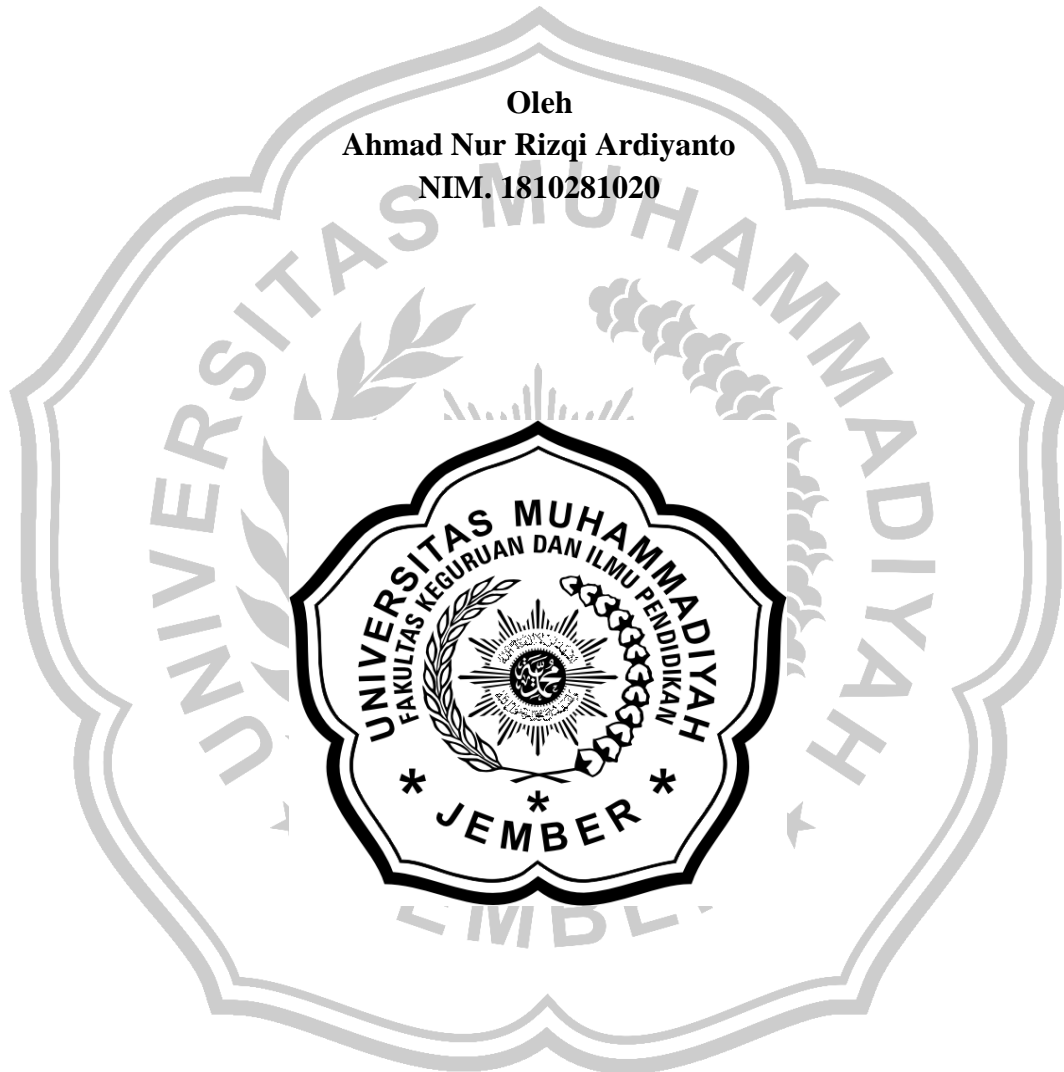


**FAKTOR PENGHAMBAT KEMAMPUAN MELAKUKAN  
GERAKAN SIKAP LILIN MURID KELAS VII SEKOLAH  
MENENGAH PERTAMA NEGERI 9 KOTA MOJOKERTO**

**SKRIPSI**

Oleh  
**Ahmad Nur Rizqi Ardiyanto**  
**NIM. 1810281020**



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA**

2022

**FAKTOR PENGHAMBAT KEMAMPUAN MELAKUKAN  
GERAKAN SIKAP LILIN MURID KELAS VII SEKOLAH  
MENENGAH PERTAMA NEGERI 9 KOTA MOJOKERTO**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Jember  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam  
Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan Olahraga

Oleh

**Ahmad Nur Rizqi Ardiyanto**

**NIM 1810281020**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA**



## Motto

*“tetap lah berjalan meski kaki mulai terasa letih”*



## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh Ahmad Nur Rizqi Ardiyanto ini telah diperiksa dan disetujui  
untuk diuji oleh

Tim Penguji.

Jember, 13 Juni 2022

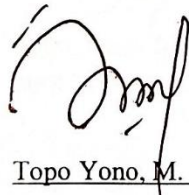
Pembimbing I



Bahtiar Hari Hardovi, M. Pd.

NPK. 198903181509705

Pembimbing II



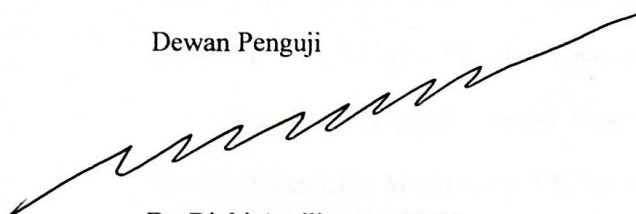
Topo Yono, M. Pd.

NPK. 1982030211509700


## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Ahmad Nur Rizqi Ardiyanto ini telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 21 Juli 2022.


Dewan Penguji

  
Dr. Rizki Apriliyanto, M.Pd.  
NPK. 1986040811509694

Ketua

  
Bahtiar Hari Hardovi, M. Pd.  
NPK. 198903181509705

Anggota


  
Topo Yono, M. Pd.  
NPK. 1982030211509700

Anggota

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



  
Dr. Kukuh Munandar, M.Kes.

NIP.196411141991031003

## PRAKATA

Alhamdulillah puji syukur kepada Allah. Berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Segala hal yang telah diupayakan semoga bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca.

Skripsi ini berjudul “ Faktor Penghambat Kemampuan Melakukan Gerakan Sikap Lilin Murid Kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 9 Kota Mojokerto ”. Skripsi ini memuat Bab I sampai Bab VI. Bab I berisi pendahuluan, Bab II berisi kajian Pustaka dan Hipotesis, Bab III berisi Metode Penelitian, Bab IV Hasil Penelitian, Bab V berisi Pembahasan, dan Bab VI berisi simpulan dan saran.

Atas kekurangan yang terjadi pada penulisan skripsi ini, penulis menerima kritik dan saran dalam rangka penyempurnaan skripsi ini. Semoga bisa menjadi bahan koreksi bersama untuk perbaikan selanjutnya.

Jember, 20 Juli 2022

Penulis

## UNGKAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengungkapkan syukur atas hadirat Allah SWT atas terselesaikannya proposal skripsi ini. Demikian juga penulis mengungkapkan terima kasih yang sebesar-besarnya, atas segala upaya, bimbingan, dan arahan dari semua pihak :

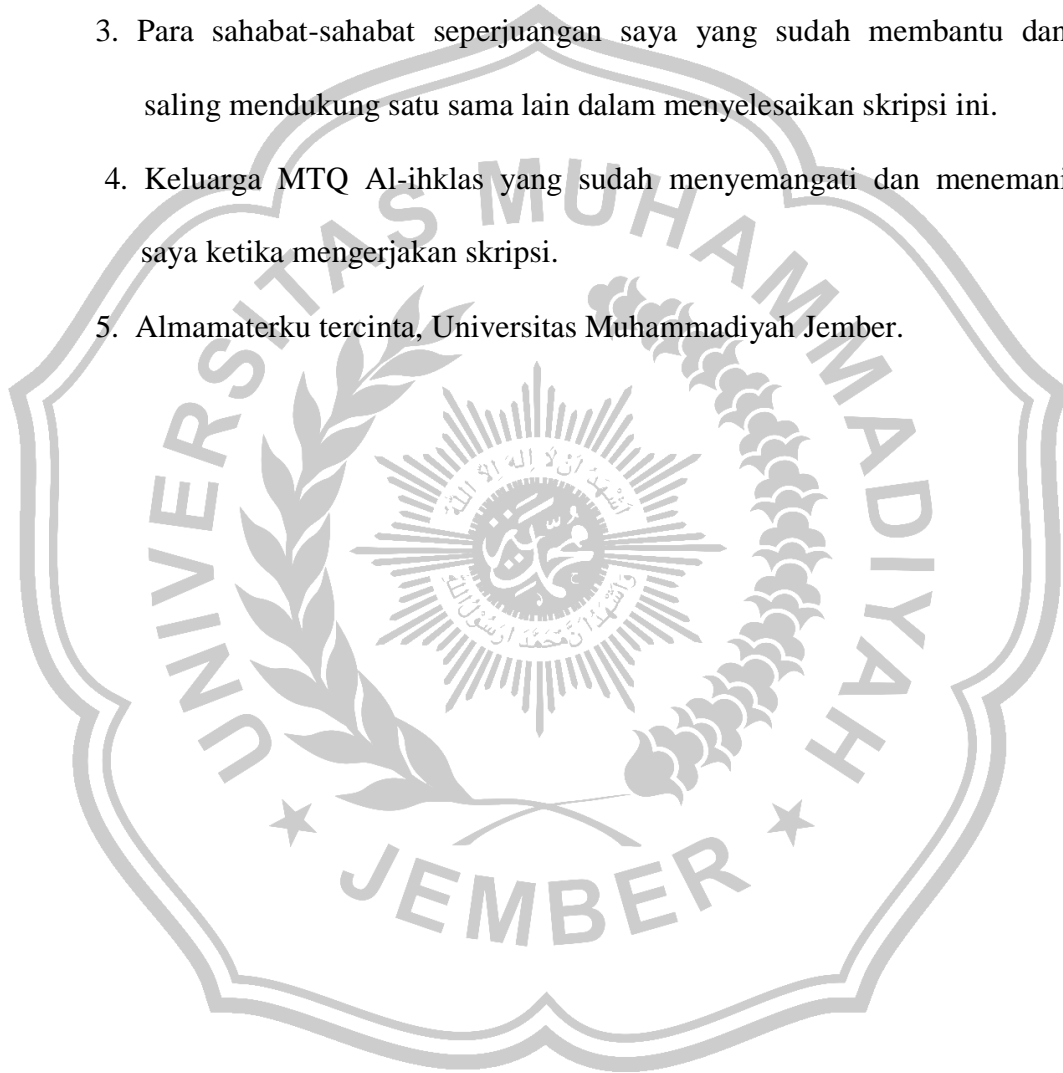
1. Ahmad Sulaiman, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Bahtiar Hari Hardovi, M.Pd., dan Topo Yono, M.Pd sebagai dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II yang memberikan arahan serta masukan selama penyelesaian proposal skripsi ini.
3. Semua dosen Program Studi Pendidikan Olahraga FKIP Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan motivasi dalam setiap langkah yang saya ambil.
5. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, disampaikan terima kasih atas semua bantuan dan bimbingannya



## PERSEMBAHAN

Skripsi ini dengan hormat dipersembahkan kepada:

1. Ayah dan ibu tercinta yang telah memberikan banyak hal dalam pendidikan saya.
2. Saudara-saudara saya yang selalu memberikan motivasi kepada saya.
3. Para sahabat-sahabat seperjuangan saya yang sudah membantu dan saling mendukung satu sama lain dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Keluarga MTQ Al-ihklas yang sudah menyemangati dan menemani saya ketika mengerjakan skripsi.
5. Almamaterku tercinta, Universitas Muhammadiyah Jember.



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN LOGO .....	iii
MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
PRAKATA.....	vii
UNGKAPAN TERIMAKASIH.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
<i>ABSTRACT</i> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Masalah Penelitian.....	4
1.3 Fokus Penelitian.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.5 Manfaat penelitian.....	5
1.6 Asumsi Penelitian.....	6
1.7 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1.8 Definisi Istilah.....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
2.1 Hakikat Pembelajaran Jasmani.....	8
2.2 Hakikat Sikap Lilin.....	9
2.3 Hakikat Hambatan.....	12
2.4 Faktor Penghambat Pembelajaran.....	13
2.4.1 Faktor Internal.....	13

2.4.2 Faktor Eksternal .....	14
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>16</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	16
3.2 Data .....	16
3.3 Sumber Data .....	17
3.4 Lokasi Penelitian .....	17
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	17
3.6 Instrumen Pengumpulan Data .....	18
3.7 Teknik Penganalisisan Data .....	21
3.8 Teknik Pengujian Kesahihan Data .....	23
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>24</b>
4.1 Hasil Untuk Tujuan Penelitian .....	24
4.2 Analisis Bahasan Faktor Pertama (Faktor Fisiologis).....	30
4.3 Analisis Bahasan Faktor Kedua (Faktor psikologis).....	31
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>32</b>
5.1 Pembahasan .....	32
5.1.1 Faktor Internal .....	33
5.1.2 Faktor Eksternal .....	35
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>36</b>
6.1 Simpulan.....	36
6.2 Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>37</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>39</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 KI dan KD Pembelajaran Senam .....	9
Tabel 3.1 Lembar Observasi Aktivitas Siswa Tentang Materi Sikap Lilin di SMPN 9 Kota Mojokerto .....	16
Tabel 4.1 Data Display dan Verifikasi.....	24



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sikap Lilin.....	8
Gambar 3.2 Proses Pembelajaran Senam Lantai di SMPN 9 Kota Mojokerto .....	23
Gambar 4.2 Data Display dan Verifikasi .....	24



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian .....	39
Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian .....	40
Lampiran 3 Hasil Wawancara.....	41
Lampiran 4 Dokumentasi.....	42
Lampiran 5 Pernyataan Keaslian Tulisan .....	43
Lampiran 6 Riwayat Hidup.....	44

