

SKRIPSI

**Hubungan Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan dengan
Sikap Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias**

(Studi Pada Mahasiswa Pendidikan Tata Rias UNJ Angkatan 2019-2021)



Zhafira Aqila Oesman

5535163649

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TATA RIAS

FAKULTAS TEKNIK

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2023

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan dengan Sikap
Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias (Studi Pada Mahasiswa
Pendidikan Tata Rias UNJ Angkatan 2019-2021)

Penyusun : Zhaflra Aqila Oesman
NIM : 5535163649

Pembimbing I : Dra. Eti Herawati, M. Si
Pembimbing II : Dra. Lilis Jubaedah, M. Kes
Tanggal Ujian : Jumat, 18 Agustus 2023

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Dra. Eti Herawati, M.Si
NIP.196310061989032001

Pembimbing II

Dra. Lilis Jubaedah, M. Kes
NIP.196709291993032001

Pengesahan Panitia Ujian Skripsi

Ketua Penguji

Dr. Jenny Sista Siregar, M.Hum
NIP.197203202005012001

Anggota Penguji I

dr. Elvyra Yulia, Sp. Ak
NIP. 196810231998022004

Anggota Penguji II

Sri Irtawidjajanti, M.Pd
NIP. 197009272002122001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Pendidikan Tata Rias

Dr. Jenny Sista Siregar, M.Hum
NIP.197203202005012001

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan Karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lain.
2. Skripsi ini belum dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, erta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta

Jakarta, Agustus 2023

Yang membuat pernyataan,



Zhafira Aqila Oesman

No. Reg. 5535163649



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ZHAFIRA AQILA OESMAN
NIM : 5535163649
Fakultas/Prodi : FAKULTAS TEKNIK / PENDIDIKAN TATA RIAS
Alamat email : zhafiraqila@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

HUBUNGAN HASIL BELAJAR MATA KULIAH SENAM KECANTIKAN DENGAN SIKAP MENJAGA KEBUGARAN
MAHASISWA TATA RIAS (STUDI PADA MAHASISWA PENDIDIKAN TATA RIAS UNJ ANGGATAN 2019-2021)

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 28 AGUSTUS 2023

Penulis

(ZHAFIRA AQILA OESMAN)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

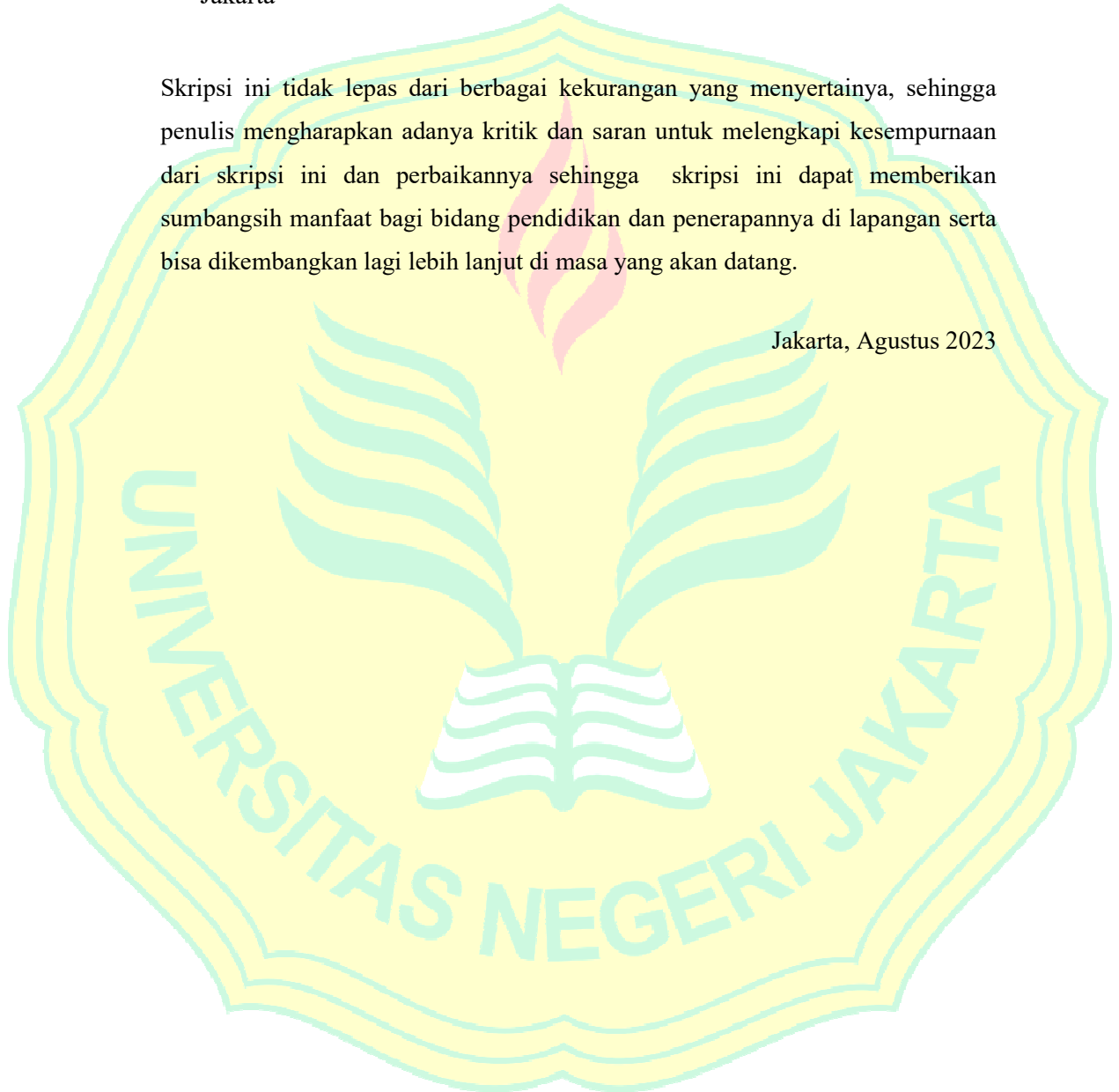
Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan dengan Sikap Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias Universitas Negeri Jakarta”. Skripsi ini disusun sedemikian rupa untuk digunakan sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Strata-1 Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Jakarta. Selama pembuatan skripsi ini, penulis menyadari banyak memperoleh bantuan, motivasi, dukungan dan dorongan dari banyak pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Huswatun Hasanah, M. Si selaku Dewan Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta
2. Dr. Jenny Sista Siregar, M. Hum selaku Ketua Program Studi Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta.
3. Dra. Eti Herawati M.Si selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah berkenan membimbing penulis meluangkan waktu, serta arahan sampai agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Lilis Juabedah selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia membimbing dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Segenap Dosen Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
6. Kedua Orang tua dan adik penulis yang setia menunggu penulis menyelesaikan studi
7. Teman-teman Lembaga Kajian Mahasiswa UNJ yang banyak membagi bacaan seru memberi warna hari-hari selama perkuliahan
8. Team Wardrobe dan Stylist Tv One atas dukungan semangat dan perngertiannya

9. Seluruh teman-teman angkatan tahun 2016 yang banyak membantu ketika masa perkuliahan dan penulisan skripsi
10. Kepada seluruh civitas akademik Pendidikan Tata Rias Universitas Negeri Jakarta

Skripsi ini tidak lepas dari berbagai kekurangan yang menyertainya, sehingga penulis mengharapkan adanya kritik dan saran untuk melengkapi kesempurnaan dari skripsi ini dan perbaikannya sehingga skripsi ini dapat memberikan sumbangsih manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapannya di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut di masa yang akan datang.

Jakarta, Agustus 2023



ABSTRAK

ZHAFIRA AQILA OESMAN. *Hubungan Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan dengan Sikap Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias UNJ (Studi Pada Mahasiswa Pendidikan Tata Rias UNJ Angkatan 2019-2021)*. Skripsi. Jakarta: Program Studi Pendidikan Tata Rias, Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta, 2023. Dosen Pembimbing: Dra. Eti Herawati, M.Si dan Dra. Lilis Jubaedah, M. Kes

Sebagai mahasiswa, kebugaran jasmani memiliki peranan penting yang menentukan produktivitas kerja pada umumnya dan belajar pada khususnya. Salah satu manfaat kebugaran jasmani bagi pelajar dan mahasiswa dapat mempertinggi kemauan dan kemampuan belajar. Dikarenakan mahasiswa pendidikan tata rias mendapatkan mata kuliah senam kecantikan, yang salah satu tujuannya agar dapat mengaplikasikannya untuk kebugaran diri.

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mencari hubungan antara hasil belajar mata kuliah senam kecantikan dengan sikap menjaga kebugaran mahasiswa tata rias universitas negeri jakarta. metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. sampel penelitian berjumlah 24 orang. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan data sekunder berupa nilai hasil belajar dan data primer dari penyebaran kuesioner berbentuk skala.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa hubungan antara hasil belajar mata kuliah senam kecantikan dengan sikap menjaga kebugaran mahasiswa tata rias adalah lemah. Jumlah sampel yang kecil serta faktor-faktor lain yang mempengaruhi sikap sehingga membuat hanya 8,7% pengaruh hasil belajar senam kecantikan terhadap sikap menjaga kebugaran mahasiswa tata rias.

Sampel yang kecil pada penelitian serta pertanyaan keusioner sikap yang kurang mendetail menjadikan hasil penelitian kurang dapat menggambarkan keadaan sesungguhnya.

Kata Kunci: Hasil Belajar; Mata Kuliah Senam Kecantikan, Sikap Menjaga Kebugaran

ABSTRACT

ZHAFIRA AQILA OESMAN. Undergraduate Thesis: *Relation between Woman Gymnastic Course Learning Result and Attitude towards maintaining physical fitness among Cosmetology Students of State University of Jakarta.* 2023. Supervisors: Dra. Eti Herawati, M.Si and Dra. Lilis Jubaedah, M. Ke

As a student, physical fitness plays an important role on one's productivity such as on studying. One of physical fitness benefits for students is to boost learning ability. Cosmetology education students on State University of Jakarta got mandatory Woman Gymnastic course, which one of its objectives is to its application on physical fitness.

This study was conducted to find relation between Woman Gymnastic Course Learning Result and attitude towards maintain physical fitness among cosmetology education students of state university of Jakarta. The method that was used is quantitative research with correlational approach. The sample taken was 24 respondents. Data was collected by using questionnaire and student's final learning score.

The result of this research is there's no correlation between Woman Gymnastic Course Learning Result and attitude towards maintain physical fitness among cosmetology education students of state university of Jakarta. The coefficient of determination shows only 8,7% influence of Woman Gymnastic Course Learning Result and attitude towards maintain physical fitness among cosmetology education students of state university of Jakarta.

Low on sample and less detailed questions on questionnaire makes result on this research couldn't really describe the real situation.

Key words: Learning Result; Woman Gymnastic Course; Attitude towards maintaining physical fitness

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Perumusan Masalah	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
BAB II	7
KERANGKA TEORITIK	7
2.1 Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan	18
2.1.1 Hasil Belajar	18
2.1.1.1 Pengertian Hasil Belajar	18
2.1.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar	19
2.1.1.3 Ranah Hasil Belajar	20
2.1.2 Mata Kuliah Senam Kecantikan	21
2.2 Sikap Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias	7
2.2.1 Sikap	7
2.2.1.1 Pengertian sikap	7
2.2.2 Kebugaran Mahasiswa Tata Rias	12

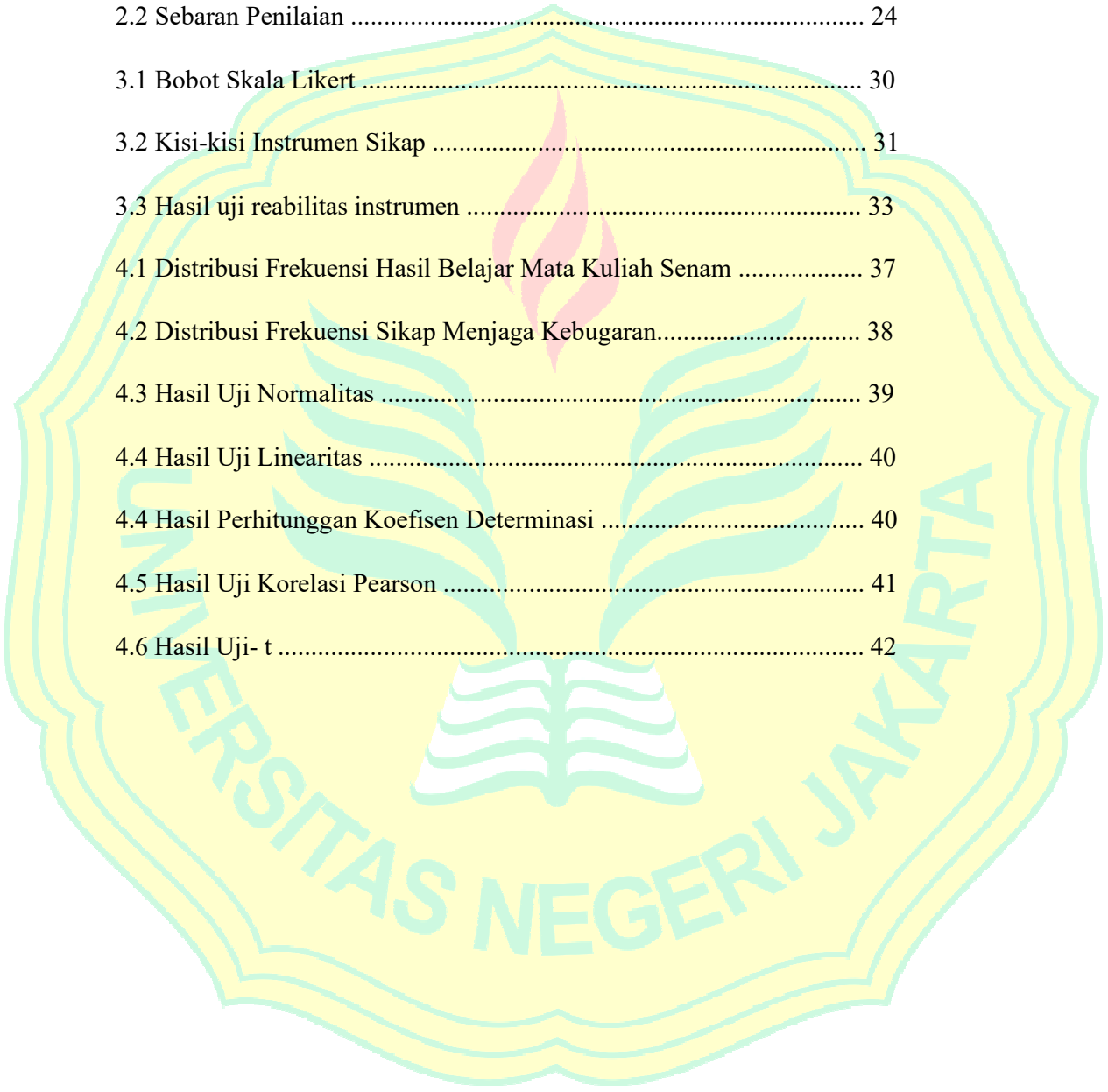
2.3 HASIL PENELITIAN TERDAHULU.....	24
2.4 KERANGKA BERPIKIR	26
2.5 HIPOTESIS	27
BAB III	28
METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Tujuan Penelitian	28
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	28
3.3 Metode Penelitian	28
3.4 Populasi dan Sampel	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data	29
3.5.1 Variabel Hasil Belajar Mata Kuliah Senam (Variabel Bebas)	29
3.5.1.1 Definisi Konseptual Hasil Belajar Mata Kuliah Senam	29
3.5.1.2 Definisi Operasional Hasil Belajar Mata Kuliah Senam Kecantikan ...	30
3.5.2 Variabel Sikap Menjaga Kebugaran Mahasiswa Tata Rias (Variabel Terikat) 30	
3.5.2.1 Definisi Konseptual Sikap Menjaga Kebugaran	31
3.5.2.2 Definisi Operasional Sikap Menjaga Kebugaran	31
3.6 Pengujian Validitas dan Penghitungan Reliabilitas	31
3.7 Persyaratan Teknik Analisis Data	33
3.7 Hipotesis Statistik	35
BAB IV	36
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
4.1 Deskripsi Data	36
4.1.1 Hasil belajar mata kuliah senam	37
4.1.2 Sikap menjaga kebugaran	37
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis Data	38
4.2.1 Pengujian Normalitas	38
4.2.2 Pengujian Linearitas	39
4.2.3 Pengujian Koesfisien Deterinasi	40

4.3 Pengujian hipotesis dan hasil penelitian	41
4.4 Pembahasan hasil penelitian	42
4.5 keterbatasan penelitian	43
BAB V	44
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	44
5.1 Kesimpulan	44
5.2 Implikasi	44
5.3 Saran	44
Daftar Pustaka	44



DAFTAR TABEL

2.1 Pokok Bahasan Mata Kuliah Senam	22
2.2 Sebaran Penilaian	24
3.1 Bobot Skala Likert	30
3.2 Kisi-kisi Instrumen Sikap	31
3.3 Hasil uji reabilitas instrumen	33
4.1 Distribusi Frekuensi Hasil Belajar Mata Kuliah Senam	37
4.2 Distribusi Frekuensi Sikap Menjaga Kebugaran.....	38
4.3 Hasil Uji Normalitas	39
4.4 Hasil Uji Linearitas	40
4.4 Hasil Perhitungan Koefisien Determinasi	40
4.5 Hasil Uji Korelasi Pearson	41
4.6 Hasil Uji- t	42



DAFTAR GAMBAR

2.1 Bagan Kerangka Berpikir	27
4.1 Grafik Sebaran Sampel	36

