

**PENGARUH DAYA TAHAN, KELINCAHAN DAN KOORDINASI MATA
TANGAN KAKI TERHADAP HASIL BELAJAR GERAK
BERIRAMA DALAM PENDIDIKAN JASMANI
(Studi Kausalitas pada Siswa SMPN 1 Napabalano)**



**ROSNIAWATI
9903820028**

Tesis Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Untuk Mendapatkan Gelar
Magister

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2023

**PENGARUH DAYA TAHAN, KELINCAHAN, DAN KOORDINASI MATA
TANGAN KAKI TERHADAP HASIL BELAJAR GERAK BERIRAMA
DALAM PENDIDIKAN JASMANI (STUDI KAUSALITAS PADA SISWA
SMPN 1 NAPABALANO)**

Rosniawati

Pendidikan Jasmani, Pascasarjana, Universitas Negeri Jakarta

Rosniawati_9903820028@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara daya tahan, kelincahan, dan koordinasi mata tangan kaki terhadap hasil belajar gerak berirama dalam pendidikan jasmani di SMPN 1 Napabalano. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan sampel seluruh siswa kelas VIII SMPN 1 Napabalano yang berjumlah 116 siswa. Untuk mengukur daya tahan menggunakan *bleep test*, kelincahan diukur menggunakan *shuttle run test*, koordinasi mata tangan kaki menggunakan tes lempar tangkap dan tendang bola terhadap sasaran dan hasil belajar gerak berirama menggunakan tes senam. Teknik analisis data menggunakan analisis jalur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Pengaruh langsung Variabel X_1 terhadap X_3 ($X_1 \rightarrow X_3$) = 0,193. Jadi pengaruh daya tahan (X_1) secara langsung mempengaruhi koordinasi mata tangan kaki (X_3) sebesar 19.3%. 2) Pengaruh langsung variabel X_2 terhadap X_3 ($X_2 \rightarrow X_3$) = 0,329. Jadi pengaruh kelincahan (X_2) secara langsung mempengaruhi koordinasi mata tangan kaki (X_3) sebesar 32.9%. 3) Pengaruh langsung variabel X_1 terhadap Y ($X_1 \rightarrow Y$) = 0.181. Jadi pengaruh daya tahan (X_1) secara langsung mempengaruhi hasil belajar gerak berirama sebesar 18.1 %. 4) Pengaruh langsung variabel X_2 terhadap Y ($X_2 \rightarrow Y$) = 0,249. Jadi pengaruh kelincahan (X_2) secara langsung mempengaruhi hasil belajar belajar gerak berirama sebesar 24.9%. 5) Pengaruh langsung variabel X_3 terhadap Y ($X_3 \rightarrow Y$) = 0,387. Jadi pengaruh koordinasi mata tangan kaki (X_3) secara langsung mempengaruhi hasil belajar gerak berirama (Y) sebesar 38.7%. 6) Pengaruh tidak langsung variabel X_1 terhadap Y melalui X_3 ($X_1 \rightarrow X_3 \rightarrow Y$) = (0.193 x -0.387) + 0.181 = 0.107. Jadi pengaruh daya tahan (X_1) secara tidak langsung melalui koordinasi mata tangan kaki (X_3) mempengaruhi hasil belajar gerak berirama (Y) sebesar 10.7%. 7) Pengaruh tidak langsung variabel X_2 terhadap (Y) melalui X_3 ($X_2 \rightarrow X_3 \rightarrow Y$) = (0.329 x -387) + 0.249 = 0.122. Jadi pengaruh kelincahan (X_2) secara tidak langsung melalui koordinasi mata tangan kaki (X_3) mempengaruhi hasil belajar gerak berirama (Y) sebesar 12.2 %.

Kata Kunci: Daya Tahan, Kelincahan, Koordinasi Mata Tangan Kaki, Hasil Belajar Gerak Berirama.

**THE EFFECT OF ENDURANCE, AGILITY, AND COORDINATION OF EYES
HANDS FEET ON LEARNING OUTCOMES OF RHYTHMIC MOVEMENTS
IN PHYSICAL EDUCATION (CAUSALITY STUDY ON STUDENTS OF
JUNIOR HIGH SCHOOL OF 1 NAPABALANO)**

Rosniawati

Physical Education, Postgraduate, Jakarta State University

Rosniawati9903820028@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of endurance, agility, and coordination of eyes hands feet on learning outcomes of rhythmic movements in physical education at Junior High School of 1 Napabalano. The method that was used in the research was quantitative approach, with 166 students of VIII SMPN 1 Napabalano as sample. Bleep test was used to measure the endurance, the agility was measured by shuttle run test, coordination of eyes hands feet was using the throwing-catch test and kicking the ball against the target, and learning rhythmic movements result was using gymnastic tests. The data analysis technique used path analysis. The results of this study indicated that: 1) The direct effect of variable X1 through X3 ($X1 \rightarrow X3$) = 0.193. So, the effect of endurance (X1) directly affected coordination of eyes hands feet (X3) by 19.3%. 2) The direct effect of variable X2 through X3 ($X2 \rightarrow X3$) = 0.329. So, the effect of agility (X2) directly affected coordination of eyes hands feet (X3) by 32.9%. 3) The direct effect of variable X1 through Y ($X1 \rightarrow Y$) = 0.181. So, the effect of endurance (X1) directly affected the learning outcomes of rhythmic movements by 18.1%. 4) The direct effect of variable X2 through Y ($X2 \rightarrow Y$) = 0.249. So, the effect of agility (X2) directly affected the learning outcomes of learning rhythmic movements by 24.9%. 5) The direct effect of variable X3 through Y ($X3 \rightarrow Y$) = 0.387. So, the effect of coordination of eyes hands feet (X3) directly affected the learning outcomes of rhythmic movements (Y) by 38.7%. 6) The indirect effect of variable X1 on Y through X3 ($X1 \rightarrow X3 \rightarrow Y$) = $(0.193 \times -0.387) + 0.181 = 0.107$. So, the effect of endurance (X1) indirectly through coordination of eyes hands feet (X3) affected the learning outcomes of rhythmic movements (Y) by 10.7%. 7) The indirect effect of variable X2 on (Y) through X3 ($X2 \rightarrow X3 \rightarrow Y$) = $(0.329 \times -0.387) + 0.249 = 0.122$. So, the effect of agility (X2) indirectly through coordination of eyes hands feet (X3) affected the learning outcomes of rhythmic movements (Y) by 12.2%.

Keyword: *Endurance, Agility, Coordination of Eyes Hands Feet, Learning Outcomes, Rhythmic Movements.*

**PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING
DIPERSYARATKAN UNTUK YUDISIUM MAGISTER**

Pembimbing I

Pembimbing II



Prof. Dr. Yusmawati, M.Pd.

Tanggal: 28-8-2023



Dr. Hernawan, SE., M. Pd

Tanggal: 29-8-2023

Nama

Prof. Dr. Dedi Purwana E.S., M.Bus
(Ketua)¹



(Tanda tangan)

30/08/2023

(Tanggal)

Dr. Oman U. Subandi, M.Pd

(Koordinator Prodi)²



(Tanda tangan)

30-8-2023

(Tanggal)

Nama : Rosniawati




No. Registrasi : 9903820028

Tanggal Lulus :

Angkatan : 2020

1. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta
2. Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN UJIAN TESIS

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	Dr. Oman U. Subandi, M.Pd (Koordinator Prodi Magister Pendidikan Jasmani)		30/8. 2023
2.	Prof. Dr. Yusmawati, M.Pd. (Pembimbing I)		28/8 2023
3.	Dr. Hernawan, SE., M. Pd (Pembimbing II)		29/8 / 2023
4.	Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or. (Penguji)		29/8 2023
5.	Dr. Ika Novitaria Marani, M.Si. (Penguji)		29/8 2023

Nama : Rosniawati
 No. Registrasi : 9903820028
 Angkatan : 2020

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bbawah ini:

Nama : Rosniawati
NIM : 9903820028
Tempat/Tanggal Lahir : Tampo, 14 November 1996
Program : Magister
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Pengaruh Daya Tahan, Kelincahan, Dan Koordinasi Mata Tangan Kaki Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama Dalam Pendidikan Jasmani (Studi Kausalitas Pada Siswa SMPN 1 Napabalano” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Dengan pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 30 Agustus 2023

Yang Menyatakan


Kosniawati

NIM. 9903820028

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rosniawati
NIM : 9903820028
Jenjang : Magister
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Angkatan : 2020
Semester : 118 (Genap) Tahun Akademik 2020/2021

Dengan ini menyatakan bahwa persetujuan perbaikan disertasi/ujian tesis untuk pemberkasan yudisium dan wisuda adalah benar tanda tangan dan sudah mendapat persetujuan oleh komisi penguji. Apabila saya melanggar pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 30 Agustus 2023

Yang membuat pernyataan



(Rosniawati)



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 : Rosniawati
NIM : 9903820028
Fakultas/Prodi : Pendidikan Jasmani
Alamat email : rosniawatisuria14@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:

Pengaruh Daya Tahan, Kelincahan Dan Koordinasi Mata Tangan Kaki Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama Dalam Pendidikan Jasmani (Studi Kausalitas Pada Siswa SMPN 1 Napabalano).

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, 30 Agustus 2023

(Rosniawati)

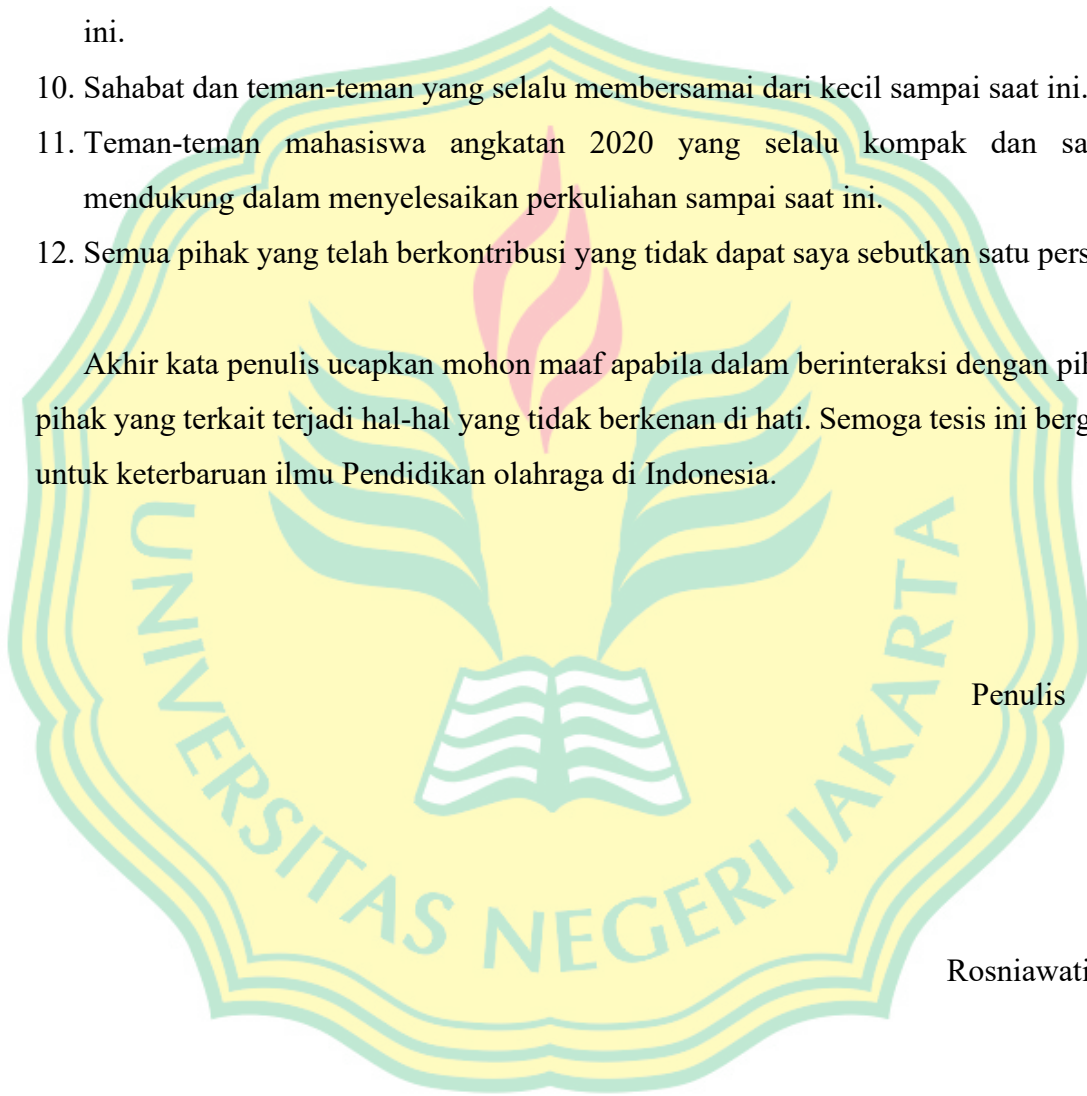
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena atas izin-Nya penulis masih diberikan nikmat keberkahan hidup sampai saat ini dan penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul “Pengaruh Daya Tahan, Kelincahan, Dan Koordinasi Mata Tangan Kaki Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama Dalam Pendidikan Jasmani (Studi Kausalitas Pada Siswa SMPN 1 Napabalano).” Tesis ini disusun untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (S2) Program Studi Pendidikan Jasmani Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan rasa terima kasih banyak kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Komarudin, M.Si. selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Dedi Purwana, M. Bus. selaku Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
3. Bapak Dr. Oman Unju Subandi, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Magister Pendidikan Jasmani.
4. Ibu Prof. Dr. Dra. Yusmawati, M. Pd selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan ilmu dan membantu dalam penyusunan tesis ini dengan sabar sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
5. Bapak Dr. Hernawan, SE. M. Pd selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pandangan, pemikiran dan ilmu yang sangat penulis butuhkan dalam penyusunan tesis ini.
6. Sivitas Universitas Negeri Jakarta Program Studi Pascasarjana yang telah membantu sehingga penulis dapat menyelesaikan Pendidikan magister Jurusan Pendidikan Jasmani.
7. Orang tua penulis Bapak La Suria, S. Pd., dan Ibu Wa Suhia, A. Ma. Pd. (Almh) yang selalu mendoakan penulis, memotivasi, dan yang selalu memberi dukungan baik moril dan materil sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis ini.
8. Saudara-saudara penulis yang sudah sangat banyak berkontribusi dalam hidup penulis dari dulu sampai menjalani perkuliahan di Universitas Negeri Jakarta.

9. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan semangat dalam penyelesaian tesis ini.
10. Sahabat dan teman-teman yang selalu kebersamai dari kecil sampai saat ini.
11. Teman-teman mahasiswa angkatan 2020 yang selalu kompak dan saling mendukung dalam menyelesaikan perkuliahan sampai saat ini.
12. Semua pihak yang telah berkontribusi yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis ucapkan mohon maaf apabila dalam berinteraksi dengan pihak-pihak yang terkait terjadi hal-hal yang tidak berkenan di hati. Semoga tesis ini berguna untuk keterbaruan ilmu Pendidikan olahraga di Indonesia.



Penulis

Rosniawati

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACK	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
SURAT PERNYATAAN	v
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Kegunaan Hasil Penelitian	7
F. <i>State Of the Art</i>	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Deskripsi Konseptual	9
1. Hasil Belajar Gerak Berirama	9
2. Daya Tahan	15
3. Kelincahan	17
4. Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	19
B. Penelitian Yang Relevan	22
C. Kerangka Teoretik	24
1. Pengaruh Langsung Daya Tahan Terhadap Koordinasi	

Mata Tangan dan Kaki	24
2. Pengaruh Langsung Kelincahan Terhadap Koordinasi Mata Tangan dan Kaki	25
3. Pengaruh Daya Tahan Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama.....	26
4. Pengaruh Kelincahan Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama	27
5. Pengaruh Koordinasi Mata Tangan dan Kaki Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama	28
6. Pengaruh Tidak Langsung Daya Tahan Melalui Koordinasi Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama.....	29
7. Pengaruh Tidak Langsung Kelincahan Melalui Koordinasi Terhadap Hasil Belajar Gerak Berirama	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Tujuan Penelitian	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
C. Metode Penelitian.....	33
D. Populasi Penelitian	34
E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Instrumen Penelitian.....	36
G. Teknik Analisis Data.....	62
H. Hipotesis Statistik	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	66
A. Deskripsi Data.....	66
B. Pembahasan.....	88
C. Keterbatasan Penelitian.....	95
BAB V PENUTUP.....	97
A. Kesimpulan	97

B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	108
RIWAYAT HIDUP	140



*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Konstelasi Hubungan Struktural Antar Variabel Penelitian	34
Gambar 3.2 Intrumen Tes Hasil Belajar Gerak Berirama.....	37
Gambar 3.3 Instrumen Tes Daya Tahan	57
Gambar 3.4 Instrumen tes kelincahan (<i>Shuttle Run Test</i>).....	59
Gambar 3.5 Instrumen tes koordinasi mata tangan dan kaki	62
Gambar 3.6 Skema Sub Struktural 1	63
Gambar 3.7 Skema Sub Struktural 2.....	64
Gambar 4.1 Grafik Histogram Variabel Daya Tahan	68
Gambar 4.2 Grafik Histogram Variabel Kelincahan.....	69
Gambar 4.3 Grafik Histogram Variabel Koordinasi Mata Tangan Kaki.....	70
Gambar 4.4 Grafik Histogram Variabel Gerak Berirama	71
Gambar 4.5 Model Persamaan Substruktural 1	81
Gambar 4.6 Model Persamaan Substruktural 2.....	84
Gambar 4.7 Diagram Jalur Penelitian	86

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Instrumen Penilaian Gerak Berirama	48
Tabel 3.2 Tabel Penilaian Daya Tahan	57
Tabel 4.1 Deskripsi Data X_1 , X_2 , X_3 , Dan Y	66
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Variabel Daya Tahan	67
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Variabel Kelincahan	68
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Variabel Koordinasi Mata Tangan Kaki	69
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Variabel Hasil Belajar Gerak Berirama	71
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas Galat Taksiran	72
Tabel 4.7 Hasil Uji Homogenitas	75
Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas	77
Tabel 4.9 Model Summary Substruktural 1	79
Tabel 4.10 Anova Struktural 1	80
Tabel 4.11 Koefisien Substruktural 1	80
Tabel 4.12 Model Summary Substruktural 2	82
Tabel 4.13 Anova Substruktural 2	83
Tabel 4.14 Koefisien Substruktural 2	83

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Penelitian	108
Lampiran 2. Data T-Score	112
Lampiran 3. Pengujian Normalitas	116
Lampiran 4. Pengujian Homogenitas	120
Lampiran 5. Pengujian Linearitas	122
Lampiran 6. Pengujian Substruktural	124
Lampiran 7. Surat Izin <i>Expert Judgement</i>	126
Lampiran 8. Surat Izin Uji Coba Instrumen	132
Lampiran 9. Surat Balasan Uji Coba Instrumen	133
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian	134
Lampiran 11. Surat Balasan Penelitian	135
Lampiran 12. Dokumentasi	136

*Mencerdaskan dan
Memartabatkan Bangsa*