

## **FAKTOR – FAKTOR PENDUKUNG KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI MENURUT PENDAPAT PESERTA DIDIK KELAS X DI SMK NEGERI 1 KASIHAN KABUPATEN BANTUL**

Oleh: Hassan Munawar Al-handry, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta,  
hassan.alhandry14@gmail.com

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatar belakangi masalah belum tersedianya ruangan / tempat khusus pembelajaran senam lantai dan media pembelajaran senam lantai di SMK Negeri 1 Kasihan serta belum ada penelitian tentang faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai di SMK Negeri 1 Kasihan. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk meneliti tentang faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut pendapat peserta didik kelas X di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul DIY. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknik pengambilan data angket. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Negeri 1 Kasihan berjumlah 50 siswa. Uji validitas instrumen menggunakan teknik *Corrected Item Total Correlation* dengan taraf signifikan 5% dengan batasan  $r$  tabel dan  $n=60$ . Dari hasil uji coba didapatkan hasil validitas sebesar 0,254 dan reliabilitas instrumen menggunakan *Alpha Cornbach* didapat reliabilitas sebesar 0,887. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil penelitian tingkat pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai siswa kelas X dalam pendidikan jasmani di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul dengan pengkategorian sebagai berikut: kategori sangat baik sebanyak 6%, baik sebanyak 42%, cukup sebanyak 20%, kurang baik 28%, dan sangat kurang baik sebanyak 4%.

Kata Kunci: faktor pendukung, senam lantai, peserta didik kelas X

### **Abstract**

*The study is based on the absence of a specific space for floor exercises learning and instructional media for floor exercises in SMK Negeri 1 Kasihan as well as the study of supporting factors for implementation of floor exercises learning in SMK Negeri 1 Kasihan was not yet conducted. The study aims to analyze the supporting factors for implementation of floor exercises learning in the subject of physical exercises and health education according to the opinions of grade X students of SMK Negeri 1 Kasihan, Bantul Regency, DIY. The study is a descriptive study, the method used is survey method with questionnaire retrieval technique. The subject of the study is grade X students of SMK Negeri 1 Kasihan which number is 50. The instrument validity test uses the technique of Corrected Item Total Correlation with 5% of significant level to the  $r$  of table and  $n=60$ . From the result of the trials, validity result of 0,254 is obtained and for the instrument reliability using Alpha Cornbach, reliability of 0,887 is obtained. The data analysis technique uses descriptive statistical analysis in percentage form. The results of the analysis on the levels of floor exercises learning implementation supports on grade X students in the subject of physical education in SMK Negeri 1 Kasihan, Bantul Regency, are in the following categorization: category of great is of 6%, good is of 42%, fair is of 20%, poor is of 28%, and very poor is of 4%.*

*Keywords: supporting factors, floor exercises, grade X students*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi peranannya di masa yang akan datang.. Pendidikan itu sendiri bermaksud mengembangkan segala potensi yang dimiliki oleh individu yang secara alami sudah dimiliki. Melalui pendidikan tersebut dapat dikembangkan suatu keadaan yang seimbang serta membantu perkembangan aspek individual dan aspek sosial secara wajar. Potensi yang ada dalam individu tersebut apabila tidak dikembangkan akan menjadi sumber daya yang terpendam tanpa dapat dilihat dan dirasakan hasilnya. Salah satu lembaga untuk mengembangkan potensi tersebut adalah sekolah. Di sekolah ada bermacam – macam mata pelajaran, salah satunya adalah pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan yang termasuk dalam kurikulum sekolah.

Lingkungan sekolah di SMK Negeri 1 Kasihan termasuk baik. kondisi lingkungannya sudah tertata rapi namun belum mempunyai suatu tempat / ruangan khusus untuk pembelajaran senam lantai. Menurut guru mata pelajaran Penjaskes di SMK N 1 Kasihan saat peneliti melaksanakan PPL tanggal 15 Juli sampai 15 September 2016 sekaligus observasi mendapatkan informasi bahwa proses belajar mengajar Penjaskes cukup lancar meskipun ada beberapa kendala yang dihadapi, seperti peran aktif siswa masih kurang, siswa cenderung tidak percaya diri serta takut melakukan gerakan yang belum pernah dilakukan sebelumnya, dan takut merasakan sakit dibagian-bagian tubuh tertentu. Adapun permasalahan lain yang muncul yaitu, tidak terdapat matras untuk

pembelajaran senam lantai, peti loncat yang kondisinya sudah rusak sehingga siswa tidak bisa latihan materi guling depan menggunakan peti loncat dan tidak adanya media pembelajaran senam lantai baik visual maupun audio. Ketersediaan sarana dan prasarana serta media visual maupun audio pembelajaran merupakan salah satu faktor pendukung keterlaksanaan suatu pembelajaran senam.

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti berminat meneliti tentang faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai dan belum ada penelitian tentang faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik kelas X di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang memberikan gambaran tentang objek yang diteliti.

### **Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 3 Mei 2017 pukul 08.00 WIB – selesai di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul.

### **Populasi**

Menurut Sugiyono (2012:80) 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. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah siswa

kelas X SMK N 1 Kasihan Kabupaten Bantul yang berjumlah 252 orang dan diambil sampel penelitian berjumlah 50 orang.

**Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket. Angket yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat tidak Setuju. Pelaksanaan yaitu dengan memberikan angket kepada seluruh peserta didik kelas X yang telah dipilih sebagai sampel penelitian ini untuk mengisi angket tersebut. Lama pengisian angket dibatasi, hanya ditunggu pada saat pengisian dengan tidak memberikan pengaruh pada setiap responden pada saat pengisian.

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik teknik analisis deskriptif. Pada perhitungan ini digunakan bantuan program komputer SPSS. Adapun rumus yang digunakan untuk perhitungan persentase responden yang termasuk dalam kategori tertentu yang ditentukan dari kelas interval data penelitian disetiap aspek, rumus dari Anas Sudijono (2012: 43) sebagai berikut :

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

Keterangan :

- p* = persentase.
- f* = frekuensi yang sedang dicari.
- n* = jumlah total frekuensi.

Untuk mengelompokan berdasar kategori yang telah ada, selanjutnya hasil dari analisis data dikelompokan menjadi lima k ategori yaitu : sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, sangat kurang. Kriteria skor yang digunakan untuk pengkategorian menggunakan rumus (Anas Sudijono, 2012:175)

**Tabel 1. Kategori Penilaian**

| No. | Rumus Interval                   | Kategori           |
|-----|----------------------------------|--------------------|
| 1   | $X \geq M + 1,5 SD$              | Sangat Baik        |
| 2   | $M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$ | Baik               |
| 3   | $M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$ | Cukup              |
| 4   | $M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$ | Kurang Baik        |
| 5   | $X < M - 1,5 SD$                 | Sangat Kurang Baik |

Keterangan :

- M* = Mean
- SD* = Standar Deviasi

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil Faktor – Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam lantai Menurut Peserta didik kelas X SMK N 1 Kasihan Kabupaten Bantul adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Relatif Faktor–faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Menurut Peserta didik Kelas X di SMK Negeri 1 Kasihan.**

| No            | Interval | Frekuensi | Persentase |
|---------------|----------|-----------|------------|
| 1             | 65 – 69  | 2         | 4 %        |
| 2             | 70 – 74  | 2         | 4 %        |
| 3             | 75 – 79  | 12        | 24 %       |
| 4             | 80 – 84  | 8         | 16 %       |
| 5             | 85 – 89  | 11        | 22 %       |
| 6             | 90 – 94  | 8         | 16 %       |
| 7             | 95 - 100 | 7         | 14 %       |
| <b>Jumlah</b> |          | <b>50</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi relatif faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik kelas X di SMK Negeri 1 Kasihan yang perhitungan statistiknya dibantu menggunakan program computer Microsoft Excel dapat dihasilkan mean= 83,4 median= 82, modus= 76 dan standar deviasi (SD)=8,64. Deskripsi hasil penelitian tersebut disajikan dalam distribusi frekuensi dengan rumus mencari banyak kelas =  $1 + 3,3 \text{ Log } N$ ; rentang = nilai maksimum–nilai minimum, dan panjang kelas dengan rumus = rentang/ banyak kelas, (Sugiyono, 2012: 34).

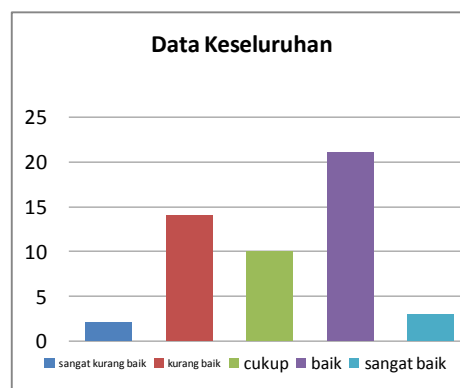
Data distribusi frekuensi hasil penelitian kemudian dapat dikemukakan ke dalam tabel penilaian standar kriteria objek di bawah ini:

**Tabel 3. Penilaian Faktor–faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai di SMK Negeri 1 Kasihan.**

| No     | Batasan                | Frekuensi | Persentase (%) | Kategori      |
|--------|------------------------|-----------|----------------|---------------|
| 1      | $96,3 < X$             | 3         | 6%             | Sangat Tinggi |
| 2      | $87,72 < X \leq 96,3$  | 21        | 42%            | Tinggi        |
| 3      | $79,08 < X \leq 87,72$ | 10        | 20%            | Sedang        |
| 4      | $70,44 < X \leq 79,08$ | 14        | 28%            | Rendah        |
| 5      | $X \leq 70,44$         | 2         | 4%             | Sangat Rendah |
| Jumlah |                        | 50        | 100%           |               |

Berdasarkan tabel diatas faktor-faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai di SMK Negeri 1 Kasihan yang masuk dalam kategori sangat baik 3 orang (6%), baik 21 orang (42%), cukup baik 10 orang (20%) kurang baik 14 orang (28%), dan sangat kurang baik 2 orang (4%).

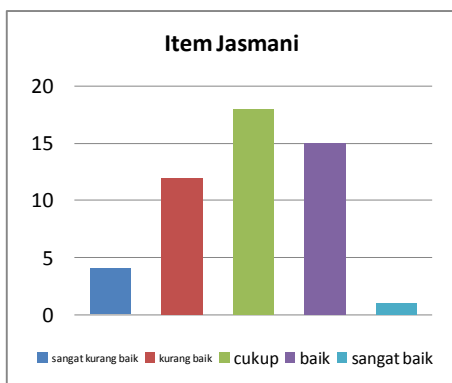
Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar di bawahini:



**Gambar 1. Diagram Hasil Keseluruhan Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai.**

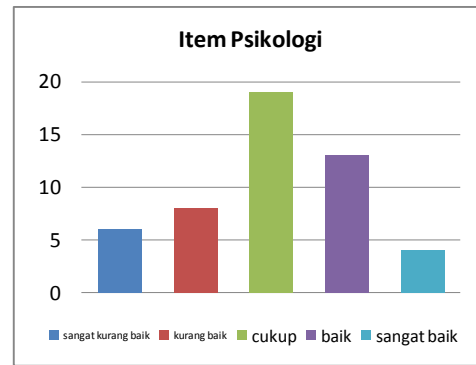
**a. Faktor Intern**

a) Berdasarkan item jasmani faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik di SMK Negeri 1 Kasihan yang berkategori sangat baik 1 orang (2%), baik 15 orang (30%), cukup baik 18 orang (36%) kurang baik 12 orang (24%), dan sangat kurang baik 4 orang (8%).



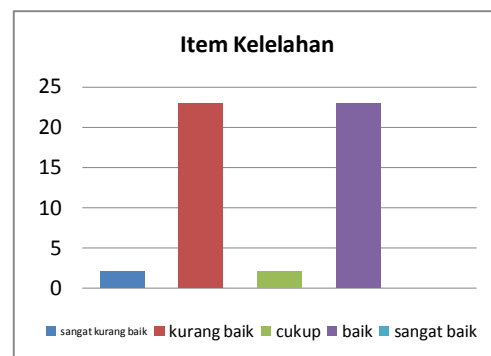
Gambar 2. Diagram Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Item Jasmani.

b) Berdasarkan item psikologi faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik di SMK Negeri 1 Kasihan yang berkategori sangat baik 4 orang (8%), baik 13 orang (26%), cukup baik 19 orang (38%) kurang baik 8 orang (16%), dan sangat kurang baik 6 orang (12%).



Gambar 3. Diagram Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Item Psikologi.

c) Berdasarkan item kelelahan faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik di SMK Negeri 1 Kasihan yang berkategori sangat baik 0 orang (0%), baik 23 orang (46%), cukup baik 2 orang (4%) kurang baik 23 orang (46%), dan sangat kurang baik 2 orang (4%).



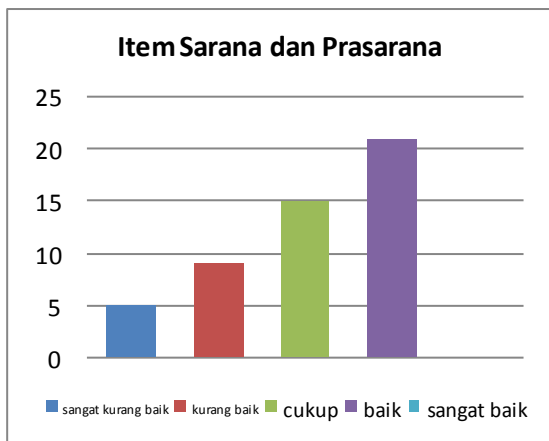
Gambar 4. Diagram Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Item Kelelahan.

**Tabel 4. Hasil Penelitian Tiap Indikator Intern**

| Indikator     | Butir | Nilai ideal | Nilai yang diperoleh | Rerata      | Persentase |
|---------------|-------|-------------|----------------------|-------------|------------|
| Jasmani       | 4     | 800         | 627                  | 0,7         | 29,91      |
| Psikologi     | 9     | 1.800       | 1.471                | 0,81        | 34,61      |
| Kelelahan     | 3     | 600         | 499                  | 0,83        | 35,47      |
| <b>Jumlah</b> |       |             |                      | <b>2,34</b> | <b>100</b> |

**b. Faktor Ekstern**

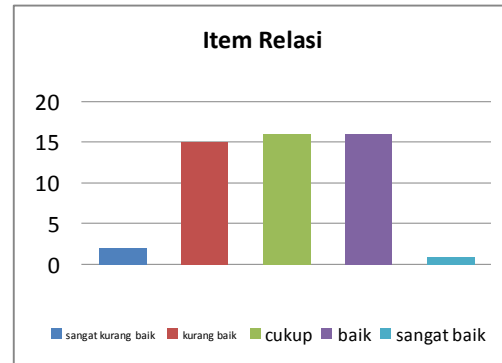
a) Berdasarkan item sarana dan prasarana faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik di SMK Negeri 1 Kasihan yang berkategori kategori sangat baik 0 orang (0%), baik 21 orang (42%), cukup baik 15 orang (30%) kurang baik 9 orang (18%), dan sangat kurang baik 5 orang (10%).



Gambar 5. Diagram Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Item Sarana dan Prasarana.

b) Berdasarkan item relasi faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai menurut peserta didik di SMK Negeri 1 Kasihan yang berkategori sangat baik 1

orang (2%), baik 16 orang (32%), cukup baik 16 orang (32%) kurang baik 15 orang (30%), dan sangat kurang baik 2 orang (4%).



Gambar 5. Diagram Faktor Pendukung Keterlaksanaan Pembelajaran Senam Lantai Item Relasi.

**Tabel 5. Hasil Penelitian Tiap Indikator Ekstern**

| Indikator     | Butir | Nilai ideal | Nilai yang diperoleh | Rerata      | Persentase |
|---------------|-------|-------------|----------------------|-------------|------------|
| Sarpras       | 3     | 600         | 459                  | 0,76        | 47,5       |
| Relasi        | 7     | 1.400       | 1.181                | 0,84        | 52,5       |
| <b>Jumlah</b> |       |             |                      | <b>1,60</b> | <b>100</b> |

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan perhitungan skor data yang masih dalam bentuk gabungan atau keseluruhan, yang terdiri dari faktor intern dan faktor ekstern diperoleh hasil skor maksimum sebesar 100 dan skor minimum 67. Untuk data hasil analisis data diskriptif di dapat rata-rata skor (*mean*) sebesar 83,4, median sebesar 82, modus sebesar 76 sedangkan nilai standar deviasi sebesar 8,64. Diketahui pula terdapat 3 siswa yang memilih bahwa kedua faktor tersebut merupakan faktor-faktor pendukung yang

sangat baik. 21 siswa memilih bahwa kedua faktor pendukung tersebut merupakan faktor-faktor pendukung yang baik. 10 siswa memilih bahwa kedua faktor tersebut merupakan faktor-faktor yang cukup baik. 14 siswa memilih bahwa kedua faktor tersebut merupakan faktor-faktor yang kurang baik dan 2 siswa memilih kedua faktor tersebut dikategorikan kedalam faktor yang sangat kurang baik.

Berdasarkan hasil penelitian keseluruhan faktor pendukung di ketahui indikator yang paling mendukung adalah indikator relasi dengan presentase 52,5%. Indikator relasi merupakan yang paling mendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai di SMK N 1 Kasihan karena didalam indikator relasi terdapat interaksi antara guru dengan siswa dan siswa dengan siswa saat pembelajaran berlangsung. Jika salah satu interaksi tersebut tidak terlaksana maka pembelajaran akan terasa pasif dan pembelajaran akan berlangsung membosankan, akibatnya peserta didik kurang tertarik mengikuti pembelajaran tersebut sehingga peserta didik kurang bisa menerima materi atau ilmu yang diberikan oleh guru.

Di dalam relasi (guru dengan siswa) yang baik, siswa akan menyukai gurunya, juga akan menyukai mata pelajaran yang diberikannya sehingga siswa berusaha mempelajari sebaik-baiknya. Di dalam relasi (siswa dengan siswa) yang baik, siswa akan berinteraksi aktif dengan siswa lain sesuai dengan

materi saat pembelajaran seperti saling bertanya jika mengalami kesulitan saat pembelajaran, saling membantu saat latihan gerakan pembelajaran senam lantai, saling berkompetisi untuk menjadi yang terbaik sehingga pembelajaran senam lantai berlangsung aktif dan kompetitif.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan.**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor – faktor pendukung menurut peserta didik kelas X dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai di SMK Negeri 1 Kasihan Kabupaten Bantul Tahun Ajaran 2016/2017 berada dalam kategori baik yaitu sebesar 42%. Faktor – faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai yang memiliki kategori sangat baik 3 orang (6%), baik 21 orang (42%), cukup baik 10 orang (20%) kurang baik 14 orang (28%), dan sangat kurang baik 2 orang (4%).

### **Saran**

1. Peneliti hanya melakukan penelitian pada faktor – faktor yang mendukung siswa kelas X dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai penjasorkes, bagi peneliti selanjutnya disarankan sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor pendukung pelaksanaan pembelajaran senam lantai dapat teridentifikasi secara luas.
2. Bagi peneliti yang berminat meneliti tentang “ faktor – faktor pendukung

keterlaksanaan pembelajaran senam lantai dalam penjasorkes “ hendaknya dikembangkan mengenai jumlah sekolah yang digunakan sebagai sampel penelitian.

3. Bagi peneliti yang berminat meneliti tentang “ faktor – faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai dalam penjasorkes menurut peserta didik kelas X” hendaknya lebih jeli lagi saat observasi, jika yang dijadikan sampel penelitian siswa maka perlu mewawancarai siswa terlebih dahulu bukan langsung ke guru.
4. Bagi peneliti yang berminat meneliti tentang “ faktor – faktor pendukung keterlaksanaan pembelajaran senam lantai dalam penjasorkes menurut peserta didik kelas X ” hendaknya lebih teliti lagi saat penentuan pengambilan sampel dan penentuan jumlah sampel agar penelitian berjalan dengan lancar dan tepat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Sugiyono. (2012). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_ (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.