	Saya diajarkan cara melakukan guling belakang oleh guru secara bertahap dari sikap awal sampai sikap akhir				
25.	Gerakan guling belakang diawali dengan pinggul bagian belakang menyentuh lantai kemudian diikuti pinggang, punggung, dan tengkuk				
26.	Kedua tangan mendorong badan saat kaki menyentuh lantai				
27.	Saat menggulingkan badan ke belakang, dagu tetap menempel pada dada				

Lampiran 12. Jawaban Angket Peserta Didik

INSTRUMEN PENELITIAN

Nama : Salsa Nabila

Kelas : VIII A

No. Presensi : 29

Petunjuk Pengisian

1. Pilihlah jawaban sesuai dengan keadaan sesungguhnya masing-masing individu dengan memberi tanda (✓).
2. Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Pengalaman				
1.	Guling belakang merupakan sesuatu yang baru buat saya		✓		
2.	Saya pernah melakukan senam lantai guling belakang sebelumnya			✓	
3.	Saya merasa kesulitan saat melakukan guling belakang		✓		
4.	Saya pernah mengalami cedera saat melakukan guling belakang			✓	
5.	Saya merasa guling belakang cukup mudah dilakukan			✓	
	Perhatian				
6.	Saya selalu memperhatikan ketika guru menjelaskan materi tentang pembelajaran guling belakang	✓			
7.	Saya berusaha lebih fokus dan terlibat secara aktif ketika guru menjelaskan materi secara praktik dalam pembelajaran guling belakang			✓	
8.	Saya dapat memahami materi dengan baik karena guru dapat menjelaskan dengan jelas cara melakukan guling belakang		✓		
9.	Saya kurang berkonsentrasi saat menerima materi guling belakang			✓	
	Minat				
10.	Saya merasa tertarik dengan pembelajaran guling belakang				✓
11.	Saya kurang bersemangat mengikuti pembelajaran guling belakang karena malu dilihat oleh teman			✓	

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
12.	Saya senang terhadap pembelajaran guling belakang daripada pembelajaran yang lain				✓
13.	Saya malas memperhatikan teknik guling belakang yang diperagakan oleh guru			✓	
14.	Saya merasa termotivasi ketika teman saya dapat melakukan guling belakang lebih baik dari saya		✓		
	Intensitas				
15.	Saya tidak pernah melakukan guling belakang			✓	
16.	Guling belakang merupakan materi yang sering diajarkan oleh guru			✓	
17.	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran guling belakang		✓		
18.	Saya selalu mempelajari materi terlebih dahulu sebelum diberikan oleh guru termasuk guling belakang			✓	
	Ukuran				
19.	Saya dapat dengan cepat menguasai gerakan guling belakang			✓	
20.	Tingkat fleksibilitas setelah melakukan guling belakang meningkat			✓	
21.	Saya merasa mengkoordinasikan gerakan tubuh ketika melakukan latihan guling belakang		✓		
22.	Materi guling belakang yang diajarkan oleh guru sesuai dengan kemampuan saya		✓		
	Gerakan				
23.	Gerakan guling belakang cenderung membosankan		✓		
24.	Saya diajarkan cara melakukan guling belakang oleh guru secara bertahap dari sikap awal sampai sikap akhir		✓		
25.	Gerakan guling belakang diawali dengan pinggul bagian belakang menyentuh lantai kemudian diikuti pinggang, punggung, dan tengkuk		✓		
26.	Kedua tangan mendorong badan saat kaki menyentuh lantai		✓		
27.	Saat menggulingkan badan ke belakang, dagu tetap menempel pada dada		✓		

INSTRUMEN PENELITIAN

Nama : *Azhizah Khairizma P.*

Kelas : VIII C

No. Presensi : 8

Petunjuk Pengisian

1. Pilihlah jawaban sesuai dengan keadaan sesungguhnya masing-masing individu dengan memberi tanda (✓).
2. Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
Pengalaman					
1.	Guling belakang merupakan sesuatu yang baru buat saya		✓		
2.	Saya pernah melakukan senam lantai guling belakang sebelumnya	✓			
3.	Saya merasa kesulitan saat melakukan guling belakang		✓		
4.	Saya pernah mengalami cedera saat melakukan guling belakang			✓	
5.	Saya merasa guling belakang cukup mudah dilakukan		✓		
Perhatian					
6.	Saya selalu memperhatikan ketika guru menjelaskan materi tentang pembelajaran guling belakang	✓			
7.	Saya berusaha lebih fokus dan terlibat secara aktif ketika guru menjelaskan materi secara praktik dalam pembelajaran guling belakang		✓		
8.	Saya dapat memahami materi dengan baik karena guru dapat menjelaskan dengan jelas cara melakukan guling belakang	✓			
9.	Saya kurang berkonsentrasi saat menerima materi guling belakang			✓	
Minat					
10.	Saya merasa tertarik dengan pembelajaran guling belakang			✓	
11.	Saya kurang bersemangat mengikuti pembelajaran guling belakang karena malu dilihat oleh teman		✓		

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
12.	Saya senang terhadap pembelajaran guling belakang daripada pembelajaran yang lain			✓	
13.	Saya malas memperhatikan teknik guling belakang yang diperagakan oleh guru		✓		
14.	Saya merasa termotivasi ketika teman saya dapat melakukan guling belakang lebih baik dari saya		✓		
	Intensitas				
15.	Saya tidak pernah melakukan guling belakang			✓	
16.	Guling belakang merupakan materi yang sering diajarkan oleh guru		✓		
17.	Saya tetap aktif dalam mengikuti pembelajaran guling belakang		✓		
18.	Saya selalu mempelajari materi terlebih dahulu sebelum diberikan oleh guru termasuk guling belakang			✓	
	Ukuran				
19.	Saya dapat dengan cepat menguasai gerakan guling belakang			✓	
20.	Tingkat fleksibilitas setelah melakukan guling belakang meningkat			✓	
21.	Saya merasa mengkoordinasikan gerakan tubuh ketika melakukan latihan guling belakang		✓		
22.	Materi guling belakang yang diajarkan oleh guru sesuai dengan kemampuan saya			✓	
	Gerakan				
23.	Gerakan guling belakang cenderung membosankan		✓		
24.	Saya diajarkan cara melakukan guling belakang oleh guru secara bertahap dari sikap awal sampai sikap akhir		✓		
25.	Gerakan guling belakang diawali dengan pinggul bagian belakang menyentuh lantai kemudian diikuti pinggang, punggung, dan tengkuk			✓	
26.	Kedua tangan mendorong badan saat kaki menyentuh lantai		✓		
27.	Saat menggulingkan badan ke belakang, dagu tetap menempel pada dada	✓			

Lampiran 13. Data Penelitian

X1. 1	X1 .2	X1 .3	X1 .4	X1 .5	TOT AL X1	X2 .1	X2 .2	X2 .3	X2 .4	TOT AL X2	X3 .1	X3 .2	X3 .3	X3 .4	X3 .5	TOT AL X3	X4 .1	X4 .2	X4 .3	X4 .4	TOT AL X4	X5 .1	X5 .2	X5 .3	X5 .4	TOT AL X5	X6 .1	X6 .2	X6 .3	X6 .4	X6 .5	TOT AL X6	TOTA L X1- X6
3	3	2	3	2	13	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	2	3	3	11	2	2	2	2	8	2	3	2	3	3	13	71
3	3	1	3	2	12	3	3	3	3	12	1	4	1	3	2	11	3	2	3	2	10	1	1	2	2	6	2	3	3	3	3	14	65
2	4	2	3	2	13	3	3	3	3	12	3	1	3	3	3	13	4	3	2	3	12	2	4	3	4	13	1	4	3	4	4	16	79
2	3	2	3	2	12	3	2	3	2	10	2	3	3	3	3	14	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	3	3	3	3	2	14	71
2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	1	3	2	3	9	3	3	3	2	11	2	2	2	3	2	11	68
4	4	2	3	2	15	3	3	3	3	12	3	1	2	2	3	11	2	4	4	4	14	4	4	4	4	16	1	4	4	4	3	16	84
2	2	2	3	2	11	4	2	3	3	12	1	3	1	3	3	11	3	2	3	2	10	2	2	3	3	10	2	3	3	3	3	14	68
2	2	2	2	1	9	4	3	3	3	13	2	3	1	2	3	11	4	3	3	3	13	3	2	3	2	10	3	3	3	3	2	14	70
2	2	2	4	3	13	4	3	3	3	13	2	3	1	2	3	11	4	3	3	3	13	3	2	3	2	10	3	3	3	3	2	14	74
2	3	2	3	1	11	3	2	3	2	10	2	2	2	3	3	12	2	2	3	2	9	1	1	2	2	6	2	3	3	3	3	14	62
3	3	1	4	1	12	3	2	3	2	10	2	2	2	3	3	12	2	2	3	2	9	1	1	2	2	6	2	3	3	3	3	14	63
3	3	2	3	2	13	3	3	3	3	12	2	2	1	3	3	11	2	3	3	2	10	2	3	2	2	9	2	3	2	3	3	13	68
3	3	1	3	1	11	3	2	3	3	11	2	1	2	2	3	10	3	3	3	3	12	1	2	2	1	6	2	4	4	4	4	18	68
3	1	2	1	1	8	3	2	3	2	10	1	2	1	2	2	8	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	2	3	3	3	3	14	56
3	3	1	3	1	11	3	3	2	3	11	2	1	1	3	3	10	2	2	2	2	8	1	2	2	2	7	3	3	3	3	3	15	62
3	3	1	2	3	12	3	2	3	3	11	2	1	1	3	2	9	1	2	3	3	9	2	3	2	3	10	2	3	3	3	3	14	65
3	3	1	4	1	12	3	3	3	2	11	1	2	1	2	2	8	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	2	3	3	3	3	14	61
4	3	3	4	3	17	3	3	3	3	12	2	2	3	3	2	12	3	2	2	3	10	3	3	3	4	13	3	4	3	4	3	17	81
1	2	3	2	1	9	1	3	2	3	9	1	3	1	4	1	10	2	3	3	2	10	2	2	1	2	7	2	3	3	2	2	12	57
3	1	4	3	1	12	2	4	4	4	14	4	4	2	4	4	18	3	2	3	4	12	3	2	2	2	9	3	4	4	4	4	19	84
4	2	4	4	3	17	3	2	3	4	12	3	4	2	3	3	15	3	2	2	1	8	2	2	2	2	8	1	2	3	2	3	11	71
3	3	4	2	4	16	4	3	3	3	13	2	3	2	4	3	14	3	3	3	3	12	3	2	2	3	10	4	3	3	3	2	15	80
3	3	2	2	2	12	3	3	3	3	12	2	2	2	2	3	11	3	2	3	3	11	2	2	2	3	9	1	3	3	3	2	12	67
4	2	4	4	4	18	3	4	4	4	15	3	3	2	4	4	16	4	2	3	3	12	4	3	3	3	13	2	3	3	2	3	13	87
2	4	2	1	3	12	4	4	4	3	15	3	3	4	3	3	16	3	4	3	2	12	3	4	3	3	13	2	4	4	3	4	17	85
3	2	3	3	3	14	3	3	3	2	11	2	3	2	2	4	13	3	3	2	2	10	2	3	3	2	10	1	3	3	3	1	11	69

1	1	3	4	2	11	3	3	3	3	12	1	2	1	4	2	10	1	1	2	1	5	1	1	4	1	7	1	4	1	2	2	10	55
3	2	2	3	1	11	3	2	3	2	10	1	2	1	2	3	9	3	2	2	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	65
2	4	4	3	3	16	3	3	4	3	13	3	3	2	4	3	15	4	3	4	4	15	3	3	2	3	11	2	4	3	3	2	14	84
3	3	4	3	4	17	3	3	3	3	12	3	3	2	3	2	13	4	3	3	2	12	4	3	2	3	12	4	3	4	3	3	17	83
2	2	4	3	3	14	3	3	3	3	12	3	3	3	2	3	14	3	3	2	3	11	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	77
2	4	2	2	2	12	3	3	3	3	12	2	2	2	3	2	11	2	3	2	2	9	2	2	1	1	6	1	3	3	3	3	13	63
2	3	2	2	2	11	4	3	3	3	13	1	2	2	3	3	11	3	3	3	2	11	2	2	2	2	8	2	3	2	3	3	13	67
3	2	2	3	3	13	3	2	3	2	10	2	3	3	3	3	14	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	3	3	3	3	2	14	72
2	2	4	3	2	13	4	4	4	3	15	2	4	2	3	2	13	1	3	4	2	10	2	2	4	4	12	1	3	3	3	3	13	76
3	3	1	2	2	11	3	3	4	2	12	2	1	1	2	2	8	2	2	2	3	9	2	2	3	3	10	2	4	4	3	3	16	66
3	3	1	1	1	9	3	3	3	2	11	2	2	1	2	1	8	3	2	2	3	10	2	2	2	3	9	2	3	3	3	3	14	61
3	3	1	2	1	10	3	3	3	2	11	1	1	1	2	1	6	2	2	2	3	9	2	2	2	2	8	1	3	3	3	3	13	57
2	2	2	3	2	11	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	2	2	3	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	69
2	2	1	3	2	10	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	2	2	3	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	68
2	2	2	3	2	11	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	2	2	3	2	9	2	3	3	3	11	2	4	3	3	3	15	71
2	2	2	3	2	11	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	2	2	3	2	9	2	3	3	3	11	2	4	3	3	3	15	71
2	2	1	3	2	10	3	3	3	3	12	3	1	2	3	3	12	2	2	3	2	9	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	68
3	4	2	3	2	14	3	3	2	3	11	3	3	3	3	3	15	4	2	3	3	12	2	3	3	3	11	3	3	3	3	4	16	79
3	4	2	3	2	14	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	4	2	3	3	12	2	3	3	3	11	3	3	3	3	3	15	79
4	4	2	3	2	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	4	2	3	3	12	2	3	3	3	11	3	3	3	3	3	15	80
2	2	2	3	2	11	3	2	2	3	10	2	2	2	2	3	11	3	2	2	2	9	2	3	2	2	9	3	3	3	3	3	15	65
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	3	2	3	2	13	4	3	3	3	13	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	80
3	3	2	2	2	12	3	2	4	3	12	1	3	2	2	3	11	4	4	3	1	12	2	3	3	2	10	3	4	3	3	3	16	73
4	3	2	3	1	13	3	3	3	3	12	2	3	2	3	3	13	3	2	3	2	10	2	3	3	3	11	2	3	2	3	2	12	71
3	3	3	3	2	14	3	4	3	3	13	3	3	2	3	3	14	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	78
2	3	2	3	2	12	3	3	3	3	12	2	3	2	3	2	12	3	2	3	2	10	2	2	3	3	10	3	3	3	3	3	15	71
3	3	2	2	2	12	3	3	3	3	12	3	3	2	2	3	13	2	2	2	2	8	2	3	3	3	11	2	2	3	3	3	13	69
3	3	2	4	2	14	3	2	3	2	10	2	3	2	2	3	12	3	2	2	2	9	2	3	3	3	11	2	2	3	3	3	13	69
3	4	4	1	4	16	4	4	3	4	15	3	3	3	2	3	14	4	2	2	3	11	4	2	2	2	10	2	3	3	4	4	16	82
3	3	2	3	3	14	4	4	3	4	15	3	3	2	4	3	15	4	2	3	2	11	3	3	3	2	11	3	3	4	3	3	16	82

3	3	2	3	3	14	4	4	3	4	15	3	3	2	4	3	15	4	2	3	2	11	3	3	3	2	11	3	3	3	2	3	14	80
3	3	2	3	3	14	3	3	4	2	12	3	3	3	3	3	15	3	3	2	3	11	4	4	4	4	16	1	4	4	4	4	17	85
3	3	3	3	3	15	4	2	3	3	12	2	3	3	3	4	15	1	2	3	2	8	3	3	3	3	12	2	3	2	3	3	13	75
3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	11	2	2	3	3	10	3	3	3	3	3	15	76
4	3	4	4	2	17	4	3	3	3	13	1	4	1	4	1	11	4	1	1	2	8	1	1	3	1	6	2	1	4	1	3	11	66
3	3	3	2	3	14	4	4	4	4	16	4	3	2	3	3	15	4	2	3	4	13	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	8	70
2	3	1	2	2	10	3	3	4	3	13	2	4	2	4	3	15	3	4	3	4	14	2	2	3	2	9	3	4	3	3	4	17	78
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	3	2	3	2	10	2	3	3	3	11	3	3	3	4	3	16	79
2	4	2	3	3	14	4	3	4	3	14	2	2	2	2	3	11	3	3	3	2	11	2	2	3	2	9	2	3	2	3	4	14	73
2	2	1	3	1	9	3	4	4	3	14	1	1	2	2	3	9	3	2	3	2	10	1	2	2	2	7	2	3	3	3	3	14	63
2	3	1	1	1	8	3	4	1	1	9	1	1	1	4	4	11	3	3	1	2	9	2	1	4	4	11	2	3	3	2	4	14	62
2	2	3	3	3	13	3	3	3	3	12	3	2	2	2	3	12	3	2	3	2	10	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	14	71
2	3	1	3	2	11	3	3	3	3	12	2	1	2	2	2	9	3	2	3	3	11	2	2	3	2	9	3	3	3	3	3	15	67
3	4	1	3	1	12	4	3	4	2	13	2	2	2	2	4	12	1	4	1	1	7	2	2	3	2	9	2	4	4	4	2	16	69
2	3	1	2	2	10	3	3	3	2	11	2	2	2	3	3	12	3	2	3	3	11	2	2	3	2	9	2	3	2	2	3	12	65
3	4	2	3	3	15	3	3	3	2	11	3	3	2	3	3	14	3	2	3	2	10	2	3	3	2	10	2	4	4	4	4	18	78
3	3	2	3	1	12	4	3	3	3	13	2	2	2	3	3	12	4	2	2	2	10	2	3	2	4	11	3	4	3	3	3	16	74
3	3	3	4	3	16	3	3	2	3	11	2	2	2	3	3	12	3	3	3	1	10	2	2	2	3	9	3	2	3	3	3	14	72
2	3	2	3	2	12	3	3	3	2	11	2	3	2	3	3	13	3	3	3	2	11	2	3	3	3	11	2	2	3	3	3	13	71
3	3	3	2	2	13	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	1	2	2	2	7	2	2	2	2	8	1	2	3	3	3	12	64
3	2	3	3	2	13	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	2	2	2	2	8	2	3	2	2	9	2	2	3	3	3	13	68
3	3	1	4	2	13	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	4	3	3	2	12	2	3	2	3	10	2	4	3	3	3	15	74
3	3	1	4	2	13	3	4	4	3	14	2	2	2	4	3	13	4	2	2	3	11	2	2	2	2	8	2	4	4	4	4	18	77
4	4	4	4	4	20	4	3	4	4	15	4	4	3	4	3	18	4	2	4	3	13	4	3	3	3	13	4	3	3	3	3	16	95
3	3	2	2	2	12	3	4	3	3	13	3	3	2	2	3	13	2	2	3	3	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	74
3	2	2	3	2	12	3	4	3	3	13	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	76
2	2	1	3	1	9	3	1	1	1	6	1	2	2	2	2	9	2	2	2	2	8	1	1	2	2	6	1	2	2	2	2	9	47
2	2	2	1	1	8	3	4	3	3	13	2	3	1	3	3	12	3	1	1	3	8	2	3	2	4	11	1	1	3	3	4	12	64
3	2	3	3	3	14	3	2	3	2	10	3	2	2	3	3	13	3	2	3	3	11	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	75
3	3	2	3	3	14	3	3	3	4	13	1	2	1	3	3	10	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	73

3	3	2	3	3	14	3	3	3	4	13	1	2	1	3	3	10	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	73
3	3	3	3	3	15	4	4	4	4	16	3	4	3	3	4	17	4	2	3	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	87
4	3	4	3	4	18	4	4	4	4	16	3	3	3	3	3	15	4	3	3	4	14	4	4	4	3	15	4	4	3	4	3	18	96
3	3	3	3	3	15	4	4	4	4	16	3	3	2	4	3	15	4	2	3	2	11	3	3	3	3	12	3	4	3	3	3	16	85
3	4	3	3	4	17	3	3	3	3	12	3	3	1	3	3	13	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	78
3	3	2	3	3	14	3	3	3	4	13	1	2	1	3	3	10	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	73
3	2	4	3	2	14	3	2	2	1	8	2	3	2	3	2	12	2	2	2	1	7	4	2	3	2	11	4	3	2	3	1	13	65
4	3	3	3	3	16	3	3	4	4	14	2	3	2	4	3	14	3	2	4	4	13	4	4	4	4	16	2	4	3	4	4	17	90
3	3	3	3	4	16	4	4	4	4	16	4	4	4	4	4	20	4	4	4	4	16	4	4	4	4	16	4	4	4	1	4	17	101
2	1	1	3	1	8	3	3	3	2	11	2	1	2	2	3	10	1	2	2	2	7	1	2	2	2	7	2	3	3	3	2	13	56
2	3	2	3	2	12	2	3	3	3	11	2	2	2	3	3	12	1	2	2	3	8	2	3	2	2	9	3	2	3	3	3	14	66
2	1	1	4	1	9	3	3	3	3	12	3	3	3	3	2	14	1	2	3	3	9	2	1	3	3	9	3	3	3	4	3	16	69
4	3	3	3	2	15	2	3	3	3	11	2	2	3	3	3	13	4	3	3	3	13	3	3	3	2	11	3	3	3	3	2	14	77
3	3	2	2	2	12	4	3	1	1	9	3	4	3	3	4	17	3	4	3	3	13	3	3	4	2	12	2	4	2	4	4	16	79
3	3	2	4	1	13	4	3	4	3	14	2	2	2	3	1	10	3	3	3	3	12	2	1	1	2	6	2	4	4	4	4	18	73
3	3	1	3	1	11	4	3	3	1	11	1	1	1	2	1	6	3	2	3	2	10	1	1	1	1	4	1	3	3	3	3	13	55
3	3	2	3	2	13	3	2	3	3	11	2	3	2	3	3	13	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	1	3	3	3	3	13	66
2	3	1	3	1	10	4	4	3	3	14	2	2	2	3	3	12	3	2	3	3	11	2	3	3	2	10	3	4	3	3	3	16	73
3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	11	1	2	1	3	3	10	3	2	3	3	11	1	2	3	2	8	3	2	3	3	3	14	66
3	3	2	3	2	13	4	3	3	3	13	3	3	2	3	3	14	2	2	3	2	9	2	4	3	3	12	3	4	4	3	3	17	78
3	3	2	3	2	13	3	3	4	3	13	3	3	2	3	3	14	2	2	3	2	9	2	4	3	3	12	3	4	4	3	3	17	78
3	3	3	4	3	16	4	3	3	3	13	2	3	1	2	3	11	4	3	3	3	13	3	2	3	2	10	3	3	3	3	2	14	77
3	3	2	3	2	13	4	3	3	3	13	3	1	3	3	3	13	3	3	3	2	11	2	2	3	2	9	3	3	3	3	2	14	73
3	2	2	3	2	12	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	14	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	3	2	3	3	3	14	68
3	2	2	3	2	12	3	3	2	3	11	2	2	2	3	2	11	2	2	2	2	8	2	2	2	2	8	3	2	3	3	3	14	64
2	2	3	3	1	11	3	2	2	3	10	4	3	2	2	3	14	3	2	3	3	11	2	2	2	3	9	3	3	3	3	3	15	70
3	3	2	4	2	14	4	4	3	3	14	3	3	3	3	3	15	4	2	3	3	12	3	3	3	2	11	3	3	3	3	3	15	81
2	4	2	3	3	14	3	4	3	3	13	2	2	3	3	3	13	3	3	3	2	11	3	3	2	3	11	2	3	2	3	3	13	75
2	2	1	4	1	10	3	2	3	3	11	2	1	2	3	2	10	1	2	3	3	9	1	3	3	3	10	2	3	4	2	3	14	64
2	3	3	2	3	13	3	3	2	2	10	3	3	2	3	3	14	3	2	3	2	10	2	2	3	3	10	3	2	3	3	3	14	71

4	4	3	4	4	19	4	3	3	3	13	3	4	2	3	3	15	3	3	3	2	11	3	3	2	3	11	4	3	4	3	3	17	86
2	2	3	3	3	13	4	4	4	4	16	3	3	3	4	4	17	3	3	3	3	12	3	3	3	4	13	3	4	4	3	3	17	88
2	4	3	4	4	17	4	3	4	3	14	3	3	2	4	3	15	3	3	3	2	11	3	3	2	3	11	3	4	4	3	3	17	85
3	3	3	3	3	15	3	2	3	3	11	2	3	3	3	3	14	3	2	3	3	11	3	3	2	3	11	2	3	3	3	3	14	76
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	2	2	3	2	12	3	2	2	3	10	3	3	2	2	10	1	3	3	1	1	9	68
4	4	4	3	3	18	3	3	4	3	13	3	2	3	3	3	14	4	3	3	4	14	3	3	3	4	13	4	4	4	4	4	20	92
4	4	3	4	2	17	4	4	4	3	15	2	2	2	3	2	11	4	1	3	2	10	2	2	3	2	9	2	3	4	3	3	15	77
4	1	3	2	2	12	3	3	3	2	11	2	3	2	3	3	13	2	2	2	3	9	2	2	3	3	10	3	3	4	4	4	18	73
4	4	1	3	2	14	4	4	3	3	14	4	1	3	3	4	15	1	4	2	4	11	4	3	4	4	15	3	4	4	3	3	17	86
3	2	2	2	1	10	3	3	2	3	11	2	3	2	3	3	13	2	2	2	2	8	3	1	2	3	9	1	2	3	1	3	10	61
4	4	3	3	2	16	4	2	3	3	12	3	4	3	3	2	15	3	2	4	3	12	3	3	4	4	14	3	3	3	3	1	13	82
3	2	2	4	2	13	4	4	3	2	13	2	3	4	3	4	16	3	4	2	4	13	2	2	2	4	10	1	4	2	2	2	11	76
3	4	2	3	3	15	4	4	4	3	15	4	3	2	3	3	15	4	2	3	3	12	3	3	3	2	11	3	3	3	3	2	14	82
3	4	3	4	3	17	4	4	3	3	14	3	3	2	3	3	14	4	2	3	3	12	3	3	3	2	11	3	3	3	3	2	14	82
3	3	2	4	3	15	3	3	3	3	12	3	2	2	2	3	12	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	77
3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	11	2	2	2	3	3	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	1	3	3	3	3	13	73
2	3	1	3	2	11	3	3	3	3	12	2	1	2	3	2	10	3	2	3	3	11	2	3	3	2	10	3	3	3	3	3	15	69
3	4	2	3	2	14	4	3	4	3	14	3	3	3	3	4	16	4	3	3	2	12	2	3	3	3	11	3	4	3	3	3	16	83
3	3	1	4	2	13	3	3	3	3	12	2	1	2	3	4	12	4	2	3	2	11	2	2	3	2	9	3	4	3	3	4	17	74
4	4	3	4	2	17	4	3	3	4	14	3	2	3	4	3	15	4	1	3	1	9	3	3	3	3	12	4	3	3	3	3	16	83
2	2	2	3	2	11	4	3	3	3	13	2	2	2	2	3	11	2	2	3	3	10	2	2	3	2	9	3	3	3	3	4	16	70
2	2	2	2	2	10	4	3	3	3	13	2	1	2	3	3	11	2	2	3	3	10	2	2	3	2	9	3	4	3	3	4	17	70
3	3	2	3	3	14	4	3	3	3	13	2	2	2	2	3	11	4	3	3	2	12	3	3	3	3	12	3	4	3	3	2	15	77
4	3	3	3	3	16	4	4	3	3	14	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	3	4	3	3	4	17	86
3	4	3	3	3	16	4	3	4	2	13	3	3	3	4	3	16	3	3	4	3	13	3	3	4	4	14	4	3	3	4	4	18	90
2	3	3	3	3	14	4	3	3	3	13	3	3	3	3	3	15	4	3	3	2	12	3	2	3	3	11	3	3	3	3	3	15	80
4	3	3	3	3	16	4	3	3	3	13	3	3	2	3	3	14	3	2	3	3	11	3	2	3	3	11	2	3	3	3	3	14	79
2	2	1	3	1	9	2	3	2	2	9	1	1	2	3	2	9	2	3	2	2	9	1	2	2	2	7	2	2	3	3	3	13	56
2	2	1	2	1	8	3	3	2	3	11	1	1	2	3	2	9	2	1	3	3	9	1	2	1	2	6	2	3	2	2	2	11	54
3	1	2	3	2	11	3	3	3	3	12	3	2	3	3	3	14	3	2	3	2	10	2	3	2	2	9	3	2	3	3	3	14	70

2	1	2	1	2	8	3	3	3	2	11	3	2	3	1	1	10	3	2	2	1	8	2	3	1	2	8	3	3	3	3	2	14	59
2	3	2	3	3	13	3	3	3	2	11	2	3	2	3	3	13	4	1	3	2	10	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	73
4	3	3	4	3	17	3	4	3	3	13	3	3	2	3	4	15	4	2	3	4	13	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	84
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	2	3	2	3	3	13	3	2	3	3	11	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	77
3	3	2	3	2	13	3	3	2	2	10	2	2	2	2	2	10	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	2	3	3	2	12	66
4	4	3	4	2	17	4	3	3	3	13	3	3	2	4	4	16	3	3	3	2	11	2	3	3	2	10	2	4	4	3	2	15	82
2	3	3	3	1	12	4	3	3	3	13	2	3	2	3	3	13	3	2	3	2	10	2	3	2	2	9	3	3	3	2	3	14	71
2	2	1	3	1	9	3	2	2	3	10	1	2	3	1	4	11	2	2	3	1	8	2	2	2	3	9	3	3	2	3	2	13	60
3	4	3	4	3	17	4	3	4	4	15	4	3	4	2	4	17	3	3	4	3	13	3	4	2	4	13	3	4	4	3	4	18	93
3	3	2	3	2	13	4	4	2	3	13	2	4	3	4	3	16	3	3	3	3	12	3	3	4	3	13	2	3	3	3	4	15	82
4	3	4	4	3	18	4	4	4	3	15	3	4	3	4	3	17	1	3	4	3	11	4	3	3	4	14	4	3	3	3	3	16	91
4	2	3	4	3	16	3	3	4	3	13	2	4	2	3	3	14	4	4	3	4	15	3	3	3	3	12	4	3	4	4	4	19	89
3	3	3	4	3	16	4	4	4	4	16	3	2	3	3	4	15	4	2	4	4	14	3	3	3	4	13	3	4	4	4	4	19	93
3	3	2	2	2	12	3	3	3	2	11	2	3	2	1	3	11	2	1	3	1	7	2	3	3	2	10	2	2	3	3	1	11	62
2	2	1	1	1	7	3	3	3	3	12	1	1	1	3	3	9	2	2	3	3	10	2	2	2	2	8	2	3	2	3	3	13	59
3	3	2	3	1	12	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	3	2	3	4	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	73
4	2	3	2	2	13	2	3	3	2	10	3	2	3	3	2	13	2	3	3	3	11	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	73
3	4	2	3	2	14	3	4	3	3	13	4	2	3	3	4	16	4	3	3	3	13	2	3	3	2	10	3	4	3	3	3	16	82
3	3	2	3	2	13	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	3	2	3	3	11	2	3	3	3	11	3	4	4	4	4	19	79
4	3	1	3	1	12	3	3	3	3	12	2	1	2	3	3	11	3	2	3	4	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	72
3	3	2	3	2	13	3	3	3	2	11	3	2	2	3	3	13	3	2	3	4	12	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	74
2	3	1	2	1	9	3	3	3	2	11	2	2	2	3	3	12	3	2	3	3	11	2	3	3	3	11	3	3	3	3	3	15	69
1	2	1	3	1	8	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	3	2	3	2	10	1	3	3	2	9	3	3	3	3	3	15	67
2	1	1	3	1	8	3	3	3	3	12	3	2	3	3	4	15	1	2	3	3	9	2	3	3	2	10	3	4	3	3	1	14	68
3	1	1	2	1	8	4	3	3	3	13	3	3	3	3	3	15	1	3	3	3	10	2	2	2	2	8	3	4	4	3	3	17	71
2	1	1	3	1	8	3	3	3	3	12	3	2	3	3	4	15	1	2	3	3	9	2	3	3	2	10	3	4	3	3	3	16	70
2	2	1	3	1	9	3	3	2	3	11	3	3	2	3	4	15	1	2	3	2	8	2	3	3	2	10	3	3	3	3	3	15	68
4	4	2	4	2	16	3	3	2	3	11	1	2	2	2	3	10	4	3	3	1	11	1	2	2	1	6	2	3	3	3	3	14	68
3	1	1	2	1	8	4	3	3	3	13	2	1	1	2	3	9	1	3	3	3	10	2	2	2	1	7	1	3	3	3	2	12	59
4	3	4	3	2	16	4	4	3	2	13	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	12	2	3	2	2	9	3	3	3	3	3	15	78

2	3	3	3	3	14	4	4	4	3	15	3	3	2	3	3	14	4	3	3	4	14	3	3	3	4	13	3	4	3	3	3	16	86
4	3	3	4	3	17	4	3	3	3	13	2	4	3	4	3	16	3	3	3	2	11	3	3	3	3	12	3	3	4	3	3	16	85
3	4	3	3	3	16	4	3	3	2	12	2	4	2	3	3	14	4	2	2	2	10	3	3	3	4	13	2	4	3	4	4	17	82
3	3	3	2	4	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	3	3	3	2	11	3	2	2	3	10	2	3	3	3	3	14	77
3	2	1	3	1	10	3	3	3	2	11	2	2	2	2	2	10	3	3	2	4	12	2	3	3	2	10	3	3	4	3	4	17	70
3	2	2	3	3	13	3	3	3	3	12	3	3	3	3	2	14	4	3	2	2	11	2	3	3	2	10	3	3	4	3	4	17	77
1	2	2	4	3	12	3	4	4	3	14	2	4	3	4	4	17	3	3	2	2	10	3	3	3	4	13	3	4	4	3	4	18	84
4	3	1	3	2	13	3	4	3	4	14	3	3	2	4	3	15	4	2	3	3	12	3	3	4	3	13	3	4	3	3	4	17	84
4	4	4	4	4	20	3	4	3	3	13	3	4	2	4	3	16	3	4	3	2	12	3	4	3	4	14	3	3	4	4	3	17	92
3	3	3	3	4	16	3	3	4	3	13	2	4	2	4	3	15	3	2	4	2	11	3	3	3	4	13	2	4	3	3	3	15	83
3	4	3	3	3	16	4	3	3	3	13	3	3	2	3	3	14	4	3	3	3	13	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	83
4	4	3	4	3	18	4	4	4	3	15	3	3	2	4	3	15	4	2	3	3	12	3	3	3	3	12	3	4	3	3	4	17	89
2	3	2	3	2	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	3	2	3	2	10	2	3	2	3	10	2	2	3	3	3	13	71
2	3	1	3	1	10	3	3	3	3	12	3	3	2	4	3	15	4	2	3	3	12	2	3	3	4	12	3	3	4	3	1	14	75
3	3	2	3	2	13	3	3	4	3	13	3	3	2	3	3	14	3	4	3	3	13	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	78
3	3	2	4	3	15	3	3	3	2	11	3	2	3	2	3	13	2	3	3	3	11	3	3	3	3	12	3	3	2	3	3	14	76
3	3	4	3	2	15	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	3	2	2	3	10	3	3	3	3	12	3	2	2	3	2	12	73
3	3	2	3	3	14	3	3	3	2	11	3	2	2	3	3	13	3	2	2	3	10	3	3	3	3	12	3	2	2	3	2	12	72
3	3	2	2	2	12	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	3	2	3	3	11	2	2	3	2	9	3	3	3	3	2	14	70
1	1	1	1	1	5	3	3	3	3	12	3	2	2	3	3	13	1	1	2	3	7	2	3	3	2	10	2	3	3	3	3	14	61
2	3	4	4	4	17	4	4	3	3	14	3	3	4	3	3	16	3	3	3	4	13	4	4	3	3	14	2	4	3	3	3	15	89
3	1	1	3	1	9	3	3	3	2	11	2	3	1	3	3	12	3	2	2	3	10	1	2	2	2	7	3	3	3	3	3	15	64
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	2	3	2	3	3	13	3	2	3	2	10	3	3	3	3	12	3	3	4	4	4	18	80
4	4	1	4	1	14	4	4	4	3	15	4	1	1	4	4	14	4	1	3	3	11	1	3	3	2	9	3	4	4	4	4	19	82
4	4	4	4	1	17	3	3	3	3	12	1	4	1	4	4	14	4	3	3	4	14	2	3	3	2	10	2	3	4	4	4	17	84
3	3	1	1	2	10	3	3	3	3	12	2	2	2	2	3	11	2	3	3	3	11	2	2	3	2	9	2	3	3	3	3	14	67
4	3	1	3	1	12	4	4	4	4	16	3	3	2	3	4	15	4	3	4	4	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	4	16	86
3	2	2	4	2	13	3	3	3	3	12	2	2	2	3	3	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	11	3	4	4	4	4	19	79
2	1	2	3	1	9	3	3	3	3	12	3	3	1	3	3	13	1	2	2	3	8	2	3	3	3	11	3	3	3	3	3	15	68
2	1	1	1	1	6	3	3	3	3	12	1	4	1	3	3	12	1	2	2	3	8	1	1	1	2	5	2	3	3	3	3	14	57

3	4	2	2	3	14	3	3	3	3	12	3	3	1	3	4	14	3	2	2	3	10	3	2	3	3	11	1	3	3	3	3	13	74
3	3	3	3	2	14	3	3	3	3	12	2	3	3	3	2	13	3	2	2	3	10	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	76
3	3	3	3	3	15	3	4	3	2	12	2	3	2	3	3	13	3	3	3	3	12	3	3	3	3	12	2	3	3	3	3	14	78
2	2	2	2	2	10	3	4	3	2	12	3	2	3	3	3	14	2	2	3	3	10	2	3	3	3	11	2	3	3	3	3	14	71
3	2	4	4	2	15	4	4	4	4	16	3	3	3	4	3	16	2	2	3	2	9	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	83
2	3	3	3	3	14	2	2	2	1	7	3	3	2	2	2	12	3	2	2	2	9	2	2	3	2	9	2	3	3	3	3	14	65
1	1	2	3	3	10	2	2	3	3	10	2	2	1	3	3	11	1	3	2	2	8	2	1	1	1	5	2	1	3	3	3	12	56
2	3	3	2	2	12	3	3	3	3	12	2	3	2	2	2	11	1	1	2	2	6	2	3	2	2	9	2	3	3	2	2	12	62
3	3	3	4	4	17	3	3	3	3	12	3	3	4	3	3	16	4	4	3	2	13	3	3	3	3	12	3	3	4	4	4	18	88
3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	12	3	3	3	3	3	15	3	3	3	2	11	3	3	3	3	12	3	3	4	4	4	18	83
3	3	3	3	3	15	3	4	3	3	13	2	4	2	3	2	13	4	2	3	3	12	3	3	4	3	13	3	3	4	4	4	18	84
4	4	3	3	3	17	3	4	4	3	14	4	3	2	3	3	15	4	2	3	4	13	4	3	3	3	13	3	3	3	4	3	16	88
3	3	3	4	3	16	3	3	4	4	14	4	3	2	3	3	15	4	2	3	4	13	4	2	1	1	8	4	1	1	4	3	13	79
3	3	2	3	1	12	4	3	3	3	13	1	3	1	3	3	11	2	2	2	3	9	1	2	2	3	8	3	3	3	1	1	11	64
2	1	2	2	1	8	2	1	3	2	8	1	2	2	2	2	9	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	2	2	2	2	9	42

Lampiran 14. Hasil Olah Data

Statistics

		Persepsi	F_Internal	F_Eksternal	Pengalaman	Perhatian	Minat	Intensitas	Ukuran	Gerakan
N	Valid	221	221	221	221	221	221	221	221	221
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		73.75	38.19	35.56	13.02	12.26	12.91	10.58	10.35	14.63
Median		73.00	38.00	36.00	13.00	12.00	13.00	11.00	11.00	14.00
Std. Deviation		9.756	5.492	5.118	2.774	1.688	2.273	1.993	2.236	2.101
Minimum		42	24	17	5	6	6	4	4	8
Maximum		101	53	49	20	16	20	16	16	20
Sum		16299	8441	7858	2878	2710	2853	2338	2287	3233

Frequency Table

Persepsi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	42	1	.5	.5	.5
	47	1	.5	.5	.9
	52	1	.5	.5	1.4
	54	2	.9	.9	2.3
	55	2	.9	.9	3.2
	56	3	1.4	1.4	4.5
	57	3	1.4	1.4	5.9
	58	1	.5	.5	6.3
	59	2	.9	.9	7.2
	60	1	.5	.5	7.7
	61	5	2.3	2.3	10.0
	62	3	1.4	1.4	11.3
	63	4	1.8	1.8	13.1
	64	6	2.7	2.7	15.8
	65	8	3.6	3.6	19.5
	66	8	3.6	3.6	23.1
	67	3	1.4	1.4	24.4
	68	12	5.4	5.4	29.9
	69	7	3.2	3.2	33.0
	70	9	4.1	4.1	37.1
	71	14	6.3	6.3	43.4
	72	4	1.8	1.8	45.2

73	14	6.3	6.3	51.6
74	7	3.2	3.2	54.8
75	4	1.8	1.8	56.6
76	6	2.7	2.7	59.3
77	11	5.0	5.0	64.3
78	9	4.1	4.1	68.3
79	8	3.6	3.6	71.9
80	6	2.7	2.7	74.7
81	2	.9	.9	75.6
82	9	4.1	4.1	79.6
83	7	3.2	3.2	82.8
84	8	3.6	3.6	86.4
85	6	2.7	2.7	89.1
86	6	2.7	2.7	91.9
87	1	.5	.5	92.3
88	3	1.4	1.4	93.7
89	4	1.8	1.8	95.5
90	2	.9	.9	96.4
91	1	.5	.5	96.8
92	2	.9	.9	97.7
93	1	.5	.5	98.2
95	2	.9	.9	99.1
96	1	.5	.5	99.5
101	1	.5	.5	100.0
Total	221	100.0	100.0	

F_Internal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24	1	.5	.5	.5
	25	1	.5	.5	.9
	26	2	.9	.9	1.8
	27	2	.9	.9	2.7
	28	5	2.3	2.3	5.0
	29	3	1.4	1.4	6.3
	30	5	2.3	2.3	8.6
	31	5	2.3	2.3	10.9

32	7	3.2	3.2	14.0
33	12	5.4	5.4	19.5
34	10	4.5	4.5	24.0
35	14	6.3	6.3	30.3
36	15	6.8	6.8	37.1
37	24	10.9	10.9	48.0
38	15	6.8	6.8	54.8
39	11	5.0	5.0	59.7
40	16	7.2	7.2	67.0
41	7	3.2	3.2	70.1
42	13	5.9	5.9	76.0
43	15	6.8	6.8	82.8
44	8	3.6	3.6	86.4
45	10	4.5	4.5	91.0
46	7	3.2	3.2	94.1
47	4	1.8	1.8	95.9
48	2	.9	.9	96.8
49	4	1.8	1.8	98.6
50	1	.5	.5	99.1
52	1	.5	.5	99.5
53	1	.5	.5	100.0
Total	221	100.0	100.0	

F_Eksternal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	1	.5	.5	.5
	22	1	.5	.5	.9
	23	1	.5	.5	1.4
	25	4	1.8	1.8	3.2
	26	3	1.4	1.4	4.5
	27	5	2.3	2.3	6.8
	28	4	1.8	1.8	8.6
	29	7	3.2	3.2	11.8
	30	13	5.9	5.9	17.6
	31	6	2.7	2.7	20.4
	32	7	3.2	3.2	23.5

33	16	7.2	7.2	30.8
34	19	8.6	8.6	39.4
35	16	7.2	7.2	46.6
36	18	8.1	8.1	54.8
37	25	11.3	11.3	66.1
38	18	8.1	8.1	74.2
39	13	5.9	5.9	80.1
40	10	4.5	4.5	84.6
41	9	4.1	4.1	88.7
42	8	3.6	3.6	92.3
43	6	2.7	2.7	95.0
44	2	.9	.9	95.9
45	2	.9	.9	96.8
46	3	1.4	1.4	98.2
47	2	.9	.9	99.1
48	1	.5	.5	99.5
49	1	.5	.5	100.0
Total	221	100.0	100.0	

Pengalaman

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	.5	.5	.5
	6	1	.5	.5	.9
	7	1	.5	.5	1.4
	8	12	5.4	5.4	6.8
	9	12	5.4	5.4	12.2
	10	14	6.3	6.3	18.6
	11	18	8.1	8.1	26.7
	12	33	14.9	14.9	41.6
	13	32	14.5	14.5	56.1
	14	31	14.0	14.0	70.1
	15	22	10.0	10.0	80.1
	16	19	8.6	8.6	88.7
	17	17	7.7	7.7	96.4
	18	5	2.3	2.3	98.6
	19	1	.5	.5	99.1

20	2	.9	.9	100.0
Total	221	100.0	100.0	

Perhatian

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	1	.5	.5	.5
	7	1	.5	.5	.9
	8	3	1.4	1.4	2.3
	9	5	2.3	2.3	4.5
	10	15	6.8	6.8	11.3
	11	36	16.3	16.3	27.6
	12	72	32.6	32.6	60.2
	13	46	20.8	20.8	81.0
	14	19	8.6	8.6	89.6
	15	14	6.3	6.3	95.9
	16	9	4.1	4.1	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

Intensitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	2	.9	.9	.9
	5	1	.5	.5	1.4
	6	1	.5	.5	1.8
	7	6	2.7	2.7	4.5
	8	22	10.0	10.0	14.5
	9	28	12.7	12.7	27.1
	10	48	21.7	21.7	48.9
	11	42	19.0	19.0	67.9
	12	38	17.2	17.2	85.1
	13	19	8.6	8.6	93.7
	14	8	3.6	3.6	97.3
	15	4	1.8	1.8	99.1
	16	2	.9	.9	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

Ukuran

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	3	1.4	1.4	1.4
	5	2	.9	.9	2.3
	6	10	4.5	4.5	6.8
	7	8	3.6	3.6	10.4
	8	17	7.7	7.7	18.1
	9	31	14.0	14.0	32.1
	10	34	15.4	15.4	47.5
	11	47	21.3	21.3	68.8
	12	41	18.6	18.6	87.3
	13	17	7.7	7.7	95.0
	14	5	2.3	2.3	97.3
	15	2	.9	.9	98.2
	16	4	1.8	1.8	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

Gerakan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	1	.5	.5	.5
	9	3	1.4	1.4	1.8
	10	2	.9	.9	2.7
	11	10	4.5	4.5	7.2
	12	13	5.9	5.9	13.1
	13	22	10.0	10.0	23.1
	14	67	30.3	30.3	53.4
	15	33	14.9	14.9	68.3
	16	25	11.3	11.3	79.6
	17	25	11.3	11.3	91.0
	18	13	5.9	5.9	96.8
	19	6	2.7	2.7	99.5
	20	1	.5	.5	100.0
	Total	221	100.0	100.0	

Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian



Penjelasan cara pengerjaan kuesioner (angket)



Peserta didik mengerjakan kuesioner (angket)



Peserta didik mengerjakan kuesioner (angket)



Foto bersama guru PJOK