

**TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI MANGLI
TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Menyusun Skripsi guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan



Disusun Oleh:
Rizal Adhi Prastowo
17604224054

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI MANGLI TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI

Oleh

Rizal Adhi Prastowo

NIM. 17604224054

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kecemasan peserta didik dalam pembelajaran bola voli kelas V di SD N Mangli.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup, dengan validitas 0,788 dan reliabilitas 0,943. Subjek dalam penelitian adalah kelas V di SD N Mangli yang berjumlah 30 anak. Teknik analisis data menggunakan persentase.

Tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 36,67%, kategori sedang dengan persentase 27,33%, kategori rendah sebesar 20%, kategori sangat rendah sebesar 13,33% dan kategori Sangat rendah 6,67%. Hasil tersebut diartikan tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK adalah tinggi.

Kata kunci: *Tingkat kecemasan, siswa kelas V, pembelajaran bola Voli PJOK*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizal Adhi Prastowo

NIM : 17604224054

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas

Judul Tas : Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli
terhadap Pembelajaran Bola Voli

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

Yogyakarta, 28 Desember 2021
Yang menyatakan



Rizal Adhi Prastowo
NIM. 17604224054

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI MANGLI TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI

Disusun oleh:

Rizal Adhi Prastowo

NIM 17604224054

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 28 Desember 2021

Mengetahui,

Koordinator Program Studi



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP 19670701 199412 1 001

Disetujui,

Dosen Pembimbing,



Nur Sita Utami S.Pd., M.Or.
NIP. 19890825 201424 2 003

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI MANGLI
TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI

Disusun oleh:

Rizki Adhi Prasnowo

NIM 17604254054

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pemas Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada Tanggal 12 Januari 2022

DEWAN PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan


Tanggal

Nur Sri Laksana, S.Pd., M.Or.,
Ketua Penguji/Pembimbing



24/1/2022

Riky Dwihandika, S.Pd., M.Or.,
Sekretaris Penguji



21/1/2022

Dra. Sri Mawanti, M.Pd.
Penguji Utama



21/1/2022

Yogyakarta, Januari 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Wawan Sutawan Sahelwan, M.Ed.
NIP. 19640707 198312 1 001

HALAMAN MOTTO

1. “Sesungguhnya sesudah ada kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain dan hanya kepada TuhanMu-lah hendaknya kamu berharap.” Q.S. Al-Insyirah: 6-8.
2. “Bahagia hanya untuk orang yang “berani”.” Coki Pardede.
3. “Life is too important to be taken seriously.” Oscar Wilde.
4. “Tugasmu dari Tuhan itu jadi baik, bukan terlihat baik.” Habib Husain Ja’ far Al-Hadar.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Sularno dan Ibu Sri Juniarti yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada do'a yang paling khusuk selain do'a yang terucap dari orang tua. Ucapan terimakasih saja takkan pernah cukup untuk membalas kebaikan ibu dan bapak, karena itu terimalah persembahan bakti dan cinta saya untuk kalian bapak ibu, semua ini masih belum terbayarkan untuk kasih sayang orang tua yang tulus kepada saya selama ini, kasih ibu dan bapak sepanjang masa.
2. Sahabat, teman-teman seperjuangan yang selalu memberikan motivasi untuk segera menyelesaikan kuliah, selesai sudah tanggungjawab empat tahun ini. Terimakasih selalu mendampingiku disaat sedih, susah maupun senang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, sholawat serta salam selalu kita sanjungkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW berkat syafaat dan pertolongannya untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat saya selesaikan tentunya atas bantuan dan kerjasama dengan berbagai pihak. Berkenaan dengan hal itu, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nur Sita Utami S.Pd, M.Or., sebagai pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan dorongan, arahan, semangat, selalu sabar dan memberikan bimbingan yang tidak putus selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., Ketua Jurusan PJSD yang telah memberikan persetujuan Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan S, M. Ed. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
4. Ibu Bapak Dosen dan Karyawan FIK UNY yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.

5. Ibu Sri Juniarti S.Pd, Selaku Kepala Sekolah SD N Mangli, yang telah memberikan kesempatan, waktu, dan tempat untuk melaksanakan penelitian.
6. Bapak Ibu Guru SD N Mangli yang telah memberikan kesempatan, waktu, dan tempat untuk melaksanakan penelitian.
7. Teman-teman dekat saya yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.
8. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Semoga atas seluruh bantuan yang berikan oleh semua pihak di atas menjadi amalan, manfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Kemudian Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagipembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 25 November 2021
Penulis



Rizal Adhi Prastowo
NIM. 17604224066

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	7
1. Hakikat Kecemasan.....	7
2. Hakikat Pendidikan	17
3. Hakikat Bola Voli	23
4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas V	25
B. Penelitian yang Relevan	28
C. Kerangka Berfikir	30
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	31
B. Setting Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	32
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Analisis Data	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	39
B. Keterbatasan Penelitian	45
B. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	48
B. Implikasi	48
D. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

	HALAMAN
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian.....	32
Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba.....	34
Tabel 3. Hasil Uji Validitas.....	35
Tabel 4. Norma Penilaian	37
Tabel 5. Statistik Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK.....	39
Tabel 6. Diskripsi Hasil Penelitian	40
Tabel 7. Statistik Data Penelitian Faktor Prediposisi.....	41
Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Prediposisi.....	42
Tabel 9. Statistik Data Penelitian Faktor Presipitasi.....	43
Tabel 10. Hasil Penelitian Faktor Presipitasi.....	44

DAFTAR GAMBAR

	HALAMAN
Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK.....	40
Gambar 2. Diagram Hasil penelitian Faktor Prediposisi	42
Gambar 3. Diagram Hasil penelitian Faktor Presipitasi	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Daftar Peserta Didik Kelas V	52
Lampiran 2. Angket Uji Coba	53
Lampiran 3. Data Ujicoba Penelitian	56
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	57
Lampiran 5. Angket Penelitian	60
Lampiran 6. Data Penelitian.....	62
Lampiran 7. Deskripsi Statistik.....	64
Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian Uji Instrumen Penelitian dari Fakultas.....	67
Lampiran 9. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen Penelitian	68
Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas	69
Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian.....	70
Lampiran 12. Kartu Bimbingan Skripsi.....	71
Lampiran 13. Surat Permohonan Dosen Pembimbing	72
Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian.....	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Melalui PJOK peserta didik disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan beraktivitas (Mulyaarja & Hastuti, 2015: 112). Sekolah Dasar merupakan salah satu jenjang pendidikan yang salah satunya mengajarkan mata pelajaran PJOK. Adapun menurut Achmad Paturusi (2012: 4) ”Arti pendidikan jasmani secara umum dapat didefinisikan sebagai berikut: Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan permainan yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”. Pendidikan jasmani merupakan salah satu aktivitas fisik ataupun psikis dalam suatu pembelajaran yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan siswa setelah pembelajaran. Dari pengertian ini, mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pendidikan umum. PJOK di sekolah berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, akuatik, uji diri, pendidikan luar kelas, permainan, dan olahraga (Departemen Pendidikan Nasional, 2006: 1).

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Banyak manfaat yang diperoleh dengan bermain bola voli yang diantaranya adalah dapat membentuk sikap tubuh yang baik

meliputi anatomis, fisiologis, kesehatan dan kemampuan jasmani. Manfaatnya bagi rohani yaitu kejiwaan, kepribadian dan karakter akan tumbuh ke arah yang sesuai dengan tuntutan masyarakat (Susilowati, 2012: 2). Pengamatan terhadap pelaksanaan proses pembelajaran permainan bola voli di beberapa sekolah, menunjukkan bahwa banyak ditemukan masalah, kurangnya penguasaan ketampilan tehnik, maka perlu diajarkan secara mendalam tentang teknik dasar permainan bola voli (Susilowati, 2012: 1).

Menurut Stuart dan Sundeen (2016) kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak. Karakteristik kecemasan ini yang membedakan dari rasa takut. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis. Kecemasan dalam pandangan kesehatan juga merupakan suatu keadaan yang menggoncang karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Kecemasan disini akan mempengaruhi pembelajaran Bola Voli yang termasuk muatan PJOK kelas V yang terdapat pada Kompetensi Dasar (KD) 4,3 yang berbunyi “Mempraktikkan kombinasi gerak dasar jalan, lari, lompat, dan lempar melalui permainan/olahraga yang dimodifikasi dan atau olahraga tradisional.”

Berdasarkan hasil observasi di SD Negeri Mangli pada tanggal 7 Agustus sampai dengan 28 Agustus 2021 diketahui bahwa pembelajaran tetap dilaksanakan

dengan batasan-batasan tertentu dan diwajibkan menerapkan protocol Kesehatan. Dalam surat edaran dari Dinas Pendidikan Kabupaten Magelang sesuai SKB Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Kesehatan, Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri Nomor 01/KB/2021, nomor 561 tahun 2021, nomor HK.03.01/Menkes/363/2021, nomor 440-882 tahun 2021 tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Tahun Ajaran 2020/2021 di masa pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19), dan Instruksi Bupati Nomor 7 tahun 2021 tentang perlakuan pembatasan kegiatan masyarakat ppkm level 3 Covid-19, satuan pendidikan yang membuka pembelajaran secara tatap muka harus mematuhi dan menerapkan protokol kesehatan pencegahan penularan covid-19.

Berdasarkan wawancara yang saya lakukan dengan kepala sekolah diketahui bahwa pembelajaran PJOK di SD N Mangli dilaksanakan secara luring, pelaksanaan pembelajaran yaitu seminggu 3 kali, untuk kelas 5 hari senin, kamis dan sabtu. Dalam pelaksanaan pembelajaran tatap muka terbatas dilaksanakan dengan mewajibkan siswa menggunakan masker, mencuci tangan, membawa minum sendiri dan sebagainya sesuai protokol kesehatan yang telah ditentukan. Teknis pelaksanaan pembelajaran yaitu jumlah siswa maksimal 50% dari kapasitas kelas yaitu 10 siswa tiap jam (30 menit) dalam satu hari maksimal 4 jam tanpa istirahat.

Dalam praktik kuliah yang saya laksanakan secara langsung di SD Negeri Mangli diketahui bahwa banyak siswa kelas V kurang semangat dan cenderung pasif terutama siswi-siswi pada saat pembelajaran Bola Voli dan lebih memilih untuk menonton daripada mencoba. Dari hasil pengamatan yang saya lakukan saat praktik kuliah diketahui bahwa siswa-siswi tersebut menyatakan kurang berminat

dan lebih cenderung takut untuk bermain Bola Voli banyak alasan siswa-siswi yang berbunyi takut terkena bola takut terjatuh dan tidak mau bermain karena tidak bisa. Dari hasil pengamatan kami lapangan dan sarana prasarana sudah cukup memadai, mungkin lapangan yang licin menjadi salah satu faktor penyebab siswa siswi kurang berminat mengikuti pembelajaran, dan terdapat siswa yang menonjol sehingga membuat siswa lain tidak berani mencoba dan cenderung hanya menonton.

Menurut hasil pengamatan dan wawancara di atas perlu dilakukan penelitian lebih lanjut di SD Negeri Mangli terhadap “Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diketahui permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Siswa-siswi tampak kurang aktif dalam pembelajaran bola voli.
2. Siswa-siswi terlihat kurang bersemangat dalam pembelajaran bola voli.
3. Terdapat siswa-siswi lebih memilih menonton daripada mencoba saat pembelajaran bola voli.
4. Sebagian siswa terlihat cemas dan takut mencoba dalam pembelajaran bola voli.
5. Belum diketahuinya faktor yang menyebabkan kecemasan siswa dalam pembelajaran bola voli di SD N Mangli.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan pada penelitian ini tidak menjadi luas perlu adanya fokus masalah, sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan dari identifikasi masalah di atas dan mengingat keterbatasan biaya, tenaga, kemampuan dan waktu penelitian, maka penulis hanya akan membahas tentang tingkat kecemasan peserta didik dalam pembelajaran bola voli Kelas V di SD N Mangli.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan pembatasan masalah di atas, makadapat dirumuskan masalah inti dari penelitian adalah “Seberapa tinggi tingkat kecemasan yang dialami peserta didik dalam pembelajaran bola voli di SD N Mangli?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian tersebut di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kecemasan peserta didik dalam pembelajaran bola voli kelas V di SD N Mangli.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diperoleh jika mengetahui tingkat kecemasan peserta didik yaitu agar dapat bermanfaat untuk pembelajaran dan siapapun baik secara teoretis maupun praktis.

1. Manfaat Teoretis

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bacaan dan referensi bagi penulis baru yang akan melaksanakan penelitian dan membutuhkan tulisan ini di masa

yang akan datang.

b. Menambah wawasan dan pengetahuan bagi pendidik, sebagai bacaan atau referensi dalam perencanaan pembelajaran bola voli agar pembelajaran lebih berkualitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah dapat dijadikan bahan pertimbangan agar mengetahui tingkat kecemasanpeserta didik dalam pembelajaran bola voli Kelas V di SD N Mangli.

b. Bagi guru PJOK dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk mengetahui dan menyusun program pelaksanaan pembelajaran bola voli yang dilakukan di sekolah.

c. Bagi peserta didik agar lebih mudah memahami materi yang diajarkan.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Diskripsi Teori

1. Hakikat Kecemasan

a. Definisi Kecemasan

Pernyataan dari Stuart dan Sundeen (2016) menjelaskan bahwa kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak. Karakteristik kecemasan ini yang membedakan dari rasa takut.

Pendapat Hawari, (2001:18) yang dikutip oleh Mylsidayu A., (2015 :42) menyatakan bahwa kecemasan adalah gangguan alam perasaan (*affective*) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu, tetapi masih dalam batas-batas normal. Kecemasan merupakan reaksi situasional terhadap berbagai rangsangan stres. Gerald (2007: 19) menyatakan bahwa kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi dengan tindakan-tindakan yang efektif disebut traumatik, yang akan menjadikan seseorang merasa tidak berdaya, dan belum mendapatkan jati diri yang sebenarnya. Apabila ego tidak dapat menanggulangi kecemasan dengan cara-cara rasional, maka dia akan kembali pada cara-cara yang tidak realistis yang dikenal istilah mekanisme pertahanan diri seperti: represi, proyeksi, pembentukan reaksi,

fiksasi dan regresi. Semua bentuk mekanisme pertahanan diri tersebut memiliki ciri-ciri umum yaitu: (1) mereka menyangkal, memalsukan atau mendistorsikan kenyataan dan (2) mereka bekerja atau berbuat secara tidak sadar, sehingga tidak tahu apa yang sedang terjadi.

Di sekolah, banyak faktor-faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa. Target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang sangat padat, serta sistem penilaian ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum. Begitu juga, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat, galak, judes dan kurang kompeten merupakan sumber penyebab timbulnya kecemasan pada diri siswa yang bersumber dari faktor guru. Penerapan disiplin sekolah yang ketat dan lebih mengedepankan hukuman, iklim sekolah yang kurang nyaman, serta sarana dan pra sarana belajar yang sangat terbatas juga merupakan faktor-faktor pemicu terbentuknya kecemasan pada siswa yang bersumber dari faktor manajemen sekolah. Levitt yang dikutip oleh Husdarta (2011: 73) menyatakan “Kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan subjektif terhadap sesuatu yang ditandai oleh kekhawatiran, ketakutan, ketegangan, dan meningkatkan kegairahan secara fisiologik.” Setiap orang pernah mengalami kecemasan atau ketakutan terhadap berbagai situasi seperti takut dimarahi, takut tidak naik kelas, takut gagal, takut tertabrak dan takut atau khawatir. Demikian juga menurut Weinberg & Gould, (2003:79) yang dikutip oleh Mylsidayu A., (2015 : 43) menyatakan bahwa *anxiety* adalah keadaan emosi negatif yang ditandai dengan gugup, khawatir, dan ketakutan dan terkait dengan

aktivasi atau kegairahan pada tubuh.

Dapat dikatakan bahwa kecemasan merupakan bentuk perasaan seseorang baik berupa perasaan takut, tegang ataupun cemas dalam menghadapi ujian atau dalam melaksanakan pembelajaran dengan berbagai bentuk gejala yang ditimbulkan. Orang yang memiliki kecemasan cenderung menganggap pelajaran sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan. Perasaan tersebut muncul karena beberapa faktor baik itu berasal dari pengalaman pribadi terkait dengan guru atau ejekan teman karena tidak bisa menyelesaikan permasalahan. Gejala Kecemasan ada dalam bermacam-macam bentuk dan kompleksitasnya, namun biasanya cukup mudah dikenali. Karena kecemasan merupakan proses psikis yang sifatnya tidak tampak ke permukaan maka untuk menentukan apakah seseorang siswa mengalami kecemasan atau tidak, diperlukan penelaahan yang seksama, dengan berusaha mengenali gejala-gejalanya, beserta faktor-faktor yang melatarbelangi dan mempengaruhinya. Kendati demikian, perlu dicatat bahwa gejala-gejala kecemasan yang bisa diamati di permukaan hanyalah sebagian kecil saja dari masalah yang sesungguhnya.

b. Jenis Kecemasan

Kecemasan yang dialami oleh seseorang dapat dikategorikan menjadi dua jenis. Spielberger (1966, dalam Jarvis, 1999) dalam membagi kecemasan menjadi dua, yaitu *State Anxiety* dan *Trait Anxiety*.

a. State Anxiety

State anxiety atau biasa disebut sebagai *A-State*. *A-State* ini adalah kondisi cemas berdasarkan situasi dan peristiwa yang dihadapi. Artinya situasi dan

kondisi lingkunganlah yang menyebabkan tinggi rendahnya kecemasan yang dihadapi. Sebagai contoh, seorang atlet akan merasa sangat tegang dalam sebuah perebutan gelar juara dunia. Sebaliknya, tidak begitu tegang saat menjalani pertandingan dalam kejuaran nasional. Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *state anxiety* merupakan kecemasan yang bersifat sementara dan berubah-ubah tergantung pada besar kecilnya tekanan yang dihadapi seseorang atau atlet, juga bergantung pada tingkat *trait anxiety* yang dimilikinya.

b. *Trait Anxiety*

Trait anxiety atau biasa disebut dengan *A-trait*. *Trait anxiety* adalah level kecemasan yang secara alamiah dimiliki oleh seseorang. Masing-masing orang mempunyai potensi kecemasan yang berbeda-beda. Dalam *A-trait* ini tingkat kecemasan yang menjadi dari bagian kepribadian masing-masing atlet. Ada atlet yang mempunyai kepribadian yang peragu begitupun sebaliknya. Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *trait anxiety* bersifat bawaan dan menetap karena sudah menjadi kepribadian seseorang. Kadar kecemasan bawaan ini akan semakin tinggi jika lingkungan sekitar individu atau situasi pertandingan memberikan tekanan yang relatif besar, karena tanpa pengaruh luar pun atlet sudah berada dalam kondisi cemas. Jika atlet tersebut mempunyai *trait anxiety* yang tinggi, maka atlet tersebut akan lebih mudah merasa cemas dibandingkan dengan atlet yang mempunyai *trait anxiety* yang rendah.

Dalam buku yang memuat pendapat Komarudin (2015: 13) menyatakan bahwa kecemasan somatik (*somatic anxiety*) adalah perubahan-perubahan fisiologis yang berkaitan dengan munculnya rasa cemas. *Somatic anxiety* ini

merupakan tanda-tanda fisik saat seseorang mengalami kecemasan. Tanda-tanda tersebut antara lain: perut mual, keringat dingin, kepala terasa berat, muntah-muntah, pupil mata melebar, otot menegang, dan sebagainya. Untuk mengukur kecemasan jenis ini dibutuhkan pemahaman yang mendalam dari atlet terhadap kondisi tubuhnya. Kecemasan kognitif (*cognitive anxiety*) adalah pikiran-pikiran cemas yang muncul bersamaan dengan kecemasan somatis. Pikiran-pikiran cemas tersebut antara lain: khawatir, ragu-ragu, bayangan kekalahan atau perasaan malu. Pikiran-pikiran tersebut yang membuat seseorang selalu merasa dirinya cemas. Kedua jenis rasa cemas tersebut terjadi secara bersamaan, artinya ketika seorang atlet mempunyai keraguraguan saat akan bertanding, maka dalam waktu yang bersamaan dia akan mengalami kecemasan somatis, yakni dengan adanya perubahan-perubahan fisiologis.

Pendapat Sutejo (2018), tanda dan gejala pasien dengan ansietas adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, pasien mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan. Berdasarkan uraian di atas mengenai jenis kecemasan secara umum dapat diklasifikasikan sebagai berikut: (1) kecemasan menurut sumber yang menyebabkannya (baik sumber yang berasal dari dalam dirinya atau dari luar dirinya), dan (2) kecemasan menurut keadaan yang dirasakan (kecemasan somatif dan kecemasan kognitif). Dalam penelitian ini, kecemasan diukur berdasarkan faktor fisik dan faktor psikologis.

Jenis-jenis gangguan kecemasan dapat digolongkan menjadi beberapa pendekatan. Wiramiharja (Haruman, 2013: 23) mengungkapkan beberapa jenis gangguan kecemasan yang dijelaskan sebagai berikut:

1) *Panic disorder* yaitu gangguan yang dipicu oleh munculnya satu atau dua serangan atau panik yang dipicu oleh hal-hal yang menurut orang lain bukan merupakan peristiwa yang luar biasa. Agrofobia yaitu suatu keadaan dimana seseorang merasa tidak dapat atau sukar menjadi baik secara fisik maupun psikologis untuk melepas diri.

2) *Phobia* lainnya merupakan pernyataan perasaan cemas atau takut atas suatu yang tidak jelas, tidak rasional, tidak realistis.

3) *Obsesive-compulsive* yaitu suatu pikiran yang terus menerus secara patologis muncul dari dalam diri seseorang, sedangkan kompulsif adalah tindakan yang didorong oleh impuls yang berulang kali dilakukan.

4) Gangguan kecemasan yang tergeneralisasikan yang ditandai adanya rasa khawatir yang eksematik dan kronis dalam istilah lama disebut *Free Floating Anxiety*.

c. Faktor kecemasan

Pendapat Stuart (2013), faktor yang mempengaruhi kecemasan dibedakan menjadi 2 yaitu:

a) Faktor prediposisi yang menyangkut tentang teori kecemasan

1. Teori psikoanalitik

Teori psikoanalitik menjelaskan tentang konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian diantaranya id dan ego. Id mempunyai dorongan

naluri dan *impluse primitive* seseorang, sedangkan ego mencerminkan hati nurani seseorang dan dikendalikan oleh norma-norma budaya seseorang. Fungsi kecemasan dalam ego adalah mengingatkan ego bahwa adanya bahaya yang akan datang (Stuart, 2013).

2. Teori Interpersonal

Pendapat Stuart (2013) menyatakan, kecemasan merupakan perwujudan penolakan dari individu yang menimbulkan perasaan takut. Kecemasan juga berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan yang menimbulkan kecemasan. Individu dengan harga diri rendah akan mudah mengalami kecemasan.

3. Teori Perilaku

Pada teori ini kecemasan timbul karena adanya stimulus lingkungan spesifik, pola berfikir yang salah, atau tidak produktif dapat menimbulkan perilaku maladaptif. Menurut Stuart (2013) penilaian yang berlebihan terhadap adanya bahaya dalam situasi tertentu dan menilai rendah kemampuan dirinya untuk mengatasi ancaman merupakan penyebab kecemasan pada seseorang.

4. Teori Biologis

Teori biologis menunjukkan bahwa otak mengandung reseptor khusus yang dapat meningkatkan *neuroregulator inhibisi* (GABA) yang berperan penting dalam mekanisme biologis yang berkaitan dengan kecemasan. Gangguan fisik dan penurunan kemampuan individu untuk mengatasi stressor merupakan penyerta dari kecemasan.

b) Faktor Presipitasi

1) Faktor Eksternal

a. Ancaman Integritas Fisik

Meliputi ketidakmampuan fisiologis terhadap kebutuhan dasar sehari-hari yang bisa disebabkan karena sakit, trauma fisik, atau kecelakaan.

b. Ancaman Sistem Diri

Diantaranya ancaman terhadap identitas diri, harga diri, kehilangan, dan perubahan status dan peran, tekanan kelompok, sosial budaya.

2) Faktor Internal

a. Usia

Gangguan kecemasan lebih mudah dialami oleh seseorang yang mempunyai usia lebih muda dibandingkan dengan individu dengan usia yang lebih tua (Kaplan & Sadock, 2010)

b. Stresor

Kaplan & Sadock (2010) mendefinisikan stresor merupakan tuntutan adaptasi terhadap individu yang disebabkan oleh perubahan keadaan dalam kehidupan. Sifat stresor dapat berubah secara tiba-tiba dan dapat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi kecemasan, tergantung mekanisme koping seseorang. Semakin banyak stresor yang dialami siswa, semakin banyak dampaknya bagi fungsi tubuh sehingga jika terjadi stresor yang kecil akan menimbulkan reaksi yang berlebihan.

c. Lingkungan

Individu yang berada di lingkungan asing lebih mudah mengalami kecemasan dibanding bila dia berada di lingkungan yang biasa dia tempati. (Stuart, 2013).

d. Jenis Kelamin

Wanita lebih sering mengalami kecemasan daripada pria dan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibanding pria. Hal ini dikarenakan bahwa wanita lebih peka dengan emosinya, yang pada akhirnya mempengaruhi perasaan cemasnya (Stuart, 2013).

e. Pendidikan

Dalam Kaplan dan Sadock (2010), kemampuan berfikir individu dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka individu semakin mudah berfikir rasional dan menangkap informasi baru. Kemampuan analisis akan mempermudah individu dalam menguraikan masalah baru.

d. Gejala Kecemasan

Gejala menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah perihal (keadaan, peristiwa, dan sebagainya) yang tidak biasa dan patut diperhatikan (ada kalanya menandakan akan terjadi sesuatu). Atau gejala adalah segala sesuatu pertanda yang terlihat dalam suatu kejadian.

Gejala kecemasan Menurut Sutejo (2018), tanda dan gejala pasien dengan ansietas adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah

terkejut, pasien mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan. Gejala-gejala yang bersifat fisik diantaranya adalah: jari tangan dingin, detak jantung makin cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, nafsu makan berkurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak. Gejala yang bersifat mental adalah: ketakutan merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tenteram, ingin lari dari kenyataan (Siti Sundari, 2004:62). Kecemasan juga mempunyai tanda-tanda karakteristik atau sifat berupa munculnya perasaan takut, khawatir dan perasaan buruk. Kaplan, Sadock, & Grebb (Fitri Fauziah & Julianti Widury, 2007:74) menyebutkan bahwa takut dan cemas merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda akan adanya suatu bahaya. Rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas atau nyata, berasal dari lingkungan, dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Sedangkan kecemasan muncul jika bahaya berasal dari dalam diri, tidak jelas, atau menyebabkan konflik bagi individu.

Nevid Jeffrey S, Spencer A, & Greene Beverly (2005:164) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu:

- a. Gejala fisik dari kecemasan yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- b. Gejala behavioral dari kecemasan yaitu: berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan independen
- c. Gejala kognitif dari kecemasan yaitu: khawatir tentang sesuatu, perasaan

terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

2. Hakikat Pendidikan

a. Pengertian Pembelajaran

Definisi pembelajaran menurut Menurut Sudjana (2012: 28), pembelajaran merupakan upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar. Sedangkan Menurut Hernawan (2013: 9), pembelajaran pada hakikatnya merupakan suatu proses komunikasi transaksional yang bersifat timbal balik, baik antara guru dengan peserta didik, maupun antara peserta didik dengan peserta didik lainnya, untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Komunikasi transaksional adalah bentuk komunikasi yang dapat diterima, dipahami, dan disepakati oleh pihak-pihak yang terkait dalam proses pembelajaran. Salah satu tanda seseorang telah belajar adalah adanya perubahantingkah laku dalam dirinya. Perubahan tingkah laku tersebut meliputi perubahanpengetahuan (kognitif), keterampilan (psikomotor), dan perubahan sikap atau tingkah laku (afektif). Menurut Depdiknas (dalam Warsita, 2008: 85) “Dalam UU No.20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas Pasal 1 Ayat 20, Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar.”

Pembelajaran (*instruction*) adalah suatu usaha untuk membuat peserta didik belajar atau suatu kegiatan untuk membelajarkan peserta didik (Warsita,

2008: 85). Dalam pengertian lain, pembelajaran adalah usaha-usaha yang terencana dalam memanipulasi sumber-sumber belajar agar terjadi proses belajar dalam diri peserta didik (Sadiman dkk, 1986: 7). Mulyasa (2002: 24) menyatakan bahwa pembelajaran pada hakikatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Dalam pembelajaran, tugas guru yang paling utama adalah mengkondisikan lingkungan agar menunjang terjadinya perubahan perilaku bagi peserta didik. Dengan demikian, pembelajaran merupakan suatu proses membuat peserta didik belajar melalui interaksi peserta didik dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan perilaku bagi peserta didik. Pembelajaran adalah pemberdayaan potensi peserta didik menjadi kompetensi. Kegiatan pemberdayaan ini tidak dapat berhasil tanpa ada orang yang membantu (Priastuti, 2015: 138). Menurut Millah (2017:253) kegiatan pembelajaran merupakan proses membangun pengalaman yang dilakukan secara sistematis dan bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik. Proses pembelajaran dapat dilakukan secara sistematis dan bertujuan untuk mengembangkan kemampuan peserta didik, dengan proses pembelajaran yang dilakukan lebih bermakna dan menyenangkan. Pembelajaran yang dilaksanakan dengan proses yang menyenangkan dan tetap mengandung makna dengan tujuan awal maka akan lebih menarik minat peserta didik yang disampaikan.

Menurut Sudirman (1989: 90) proses pembelajaran merupakan suatu proses yang mengandung serangkaian kegiatan mulai dari perencanaan, pelaksanaan hingga penilaian. Perencanaan dalam proses pembelajaran adalah hal

yang sangat penting, rencana atau rancangan pembelajaran dibuat sesuai dengan tujuan dan kebutuhan pelaksanaan pembelajaran di lapangan. Rancangan pembelajaran berguna sebagai tuntunan bagaimana cara pelaksanaan mulai dari awal pembelajaran hingga akhir pembelajaran. Pelaksanaan pembelajaran dilakukan berdasarkan rencana yang sudah disusun dari awal, namun jika saat pelaksanaan harus dilakukan penyesuaian dengan keadaan di lapangan merupakan hal yang sah untuk dilakukan jika memang tidak bisa sama persis pada rencana awal, namun diusahakan masih tetap berpegang pada tujuan pembelajaran. Penilaian adalah kegiatan yang penting dilakukan untuk dapat melihat hasil dari proses pembelajaran yang telah dilakukan sehingga dapat melihat dari seluruh hasil apakah peserta didik dapat memahami materi yang telah diajarkan atau tidak. Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) konsep-konsep tersebut, yaitu:

a. Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif

Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki, sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didik dengan sebaik-baiknya.

b. Pembelajaran dalam pengertian institusional

Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual.

c. Pembelajaran dalam pengertian kualitatif

Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

Menurut Rahyubi (2012: 234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, peserta didik, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut.

a. Tujuan Pembelajaran

Tujuan aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi sebuah proses belajar dalam diri peserta didik. Tujuan pembelajaran adalah pencapaian target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran berkaitan dengan dimensi afektif, kognitif, dan psikomotorik. Tujuan dapat tercapai jika pembelajaran atau peserta didik mampu menguasai dimensi afektif dan kognitif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

b. Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum berasal dari bahasa Yunani "*curir*" yang artinya "pelari" dan "*curere*" yang memiliki arti "tempat berpacu". Yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh seorang pelari mulai dari garis start sampai garis finis. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah pengetahuan atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan peserta didik guna mencapai

suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum merupakan sebagai sebuah rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Pentingnya peranan sebuah kurikulum di dalam pendidikan dan didalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum harus dilakukan menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

c. Guru

Guru yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pada pendidik professional dengan tugas utama mengajar, mendidik, membimbing, melatih, mengarahkan, memfasilitasi, menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar peserta didik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

d. Peserta Didik

Peserta didik adalah individu yang mengikuti suatu program di bawah bimbingan guru atau beberapa guru, instruktur, dan pelatih yang disebut program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan

e. Metode

Metode pembelajaran adalah model dan dapat dikatakan sebuah cara yang dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang sering diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab,

metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

f. Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan peserta didik. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan peserta didik akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan peserta didik akan rendah atau bahkan tidak peserta didik akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

g. Alat Pembelajaran (Media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen dari sistem pembelajaran. Sebagai sebuah komponen, media harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh, karena media merupakan bagian integral.

h. Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas luasnya, sedalam dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas peserta didik, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar peserta didik yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Untuk menjadikan evaluasi efektif harus memiliki tujuan yang jelas dan dasar yang kuat. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, manajemen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah usaha dari seorang guru untuk membuat peserta didik belajar dengan terjadinya

perubahan tingkah laku pada peserta didik itu sendiri, didalam perubahan tersebut akan didapatkan kemampuan-kemampuan baru yang akan berlaku dalam waktu yang relatif lama karena adanya usaha dari peserta didik tersebut.

3. Hakikat Bola Voli

1. Sejarah Bola Voli

Pada awal penemuannya, olahraga permainan bola voli ini diberi nama Mintonette. Olahraga Mintonette ini pertama kali ditemukan oleh seorang Instruktur Pendidikan jasmani (*Director of Physical Education*) yang bernama William G. Morgan di YMCA pada tanggal 9 Februari 1895, di Holyoke, Massachusetts (Amerika Serikat).

Perubahan nama Mintonette menjadi *volleyball* (bola voli) terjadi pada tahun 1896, pada demonstrasi pertandingan pertamanya di *International YMCA Training School*. Pada awal tahun 1896 tersebut, Dr. Luther Halsey Gulick (*Director of the Professional Physical Education Training School* sekaligus sebagai *Executive Director of Department of Physical Education of the International Committee of YMCA*) mengundang dan meminta Morgan untuk mendemonstrasikan permainan baru yang telah ia ciptakan di stadion kampus yang baru. Pada sebuah konferensi yang bertempat di kampus YMCA, Springfield tersebut juga dihadiri oleh seluruh instruktur pendidikan jasmani. Dalam kesempatan tersebut, Morgan membawa dua tim yang pada masing-masing tim beranggotakan lima orang. Dalam kesempatan itu, Morgan juga menjelaskan bahwa permainan tersebut adalah permainan yang dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan dengan sangat leluasa. Dan menurut penjabarannya pada

saat itu, permainan ini dapat juga dimainkan oleh banyak pemain. Tidak ada batasan jumlah pemain yang menjadi standar dalam permainan tersebut. Sedangkan sasaran dari permainan ini adalah mempertahankan bola agar tetap bergerak melewati net yang tinggi, dari satu wilayah ke wilayah lain (wilayah lawan).

2. Pengertian Bola Voli

Bola voli adalah cabang olahraga permainan ber-regu yang dimainkan oleh dua kelompok masing masing kelompok beranggotakan 2 sampai dengan 6 orang yang dibatasi oleh jarring (net). Dalam permainan bola voli setiap regu berhak menyentuh bola sebanyak tiga kali sebelum dikembalikan kearea pertahanan lawan. Setiap orang hanya boleh menyentuh satu kali saat bola berada dipertahanan sendiri. Untuk bisa melakukan semua itu pemain bola voli perlu menguasai teknik dasar permainan bola voli. Sedangkan yang dimaksud dengan teknik dasar permainan bola voli adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bola voli (Suharno HP, 1979:14).

Menurut Setiadi (2011 hlm 3). Dikatakan bahwa “Bola voli adalah permainan beregu dimana bola sebagai alat permainannya. Cara memainkan permainan ini yaitu dengan memantul-mantulkan bola menggunakan lengan atau anggota badan lainnya, bola dipukul dari petak ke petak lapangan yang lainnya, setiap regu hanya diperbolehkan memainkan bola maksimal sebanyak 3 kali”. Menurut Barbara L.Viera dan Bonnie Jill Fergusson (2000: 2), permainan bola

voli dimainkan oleh 2 tim dimana tiap tim beranggotakan 2 sampai 6 orang dalam suatu lapangan berukuran 40 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net. Menurut Bonnie Robison (1997:12) , bola voli adalah “Permainan di atas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 yang dibatasi oleh garis-garis selebar 5cm, di tengah-tengahnya dipasang jaring yang lebarnya 900cm, terbentang kuat dan sampai ada ketinggian 243cm untuk putra dan 224 cm untuk putri.

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh 2 regu yang beranggotakan 2 sampai 6 orang pemain di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan lebar 9 meter dan panjangnya 18 meter, dilakukan dengan cara memvoli bola di udara agar melewati atas net dengan tujuan agar bola jatuh di lapangan lawan untuk memperoleh poin dan berusaha menjaga bola agar tidak jatuh di area lapangan sendiri untuk mencari kemenangan dan kesenangan.

4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas V

Masa usia sekolah dasar kelas V sebagai masa kanak-kanak akhir yang berlangsung dari usia 10 (sepuluh) tahun hingga kira-kira usia 11 (sebelas) tahun atau 12 (dua belas) tahun. Karakteristik utama siswa sekolah dasar kelas V adalah mereka menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak segi dan bidang, di antaranya, perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Menurut Suyati (1992: 14–16) karakteristik anak umur 10-13 tahun atau kelas 5-6 adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik Fisik

- a. Otot tangan dan lengan lebih berkembang.
- b. Anak-anak menjadi sadar akan keadaan jasmaninya.
- c. Anak laki-laki senang pertandingan yang kasar dan keras.
- d. Anak-anak pada masa ini ada perbaikan kecepatan bereaksi.
- e. Anak-anak umur ini gemar akan jenis olahraga pertandingan.
- f. Koordinasi anak-anak umur ini baik, karena itu sudah dapat diajarkan jenis-jenis kegiatan yang agak sukar, artinya kegiatan yang memerlukan gerakan gabungan.
- g. Keadaan jasmani terlihat kuat, kokoh dan sehat.

2. Karakteristik Sosial dan Emosional

- a. Bersamaan dengan proses kematangan fisik, emosinya pada waktu itu tidak stabil.
- b. Karena hasrat bergabung dan adanya perbedaan cara menimbulkan salah paham antara anak satu dan lainnya.
- c. Anak usia ini mudah timbul takjub.
- d. Anak-anak usia ini emosi biasa berontak.
- e. Mempunyai tanggapan positif terhadap penghargaan dan puji-pujian.
- f. Anak-anak masa ini mempunyai pandangan kritis terhadap tindakan orang dewasa.
- g. Rasa kebanggaan berkembang.

- h. Setiap hal yang dikerjakan, menginginkan adanya penghargaan atau pengenalan.
- i. Ingin pengenalan atau penghargaan dari kelompok.
- j. Anak-anak masa ini mudah memperoleh teman. Lebih senang melakukan kegiatan dalam kelompok dari pada kegiatan yang bersifat perorangan (individual).

3. Karakteristik Mental

- a. Anak-anak masa ini lebih gemar bermain-main dengan mempergunakan bola.
- b. anak-anak lebih berminat dalam permainan-permainann berregu atau Berkelompok.
- c. Anak-anak sangat terpengaruh apabila ada kelompok yang menonjol atau mencapai prestasi tinggi.
- d. Sementara anak masa ini mudah putus asa, karena itu usahakan bangun kembali atau bangkit kembali apabila tidak berhasil dalam mencapai sesuatu.
- e. Dalam melakukan sesuatu usaha, selalu berusaha mendapat persetujuan dari guru terlebih dahulu.
- f. Anak-anak masa ini pada umumnya memperhatikan soal waktu, karena itu berusaha bekerja tepat pada waktunya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang dilaksanakan di SD N Mangli.

- a. Muhammad Geofani (2020) yang berjudul Tingkat *Anxiety* (Kecemasan) Peserta

Didik Kelas V Terhadap Pembelajaran Meroda dalam Senam Lantai di SD Negeri Jlaban Kecamatan Sentolo kabupaten Kulon Progo. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan anxiety (kecemasan) peserta didik kelas V terhadap pembelajaran meroda dalam senam lantai di SD Negeri Jlaban Kecamatan Sentolo, Kabupaten Kulon Progo masuk dalam kategori tinggi. Hal ini dilihat dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa persentase secara keseluruhan sebesar 44%. Sedangkan untuk hasil dari faktor fisiologis masuk dalam kategori sedang dengan persentase 40% dan hasil dari faktor psikologis masuk dalam kategori rendah dengan persentase 28%.

Penelitian dengan hasil kategori tinggi ini membuktikan bahwa pembelajaran meroda di SDN Jlaban Kecamatan Sentolo Kabupaten Kulon Progo diperlukan motivasi dan pembelajaran tambahan baik itu praktik maupun teori. Hal ini dapat terlihat dari kedua faktor, baik itu dari faktor fisiologis maupun psikologis yang dimiliki masing-masing peserta didik saat melakukan pembelajaran meroda. Untuk sarana dan prasarana guna pembelajaran senam lantai di sekolah sudah baik. Pembelajaran meroda di sekolah sendiri hanya satu kali pertemuan, sedangkan untuk mengajarkan gerakan meroda sendiri membutuhkan waktu latihan berkali-kali untuk berani dan bisa melakukan gerakan meroda.

Berdasarkan pendapat yang telah dijelaskan oleh para ahli disimpulkan bahwa kecemasan adalah gangguan alam perasaan negatif yang dimiliki masing-masing individu berupa perasaan ketakutan, kekhawatiran atau kegugupan yang terkait dengan kegairahan pada tubuh yang mendalam dan berkelanjutan dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang dianggap penting. Seseorang yang mengalami

kecemasan bisa dilihat reaksinya dari kedua faktor, yaitu dari faktor fisiologis dan psikologis.

Reaksi tersebut dapat terlihat berupa perbuatan maupun tindakan secara sadar maupun tidak disadari oleh seseorang tersebut. Hal ini dapat muncul pada peserta didik pada saat melakukan aktivitas yang dianggapnya berat termasuk gerakan meroda. Peserta didik yang merasa cemas akan cenderung terlihat kurang maksimal dalam melakukan gerakan, peserta didik akan terlihat kaku, malu-malu dan takut. Sehingga peserta didik yang seharusnya bisa melakukan gerakan meroda dengan maksimal menjadi kurang maksimal.

Selain itu barangkali pada saat menjawab pertanyaan pada angket peserta didik menjawab pertanyaan dengan asal-asalan apalagi pertanyaan yang diberikan secara daring/online. Sehingga hasil yang didapat tidak sesuai dengan perasaan sesungguhnya dari peserta didik. Oleh karena itu maka hasil yang didapat dari penelitian tentang tingkat anxiety (kecemasan) peserta didik kelas V terhadap pembelajaran meroda dalam senam lantai di SDN Jlaban Kecamatan Sentolo, Kabupaten Kulon Progo secara keseluruhan masuk kategori tinggi.

C. Kerangka Berfikir

Kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu. Kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru atau melahirkan anak. Karakteristik kecemasan ini yang membedakan dari rasa takut. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman.

Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis. Kecemasan dalam pandangan kesehatan juga merupakan suatu keadaan yang menggoncang karena adanya ancaman terhadap kesehatan.

Dalam skripsi ini kecemasan siswa dalam pembelajaran bola voli akan diungkap menggunakan angket. Angket tersebut mengandung butir-butir pertanyaan yang terkait dengan faktor Prediposisi dan Predisipasi terkait dengan perhatian dan keikutsertaan siswa dalam pembelajaran bola voli. Hasil dari penelitian tersebut akan mengungkap tentang kecemasan siswa kelas v SD N Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey dan instrumen angket.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Deskripsi Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Mangli Kecamatan Kaliangkrik Kabupaten Magelang, yang beralamat di Dusun Dadapan, Mangli, Kaliangkrik, Kabupaten Magelang 56153.

2. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah sampel yang dituju untuk diteliti oleh peneliti. Sampel penelitian yaitu sampel yang menjadi pusat perhatian atau sasaran peneliti. Sampel penelitian dalam skripsi ini adalah 30 peserta didik kelas V SD N Mangli.

3. Deskripsi Waktu Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan pada hari Rabu 24 November 2021

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Menurut Arikunto, S (2010: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada di wilayah penelitian, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi. Populasi yang

digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas V SD N Mangli. Dalam penelitian ini target populasi seluruh kelas V SD N Mangli berjumlah 30 peserta didik.

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

NO	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Perempuan	18
2.	Laki-laki	12
JUMLAH		30

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel penelitian ini adalah suatu atribut atau sifat nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya, Sugiyono (2010: 38). Dalam penelitian ini variabel penelitiannya adalah tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli. Kecemasan yang dimaksud adalah suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman, perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan perubahan fisiologis dan psikologis. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini yaitu memberikan suatu pertanyaan-pertanyaan berupa angket berdasarkan tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli dengan menggunakan cara observasi dan teknik pengambilan data menggunakan angket.

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Menurut Arikunto (2013: 203) Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah.

Penelitian ini metode yang digunakan adalah metode survei dengan menggunakan lembar angket sebagai alat pengambilan data untuk mencatat hasil dari survei yang dilakukan. Jadi, instrumen dalam penelitian ini adalah angket. Menurut Sugiyono (2013: 142) angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.

Menurut Hadi (1991: 7-9), ada tiga langkah yang harus ditempuh dalam menyusun instrumen, ketiga langkah tersebut adalah mendefinisikan konstruk, menyidik faktor, dan menyusun butir-butir pernyataan. Adapun penjelasan langkah-langkah dalam penyusunan instrumen, dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan Konstruk

Mendefinisikan konstruk adalah membuat batasan-batasan mengenai ubahan variabel yang diukur konstruk. Dalam penelitian ini variabel konstraknya yaitu Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli.

b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor adalah menyusun konstruk variabel di atas, dijabarkan menjadi faktor-faktor yang akan diteliti.

c. Menyusun Butir-butir Pernyataan

Menyusun butir-butir pernyataan, maka faktor-faktor tersebut kemudian dijabarkan menjadi kisi-kisi angket, dari kisi-kisi angket kemudian dijabarkan ke dalam pernyataan-pernyataan yang telah disediakan jawabannya. Modifikasi skala *Likert* mempunyai empat alternatif jawaban, yaitu ya (1) dan tidak (0).

Tabel 2. Kisi-kisi Angket Uji Coba

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir
Tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli	Prediposisi	Teori Psikoanalitik	1,2
		Teori Interpersonal	3,4,5
		Teori Perilaku	6,7
		Teori Biologis	8,9
	Presipitasi	Eksternal	10,11
		Internal	12,13,14,15,16,17,18,19,20
	Jumlah		

2. Uji Validitas Data dan Reliabilitas Instrumen

Dari butir-butir pernyataan yang telah ditentukan dari kisi-kisi di atas dibagi menjadi dua jenis pernyataan yaitu pernyataan positif, pernyataan yang sifatnya mendukung gagasan atau ide dan pernyataan negatif, pernyataan yang sifatnya tidak mendukung gagasan atau ide.

Teknik uji validitas yang digunakan adalah teknik uji validitas Product Moment

yaitu dengan rumus:

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

Sumber : Arikunto (2013:213)

Keterangan

r_{xy}	: Koefisien korelasi bagian total
N	: Banyaknya subjek uji coba
$\sum X$: Jumlah skor tiap butir
$\sum Y$: Jumlah skor total
$\sum X^2$: Jumlah kuadrat skor tiap butir
$\sum Y^2$: Jumlah kuadrat skor total
$\sum XY$: Jumlah perkalian skor tiap butir dengan jumlah skor total

Hasil uji coba dalam penelitian ini, uji validitas instrumen diolah menggunakan bantuan program SPSS 22.0. Menurut Sugiyono (2013: 128) butir pernyataan yang sah atau valid apabila r hitung $>$ r tabel (0,378) pada taraf signifikansi 5% atau 0,05. Sebaliknya, apabila r hitung $<$ r tabel (0,378) pada taraf signifikansi 5% atau 0,05 dengan N maka dikatakan butir pernyataan tidak sah atau tidak valid.

Tabel 3. Hasil uji validitas

Butir	r tabel	r hitung	Keterangan
1	0,378	0,902	Valid
2	0,378	0,546	Valid
3	0,378	0,902	Valid
4	0,378	0,444	Valid
5	0,378	0,575	Valid
6	0,378	0,540	Valid
7	0,378	0,540	Valid
8	0,378	0,292	Gugur
9	0,378	0,838	Valid
10	0,378	0,205	Gugur
11	0,378	0,710	Valid
12	0,378	0,514	Valid

13	0,378	0,512	Valid
14	0,378	0,866	Valid
15	0,378	0,869	Valid
16	0,378	0,902	Valid
17	0,378	0,812	Valid
18	0,378	0,866	Valid
19	0,378	0,496	Valid
20	0,378	0,639	Valid

Berdasarkan hasil pengolahan data pada tabel 2 dapat diketahui bahwa semua *item* pernyataan dalam variabel tersebut dinyatakan valid. Hal itu karena semua *item* pernyataan mempunyai r hitung $> 0,378$ uji 2 sisi dengan signifikansi $0,05$. Uji coba subyek di luar populasi yang mempunyai karakteristik sama dalam uji coba tersebut sebanyak 20 siswa. Uji validitas butir menggunakan bantuan komputer program *SPSS 22.0 for Windows Evaluation Version*. Berdaasrkan hasil uji coba diperoleh 2 butir pernyataan yang gugur yaitu nomer 8, dan 10 dan diperoleh nilai validitas sebesar $0,788$. Hasil nilai validitas tersebut maka dapat diketahui nilai interpelasi r hitung berkategori tinggi.

Menurut Arikunto (2013: 221) reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat terkumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Reliabilitas arinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Dalam penelitian ini menggunakan uji reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach*, dengan rumus:

Sumber : Arikunto (2013: 239)

$$r_{11} = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan :

r_{11} : Reliabilitas instrumen

K : Banyaknya butir pernyataan

$\sum \sigma_i^2$: Jumlah varians butir

σ^2 : Varians total

Untuk mengetahui keandalan instrumen ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dengan bantuan komputer program *SPSS 22.0 for Windows Evaluation Version*, dan diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,943. Hasil nilai reliabilitas tersebut maka dapat diketahui nilai interpelasi r hitung berkategori sangat tinggi.

F. Teknik Analisis Data

Menurut Bodgan yang dikutip oleh Sugiyono (2014: 88) menyatakan bahwa “analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain. sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain”. Untuk menganalisis data digunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Dari data yang akan diperoleh kemudian dianalisa, adapun teknik analisa yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah data diskriptif persentase. Sugiyono (2007: 112). Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standart Devisiasi*. Menurut Anzwar (2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian.

Tabel 4. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi

3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Sedang
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat rendah

Sumber: Anzwar (2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

S : *standar deviasi*

Untuk mencari besarnya frekuensi relatif (persentase) dengan rumus sebagai berikut:

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

Sumber : Sudijono (2010: 43)

Keterangan n

P : Angka persentase

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : Jumlah frekuensi/banyaknya individu

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Data hasil penelitian tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 18 butir pertanyaan dengan skor 0–1. Setelah data terkumpul diperoleh statistik hasil penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 5. Statistik Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Pembelajaran Bola Voli.

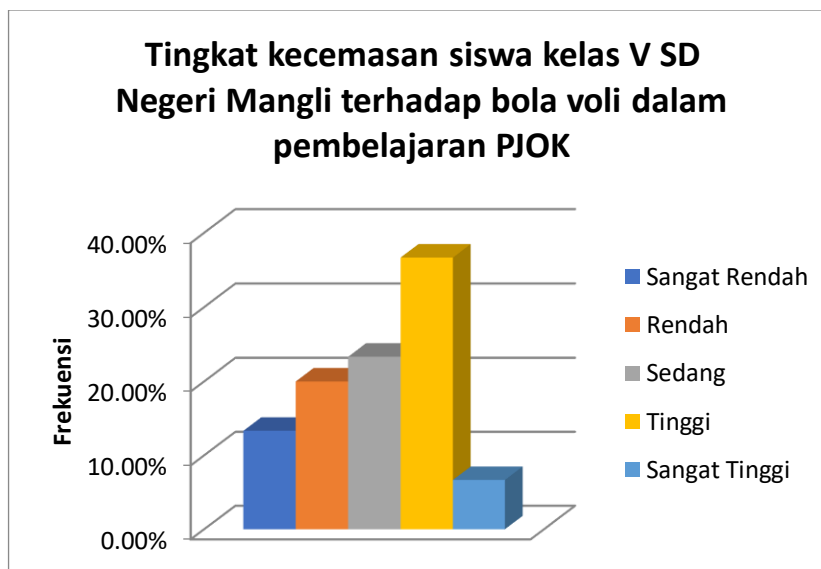
Keterangan	Nilai
<i>Mean</i>	10,96
<i>Median</i>	10,50
<i>Mode</i>	15
<i>Std. Deviation</i>	3,29
<i>Minimum</i>	6
<i>Maximum</i>	16

Deskripsi hasil penelitian tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK berdasarkan masing-masing kategori dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 6. Deskripsi Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Pembelajaran Bola Voli.

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
15,89 <	Sangat tinggi	2	6,67
12,61 < X ≤ 15,89	Tinggi	11	36,67
9,31 < X ≤ 12,61	Sedang	7	23,33
6,02 < X ≤ 9,31	Rendah	6	20
≤ 6,02	Sangat rendah	4	13,33
Jumlah		30	100

Hasil tersebut apabila ditampilkan dalam diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Pembelajaran Bola Voli.

Berdasarkan tabel dan gambar tersebut diketahui tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK

sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 36,67%, kategori sedang dengan persentase 27,33%, kategori rendah sebesar 20%, kategori sangat rendah sebesar 13,33% dan kategori Sangat rendah 6,67%. Hasil tersebut diartikan tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK adalah tinggi.

Hasil penelitian masing-masing faktor tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK tersebut diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor Prediposisi

Faktor Prediposisi dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 8 butir pernyataan dengan skor 0-1. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh statistic hasil penelitian yaitu:

Tabel 7. Statistik data penelitian Faktor Prediposisi

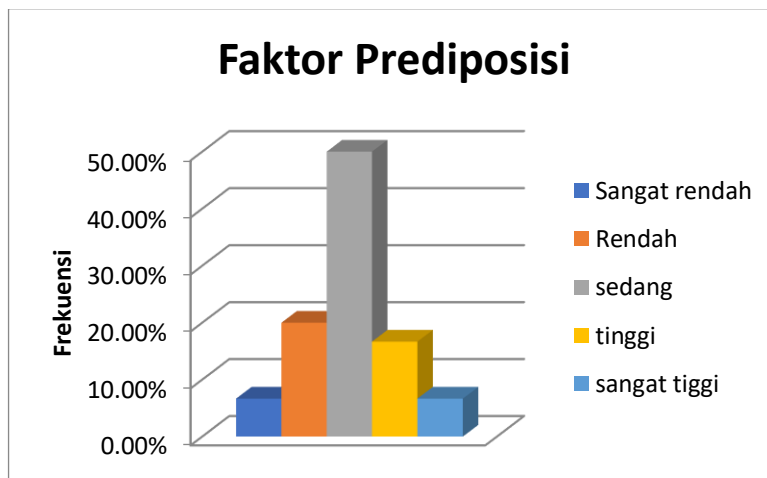
Keterangan	Nilai
<i>Mean</i>	4,77
<i>Median</i>	5
<i>Mode</i>	5
<i>Std. Deviation</i>	1,65
<i>Minimum</i>	2
<i>Maxsimum</i>	8

Deskripsi Hasil penelitian faktor prediposisi apabila dideskripsikan berdasarkan masing-masing kategori yang diharapkan, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Penelitian Faktor Prediposisi

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
7,26 <	Sangat tinggi	2	6,67
5,59 < $X \leq$ 7,26	Tinggi	5	16,67
3,92 < $X \leq$ 5,59	Sedang	15	50
2,25 < $X \leq$ 3,92	Rendah	6	20
< 2,25	Sangat rendah	2	6,67
Jumlah		30	100

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Faktor Prediposisi

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian faktor prediposisi sebagian besar berkategori Sedang dengan persentase 50%, kategori rendah dengan persentase 20%, kategori tinggi sebesar 16,67%, kategori sangat rendah sebesar 6,67% dan kategori sangat tinggi 6,67%.

2. Faktor Presipitasi

Faktor Presipitasi dalam penelitian ini diukur dengan angket yang terdiri dari 10 butir pernyataan, dengan skor 0-1. Setelah data terkumpul dan diolah diperoleh statistic hasil penelitian yaitu:

Tabel 9. Statistik Data Penelitian Faktor Presipitasi

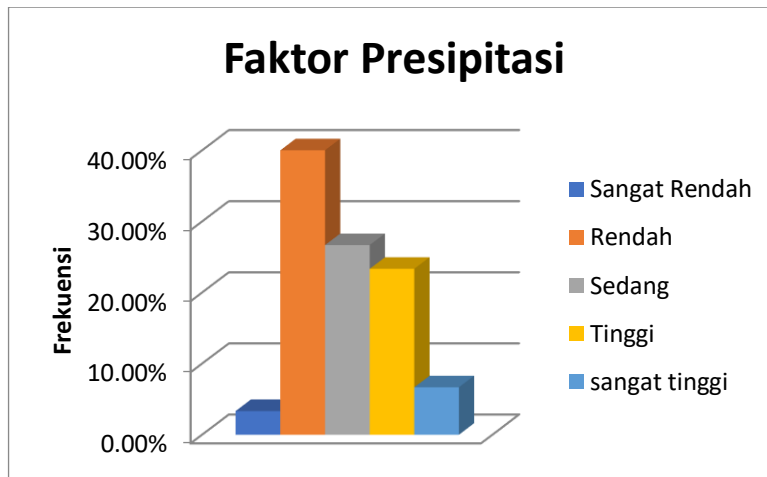
Keterangan	Nilai
Mean	6,20
Median	6,50
Mode	5
Std. Deviation	2,35
Minimum	2
Maxsimum	10

Hasil penelitian tersebut apabila di deskripsikan berdasarkan masing-masing kategori yang di harapkan, yaitu sebagai berikut:

Tabel 10. Hasil Penelitian Faktor Presipitasi

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
9,72 <	Sangat tinggi	2	6,67
7,37 < $X \leq$ 9,72	Tinggi	7	23,33
5,03 < $X \leq$ 7,37	Sedang	8	26,67
2,67 < $X \leq$ 5,03	Rendah	12	40
< 2,67	Sangat rendah	1	3,33
Jumlah		30	100

Hasil tersebut apabila ditampilkan dalam diagram terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Faktor Presipitasi

Dari tabel dan gambar di atas diketahui hasil penelitian Faktor Presipitasi sebagian besar berkategori rendah dengan persentase 40%, kategori Sedang dengan persentase 26,67%, kategori Tinggi sebesar 23,33%, kategori sangat tinggi sebesar 6,67% dan kategori Sangat rendah 3,33%.

B. Pembahasan

Kecemasan merupakan bentuk perasaan seseorang baik berupa perasaan takut, tegang ataupun cemas dalam menghadapi ujian atau dalam melaksanakan pembelajaran dengan berbagai bentuk gejala yang ditimbulkan. Pendapat Husdarta (2011: 73) menyatakan kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan subjektif terhadap sesuatu yang ditandai oleh kekhawatiran, ketakutan, ketegangan, dan meningkatkan kegairahan secara fisiologik, orang yang memiliki kecemasan cenderung menganggap pelajaran sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan.

Perasaan tersebut muncul karena beberapa faktor baik itu berasal dari pengalaman pribadi terkait dengan guru atau ejekan teman karena tidak bisa menyelesaikan permasalahan. Kecemasan tersebut juga terjadi pada pembelajaran bola voli siswa kelas V SD Negeri Mangli. Tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 36,67% diikuti kategori sedang dengan persentase 27,33%. Hasil tersebut diartikan tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli adalah tinggi.

Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan jika kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap Pembelajaran Bola Voli adalah tinggi, menunjukkan jika siswa kelas V masih mempunyai rasa takut dalam mengikuti pembelajaran bola voli. Rasa cemas atau takut ini bisanya ditunjukkan dengan ketakutan saat terkena bola, takut jika cedera atau takut jika tidak bisa kadang ada perasaan malu dan minder seras mendapat ejekan dari teman. Dengan hasil tersebut menunjukkan jika keceemasan pada siswa harus segera dikurangi, dengan tingginya kecemasan saat mengikuti pembelajaran hal ini akan berpengaruh pada hasil belajar siswa, yang mana anak yang mengalami kecemasan dan ketakutan akan menjadi kurang maksimal dalam mengikuti pembelajaran. Sesuai dengan pernyataan Gerald (2007: 19) menyatakan bahwa kecemasan yang tidak dapat ditanggulangi dengan tindakan-tindakan yang efektif disebut traumatik, yang akan menjadikan seseorang merasa tidak berdaya, dan belum mendapatkan jati diri yang sebenarnya.

Peserta didik yang merasa cemas akan cenderung terlihat kurang maksimal dalam melakukan gerakan, peserta didik akan terlihat kaku, malu-malu dan takut,

sehingga peserta didik yang seharusnya bisa melakukan teknik dasar bola voli dengan menjadi kurang maksimal. Kecemasan dalam penelitian ini di dasarkan pada faktor prediposisi dan faktor presipitasi.

1. Faktor Prediposisi

Hasil penelitian faktor prediposisi sebagian besar berkategori Sedang dengan persentase 50%. Hasil tersebut menunjukkan jika faktor predoposisi cukup memberikan tingkat kecemasan kepada siswa kelas V dalam mengikuti pembelajaran bola voli. Faktor ini berkaitan dengan perasaan siswa terhadap rasa takut terjadinya cedera, atau trauma dan rasa sakit ketika terkena bola atau cedera. Faktor ini berhubungan berhubungan dengan perkembangan trauma, seperti perpisahan dan kehilangan yang menimbulkan kecemasan. Individu dengan hargadiri rendah akan mudah mengalami kecemasan.

2. Faktor Presipitasi

Hasil penelitian faktor presipitasi sebagian besar berkategori rendah dengan persentase 40%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukan jika tingkat kecemasan pada faktor presipitasi tergolong rendah, dengan demikian faktor presipitasi tidak menjadi faktor utama dalam memepengaruhi kecemasan siswa mengikuti pembelajaran bola voli. Presipitasi berkaitan dengan faktor motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran bola voli, yang didukung oleh kondisi fisik serta faktor yang berasal dari lingkungan sekitarnya. Dalam hal ini siswa kelas V tidak terlalu mengalami kecemasan saat mengikuti pembelajaran bola voli. Peran guru mampu memberikan motivasi kepada siswa, dukungan dari lingkungan dan teman juga tidak memberikan efek yang berarti kepada siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah diusahakan sebaik-baiknya, namun tidak lepas dari keterbatasan dan kelemahan yaitu:

1. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mengontrol kesungguhan, kondisi fisik dan psikis tiap responden dalam mengisi angket.
2. Terbatasnya sampel penelitian, dikarenakan peneliti hanya mengambil kelas V sebagai subjek penelitian.
3. Hasil penelitian hanya berdasarkan hasil koesioner, peneliti tidak melakukan observasi secara langsung proses pembelajaran bola voli PJOK.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli sebagian besar berkategori tinggi dengan persentase 36,67%, kategori sedang dengan persentase 27,33%, kategori rendah sebesar 20%, kategori sangat rendah sebesar 13,33% dan kategori Sangat rendah 6,67%. Hasil tersebut disimpulkan tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap pembelajaran bola voli adalah tinggi.

B. Implikasi

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu:

1. Menjadi masukan yang bermanfaat bagi guru dan siswa mengenai tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK.
2. Sebagai kajian ilmiah untuk pengembangan ilmu keolahragaan kedepannya.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa yang mempunyai tingkat kecemasan tinggi hendaknya lebih bisa untuk mengatasinya dengan memberi motivasi pada diri sendiri, dikarenakan jika

kecemasan yang tinggi akan mempengaruhi hasil belajar siswa pada pembelajaran bola voli PJOK.

2. Bagi guru hasil tersebut menjadi bahan pertimbangan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa kelas V SD Negeri Mangli terhadap bola voli dalam pembelajaran PJOK.

3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya sampel penelitian yang digunakan lebih banyak lagi, sehingga diharapkan faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan siswa terhadap pembelajaran bola voli dapat teridentifikasi secara luas.

4. Bagi peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai penelitian yang relevan.

DAFTAR PUSTAKA

- Gerald, C. (2007). *Teori dan praktik konseling*. Bandung: PT. Rafika Aditama.
- Haruman. (2013). *Pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan atlet anggar sebelum menghadapi pertandingan*. Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Husdarta, H.J.S. (2011). *Psikologi olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J. (2010). *Retardasi Mental dalam Sinopsis Psikiatri*. Tangerang : Binarupa Aksara.
- Komarudin. (2015). *Psikologi Olahraga Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Mulyaarja & Hastuti, T.A. (2015). Peningkatan keaktifan aspek afektif siswa dalam pembelajaran gerak dasar lompat tinggi dengan metode permainan siswa kelas IV SD Negeri Banyuraden Gamping Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 2.
- Mylsidayu, A. (2015) *Anxiety (Kecemasan) (Psikologi Olahraga)*. hal: 42. Cetakan 2. Jakarta: Pt Bumi Aksara.
- Mylsidayu, A. (2015) *Anxiety (Kecemasan) (Psikologi Olahraga)*. hal: 43. Cetakan 2. Jakarta: Pt Bumi Aksara.
- PBVS I (1995). *Peraturan Permainan Bola Voli*. Jakarta: Sekretariat Umum PP PBVS I
- Rahyubi, H. (2014). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.

Stuart, G.W. (2013). *Keperawatan jiwa*. Yani A (2016) elsevie, Jakarta.

Sudirman, dkk. (1989). *Ilmu Pendidikan*. Bandung: Karya Remaja.

Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta. UNY Press.

Lampiran 1. Daftar Peserta Didik Kelas V

DAFTAR PESERTA DIDIK KELAS V

SD N MANGLI

No	Nama	NIPD	JK	NISN	Tempat Lahir	Tanggal Lahir	Agama	Alamat	RT	RW	Dusun
1	ACHMAD ZIDNAL AZIZ	1993	L	0108072397	MAGELANG	2010-10-20	Islam	MANGLI	2	1	MANGLI
2	AGISTA SLAMET RAHAYU	1995	P	0109346830	MAGELANG	2010-08-20	Islam	DADAPAN	6	3	DADAPAN
3	ALFA JAPFA FABIYAN	1928	L	0085908837	MAGELANG	2008-06-12	Islam	MANGLI	0	0	MANGLI
4	ALVIN	1996	L	0118980072	MAGELANG	2011-04-21	Islam	BOJONG	6	2	BOJONG
5	ANJAR RISKA SETIAWAN	1968	L	0098850424	MAGELANG	2009-03-14	Islam	BOJONG	5	2	BOJONG
6	ARIFIN	1998	L	0104472819	MAGELANG	2010-12-10	Islam	DADAPAN	4	3	DADAPAN
7	BAGAS	1969	L	0095449239	MAGELANG	2009-05-22	Islam	BOJONG	8	2	BOJONG
8	DIGTA FEBRIAN	1999	L	0102888345	MAGELANG	2010-10-12	Islam	DADAPAN	4	3	DADAPAN
9	DIVANO FIRMAN ' SYAH	2000	L	0106156545	MAGELANG	2010-12-06	Islam	DADAPAN	4	3	DADAPAN
10	GAFIN	2002	L	0114421565	MAGELANG	2011-04-10	Islam	MANGLI	2	1	MANGLI
11	HENY HERMAWATI	1992	P	0103357927	SERANG	2010-05-12	Islam	DADAPAN	2	3	DADAPAN
12	LASMINI	1943	P	0072378561	MAGELANG	2007-10-08	Islam	MANGLI	3	1	MANGLI
13	LIA RAHMAWATI	2003	P	0124354208	MAGELANG	2012-03-12	Islam	BOJONG	5	2	BOJONG
14	MIRANDA BAMBANG PUTRI	2004	P	0105140029	MAGELANG	2010-10-26	Islam	MANGLI	3	1	MANGLI
15	NASYANDA EVA LIANA	2006	P	0119964565	MAGELANG	2011-04-10	Islam	MANGLI	4	1	MANGLI
16	NIA MAHARANI	2007	P	0109695124	MAGELANG	2010-07-16	Islam	BOJONG	6	2	BOJONG
17	NINA AYU KUSUMA NINGRU	2008	P	0108818810	MAGELANG	2010-08-30	Islam	DADAPAN	3	3	DADAPAN
18	NODIRAKA SYAPUTRA	1976	L	0101154534	MAGELANG	2010-06-13	Islam	BOJONG	3	2	BOJONG
19	NOVITA EKA SIWI	2009	P	0108941973	MAGELANG	2010-11-11	Islam	MANGLI	4	1	MANGLI
20	RAFAEL	2010	L	0105910961	MAGELANG	2010-08-26	Islam	BOJONG	6	2	BOJONG
21	RAHMA MAULIDDA	2011	P	0116197633	MAGELANG	2011-02-15	Islam	MANGLI	7	1	MANGLI
22	REFAN	1982	L	0106099726	MAGELANG	2010-07-06	Islam	BOJONG	1	2	BOJONG
23	RESA VELI YANA	2013	P	0107601751	MAGELANG	2010-09-02	Islam	BOJONG	6	2	BOJONG
24	RIFFA DHEA ANNISA	2012	P	0112249683	MAGELANG	2011-03-11	Islam	DADAPAN	3	3	DADAPAN
25	SANDI KURNIAWAN	2014	L	0119078598	MAGELANG	2011-04-02	Islam	DADAPAN	2	3	DADAPAN
26	SHOLIFAH	2015	P	0103344723	MAGELANG	2010-10-25	Islam	MANGLI	8	1	MANGLI
27	SUCI ISTIKHOH	1986	P	0091817929	MAGELANG	2009-08-30	Islam	DADAPAN	5	3	DADAPAN
28	SUPRIYANTI	2016	P	0113831246	MAGELANG	2011-08-23	Islam	BOJONG	4	2	BOJONG
29	VINO IRWANSYAH	1990	L	0101139511	MAGELANG	2010-10-03	Islam	MANGLI	9	1	MANGLI
30	WIWID ERNASARI	2017	P	0114264291	MAGELANG	2011-07-14	Islam	BOJONG	8	2	BOJONG

**TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI
MANGLI TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI**

Nama Siswa :

No Absen :

Pentunjuk menjawab:

1. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan peserta didik yang sebenarnya dengan memberi tanda cek (√) pada jawaban yang tersedia.
2. Jawaban yang paling benar adalah jawaban yang sesuai dengan keadaan peserta didik sendiri.
3. Semua pertanyaan yang ada pada angket ini tidak bermaksud menilai peserta didik dalam bentuk apapun.
4. Jawaban yang peserta didik berikan sangat berarti bagi Peneliti, dengan demikian Peneliti ucapkan terima kasih.

No	Indikator	Jawab	
		Ya	Tidak
A.	Faktor Prediposisi		
1.	Apakah anda cemas saat melihat pembelajaran bola voli?		
2.	Apakah anda ingin mengetahui tentang pembelajaran bola voli?		
3.	Apakah anda takut melaksanakan pembelajaran bola voli?		
4.	Apakah anda pernah cidera saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		
5.	Apakah anda pernah melihat teman atau kakak kelas kalian cidera saat pembelajaran bola voli?		
6.	Apakah menurut anda bola voli adalah pembelajaran yang berbahaya?		
No.	Indikator	Ya	Tidak
7.	Apakah anda merasa akan terluka jika mengikuti pembelajarn bola voli?		

Lampiran 2. Angket Uji Coba

8.	Apakah anda mempunyai riwayat penyakit yang membuat anda cemas saat pembelajaran bola voli?		
9.	Apakah anda merasa tegang saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		
B.	Faktor Presipitasi		
10.	Apakah anda cemas saat mengikuti pembelajaran bola voli karena kalua tidak bisa dimarahi guru?		
11.	Apakah anda cemas saat mengikuti pembelajaran bola voli karena kalua tidak bisa diejek teman?		
12.	Apakah perbedaan usia dengan teman mempengaruhi kecemasan anda dalam mengikuti pembelajaran bola voli?		
13.	Apakah anda kurang bisa beradaptasi saat pembelajaran bola voli?		
14.	Menurut anda apakah lapangan yang digunakan sudah baik?		
15.	Apakah anda mendapatkan dukungan dari teman saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		
16.	Karena anda lama tidak bertemu teman, apakah anda cemas saat melaksanakan pembelajaran bola voli bersama lagi?		
17.	Apakah bapak ibu guru memberikan motivasi saat pembelajaran bola voli berlangsung?		
18.	Apakah anda cemas saat melaksanakan pembelajaran bola voli dengan lawan jenis?		
19.	Saat mengalami cemas, apakah anda mempunyai solusi untuk mengatasinya?		

Lampiran 2. Angket Uji Coba

No.	Indikator	Ya	Tidak
20.	Apakah anda cemas jika belum menguasai materi saat pembelajaran bola voli?		
TOTAL NILAI			

Lampiran 3. Data Uji Coba Penelitian

No	Nomor Soal																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
4	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1
10	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
12	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
15	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
17	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1
18	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1
19	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1
20	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1

Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Reliability

[DataSet0]

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	20	100,0
	Excluded ^a	0	0,0
	Total	20	100,0

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

Reliability Statistics

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Part 1</i>	<i>Value</i>	,886
		<i>N of Items</i>	11 ^a
	<i>Part 2</i>	<i>Value</i>	,943
		<i>N of Items</i>	10 ^b
	<i>Total N of Items</i>		21
<i>Correlation Between Forms</i>			,788

a. The items are: VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011.

b. The items are: VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021.

Reliability Statistics

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
-------------------------	-------------------

Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

,943	21
------	----

Item-Total Statistics

	<i>Scale Mean if Item Deleted</i>	<i>Scale Variance if Item Deleted</i>	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>Cronbach's Alpha if Item Deleted</i>	Keterangan
VAR00001	13,1000	41,042	,902	,937	Valid
VAR00002	13,1500	43,082	,546	,942	Valid
VAR00003	13,1000	41,042	,902	,937	Valid
VAR00004	13,0500	43,945	,444	,944	Valid
VAR00005	13,0500	44,366	,575	,945	Valid
VAR00006	13,2500	43,039	,540	,943	Valid
VAR00007	13,2500	43,039	,540	,943	Valid
VAR00008	12,9000	45,358	,292	,945	Gugur
VAR00009	13,0500	41,629	,838	,938	Valid
VAR00010	12,9500	45,629	,205	,947	Gugur
VAR00011	13,0500	42,366	,710	,940	Valid
VAR00012	13,2000	43,221	,514	,943	Valid
VAR00013	12,9000	44,305	,512	,943	Valid
VAR00014	13,2000	41,011	,866	,937	Valid
VAR00015	13,1500	41,082	,869	,937	Valid
VAR00016	13,1000	41,042	,902	,937	Valid
VAR00017	13,1000	41,568	,812	,938	Valid
VAR00018	13,2000	41,011	,866	,937	Valid
VAR00019	13,1500	43,397	,496	,943	Valid
VAR00020	12,9500	43,313	,639	,941	Valid

$Df = N - 2$

Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

$$18 = 20 - 2$$

$$\mathbf{r \text{ tabel} = 0,378}$$

Jika *corrected item total correlation* < 0,378, maka butir pertanyaan dinyatakan gugur. Butir yang dinyatakan gugur adalah butir nomer 8 dan 10. Berdasarkan hasil di atas diketahui nilai validitas total sebesar 0,788. Hasil uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach* diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0,943.

**TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS V SD NEGERI
MANGLI TERHADAP PEMBELAJARAN BOLA VOLI**

Nama Siswa :

No Absen :

Pentunjuk menjawab:

1. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan peserta didik yang sebenarnya dengan memberi tanda cek (√) pada jawaban yang tersedia.
2. Jawaban yang paling benar adalah jawaban yang sesuai dengan keadaan peserta didik sendiri.
3. Semua pertanyaan yang ada pada angket ini tidak bermaksud menilai peserta didik dalam bentuk apapun.
4. Jawaban yang peserta didik berikan sangat berarti bagi Peneliti, dengan demikian Peneliti ucapkan terima kasih.

No	Indikator	Jawab	
		Ya	Tidak
A.	Faktor Prediposisi		
1.	Apakah anda cemas saat melihat pembelajaran bola voli?		
2.	Apakah anda ingin mengetahui tentang pembelajaran bola voli?		
3.	Apakah anda takut melaksanakan pembelajaran bola voli?		
4.	Apakah anda pernah cidera saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		
5.	Apakah anda pernah melihat teman atau kakak kelas kalian cidera saat pembelajaran bola voli?		
6.	Apakah menurut anda bola voli adalah pembelajaran yang berbahaya?		
7.	Apakah anda merasa akan terluka jika mengikuti pembelajarn bola voli?		
No.	Indikator	ya	tidak
8.	Apakah anda merasa tegang saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		

Lampiran 5. Angket Penelitian

B.	Faktor Presipitasi		
9.	Apakah anda cemas saat mengikuti pembelajaran bola voli karena kalua tidak bisa diejek teman?		
10.	Apakah perbedaan usia dengan teman mempengaruhi kecemasan anda dalam mengikuti pembelajaran bola voli?		
11.	Apakah anda kurang bisa beradaptasi saat pembelajaran bola voli?		
12.	Menurut anda apakah lapangan yang digunakan sudah baik?		
13.	Apakah anda mendapatkan dukungan dari teman saat melaksanakan pembelajaran bola voli?		
14.	Karena anda lama tidak bertemu teman, apakah anda cemas saat melaksanakan pembelajaran bola voli bersama lagi?		
15.	Apakah bapak ibu guru memberikan motivasi saat pembelajaran bola voli berlangsung?		
16.	Apakah anda cemas saat melaksanakan pembelajaran bola voli dengan lawan jenis?		
17.	Saat mengalami cemas, apakah anda mempunyai solusi untuk mengatasinya?		
18.	Apakah anda cemas jika belum menguasai materi saat pembelajaran bola voli?		
TOTAL NILAI			

Lampiran 6. Data Penelitian

No	Nomor Soal																		Jumlah
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13
2	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	10
3	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	16
4	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	11
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	15
6	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	13
7	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	10
8	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
9	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	6
10	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	10
11	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13
12	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	8
13	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	14
14	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	7
15	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	6
16	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16
17	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	11
18	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	9
19	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	9
20	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	6
21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	15
22	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	13
23	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	10
24	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15
25	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	6
26	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	10
27	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13
28	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	8
29	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	14
30	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	7

Lampiran 6. Data Penelitian

No	F Prediposisi									F Presipitasi										
	1	2	3	4	5	6	7	8	Jumlah	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	Jumlah
1	1	0	1	1	0	0	0	1	4	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
2	1	0	1	1	0	1	0	1	5	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	5
3	1	1	1	0	1	1	1	1	7	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
4	1	1	1	1	0	0	0	1	5	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	6
5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
6	0	0	1	0	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	8
7	1	1	1	1	0	0	0	1	5	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	5
8	0	0	0	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
9	1	0	0	1	0	0	0	1	3	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	3
10	1	0	0	1	0	0	0	1	3	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	7
11	0	0	0	1	1	1	1	0	4	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
12	0	1	0	0	1	1	1	1	5	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	3
13	1	1	1	1	1	1	1	0	7	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	7
14	1	0	1	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	5
15	0	1	0	0	1	1	1	0	4	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2
16	1	1	1	1	1	1	1	0	7	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
17	1	1	1	1	1	0	0	1	6	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	5
18	0	0	0	1	1	0	0	1	3	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	6
19	1	1	1	1	1	0	0	0	5	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	4
20	0	0	0	1	1	0	0	1	3	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	3
21	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7
22	0	0	1	0	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	8
23	1	1	1	1	0	0	0	1	5	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	5
24	0	0	0	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
25	1	0	0	1	0	0	0	1	3	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	3
26	1	0	0	1	0	0	0	1	3	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	7
27	0	0	0	1	1	1	1	0	4	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
28	0	1	0	0	1	1	1	1	5	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	3
29	1	1	1	1	1	1	1	0	7	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	7
30	1	0	1	0	0	0	0	0	2	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	5

Lampiran 7. Diskripsi Statistik

Statistics

		Tingkat Kecemasan	Faktor Prediposisi	Faktor Presipitasi
<i>N</i>	<i>Valid</i>	30	30	30
	<i>Missing</i>	0	0	0
<i>Mean</i>		10,9667	4,7667	6,2000
<i>Median</i>		10,5000	5,0000	6,5000
<i>Mode</i>		10.00 ^a	5,00	5.00 ^a
<i>Std. Deviation</i>		3,29559	1,65432	2,35475
<i>Minimum</i>		6,00	2,00	2,00
<i>Maximum</i>		16,00	8,00	10,00
<i>Sum</i>		329,00	143,00	186,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Frequency Tabel

Tingkat Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6.00	4	13,3	13,3	13,3
	7.00	2	6,7	6,7	20,0
	8.00	2	6,7	6,7	26,7
	9.00	2	6,7	6,7	33,3
	10.00	5	16,7	16,7	50,0
	11.00	2	6,7	6,7	56,7
	13.00	5	16,7	16,7	73,3
	14.00	2	6,7	6,7	80,0
	15.00	4	13,3	13,3	93,3
	16.00	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Lampiran 7. Diskripsi Statistik

Faktor Prediposisi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	2	6,7	6,7	6,7
	3.00	6	20,0	20,0	26,7
	4.00	4	13,3	13,3	40,0
	5.00	11	36,7	36,7	76,7
	6.00	1	3,3	3,3	80,0
	7.00	4	13,3	13,3	93,3
	8.00	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Faktor Presipitasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2.00	1	3,3	3,3	3,3
	3.00	5	16,7	16,7	20,0
	4.00	1	3,3	3,3	23,3
	5.00	6	20,0	20,0	43,3
	6.00	2	6,7	6,7	50,0
	7.00	6	20,0	20,0	70,0
	8.00	2	6,7	6,7	76,7
	9.00	5	16,7	16,7	93,3
	10.00	2	6,7	6,7	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Tabel r pada α (taraf sig) 5 %


df	r (5 %)	df	r (5 %)	df	r (5 %)	df	r (5 %)
1	0,988	26	0,323	51	0,228	76	0,188
2	0,900	27	0,317	52	0,226	77	0,186
3	0,805	28	0,312	53	0,224	78	0,185
4	0,729	29	0,306	54	0,222	79	0,184
5	0,669	30	0,301	55	0,220	80	0,183
6	0,622	31	0,296	56	0,218	81	0,182

Lampiran 7. Diskripsi Statistik

7	0,582	32	0,291	57	0,216	82	0,181
8	0,549	33	0,287	58	0,214	83	0,180
9	0,521	34	0,283	59	0,213	84	0,179
10	0,497	35	0,279	60	0,211	85	0,178
11	0,476	36	0,275	61	0,209	86	0,177
12	0,458	37	0,271	62	0,208	87	0,176
13	0,441	38	0,267	63	0,206	88	0,175
14	0,426	39	0,264	64	0,204	89	0,174
15	0,412	40	0,261	65	0,203	90	0,173
16	0,400	41	0,257	66	0,201	91	0,172
17	0,389	42	0,254	67	0,200	92	0,171
18	0,378	43	0,251	68	0,198	93	0,170
19	0,369	44	0,248	69	0,197	94	0,169
20	0,360	45	0,246	70	0,195	95	0,168
21	0,352	46	0,243	71	0,194	96	0,167
22	0,344	47	0,240	72	0,193	97	0,166
23	0,337	48	0,238	73	0,191	98	0,165
24	0,330	49	0,235	74	0,190	99	0,165
25	0,323	50	0,233	75	0,189	100	0,164

Sumber : Wiratna Sujarweni (2007: 213). Panduan Menggunakan SPSS.

Lampiran 8. Surat Ijin Uji Coba Instrumen Penelitian dari Fakultas

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI**
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat: Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 584168, ext. 460, 547, 0274 550826, Fax 0274-513082
Laman: fil.uniy.ac.id | e-mail: humas_fil.uniy.ac.id


Nomor : 128/UN34.16/UT/2021 4 Oktober 2021
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian

Yth. Kepala Sekolah
SD N Selomoyo
Jl. Kallangkrik - Windusari Km 03 Krajan, Selomoyo.

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

Nama : Rizal Adhi Prastowo
NIM : 17604224054
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - SI
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK
Waktu Uji Instrumen : 11 - 30 Oktober 2021

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.

Wakil Dekan Bidang Akademik,


Tembusan
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni. NIP. 19820815 200501 1 002
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 9. Surat Keterangan Uji Coba Instrumen Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI SELOMOYO
KECAMATAN KALIANGKRIK
Alamat : Desa Selomoyo, Kecamatan Kaliangkrik 56158

SURAT KETERANGAN
NO : 421.2 / 04/13.02/2021

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama	:	AGUS PURNOMO, S.Pd
NIP	:	19670720198806101
Pangkat/Golongan	:	Pembina (IVa)
Jabatan	:	Kepala Sekolah
Instansi	:	SDN Selomoyo Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Korwil Kecamatan Kaliangkrik

Mengizinkan mahasiswa U/NU :

Nama	:	RIZAL ADHI PRASTOWO
NIM	:	17601224054
Program Studi	:	Pgsd Pendidikan Jasmani-SI
Tujuan	:	Memohon izin untuk Uji Instrumen Penelitian untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul	:	Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PLOK
Waktu Pelaksanaan	:	11-30 Oktober 2021

Untuk melaksanakan Uji Instrumen Penelitian di SD N Selomoyo. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Selomoyo, Oktober 2021


Agus Purnomo, S.Pd
NIP - 19670720198806101

Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN
TEKNOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550925, Fsx 0274-513092
Laman: ik.uny.ac.id E-mail: fknas@ik.uny.ac.id

Nomor : 742/UN34.16/PT.01.04/2021

23 November 2021

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala Sekolah
SD N Mangli
Mangli, Kec Kaliangkrik

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

Nama : Rizal Adhi Prastowo
NIM : 17604224054
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli
Dalam Pembelajaran PJOK
Waktu Penelitian : Rabu - Sabtu, 24 - 27 November 2021

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.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni,
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 11. Surat Keterangan Penelitian

	PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN SEKOLAH DASAR NEGERI MANGLI KECAMATAN KALIANGKRIK Alamat : Dsn.Dadapan,Mangli, Kecamatan Kaliangkrik 56153
SURAT KETERANGAN NO :421.2 /88 /04/13.07/2021	
Yang bertandatangan di bawah ini :	
Nama	: SRI JUNIARTI, S.Pd SD
NIP	: 196506261992032005
Pangkat/Golongan	: Penata Tk.3/IIIb
Jabatan	: Kepala Sekolah
Instansi	: SDN Mangli Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan Korwil Kecamatan Kaliangkrik
Mengijinkan mahasiswa UMY :	
Nama	: RIZAL ADHI PRASTOWO
NIM	: 17604224054
Program Studi	: Pgsd Pendidikan Jasmani-SI
Tujuan	: Memahukan serta mencari data untuk penelitian Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul	: Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli Terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK.
Waktu Pelaksanaan	: Rabu,24 November 2021
Untuk melaksanakan penelitian di SD Negeri Mangli. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.	
Mngli, 24 November 2021 Kepala Sekolah	
SRI JUNIARTI, S.Pd SD NIP : 196506261992032005	

Lampiran 12. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Rizal Adhi Prastowo
NIM : 17609229059
Program Studi : PGSD Penjas E 2014
Jurusan : Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar
Pembimbing : Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or.


No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	5 April 2021	Proposal	1. R.
2.	22 September 2021	Kajian Teori	2. R.
3.	29 September 2021	Instrumen	3. R.
4.	15 November 2021	Validasi Instrumen	4. R.
5.	22 November 2021	Konsultasi hasil pengambilan data	5. R.
6.	19 Desember 2021	Konsultasi Analisis Data	6. R.
7.	15 Desember 2021	Pengusunan Laporan penelitian	7. R.
8.	20 Desember 2021	Bab I, Bab II, Bab III	8. R.
9.	29 Desember 2021	Bab IV, Bab V dan Lampiran	9. R.
10.	28 Desember 2021	Ace Ujian	10. R.

Mengetahui
Koord.Prodi PGSD-Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.
NIP. 19670701 199412 1 001

Lampiran 13. Surat Permohonan Dosen Pembimbing



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 550826, 513092, Faksimile (0274) 513092.
Laman : <http://www.fik.uny.ac.id>, E-mail : humas_fik@uny.ac.id

5 April 2021

Kpd Yth Saudara. Rizal Adhi Prastowo NIM 17604224054
Mahasiswa Prodi PGSD Penjas

Dengan hormat,

Berdasarkan surat saudara tentang permohonan judul penulisan Tugas Akhir Skripsi. Kami menyetujui judul Tugas Akhir Skripsi saudara dengan:

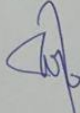
Judul Tugas Akhir : Tingkat Kecemasan Siswa Kelas V SD Negeri Mangli terhadap Bola Voli Dalam Pembelajaran PJOK.

Dosen Pembimbing : **Nur Sita Utami, M.Or.**

Selanjutnya saudara bisa segera menghubungi dosen pembimbing untuk memulai proses *bimbingan dengan menyertakan judul, permasalahan singkat dan metode penelitian.*

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Koorprodi PGSD Penjas



Dr. Hari Yulianto, M. Kes.
NIP 19670701 199412 1 001

Lampiran 14. Dokumentasi

Pengambilan Data Angket di SD Negeri Mangli.

