

**ANALISIS FAKTOR PENDUKUNG HASIL DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA KELAS 3 SDN 008  
SAMARINDA SEBERANG TAHUN AJARAN 2023/2024**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN OLEH :  
ELLIN JULIA DAMAIYANTI  
2011102422020**



**POGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
2024**

**ANALISIS FAKTOR PENDUKUNG HASIL DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA KELAS 3 SDN 008  
SAMARINDA SEBERANG TAHUN AJARAN 2023/2024**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah  
Kalimantan Timur

**Diajukan Oleh:**

**Ellin Julia Damaiyanti**

**2011102422020**



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR  
2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**ANALISIS FAKTOR PENDUKUNG HASIL DALAM PEMBELAJARAN  
SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA KELAS 3 SDN 008  
SAMARINDA SEBERANG TAHUN AJARAN 2023/2024**

**PROPOSAL SKRIPSI**

**Diajukan oleh :**

**Ellin Julia Damaiyanti**

**2011102422020**

**Disetujui untuk diujikan  
Pada tanggal 14 Maret 2024**

**Pembimbing**



**Jeane Betty Kurnia Jusuf, S.Pd., M.Pd**  
**NIDN. 111201902**

**Mengetahui**

**Koordinator Tugas Akhir**



**Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or**  
**NIDN. 1110019101**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**ANALISIS FAKTOR PENDUKUNG HASIL DALAM PEMBELAJARAN**  
**SENAM LANTAI GULING DEPAN SISWA KELAS 3 SDN 008**  
**SAMARINDA SEBERANG TAHUN AJARAN 2023/2024**

**PROPOSAL TUGAS AKHIR**

Disusun Oleh :  
**Ellin Julia Damaiyanti**  
2011102422020

Diseminarkan dan Diujikan  
Pada tanggal 02 Juli 2024

Penguji I



Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or  
NIDN. 1110019101

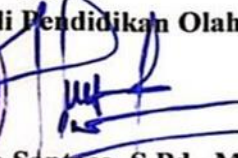
Penguji II



Jeane Betty Kurnia Jusuf, S.Pd, M.Pd  
NIDN. 1112019102

Mengetahui,  
Ketua  
Program Studi Pendidikan Olahraga



  
Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or  
NIDN.1110019101

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ellin Julia Damaiyanti  
Nim : 2011102422020  
Program Studi : SI Pendidikan Olahraga  
Judul Penelitian : Analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan siswa kelas III SDN 008 Samarida Seberang tahun ajaran 2023/2024

Menyatakan bahwa Proposal Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, dan bukan merupakan hasil plagiasi/falsifikasi/fabrikasi baik sebagian atau seluruhnya.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam Proposal Tugas Akhir saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Samarinda, 14 maret 2024

Yang membuat pernyataan

  
METERAL TEMPEL  
BAALX285337967

Ellin Julia Damaiyanti

Nim: 2011102422020

## ABSTRAK

Senam lantai adalah jenis olahraga yang dilakukan di atas lantai dan menggunakan matras. Latihan di lantai dapat membantu siswa membangun dan melatih rasa percaya diri serta keterampilan biomotorik mereka, terutama fleksibilitas. Salah satu hal penting yang diajarkan kepada siswa adalah senam lantai, yaitu latihan sederhana seperti guling depan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis variabel-variabel yang berkontribusi terhadap pembelajaran senam lantai guling depan SDN 008 Samarinda Sebereng. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan angket/kuisisioner. Subjek pada penelitian ini adalah siswa SDN 008 Samarinda Sebereng dengan populasi berjumlah 654 siswa. Secara *random sampling* ditemukan 113 siswa maka peneliti mengambil secara acak sesuai dengan rumus  $25\% \times 113 = 28,25 \Rightarrow 28$  siswa sebagai responden.

*Kata kunci : Analisis pendukung faktor hasil, Senam lantai, Guling depan, Siswa Kelas III*

## ***ABSTRACT***

*Floor exercise is a type of exercise that is done on the floor and using a mat. Floor exercise is also useful for developing and training students' sense of self-confidence and can train and develop biomotor elements in humans, especially flexibility. Floor exercise is also one of the important elements taught to students, namely basic movements such as front rolls. This research aims to determine the analysis of factors supporting the results in learning floor roll gymnastics at SDN 008 Samarinda Sebereng. This research uses a quantitative approach using questionnaires. The subjects in this research were students at SDN 008 Samarinda Seberang with a population of 654 students. By random sampling, 113 students were found, so the researcher took them randomly according to the formula  $25\% \times 113 = 28.25 \Rightarrow 28$  students as respondents.*

*Keywords: Supporting factor analysis of results, Floor exercise, Front roll, Class III students*

## **PRAKATA**

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta inayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi ini dengan judul " Hubungan Percaya Diri Dengan Hasil Belajar Guling Depan Pada Siswa Kelas III Sekolah Dasar Negeri 008 Samarinda Seberang ".

Penyusunan proposal skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan Jasmani di Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Penulis menyadari bahwa proses penyusunan proposal skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, serta dukungan berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Prof. Dr. Muhammad Musiyam M.T yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Bapak Prof. Ali Saukah, M.A., Ph.D., yang telah memberikan izin penelitian.
3. Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Bapak Januar Abdilah Santoso, S.Pd, M.Or.
4. Bapak Nanda Alfian Mahardika, S.Pd, M.P.d sebagai pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan, saran-saran selama menempuh perkuliahan.
5. Ibu Jeane Betty Kurnia Jusuf, S.Pd., M.Pd selaku Dosen Pembimbing, atas bimbingan, arahan, serta masukan yang berharga dalam proses penyusunan proposal skripsi ini.
6. Rekan-rekan peneliti dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan dukungan, semangat, serta saran yang membangun dalam setiap langkah penulisan proposal ini.
7. Pihak Sekolah Dasar 008 Samarinda Seberang yang telah memberikan izin dan kerjasama dalam pelaksanaan penelitian ini.
8. Keluarga tercinta, yang senantiasa memberikan doa, dukungan, serta motivasi bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan hingga tahap ini.
9. Teman dekat saya, Hasni, Imi Lisa Paulina, Nurul Aula Indah Sari, Emilia Wardani, Dhinda Nabila Rahmania, Zaenab Faradilla, Tiara Kasih, terimakasih juga untuk waktunya selama ini telah banyak memberikan kasih sayang yang penuh, nasehat yang tak terhitung sampai sekarang dan seterusnya.



10. Untuk pemilik nim 2011102421056, terima kasih telah memberikan dukungan dan rasa kasih sayang, dan sudah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, meluangkan baik tenaga, waktu, pikiran. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan kuliah penulis hingga sekarang.
11. Teman-teman curut terimakasih juga atas kebersamaan nya selama ini, semoga kalian sukses semua.

Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga proposal skripsi ini dapat terlaksana

## DAFTAR ISI

<b>SKRIPSI</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>SKRIPSI</b> .....	<b>2</b>
<b>LEMBAR PERSETUJU</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>5</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>1</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>7</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>8</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>10</b>
<b>1.PENDAHULUAN</b> .....	<b>12</b>
1.1.Latar belakang .....	12
1.2.Rumusan masalah .....	14
1.3.Tujuan penelitian .....	14
1.4. Manfaat penelitian .....	14
<b>2.METODE PENELITIAN</b> .....	<b>15</b>
2.1 Obyek penelitian .....	15
2.2 Populasi dan Sampel Penelitian .....	15
2.2.1 Populasi .....	15
2.2.2 Sampel.....	15
2.3 Instrumen Penelitian .....	16
2.4 Prosedur Penelitian .....	16
2.4.1 Observasi .....	17
2.4.2 Rancang dan Instrumen Penelitian.....	17
2.4.3 Uji coba instrument penelitian .....	17
2.4.4 Pengumpulan data dan penelitian .....	20
2.4.5 Analisis Data .....	20
<b>3. HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>22</b>
3.1 Hasil Penelitian .....	22
3.2 Pembahasan.....	25
<b>4. PENUTUP</b> .....	<b>36</b>
4.1 Kesimpulan .....	36
4.2 Saran .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>37</b>



# 1. PENDAHULUAN

## 1.1. Latar belakang

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Sari et al., 2024) Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan atau pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran sistem pendidikan nasional yang perlu diajarkan di pendidikan formal Indonesia. Tujuan mata kuliah pendidikan jasmani dan kesehatan adalah untuk mengembangkan kemampuan jasmani siswa serta disiplin olahraga, kerjasama tim, dan hidup sehat yang meliputi senam lantai

Salah satu ruang lingkup yang termasuk dalam mata pelajaran PJOK adalah senam lantai. (Herlambang, 2017). Menyatakan bahwa permainan dan olah raga, pembelajaran di luar kelas, senam, aktivitas ritme, aktivitas air atau akuatik, dan aktivitas pengembangan semuanya termasuk dalam ruang lingkup pendidikan jasmani. Dalam hal upaya penyempurnaan kurikulum, guru, siswa, sarana dan prasarana pendidikan, pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan, serta pembelajaran kognitif, psikomotorik, dan afektif, pembelajaran di sekolah mencakup unsur-unsur tersebut. Materi kursus disusun secara berurutan. tingkatan mulai dari ringan hingga berat, dari mudah hingga sulit, dan dari sederhana hingga rumit. Guru menggunakan berbagai teknik dan taktik untuk memaksimalkan potensi setiap siswa. Pendidikan umum meliputi pendidikan jasmani, olah raga, dan kesehatan; Senam lantai merupakan salah satu disiplin ilmu yang diajarkan di sekolah dasar. Dalam bahasa Inggris, istilah "senam" atau "*gymnastiek*" berarti latihan yang memerlukan gerakan tubuh tidak terbatas, bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan pola gerakan dasar (Desmalah, 2014). Latihan yang dilakukan di lantai dengan matras disebut dengan senam lantai. Kekuatan otot, daya tahan, fleksibilitas, ketangkasan, koordinasi, dan fleksibilitas seimbang semuanya ditingkatkan. Latihan senam lantai dapat membantu siswa membangun dan melatih rasa percaya diri serta keterampilan biomotoriknya, khususnya kelenturannya. Faktor-faktor yang dapat memfasilitasi pembelajaran hendaknya digunakan untuk melengkapi pengajaran senam lantai. Siswa, guru, lingkungan, dan infrastruktur menjadi variabel yang mendukung. Elemen-elemen ini membantu memastikan bahwa program senam lantai dilaksanakan dengan sukses dan

berjalan lancar. Pengalaman siswa dengan gerakan dapat lebih ditingkatkan melalui latihan senam lantai. Guru sekolah dasar sering menginstruksikan siswanya melakukan guling depan, guling belakang, sikap lilin, jungkir balik, dan senam lantai lainnya. Salah satu pokok bahasan yang diajarkan kepada siswa adalah senam lantai, yaitu senam sederhana seperti berguling ke depan. Gerakan berguling ke depan adalah gerak memutar yang dilakukan secara menggelinding. Oleh karena itu, saat melakukan gerakan tersebut, badan harus membulat. Gerakan berguling ke depan terdiri dari dua sikap dasar: satu di mana tubuh mulai jongkok dan yang lainnya di mana tubuh mulai berdiri, melibatkan bahu, punggung, dan tengkuk. Guling depan juga membantu siswa melatih koordinasi dan kelenturan tubuh, serta meningkatkan kepercayaan diri dan keberanian mereka untuk melakukan gerakan senam yang lebih kompleks di kemudian hari.

Senam lantai juga ada dua jenisnya: yang menggunakan peralatan dan yang tidak. Latihan di lantai yang tidak memerlukan peralatan apa pun antara lain lompat harimau, kayak, tumbling depan dan belakang, jungkir balik, dan sikap candlestick. Latihan lantai berbasis peralatan meliputi lompat jongkok dan lompat mengangkang. Melakukan gerakan guling depan tidak hanya memerlukan latihan fisik. Dalam senam lantai, hasil siswa dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor: fisik, psikologis, dan lingkungan. Faktor fisik termasuk kekuatan otot, fleksibilitas, dan keseimbangan. Faktor psikologis termasuk tingkat motivasi, kepercayaan diri, dan tingkat kecemasan. Di sisi lain, faktor lingkungan termasuk kualitas instruksi guru, fasilitas yang tersedia, dan dukungan teman sebaya. Dalam melakukan pembelajaran senam lantai juga sangat membutuhkan fasilitas khusus, seperti ruang senam, matras, dan semua yang diperlukan.

Dari Pihak sekolah pun selalu berusaha untuk memastikan bahwa pembelajaran senam lantai berjalan dengan baik. Guru juga telah berusaha semaksimal mungkin, namun adapun hal-hal yang perlu diperbaiki agar pembelajaran senam lantai lebih lancar dan efektif. Dan diharapkan guru pendidikan jasmani memberikan program latihan yang lebih baik yang sesuai dengan kebutuhan siswa, Maka dari itu Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis pendukung faktor hasil senam lantai guling depan kelas 3 SDN 008 samarinda seberang tahun ajaran 2023/2024”.

## **1.2. Rumusan masalah**

Seperti yang sudah diuraikan diatas yang terdapat pada latar belakang masalah maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Apa saja faktor-faktor pendukung hasil belajar senam lantai guling depan pada sekolah dasar SDN 008 Samarinda Seberang?

## **1.3. Tujuan penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan:

- 1.3.1 Untuk mnengetahui faktor-faktor pendukung hasil belajar senam lantai guling depan pada siswa sekolah dasar SDN 008 Samarinda Seberang

## **1.4. Manfaat penelitian**

Adapun manfaat penelitian sebagai berikut:

### 1.4.1 Bagi siswa

- 1.4.1.1 Membantu siswa mengetahui aspek-aspek penting yang perlu diperhatikan dalam senam lantai, sehingga dapat meningkatkan performa dan hasil latihan mereka

### 1.4.2 Bagi guru

- 1.4.2.1 Membantu guru memahami faktor-faktor yang mempengaruhi hasil latihan guling depan, sehingga mereka dapat merancang program latihan yang lebih tepat dan sesuai keutuhan siswa.

### 1.4.3. Bagi orang tua

- 1.4.3.1 Dapat memahami pentingnya faktor-faktor tertentu dalam mendukung perkembangan kemampuan fisik anak mereka, sehingga dapat memberikan dukungan yang lebih optimal dalam kegiatan fisik anak.

## 2. METODE PENELITIAN

### 2.1 Obyek penelitian

Obyek pada Penelitian ini meliputi analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan. Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan penelitian deskriptif kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi secara rinci dalam bentuk data dan gambar mengenai analisis faktor pendukung siswa yang mengikuti senam lantai. Menurut (Sugiyono, 2010) metode survei digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah. Penelitian ini dilaksanakan di SDN 008 Samarinda Seberang. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas 3 SDN 008 Samarinda Seberang Semester 2 tahun Ajaran 2023/2024.

### 2.2 Populasi dan Sampel Penelitian

#### 2.2.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2009: 80), menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi yang digunakan adalah murid SDN 008 Samarinda Seberang seluruh siswa kelas 3 tahun ajaran 2023/2024 berjumlah 654 siswa.

#### 2.2.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2007: 56) sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Untuk menentukan sampel penelitian, peneliti menggunakan metode *random sampling*. Secara keseluruhan, 113 siswa dari SDN 008 Samarinda Seberang yang berpartisipasi dalam mengikuti pembelajaran senam lantai dari siswa kelas 3

Menurut (Arikunto, 2021) jika populasi besar bisa dipakai antara 10-25%. Menurut Sugiyono (2017) dalam (Santoso, 2023) dikarenakan jumlah siswa 113 maka dari itu peneliti mengambil 25% dari seluruh populasi yaitu menggunakan rumus Slovin  $25\% \times 113 = 28,25 \Rightarrow 28$  yang diambil dari setiap kelas secara random atau secara acak sebagai responden.

## 2.3 Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan Angket tertutup dengan skala *likert*; responden hanya perlu membutuhkan tanda *check* pada kolom yang tersedia. Sebelum angket digunakan untuk penelitian, angket tersebut diuji cobakan di SDN 008 Samarinda Seberang. Angket ini memiliki empat pilihan jawaban. Sangat Setuju (SS) menerima skor 4, Setuju (S) menerima skor 3, Kurang Setuju (KS) menerima skor 2, dan Sangat Kurang Setuju (SKS) menerima skor 1.

**Tabel 1.** Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	1	4
Setuju (S)	2	3
Kurang Setuju (TS)	3	2
Sangat Kurang Setuju (SKS)	4	1

Menurut Sutrisno Hadi (2001: 7-9), ada tiga langkah utama yang harus diperhatikan saat membuat instrument:

### 2.3.1 Mendefinisikan konstrak

Menentukan konstrak adalah langkah pertama. Ini berarti membatasi variabel atau perubahan yang akan diteliti. Siswa di kelas 3 SDN 008 Samarinda Seberang mengalami faktor pendukung dalam senam lantai guling depan, yang diukur dengan angket. Faktor pendukung berarti segala sesuatu yang dapat membantu siswa belajar melakukannya.

### 2.3.2 Menyidik faktor

Faktor-faktor subvariabel, atau komponen yang membentuk konstrak, diperiksa dalam langkah kedua. Selain itu, faktor internal termasuk fisik dan psikis, dan faktor eksternal termasuk guru, sarana dan prasarana sekolah, dan lingkungan sekolah.

### 2.3.3 Mengembangkan butir-butir pertanyaan

Menyusun kuesioner adalah langkah terakhir dalam menyusun butir-butir pertanyaan. Item pertanyaan harus menyertakan penjelasan tentang isi faktor-faktor ini untuk memberikan gambaran umum tentang keadaan faktor-faktor ini.



## 2.4 Prosedur Penelitian

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif Metode yang digunakan survei instrumen penelitiannya menggunakan angket/kuesioner yang telah di uji validasi

Adapun langkah langkah prosedur penelitian:

### 2.4.1 Observasi

Dengan melakukan observasi secara langsung, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam, tentang faktor pendukung. Hasil dari observasi akan disajikan dalam laporan penelitian dan dapat digunakan sebagai dasar untuk membuat performa untuk faktor pendukung hasil senam lantai.

### 2.4.2 Rancang dan Instrumen Penelitian

Rancang alat dan instrumen penelitian dalam studi ini pembuatan kuesioner untuk mengetahui performa faktor pendukung peserta didik siswa kelas 3 di SDN 008 Samarinda Seberang.

### 2.4.3 Uji coba instrument penelitian

Uji coba instrumen penelitian adalah tahap penting dalam pengembangan instrumen untuk memastikan bahwa instrumen tersebut dapat mengukur variabel yang dimaksud dengan cara yang valid dan reliabel. Alat penelitian ini harus diuji validitas dan reliabilitasnya. Untuk menentukan apakah suatu alat ukur dapat mengukur apa yang sedang diukur, maka perlu memahami validitas. Di sisi lain, tujuan uji reliabilitas tetap konstan dan untuk memastikan keandalan instrumen.

**Tabel 3.** Kisi - kisi Angket yang telah Diuji Cobakan

Variabel	Faktor	Indikator	Butiran pernyataan		Jumlah
			Positif	Negatif	
Analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan	Internal	Kurangnya percaya diri	1,18	6	3
		Kecemasan dan ketakutan	5	12,2	3
		Motivasi dan Minat	7,9	15	3
	Guru	4	17,19	3	

	Ekternal	Sarana dan Prasarana	13,14	8	3
		Lingkungan sekolah	16	11	2
		Orang tua	3	10	3
<b>Jumlah</b>			<b>19</b>		<b>19</b>

Sumber : (Nazirun et al., 2019)

**Tabel 4.** Uji Validitas Kuesioner

No	Pernyataan	R Hitung	R Tabel	Keterangan
1	Saya merasa percaya diri apabila saya melakukan gerakan guling depan	-0,17698	0,514	Tidak Valid
2	Saya merasa takut untuk melakukan guling depan.	0,654421	0,154	Valid
3	Orang tua saya sangat mendukung untuk mengikuti pembelajaran senam lantai	0,552252	0,154	Valid
4	Saya menerima pujian dari guru atas hasil kerja saya yang bagus.	-0,14786	0,514	Tidak Valid
5	Saya merasa tidak cemas saat melakukan gerakan guling depan	0,72282	0,154	Valid
6	Saya merasa malu saat melakukan gerakan guling depan	0,603051	0,154	Valid
7	Saya merasa bersemangat ketika mendapatkan pujian atas kemajuan saya	0,621573	0,154	Valid
8	Terdapat kerusakan pada matras latihan senam lantai guling depan.	0,469558	0,514	Tidak Valid
9	Saya merasa senang saat berhasil melakukan gerakan senam lantai guling depan dengan baik	0,361219	0,514	Tidak Valid
10	Orang tua saya tidak mendukung saya untuk mengikuti pembelajaran senam lantai	0,563809	0,154	Valid
11	Pembelajaran dilakukan di halaman, sehingga siswa kepanasan.	0,314957	0,514	Tidak Valid

12	Ketika saya melakukan senam lantai guling depan, saya merasa cemas	0,589896	0,514	Tidak Valid
13	Kondisi alat dan fasilitas di sekolah cukup baik.	0,676683	0,154	Valid
14	ruangan senam lantai dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk untuk melindungi dari cedera saat melakukan gerakan guling depan.	0,676683	0,154	Valid
15	Saya merasa bosan saat melakukan gerakan guling depan.	0,545238	0,154	Valid
16	Saya merasa lingkungan di sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai	0,644355	0,154	Valid
17	Saya tidak bersemangat mengikuti pembelajaran senam lantai karena teguran guru.	0,667307	0,154	Valid
18	Saya merasa senang mendapat dukung dari teman teman saya	0,738404	0,154	Valid
19	Saat guru memberikan penjelasan sulit untuk dimengerti.	0,589482	0,154	Valid

#### 2.4.4.1 Uji validitas

Menurut Purbayu Budi Santosa dan Ashari (2005:247), validitas menunjukkan seberapa baik suatu kuesioner mengukur hal-hal yang diukur. Selain itu, validitas kriterial diuji dengan membandingkan hasil alat ukur dengan ukuran standar eksternal yang sudah terbukti valid. Uji coba angket yang digunakan 15 responden dan 19 pernyataan mengikuti uji coba angket. Hasil uji coba angket menunjukkan bahwa instrumen sah (tidak gugur), sehingga 13 butir pernyataan valid dan digunakan untuk penelitian.

#### 2.4.4.2 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yaitu untuk mengetahui keandalan instrument dan tidak berubah-ubah. Dalam penelitian, uji reliabilitas sering dilakukan menggunakan berbagai metode, tergantung pada jenis data yang dikumpulkan dan alat pengukuran yang digunakan, Dengan melakukan uji reliabilitas secara cermat,

peneliti dapat memastikan bahwa data yang diperoleh dapat dipercaya dan akurat, sehingga memperkuat validitas kesimpulan penelitian mereka.

**Tabel 3.** Uji Reabilitas

<b>Nilai Acuan</b>	<b>Kriteria Nilai Cronbach's Alpha</b>	<b>Kesimpulan</b>
0,70	0,737938	Reliabel

<b>Dasar Pengambilan Keputusan</b>
Jika Nilai Cronbach's Alpha > 0,70 Maka Berkesimpulan Reliabel
Jika Nilai Cronbach's Alpha < 0,70 Maka Berkesimpulan Tidak Reliabel

#### 2.4.4 Pengumpulan data dan penelitian

Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk memperoleh informasi sampel dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui,” menurut Suharsimi Arikunto (2006:128-34). Sesuai dengan metode yang telah ditentukan, baik melalui survei, observasi, wawancara Pastikan untuk mencatat data dengan akurat dan lengkap, dan jika memungkinkan verifikasi data dengan responden atau sumber data yang relevan.

#### 2.4.5 Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik analisis data adalah deskriptif kuantitatif. Tujuan dari analisis deskriptif adalah untuk mengetahui bagaimana menganalisis faktor pendukung hasil belajar senam lantai pada siswa kelas 3 SD 008 Samarinda Seberang dalam mengikuti pelajaran senam lantai guling depan yang diberikan di sekolah. Selanjutnya data yang terkumpul diteliti kecenderungan datanya (trendency central). Dari hasil data yang dikumpulkan, penskoran dilakukan dengan skala Likert yang terdiri dari poin 1-4. Setelah perhitungan analisis data selesai, nilai pencapaian kualitas dihasilkan, yang kemudian diinterpretasikan. Metode Penilaian Acuan Norma (PAN) digunakan untuk mengubah nilai rata-rata untuk setiap komponen menjadi kategori ketercapaian

**Tabel 2. Pengkategorian Faktor**

No	Rentang	Kategori
1	$M + 1SD \leq X$	Tinggi
2	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	Sedang
3	$X < M - 1SD$	Rendah

Keterangan :

Rerata skor ideal (M) :  $1/2$  (skor Maks. Ideal + Skor Min. Ideal)

Standar Deviasu ideal (Sd) :  $1/6$  (skor Maks. Ideal – Skor Min. Ideal)

Untuk memberikan makna dari hasil data yang ada, digunakan teknik analisis deskriptif presentase, dengan rumus:

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

Keterangan:

P = Besar persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

## 2.4 Teknik Pengumpulan Data

Untuk mengumpulkan data, langkah awal dilakukan dengan mengumpulkan 28 siswa dari kelas 3. Siswa menerima angket. Sebelum mulai mengerjakan, penulis memberikan arahan tentang cara mengerjakan dan membaca setiap butir pernyataan secara bergantian agar para siswa dapat memahami maknanya. Setelah anak-anak mulai bekerja, kuesioner ditinjau ulang untuk memastikan semua nama, kelas, dan jenis kelamin telah terisi dan tidak ada pernyataan yang dikosongkan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilakukan di sekolah dasar tentang Analisis Faktor pendukung hasil senam lantai guling depan pada siswa kelas 3 SDN 008 Samarinda Seberang, terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Hasil dari penelitian ini akan dideskripsikan sebagai berikut:

No	Aspek	Indikator	Pertanyaan	Jumlah Nilai	Nilai Min	Max	Sd	Mean	Persentase	Kategori
1	Faktor Internal	Percaya diri	Saya merasa percaya diri melakukan guling depan.	2180	40	100	18	78	78%	Sedang
			Saya merasa senang mendapatkan dukunga dari teman teman saya	2440	20	100	21,23	87	87%	Sedang
			Saya Merasa Malu saat melakukan guling depan	1760	20	100	27,60	63	63%	Sedang
		Kecemasan dan Ketakutan	Saya merasa tidak cemas saat melakukan guling depan	1940	20	100	20,71	69	69%	Sedang
			Saya takut saat melakukan guling depan.	1860	20	100	25	66	66%	Sedang
			Saya cemas saat melakukan guling depan	1720	40	100	16,27	61	61%	Sedang
		Motivasi dan Minat	Saya merasa bersemangat ketika mendapatkan pujian atas kemajuan saya	2400	60	100	14,25	86	86%	Sedang
			Saya merasa senang saat berhasil melakukan gerakan senam lantai guling depan	2280	20	100	21,03	81	81%	Sedang

			Saya merasa bosan Melakukan guling depan	2040	20	100	23,23	73	73%	Sedang
	Ekterna 1	Guru	Saya menerima pujian dari guru atas hasil kerja saya yang bagus	1980	20	100	24	71	71%	Sedang
			Saya tidak bersemangat mengikuti pembelajaran senam lantai karena teguran guru.	2120	20	100	22,68	76	76%	Sedang
			Saat guru memberikan penjelasan sulit untuk dimengerti	1780	20	100	26,70	64	64%	Sedang
		Sarana dan Prasarana	Terdapat kerusakan pada matras latihan senam lantai guling depan.	2300	40	100	18,33	82	82%	Sedang
			Kondisi alat dan fasilitas di sekolah cukup baik.	2200	40	100	15,33	79	79%	Sedang
			ruangan senam lantai dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk untuk melindungi dari cedera saat melakukan gerakan guling depan.	2400	20	100	17,94	86	86%	Sedang
		Lingkungan sekolah	Pembelajaran dilakukan di halaman, sehingga siswa kepanasan.	2360	60	100	14,01	85	85%	Sedang
			Saya merasa lingkungan di	2180	20	100	19,12	78	78%	Sedang

			sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai							
		Orang tua	Orang tua saya sangat mendukung untuk mengikuti pembelajaran senam lantai	2260	40	100	20	81	81%	Sedang
			Orang tua saya tidak mendukung saya untuk mengikutin pembelajaran senam lantai	2080	20	100	24,26	74	74%	Sedang

### 3.1.1 Data Deskriptif analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan

Faktor pendukung ini diukur dengan 28 responden di kelas 3 dengan menggunakan kuesioner dengan 19 pertanyaan.

Pada faktor internal terbagi menjadi 9 pertanyaan, untuk pertanyaan pertama yaitu siswa merasa percaya diri ketika melakukan guling depan, pada pertanyaan ini siswa mendapatkan persentase sebanyak 78% dan termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pada pertanyaan kedua yaitu siswa merasa senang mendapatkan dukungan dari teman temennya mendapatkan 87% atau termasuk dalam kategori sedang, lalu setelah itu pada pertanyaan ketiga siswa merasa malu saat melakukan guling depan mendapatkan persentase sebanyak 63% atau ini termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pada pertanyaan keempat siswa merasa tidak cemas saat melakukan guling depan mendapatkan presentase sebanyak 69% atau termasuk kedalam kategori sedang, dan pada pertanyaan kelima siswa merasa takut melakukan guling depan mendapatkan presentase 66% atau termasuk kedalam kategori sedang, untuk pertanyaan keenam siswa merasa cemas saat melakukan guling depan mendapatkan presentase 61% atau termasuk kategori sedang, lalu pada pertanyaan ketujuh siswa merasa bersemangat ketika mendapatkan pujian atas kemajuannya mendapatkan presentase 86% atau termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pada pertanyaan kedelapan siswa merasa senang saat berhasil



melakukan gerakan senam lantai guling depan mendapatkan presentase 81% atau termasuk kedalam kategori sedang, lalu setelah itu pada pertanyaan kesembilan siswa merasa bosan saat melakukan guling depan mendapatkan presentase 73% atau termasuk kedalam kategori sedang,

Pada faktor Ekternal terbagi menjadi 10 pertanyaan, untuk pertanyaan pertama yaitu guru memberikan pujian kepada siswa atas menampilkan gerakan siswa yang bagus mendapatkan presentase 71% atau termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pertanyaan kedua yaitu teguran yang diberikan guru kepada siswa menjadikan siswa tidak semangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai mendapatkan presentase 76% atau termasuk kedalam kategori sedang, lalu pertanyaan ketiga saat guru memberikan penjelasan sulit untuk dimengerti mendapatkan presentase 64% atau termasuk kedalam kategori sedang, lalu setelah itu pertanyaan keempat matras yang digunakan untuk senam lantai roll depan sudah rusak mendapatkan presentase 82% atau termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pertanyaan kelima kondisi alat dan fasilitas di sekolah cukup baik mendapatkan presentase 79% atau termasuk kedalam kategori sedang, lalu pertanyaan keenam ruangan senam lantai dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk untuk melindungi dari cedera saat melakukan gerakan guling depan mendapatkan presentase 86% atau termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pertanyaan ketujuh pembelajaran dilakukan di halaman, sehingga siswa kepanasan mendapatkan presentasi 85% atau termasuk kedalam kategori sedang, lalu setelah itu pertanyaan kedelapan siswa merasa lingkungan di sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai mendapatkan presentase 78% atau termasuk kedalam kategori sedang, kemudian pertanyaan kesembilan orang tua siswa sangat mendukung untuk mengikuti pembelajaran senam lantai mendapatkan presentase 81% atau termasuk kedalam kategori sedang, dan pertanyaan kesepuluh orang tua siswa tidak setuju mendukung siswa mengikuti pembelajaran senam lantai mendapatkan presentase 74% atau termasuk kedalam kategori sedang.

### **3.2 Pembahasan**

Analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan disetiap aspek-aspek pertanyaan faktor internal dan faktor eksternal siswa kelas 3 SDN 008 samarinda seberang tahun ajaran 2023/2024.

Berikut Aspek-Aspek Faktor Internal dan Faktor Eksternal, ada tujuh Indikator faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan siswa kelas 3 SDN 008 Samarinda seberang tahun ajaran 2023/2024, dan akan dibahas satu per satu indikator. Indikator pada aspek faktor internal yaitu, kurang percaya diri, kecemasan dan ketakutan, motivasi dan minat dan pada faktor eksternal yaitu guru, sarana dan prasarana, lingkungan sekolah, dan orang tua. Berikut ini adalah pembahasan dari masing-masing indikator.

#### 1. Percaya diri

Dari indikator kurangnya percaya diri bisa diketahui melalui butiran pertanyaan yang terdiri dari 3 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama *Saya merasa percaya diri ketika melakukan guling depan* memiliki presentase cukup pada kategori “sedang”, yaitu sebanyak 28 siswa dan presentase besar (78%). Rasa percaya diri siswa menjadi faktor kunci yang menentukan keberhasilan dalam melakukan gerakan guling depan (Sutoro & Nurhidayah, 2023). Percaya diri muncul ketika siswa merasa yakin akan kemampuan mereka, yang bisa didorong berbagai faktor. Yang pertama, bimbingan yang efektif dari guru sangat penting, Guru yang memberikan penjelasan langkah demi langkah dengan jelas dan sabar, memberikan pujian atas setiap kemajuan siswa. Yang kedua, pengalaman yang konsisten dan bertahap yang membantu siswa merasa lebih nyaman melakukan gerakan guling depan. Yang ketiga, dukungan sosial dari teman sekelas juga berpengaruh saling memberi semangat dan saling membantu dapat memperkuat rasa percaya diri. Maka dengan itu, rasa percaya diri siswa saat melakukan gerakan guling depan dapat ditingkatkan melalui kombinasi yang tepat, latihan yang konsisten, dan dukungan sosial

Berikutnya pertanyaan kedua, *Saya merasa senang mendapatkan dukungan dari teman teman saya*, memiliki presentase besar pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (87%). Dukungan dari teman-teman sekelas menjadi salah satu hal penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan dan motivasi siswa (Nasution, 2018). Rasa senang dan kenyamanan yang diperoleh dari dukungan teman-teman dapat meningkatkan kepercayaan diri dan semangat belajar siswa ketika siswa merasa didukung oleh teman-teman mereka dan mereka cenderung lebih berani mencoba gerakan baru dan memperbaiki teknik mereka tanpa takut gagal atau diejek (Wahyuni et al., 2016). Dukngan ini bisa

berupa kata-kata penyemangat, Tepuk tangan, atau bantuan langsung saat berlatih. Kebersamaan juga menciptakan hal yang positif dan saling mendukung, dimana siswa merasa bahwa mereka tidak berjuang sendirian. Selain itu dukungan dari teman-teman juga dapat mendorong terjalannya kerjasama yang baik dan saling percaya diantara siswa. Dengan demikian, dukungan dari teman-teman memainkan peran penting dalam meningkatkan pembelajaran senam lantai guling depan.

Selanjutnya pertanyaan ketiga, *Saya Merasa Malu saat melakukan guling depan*, memiliki presentase besar pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (63%). Rasa malu saat melakukan guling depan sering timbul akibat beberapa faktor. Yang pertama kurangnya kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan mereka sendiri dapat memicu perasaan malu. Hal ini bisa disebabkan oleh pengalaman negatif sebelumnya atau ketidakmampuan untuk melakukan gerakan dengan benar. Kedua lingkungan sosial dalam kelas atau kelompok dapat mempengaruhi rasa malu siswa merasa takut diejek atau dinilai oleh teman-teman sekelasnya, terutama jika mereka merasa belum mahir. Ketiga faktor budaya dan norma sosial yang berlaku juga bisa berperan dalam beberapa budaya, kesalahan atau kegagalan didepan umum dianggap memalukan, sehingga siswa menjadi lebih rentang terhadap rasa malu (Salsabila, 2023). Untuk mengatasi hal ini guru perlu menciptakan lingkungan yang positif dan inklusif, memberikan pujian atas usaha dan kemajuan kecil, serta mendorong suasana saling mendukung antar siswa, dengan itu mengurangi rasa malu dan membantu siswa lebih fokus pada proses belajar dan meningkatkan hasil pembelajaran senam lantai.

## 2. Kecemasan dan Ketakutan

Dari indikator kecemasan dan ketakutan bisa diketahui melalui butiran pertanyaan yang terdiri dari 3 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama *Saya merasa cemas saat melakukan guling depan* memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, yaitu sebanyak 28 siswa dan presentase sebesar (61%). Berdasarkan kategori “sedang”. Kecemasan dapat muncul akibat rasa cemas terhadap kegagalan untuk melakukan gerakan guling depan (Saputri, 2013). Sehingga sulit untuk siswa mencoba gerakan dengan penuh keyakinan, selain itu tekanan dari lingkungan seperti ekspektasi dari guru atau teman sebaya. Jadi

Penting bagi guru untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, serta memberikan dukungan emosional untuk membantu siswa dalam mengatasi rasa kecemasan mereka.

Berikutnya pada pertanyaan kedua *Saya merasa takut saat melakukan guling depan* memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (66%). Sering kali ditemukan beberapa siswa mengalami tingkat ketakutan dalam melakukan gerakan guling depan, rasa takut timbul dikarenakan berbagai alasan, seperti kurangnya pemahaman teknik yang benar, kekhawatiran akan cedera. Ketakutan ini dapat membuat siswa sulit melakukan gerakan dengan optimal, dan efektif dalam pembelajaran. Oleh karena itu penting juga bagi guru untuk dukungan positif, serta pujian, sehingga dapat membantu mengurangi rasa ketakutan siswa.

Selanjutnya pada pertanyaan kedua *Saya merasa tidak cemas saat melakukan guling depe*, memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (69%). Ketidakcemasan pada gerakan guling depan ada beberapa faktor yang pertama, guru mampu menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif, memberikan instruksi yang jelas, dan memberikan dukungan emosional akan membantu siswa merasa percaya diri (Yudha, 2020). kedua, kondisi fisik lingkungan pembelajaran, seperti kebersihan keamanan area latihan dan seperti ketersediaan matras yang memadai, sangat mempengaruhi kenyamanan siswa dalam berlatih. Ketiga, program pemanasan yang komprehensif dan teknik relaksasi, latihan pernapasan dapat mengurangi ketegangan otot dan mental, membantu siswa merasa lebih siap dan tenang sebelum memulai gerakan guling depan.

### 3. Motivasi dan Minat

Dari indikator Motivasi dan Minat bisa diketahui melalui butiran pertanyaan yang terdiri dari 3 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama *Saya merasa bersemangat ketika mendapatkan pujian atas kemajuan saya depan*, memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, yaitu sebanyak 28 siswa dan presentase sebesar (86%). Berdasarkan kategori “sedang” Motivasi dan Minat dalam pembelajaran senam lantai. Perasaan semangat pada siswa saat bisa melakukan gerakan guling depan timbul akibat pujian atas kemajuan yang dicapai oleh siswa merupakan hal penting yang memotivasi mereka untuk terus

berlatih dan memperbaiki performa. Pujian yang diberikan oleh guru tidak hanya berfungsi pengakuan atau usaha dan pencapaian, tetapi juga sebagai pemacu semangat yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi (Manizar, 2015). Ketika siswa menerima apresiasi atas kemajuan yang telah mereka capai, mereka merasa dihargai dan lebih termotivasi untuk mempertahankan atau bahkan meningkatkan kinerja mereka (Santoso, 2021).

Berikutnya Pertanyaan kedua ***Saya merasa senang saat berhasil melakukan gerakan guling depan***, memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (81%). Perasaan senang saat berhasil melakukan gerakan guling depan adalah salah satu hal penting yang mencerminkan keberhasilan siswa pada pembelajaran senam lantai (Hardiansyah, 2024). Rasa senang ini tidak hanya menunjukkan pencapaian teknis, tetapi juga memberikan motivasi yang sebelumnya siswa terus belajar dan berlatih, yang kemudian dapat mengatasi tantangan tersebut dengan baik. Dukungan dari teman dan guru juga termasuk peran penting. Dan pemahaman yang mendalam terhadap gerakan yang dipelajari, melalui penjelasan yang jelas dapat membantu siswa merasa lebih yakin dan senang saat mereka berhasil. Refleksi pribadi dimana siswa dapat melihat perkembangan mereka dari waktu ke waktu, serta mencapai target yang telah ditetapkan, dan memperkuat rasa senang dan kepuasan siswa dalam pembelajaran senam lantai.

Selanjutnya pada pertanyaan ketiga ***Saya merasa lingkungan di sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai***, memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (78%). Lingkungan sekolah yang mendukung tercermin dari berbagai aspek, yang pertama, fasilitas yang memadai dan bersih, serta peralatan lainnya. Kedua suasana yang positif diantara siswa dan guru. Semua ini berkontribusi pada terciptanya lingkungan belajar yang kondusif, dimana siswa menguasai senam lantai guling depan dengan lebih baik (Yusri, 2020).

#### 4. Guru

Dari indikator Guru bisa diketahui melalui butir pertanyaan yang terdiri dari 3 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama, ***Guru memberikan pujian kepada saya atas penampilan saya yang bagus***, memiliki presentase tinggi dalam kategori “sedang” (71%), dengan 28 siswa dari total keseluruhan siswa. Berdasarkan

kategori “sedang”. Guru harus menggunakan berbagai strategi pembelajaran untuk membantu siswa dengan teknik senam lantai guling depan. karena dengan banyak metode yang di gunakan guru dalam pembelajarannya siswa jadi rileks , santai dan tidak bosan dalam pembelajaran dan hasilnya siswa bisa melakukan gerakan guling depan (Of et al., 2018). Salah satunya, Pujian dari guru atas gerakan yang bagus memiliki peran yang penting dalam memotivasi dan meningkatkan performa siswa. Agar siswa berhasil menyelesaikan tujuan pembelajaran mereka, pendidik juga memiliki tanggung jawab untuk membimbing, mendukung, dan menyediakan sumber daya pembelajaran bagi mereka. (Setiadi & Setiyani, 2018). Ketika guru memberikan pujian yang tulus atas keberhasilan siswa dalam menampilkan gerakan yang baik, hal itu tidak hanya meningkatkan rasa percaya diri siswa tetapi juga penguat positif yang membuat siswa merasa dihargai dan diakui atas usahanya. Dengan itu guru yang memberikan pujian secara afektif membuat siswa bersemangat dalam melakukan gerakan guling depan dalam pembelajaran seam lantai.

Berikutnya pertanyaan kedua ***Teguran yang diberikan guru kepada saya menjadikan saya tidak semangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai***, memiliki presentase cukup pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (76%). Respon siswa terhadap teguran yang diberikan oleh guru atau merupakan hal yang mempengaruhi kurangnya semangat belajar siswa. Teguran yang diterima siswa dapat berdampak negatif terhadap mereka, terutama jika teguran tersebut disampaikan dengan cara yang kurang bagus atau terlalu keras. Jadi ketika siswa merasa ditegur secara berlebihan, mereka cenderung mengalami penurunan semangat dan percaya diri yang menghambat kemajuan mereka dalam pembejalaran geraka guling depan. Oleh itu penting bagi guru untuk memberikan teguran yang bersifat membangun dengan nada yang lembut pada perbaikan dan dukungan dapat membantu siswa memahami kesalahan mereka.

Selanjutnya pertanyaan ketiga, ***Saat guru memberikan penjelasan sulit untuk dimengerti***, memiliki presentase cukup pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (64%). Pemahaman siswa terhadap penjelasan guru merupakan faktor penting yang mempengaruhi hasil pelajar. Ketika guru memberikan penjelasan yang sulit dimengerti, ada beberapa konsekuensi negatif dapat muncul. Pertama, siswa mungkin merasa bingung dan tidak yakin tentang

teknik yang benar untuk melakukan guling depan, yang bisa menyebabkan kesalahan dalam gerakan dan meningkatkan resiko cedera. Kedua kurang pemahaman terhadap instruksi dapat menurunkan motivasi siswa karena mereka merasa tidak mampu mengikuti pembelajaran dengan baik (Asmas, 2020) Ketiga komunikasi yang kurang efektif antara guru dan siswa menghambat aliran informasi penting yang diperlukan untuk pembelajaran efektif (Mahadi, 2021). Maka dari itu guru juga harus peka terhadap respon siswa dan siap memberikan penjelasan tambahan jika diperlukan dengan itu bisa memastikan bahwa penjelasan mudah dimengerti oleh semua siswa.

#### 5. Sarana dan Prasarana

Dari indikator sarana dan prasarana bisa diketahui melalui butir pertanyaan yang terdiri dari 3 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama, ***Terdapat kerusakan pada matras latihan senam lantai guling depan.***, memiliki presentase tinggi dalam kategori “sedang” (82%), dengan 28 siswa dari total keseluruhan siswa. Berdasarkan kategori “sedang”. Sarana dan Prasarana dalam pembelajaran senam lantai, Kondisi matras yang digunakan menjadi salah satu aspek yang mempengaruhi efektivitas dan keselamatan pembelajaran. Jika matras yang sudah rusak atau tidak layak pakai dapat berdampak negatif pada keamanan siswa saat melakukan gerakan guling depan. Ketebalan dan daya tahan matras yang menurun dapat mengurangi kemampuan matras untuk menyerap benturan, kerusakan pada matras juga dapat mengganggu konsentrasi siswa karena mereka mungkin lebih fokus untuk menghindari bagian yang rusak daripada teknik dan gerakan yang benar. Maka alat sarana dan prasarana itu sangat penting dalam kenyamanan dan keamanan siswa melakukan gerakan senam lantai guling depan

Berikutnya pertanyaan kedua, ***Kondisi alat dan fasilitas disekolah cukup baik***, , memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (79%). Kondisi alat dan fasilitas disekolah yang memadai merupakan salah satu hal penting yang tidak bisa diabaikan (Puspitasari, 2016). Fasilitas yang baik mencakup ruangan latihan yang luas dan bersih yang memungkinkan siswa melakukan gerakan dengan tanpa khawatir akan cedera akibat benturan, selain itu kesediaan matras yang cukup tebal dan dalam kondisi baik untuk memberikan perlindungan guling depan. Maka dari itu kondisi alat dan fasilitas yang memadai disekolah merupakan hal penting yang mendukung hasil

pembelajaran senam lantai guling depan, karena memberikan rasa aman dan nyaman bagi siswa.

Selanjutnya pertanyaan ketiga, *ruangan senam lantai dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk untuk melindungi dari cedera saat melakukan gerakan guling depan*. memiliki presentase cukup pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (86%). Ketersediaan ruangan yang dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk, keamanan dan kenyamanan siswa saat melakukan gerakan senam lantai sangat dipengaruhi oleh kualitas alas yang digunakan. Matras yang tebal dan empuk berfungsi untuk melindungi siswa dari cedera akibat benturan dengan lantai saat melakukan guling depan yang sering kali melibatkan kontak langsung dengan permukaan. Keberadaan matras yang baik juga memberikan rasa aman sehingga mereka lebih berani mencoba dan menyempurnakan gerakan. Dengan itu ketersediaan ruangan senam yang dilengkapi dengan matras yang memadai merupakan salah satu faktor pendukung dalam pembelajaran senam lantai. Secara khusus, ada hubungan langsung antara perangkat pembelajaran dan cara siswa belajar karena siswa menggunakan perangkat pembelajaran yang sama dengan yang digunakan guru untuk mengajarkan informasi. (Raresik et al., 2016). Alat pelajaran yang lengkap dan tepat akan memperlancar penerimaan bahan pelajaran yang diberikan kepada siswa.

#### 6. Lingkungan sekolah

Dari indikator Lingkungan Sekolah bisa diketahui melalui butir pertanyaan yang terdiri dari 2 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama, *Pembelajaran dilakukan dihalaman, sehingga siswa kepanasan*. .., memiliki presentase tinggi dalam kategori “sedang” (85%), dengan 28 siswa dari total keseluruhan siswa. Berdasarkan kategori “sedang”.Kepanasan dapat mempengaruhi konsentrasi dan kenyamanan siswa, yang berpotensi menurunkan efektivitas pembelajaran (Pane, 2024). Kepanasan juga menyebabkan kelelahan lebih cepat, yang berdampak pada kemampuan siswa untuk melakukan gerakan dengan tepat. Beberapa langkah dapat diambil untuk mengatasi masalah ini. Pertama, pemilihan waktu latihan yang tepat, seperti pagi atau sore hari ketika suhu udara lebih sejuk, kedua, penyediaan area latihan yang teduh atau penggunaan tenda sebagai pelindung dari sinar matahari langsung akan meningkatkan kenyamanan



siswa. Ketiga, pemberian istirahat yang cukup dan menyediakan air minum yang cukup selama latihan penting untuk menjaga hidrasi dan kesehatan siswa. Dengan memperhatikan faktor-faktor ini, pembelajaran senam lantai guling depan di halaman terbuka dapat berlangsung dengan lebih optimal.

Berikunya pertanyaan kedua, *Saya merasa lingkungan di sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai*, memiliki presentase tinggi pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (78%). Lingkungan sekolah yang mendukung mencakup fasilitas yang memadai, seperti ruang latihan yang luas dan dilengkapi dengan peralatan yang sesuai, termasuk matras yang cukup dan alat bantu lainnya yang menunjang latihan senam lantai. Selain itu, suasana sekolah yang aman, nyaman, dan kondusif juga memainkan peran penting dan secara keseluruhan, membentuk lingkungan sekolah yang mendukung dan berkontribusi pada keberhasilan siswa dalam mempelajari senam lantai, khususnya gerakan guling depan. Dengan adanya juga dimana guru memberikan bimbingan yang baik dan sabar. Dan dukungan emosional dan sosial dari teman seperti saling memberikan semangat dan apresiasi terhadap usaha masing-masing (Rahmadina et al., 2021).

#### 7. Orang tua

Dari indikator Orang tua bisa diketahui melalui butiran pertanyaan yang terdiri dari 2 butir-butir pertanyaan. Butir pertanyaan ini ditinjau dengan menggunakan hasil hitungan, pada pertanyaan pertama, *Orang tua saya sangat mendukung untuk mengikuti pembelajaran senam lantai*, ., memiliki presentase tinggi dalam kategori “sedang” (81%), dengan 28 siswa dari total keseluruhan siswa. Berdasarkan kategori “sedang”. Dukungan orang tua adalah salah satu hal penting terhadap keberhasilan anak, dukungan orang tua juga dapat terwujud dalam berbagai bentuk, seperti memberikan motivasi dan dorongan positif kepada anak untuk mengikuti pembelajaran senam lantai (Eva, 2018). Orang tua yang aktif terlibat dalam kegiatan anak, dukungan finansial dari orang tua seperti membiayai kursus tambahan atau membelikan peralatan senam yang memadai (Mahardhika et al., 2018). Dan juga dukungan emosional dari orang tua seperti memberikan pujian dan kata-kata penyemangat saat anak mengalami kesulitan, membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan ketahanan mental mereka.

Berikutnya pertanyaan kedua, *Orang tua saya tidak mendukung saya untuk mengikuti pembelajaran senam lantai*, memiliki presentase cukup pada kategori “sedang”, dan presentase sebesar (74%). Ketika orang tua tidak mendukung anak untuk mengikuti pembelajaran senam lantai, beberapa konsekuensi dapat muncul. Yang pertama, siswa mungkin mengalami penurunan motivasi dan semangat dalam mengikuti latihan, karena kurangnya dorongan dan pengakuan dari orang tua (Harahap et al., 2023). Kedua, ketidakpahaman orang tua tentang senam lantai bagi fisik dan mental anak dapat membuat cenderung mengabaikan atau bahkan menentang partisipasi dalam kegiatan tersebut. Ketiga, Tekanan dari orang tua yang tidak mendukung menyebabkan kecemasan pada siswa yang berprestasi menghambat kemampuan mereka untuk berkonsentrasi dan menguasai gerakan guling depan dengan baik. Oleh karena itu, bagi pihak sekolah dan instruktur untuk mengedukasi orang tua manfaat senam lantai dan melibatkan mereka dalam proses pembelajaran, sehingga dukungan orang tua dapat diperoleh dan dioptimalkan untuk mendukung keberhasilan siswa dalam pembelajaran senam lantai.

Dari pembahasan di atas dapat dilihat bahwa terdapat faktor kurang percaya diri, siswa sebenarnya mampu untuk melakukan gerakan guling depan karena sebagian besar kategori termasuk dalam kata “sedang” Percaya diri muncul ketika siswa merasa yakin akan kemampuan mereka, yang dimana jika mereka bisa menciptakan kebersamaan yang positif dan saling mendukung. Selain itu dukungan dari teman-teman juga sangat berpengaruh agar dapat mendorong terjalannya kerjasama yang baik dan saling percaya diantara siswa.

Selanjutnya dari faktor kecemasan dan ketakutan, agar siswa tidak merasa cemas dan ketakutan, guru harus mampu menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif, instruksi yang jelas dan dukungan kepada siswa agar siswa merasa percaya diri. Latihan pernapasan juga dapat mengurangi ketegangan otot dan mental siswa, karena bisa membantu siswa merasa lebih siap dan tenang sebelum melakukan gerakan guling depan.

Kemudian dari faktor motivasi dan minat, saat guru memberikan pujian kepada siswa tidak hanya berfungsi pengakuan atau usaha dan pencapaian, tetapi juga sebagai pemacu semangat yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi mereka. Ketika siswa menerima apresiasi atas kemajuan yang telah

mereka capai, mereka merasa dihargai dan lebih termotivasi untuk mempertahankan atau bahkan meningkatkan kinerja mereka.

Selanjutnya dari faktor guru, guru dapat memberikan pengaruh besar dalam mendukung siswa pada gerakan senam lantai guling depan, guru juga harus mempergunakan banyak metode pada waktu mengajar karena dengan banyak metode yang di gunakan guru dalam pembelajarannya siswa jadi rileks, santai dan tidak bosan dalam pembelajaran. Untuk memastikan bahwa tujuan pembelajaran tercapai, guru juga memiliki kewajiban untuk membimbing, mendukung, dan menyediakan sumber daya pembelajaran bagi siswa mereka

Selanjutnya, di antara faktor sarana dan prasarana, salah satu aspek yang paling penting yang tidak boleh diabaikan adalah kondisi peralatan dan fasilitas sekolah. (Puspitasari, 2016). Fasilitas yang baik mencakup ruangan latihan yang luas dan bersih yang memungkinkan siswa melakukan gerakan dengan tanpa khawatir akan cedera akibat benturan, selain itu kesediaan matras yang cukup tebal dan dalam kondisi baik untuk memberikan perlindungan pada siswa saat melakukan guling depan.

Kemudian dari faktor lingkungan, Lingkungan sekolah yang mendukung mencakup fasilitas yang memadai, seperti ruang latihan yang luas dan dilengkapi dengan peralatan yang sesuai, dan suasana sekolah yang aman, nyaman, dan kondusif juga memainkan peran penting secara keseluruhan, membentuk lingkungan sekolah yang mendukung dan berkontribusi pada keberhasilan siswa dalam mempelajari senam lantai, khususnya gerakan guling depan.

Yang terakhir adalah faktor orang tua, dukungan orang tua adalah salah satu hal penting terhadap keberhasilan anak, dukungan orang tua juga dapat terwujud dalam berbagai bentuk, seperti memberikan penguatan dan inspirasi kepada anak-anak untuk mengikuti pembelajaran senam lantai, dukungan dari orang tua bisa berbentuk pujian dan kata-kata penyemangat saat anak mengalami kesulitan, membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan ketahanan mental mereka.

## 4. PENUTUP

### 4.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dalam pembelajaran senam lantai guling depan dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung yang saling terkait. Faktor-faktor ini meliputi dukungan dari instruktur, lingkungan pembelajaran yang aman dan kondusif, persiapan fisik dan mental yang memadai, dukungan instruktur yang mencakup penjelasan yang jelas, dan umpan balik yang konstruktif dapat membantu siswa merasa lebih percaya diri dan kurang cemas. Lingkungan pembelajaran yang aman dan dilengkapi dengan alat bantu yang tepat memberikan rasa aman dan kenyamanan bagi siswa. Selain itu persiapan fisik dan mental, seperti pemanasan yang tepat dan latihan penapasan, membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan kesiapan murid melakukan gerakan guling depan. Berfokus pada meningkatkan elemen-elemen tambahan ini dapat membuat pengajaran senam lantai guling depan menjadi lebih efisien, menyenangkan, dan produktif bagi para siswa.

### 4.2 Saran

Ada beberapa saran yang penulis dapat sampaikan pada bagian ini, terutama untuk guru dan siswa.

#### 1. Saran Untuk Guru:

- a. Progresif dalam Pengajaran: Proses pembelajaran harus progresif, dimulai dari latihan-latihan yang lebih sederhana dan berkembang ke gerakan yang lebih kompleks seiring waktu.
- b. Berikan Umpan Balik yang Konstruktif: Ini dapat membantu siswa memperbaiki kesalahan teknis dan meningkatkan kinerja mereka secara keseluruhan.
- c. Mendorong Kerjasama dan Dukungan: Guru harus menciptakan lingkungan kelas yang mendukung di mana siswa merasa nyaman untuk mencoba hal baru dan saling mendukung satu sama lain.

#### 2. Saran Untuk Siswa:

- a. Jangan Takut Untuk Mencoba: Siswa harus percaya diri dan berani untuk mencoba, karena jika tidak berani untuk mencoba mereka tidak akan pernah bisa untuk melakukan gerakan tersebut.
- b. Dengarkan Instruksi Dari Guru: Dengarkan dan lakukan instruksi dari guru demi keselamatan dan kenyamanan dalam melakukan gerakan guling depan yang baik dan benar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Sari, Y. Y., Dhitia Putri Ulfani, Muhammad Ramos, & Padli. (2024). Pentingnya Pendidikan Jasmani Olahraga Terhadap Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 6(2), 478–488. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v6i2.1657>
- Herlambang, T. (2017). Aerobic Gymnastics Sebagai Pembelajaran Aktivitas Ritmik Pada Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jendela Olahraga*, 2(1). <https://doi.org/10.26877/jo.v2i1.1286>
- Mahardhika, N. A., Jusuf, J. B. K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62–68. <https://doi.org/10.21831/jpji.v14i2.23525>
- Santoso, J. A. (2021). Tingkat Motivasi Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dalam Upaya Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Pada Saat Pandemi Covid-19. *Journals.Umkt.Ac.Id*, 3(1), 1031–1039.
- Asmas, Damayanti. Suradika. (2020). Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh ( PJJ ) melalui Aplikasi ICANDO pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagi. *Seminar Nasional Penelitian LPPM UMJ*, 1–10.
- Eva, Y. Z. (2018). *Upaya Pengembangan Kepercayaan Diri Siswa di Sekolah Kreatif SD Muhtadin Kota Madiun*.
- Harahap, A. C. P., Addilla, A., Butar Butar, N. F., Siregar, L. R., Miranda, I. L., Tanjung, D. A., & Nitami, S. D. (2023). Studi Kasus Siswa yang Kehilangan Motivasi Diri terhadap Karir dan Pekerjaan di Masa Depan di SMAS Budi Satria. *Widya Balina*, 8(1), 604–611. <https://doi.org/10.53958/wb.v8i1.244>
- Hardiansyah, F. (2024). *Penelitian Tindakan Kelas : Upaya Meningkatkan Kemampuan Senam Lantai Guling Depan Menggunakan Pendekatan Jigsaw Pada Siswa Kelas IX C SMP Negeri 22 Semarang Tahun Pelajaran 2023 / 2024*. 3(2), 10–29.
- Mahadi, U. (2021). Komunikasi Pendidikan (Urgensi Komunikasi Efektif dalam Proses Pembelajaran). *JOPPAS: Journal of Public Policy and Administration Silampari*, 2(2), 80–90. <https://doi.org/10.31539/joppa.v2i2.2385>

- Manizar, E. (2015). Peran guru sebagai motivator dalam belajar [The teacher's role as a motivator in learning]. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, Vol. 1(No. 2), 171.
- Nasution, N. C. (2018). Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. *Al-Hikmah*, 12(2), 159–174. <https://doi.org/10.24260/al-hikmah.v12i2.1135>
- Nazirun, N., Gazali, N., Fikri, M., & Penjaskesrek, J. (2019). *MINAT SISWA TERHADAP PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SMP YLPI PEKANBARU* (Vol. 6, Issue 2).
- Of, O., Viii, G., Negeri, S., On, N., Factors, S., Floor, O. F., & Learningacademic, G. (2018). Pendapat Peserta Didik Kelas Viii Smp Negeri 3 Ngaglik Terhadap Faktor-Faktor Pendukung Pembelajaran Senam. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi 7.12 (2018)*, 1–12.
- Pane, A. (2024). Menggagas Solusi : Upaya Meningkatkan Fasilitas Sekolah untuk Pendidikan yang Lebih Baik di SD Negeri 101776 Sampali Kecamatan Percut Sei Tuan. *Of Social Science Research*, 4(30, 9118-9130, 4, 9118–9130.
- Puspitasari, W. D. (2016). Pengaruh Sarana Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Di Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 2(2), 105–120. <https://doi.org/10.31949/jcp.v2i2.338>
- Rahmadina, F. S., Rahmadina, F. S., & Firmiana, M. E. (2021). Bentuk Dukungan Orang Tua Pada Anak Usia Dini (Aud) Selama Belajar Dari Rumah (Bdr). *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(1), 18. <https://doi.org/10.36722/jaudhi.v4i1.629>
- Raresik, K. A., Dibia, I. K., & Widiana, I. W. (2016). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Bahasa Indonesia Pada Siswa Kelas V SD Gugus VI. *MIMBAR PGSD Undiksha*, 4(1), 1–11.
- Salsabila, S. (2023). Budaya Isin: Gambaran Psikologis Rasa Malu Pada Anak Usia Perempuan dan Anak Laki-Laki Usia 14 Tahun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7, 31801–31813.
- Saputri, N. I. (2013). Relationship between anxiety, gender, and learning results in gymnastics floor exercises. *Journal of Physical Education , Sport ,Health and Recreations*, 2(11), 712–717.
- Setiadi, D., & Setiyani, R. (2018). Pengaruh Kompetensi Pedagogik Guru dan Fasilitas Belajar terhadap Prestasi Belajar Melalui Motivasi Belajar. *Economic Education Analysis Journal*, VII(2), 390–399.

- Sutoro, S., & Nurhidayah, D. (2023). Penerapan model pembelajaran langsung dengan media bidang miring untuk meningkatkan gerak dasar guling depan. *Multilateral : Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 22(2), 131. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i2.15303>
- Wahyuni, N. S., Psikologi, F., & Medan, U. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kemampuan Bersosialisasi Pada Siswa Smk Negeri 3. *Jurnal Diversita* 2.2, 2(2).
- Yudha, R. I. (2020). Pengaruh Dukungan Orang Tua, Teman Sebaya dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA PGRI 2 Kota Jambi. *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(1), 49–58. <https://doi.org/10.30653/003.202061.105>
- Yusri, A. Z. dan D. (2020). Belajar Senam Ritmik Dengan Media Android. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).

## LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Observasi



**UMKKT**  
Program Studi  
**Pendidikan Olahraga**  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telp. 0541-748511 Fax.0541-766832

Website <http://por.umkt.ac.id>

email: [por@umkt.ac.id](mailto:por@umkt.ac.id)



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : 172-3/FKIP.2/D.2/C/2024  
Lampiran : 1 (Satu) Lembar  
Perihal : **Permohonan Melaksanakan Observasi**

**Kepada**

**Yth. Kepala SD Negeri 008 Samarinda Seberang**

**Di –**

**Tempat**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabaraakatuh*

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT, atas berkah karunia-Nya sehingga kita masih diberikan kesehatan dan kesempatan untuk beribadah dan berkarya. Amiin.

Dalam rangka mendukung proses pembuatan tugas akhir (skripsi) mahasiswa, maka dengan ini Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur memohon izin atas nama mahasiswa yang terlampir, agar dapat diberikan izin untuk melaksanakan observasi Penelitian terkait pembuatan tugas akhir.

Demikian surat ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabaraakatuh*

Samarinda, 21 Rajab 1445 H  
01 Februari 2024 M

**Ketua Program Studi  
Pendidikan Olahraga**



**Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or**  
NIDN. 1110019101





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
Kalimantan Timur  
Bekasatun | Berwawasan | Berkeadilan

# UMKT

## Program Studi Pendidikan Olahraga

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telp. 0541-748511 Fax.0541-766832

Website <http://por.umkt.ac.id>

email: [por@umkt.ac.id](mailto:por@umkt.ac.id)



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : 172-3/FKIP.2/D.2/C/2024

No	NIM	NAMA
1	2011102422020	Ellin Julia Damaiyanti
2	2011102422037	Tiara Kasih
3	2011102422058	Hasni
4	2011102422051	Vanesa Deswita Putri

Samarinda, 21 Rajab 1445 H  
01 Februari 2024 M

Ketua Program Studi  
Pendidikan Olahraga



*[Signature]*  
**Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or**  
NIDN. 1110019101

Kampus 1 : Jl. Ir. H. Juanda, No.15, Samarinda  
Kampus 2 : Jl. Pelita, Pesona Mahakam, Samarinda



**UMKT**  
Program Studi  
**Pendidikan Olahraga**  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telp. 0541-748511 Fax.0541-766832

Website <http://por.umkt.ac.id>

email: [por@umkt.ac.id](mailto:por@umkt.ac.id)



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nomor : 190-9/FKIP.2/D.2/C/2024  
Lampiran : 1 (Satu) Lembar  
Perihal : Permohonan Melaksanakan Penelitian

Kepada  
Yth. Kepala SD Negeri 008 Samarinda Seberang  
Di -

**Tempat**

*Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabaraakatuh*

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkah karunia-Nya sehingga kita masih diberikan kesehatan dan kesempatan untuk beribadah dan berkarya. Amiin.

Dalam rangka mendukung proses pembuatan Tugas Akhir (Skripsi) mahasiswa, maka dengan ini Program Studi Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur memohon izin atas nama mahasiswa sebagai berikut, agar dapat diberikan izin untuk melaksanakan Penelitian terkait pembuatan tugas akhir.

Nama : Ellin Julia Damaiyanti  
NIM : 2011102422020  
Judul Penelitian : Hambatan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan Siswa Kelas 3 SDN 008 Samarinda Seberang Tahun Ajaran 2023/2024

Demikian surat ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatian dan kerjasamanya, kami mengucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabaraakatuh*

Samarinda, 07 Ramadhan 1445 H  
18 Maret 2024 M

Ketua Program Studi  
Pendidikan Olahraga



*[Signature]*  
Januar Abdilah Santoso, S.Pd., M.Or  
NIDN. 1110019101

Kampus 1 : Jl. Ir. H. Juanda, No.15, Samarinda  
Kampus 2 : Jl. Pelita, Pesona Mahakam, Samarinda

Lembar 3. Surat Telah Menyelesaikan Penelitian



PEMERINTAH KOTA SAMARINDA  
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
SD NEGERI 008 SAMARINDA SEBERANG

Jalan Bung Tomo RT. 7/128, Baqa, Samarinda Seberang  
Telepon (0541) 261230; Posel sdn008smdseberang@gmail.com  
NSS 101166003008 NPSN 30401338



**SURAT MEMBERIKAN IJIN PENELITIAN**

Nomor : 422.1/186/100.01.908

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuli Rahmawati, M.Pd  
NIP : 197206061993062001  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SDN 008 Samarinda Seberang

Memberikan Izin Penelitian kepada mahasiswa:

Nama : Ellin Julia Damaiyanti  
NIM : 2011102422020  
Program studi : Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah  
Kalimantan Timur

Guna kepentingan memenuhi tugas proses pembuatan tugas akhir (skripsi) mahasiswa dengan judul **"Analisis faktor pendukung hasil dalam pembelajaran senam lantai guling depan siswa kelas 3 SDN 008 samarinda seberang tahun ajaran 2023/2024"**.

Demikian surat pemberian izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



#### Lampiran 4. Instrumen Angket Hambatan peserta didik

Nama Responden :

Kelas :

Tanggal :

Usia :

Tinggi Badan :

Berat Badan :

Tolong berikan penilaian Anda dengan memberi tanda (√) pada kotak yang sesuai dengan pendapat Anda terhadap pernyataan di bawah ini:

#### **Petunjuk Pengisian:**

1. Berikan penilaian Anda untuk setiap pernyataan berdasarkan tingkat setujuan Anda dengan indikator yang diberikan.
2. Gunakan skala yang disediakan  
Pernyataan positif
  - a) Skor 1 pernyataan sangat tidak setuju (STS)
  - b) Skor 2 pernyataan tidak setuju (TS)
  - c) Skor 3 pernyataan ragu-ragu (RG)
  - d) Skor 4 pernyataan setuju (S)
  - e) Skor 5 pernyataan sangat setuju (SS)Pernyataan Negatif
  - f) Skor 5 pernyataan sangat tidak setuju (STS)
  - g) Skor 4 pernyataan tidak setuju (TS)
  - h) Skor 3 pernyataan ragu-ragu (RG)
  - i) Skor 2 pernyataan setuju (S)
  - j) Skor 1 pernyataan sangat setuju (SS)
3. Isilah kolom yang sesuai dengan pendapat pribadi Anda.

No	Pernyataan	Penilaian Pernyataan				
		Sangat Setuju	Setuju	Ragu Ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Saya merasa sangat takut untuk melakukan gerakan guling depan					
2	Orang tua saya sangat mendukung untuk mengikuti pembelajaran senam lantai					
3	Saya merasa tidak cemas saat melakukan gerakan guling depan					
4	Saya merasa malu saat melakukan gerakan guling depan					
5	Saya merasa bersemangat ketika mendapatkan pujian atas kemajuan saya					
6	Orang tua saya tidak mendukung saya untuk mengikuti pembelajaran senam lantai					
7	Kondisi alat dan fasilitas di sekolah cukup baik.					
8	ruangan senam lantai dilengkapi dengan matras atau alas yang cukup tebal dan empuk untuk melindungi dari cedera saat melakukan gerakan guling depan.					
9	Saya merasa bosan saat melakukan gerakan guling depan.					
10	Saya merasa lingkungan di sekolah cukup mendukung untuk belajar senam lantai					
11	Teguran yang diberikan guru kepada saya menjadikan saya tidak semangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.					



12	Saya merasa senang mendapat dukungan dari teman-teman saya					
----	--	--	--	--	--	--

Lampiran 5. Surat Keterangan Validasi Instrumen Penelitian

**SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ellin Julia Damaiyanti

Instansi : Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Setelah membaca, menelaah dan mencermati instrumen penelitian yang akan di gunakan untuk penelitian berjudul "Hambatan Peserta Didik Dalam Pembelajaran Senam Lantai Guling Depan SDN 008 Samarinda Seberang Tahun Ajaran 2023/2024" dibuat oleh

Nama : Ellin Julia Damaiyanti

Nim : 2011102422020

Prodi : S1 Pendidikan Olahraga

Instansi : Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Dengan ini menyatakan instrumen tersebut (√)

Layak digunakan untuk mengambil data tanpa revisi.

Layak digunakan untuk mengambil data dengan revisi sesuai saran.

Tidak layak.

Catatan bila perlu :

Koreksi ulang kalimat pernyataan yang ter lala panjang, sehingga siswa sulit untuk mengerti maksud dari pernyataan.

Demikian keterampilan ini dibuat untuk digunakan sebagai mestinya.

Samarinda, 12 Maret 2024

Validator



Januar Abdilah Santoso, S.Pd, M.Or.  
NIDN.1110019101

Lembar 6. Dokumentasi Observasi dan Uji coba Instrumen Penelitian

Gambar 1. Memberi penjelasan terkait pengisian kuesioner



Gambar 2. Membagikan kuesioner kepada siswa



Gambar 3. Foto bersama siswa-siswi kelas 3



Gambar 4. Melakukan Pengambilan Data

