

**IDENTIFIKASI KESULITAN BELAJAR SENAM LANTAI GULING
BELAKANG PADA MAHASISWA PGSD
STAHN MPU KUTURAN SINGARAJA**

Oleh

Gusti Ngurah Arya Yudaparmita

STAHN Mpu Kuturan Singaraja

Email: aryayuda562@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui tingkat kesulitan mahasiswa PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja dalam pembelajaran Penjasorkes materi senam lantai guling belakang. Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 16 orang mahasiswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket. Analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian diketahui Tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja kategori data faktor internal 1 orang (6,2%) kategori sangat tinggi dan 1 orang (6,2%) kategori tinggi. 6 orang (37,4%) kategori sedang, 7 orang (43,8%) kategori rendah dan 1 orang (6,2%) kategori sangat rendah. Sedangkan kategori data faktor eksternal 5 orang (31,2%) kategori tinggi dan 7 orang (31,2%) kategori sedang. 3 orang (18,8%) kategori rendah dan 1 orang (6,2%) kategori sangat rendah. Tidak ada mahasiswa yang kesulitan belajar faktor eksternal kategori sangat tinggi.

Kata kunci: Kesulitan Belajar, Senam Lantai, Guling Belakang, Mahasiswa PGSD

I. PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Menurut Margono (2007:12-14), pendidikan jasmani pada dasarnya adalah pendidikan, sehingga apa yang dijadikan tujuan atau dijadikan sasaran oleh pendidikan juga dapat dijadikan sebagai sasaran dalam pendidikan (Astuti & Suadnyana, 2020).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebagai suatu usaha untuk meningkatkan kemampuan motorik yang dipelajari peserta didik dalam keadaan bervariasi perlu dioptimalkan tanpa ragu-ragu, dengan memahami fungsi tubuh dalam berbagai gerak serta asas-asas pertumbuhan dan perkembangannya dapat dimanipulasi dengan merealisasikan berbagai konsep ilmu yang relevan ke arah perbaikan kualitas gerak sesuai tujuan yang dikehendaki (Gunawijaya & Srilaksmi, 2020). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah maupun tingkat perguruan tinggi memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan

yang terpilih yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Senam lantai merupakan elemen penting dalam kurikulum pendidikan jasmani di Sekolah maupun di Perguruan Tinggi. Selain karena kedudukannya sebagai salah satu materi yang diajarkan dalam pendidikan jasmani, ada beberapa pertimbangan lain yang menjadikan materi ini perlu mendapat perhatian lebih. Senam lantai adalah salah satu bagian dari rumpun senam. Sesuai dengan istilahnya, maka gerakan-gerakan senam lantai dilakukan diatas lantai yang beralaskan matras atau permadani. Senam lantai merupakan salah satu bentuk latihan tubuh terutama di lantai, umumnya ditandai gerakan-gerakan berjenis tumbling dan akrobatik (Agus Mahendra, 2001: 133). Tumbling gerakan yang bercirikan cepat dan meledak, sementara akrobatik bercirikan dengan gerakan yang banyak memanfaatkan kelentukan dan membutuhkan unsur keseimbangan. Senam lantai sering juga disebut dengan senam bebas, sebab pada waktu melakukan gerakan tidak membawa alat atau menggunakan alat. Senam lantai menggunakan area yang berukuran 12x12 meter dan dapat ditambahkan matras sekeliling area selebar 1 meter untuk menjaga keamanan pesenam yang baru melakukan latihan atau rangkaian gerakan (Suasthi & Suadnyana, 2020). Unsur-unsur gerakannya terdiri dari: mengguling, melompat, berputar di udara dan menumpu dengan dua tangan atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang

pada waktu melompat ke depan atau ke belakang.

Kesulitan belajar merupakan kondisi dalam proses belajar yang ditandai oleh adanya hambatan-hambatan untuk mencapai tujuan belajar, dan ditandai adanya prestasi belajar yang rendah. Dengan demikian yang dimaksud mahasiswa mengalami kesulitan belajar adalah mahasiswa tersebut kurang mampu mencapai tingkat penguasaan materi pelajaran yang telah ditentukan. Jadi kesulitan belajar identik dengan prestasi belajar yang rendah. Menurut Ahmadi dan Supriyono (2004:77) “kesulitan belajar tidak selalu disebabkan karena faktor intelegensi yang rendah, akan tetapi juga disebabkan oleh faktor-faktor non intelegensi”. Faktor-faktor penyebab kesulitan belajar dapat digolongkan menjadi dua yaitu: 1) Faktor intern (faktor dari dalam diri mahasiswa) yang terdiri dari faktor fisiologis, meliputi kesehatan fisik dan cacat tubuh serta faktor psikologis, meliputi intelegensi, bakat, minat, motivasi, kesehatan mental dan tipe belajar mahasiswa. 2) Faktor ekstern (faktor dari luar diri mahasiswa) yang terdiri dari: faktor lingkungan, meliputi guru dan dosen, sumber belajar, kondisi gedung, kurikulum, waktu sekolah, dan disiplin sekolah. Faktor lingkungan keluarga, meliputi orang tua, suasana rumah, dan keadaan ekonomi keluarga. Faktor lingkungan masyarakat, meliputi media massa, teman bergaul, lingkungan tetangga dan aktivitas mahasiswa di masyarakat

Masa pandemi Covid-19 ini mengharuskan kita semua beraktivitas di rumah, beribadah, bekerja dan belajar di rumah. Termasuk perkuliahan pun harus di laksanakan dari rumah. Sehingga untuk

praktek penjasorkes mahasiswa membuat video pembelajaran dari rumah, salah satunya adalah melaksanakan gerakan senam lantai materi guling belakang. Hasil video pelaksanaan pembelajaran senam lantai pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja, berdasarkan video pelaksanaan gerakan yang dikirim oleh masing-masing mahasiswa menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang belum mampu melaksanakan gerakan guling belakang. Gerakan guling belakang bagi mahasiswa PGSD sangat sulit karena menggabungkan keseimbangan serta kekuatan otot tangan untuk menjaga keseimbangan badan agar dapat berguling dengan baik. Gerakan senam lantai guling belakang diawali dengan sikap jongkok dengan jari menunjuk kebelakang, kemudian mahasiswa atau peserta didik menyentuhkan dagunya ke dalam dada. Pada saat berguling ke belakang agar posisi badannya tetap menekuk dengan kedua tangan menekan pada matras. Kemudian, gerakan senam lantai guling belakang ini berakhir dengan sikap jongkok. Adapun standar kompetensinya adalah mempraktikkan berbagai bentuk senam ketangkasan dengan koordinasi yang baik, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kompetensi dasar yaitu mempraktikkan rangkaian gerak senam ketangkasan dengan konsisten, tepat, dan koordinasi yang baik, serta nilai keselamatan, disiplin, dan keberanian.

Berdasarkan uraian di atas, penulis melakukan penelitian mengenai faktor-faktor apa saja yang menghambat mahasiswa dalam pembelajaran senam lantai khususnya pada saat melakukan gerakan guling belakang. Oleh karena itu dalam penelitian ini penulis memberi judul

“Identifikasi Faktor Kesulitan Belajar Guling Belakang Pada Mahasiswa PGSD STAHN Mpu Kuturan Singaraja”. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kesulitan belajar materi senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja.

II. METODE

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menemukan informasi tentang tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja.

Dalam penelitian ini yang dijadikan populasi adalah mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja baik putra maupun putri dengan jumlah 16 mahasiswa. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan April tahun pelajaran 2019/2020 pada semester genap. Seluruh mahasiswa tersebut dijadikan subjek penelitian sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi.

Instrumen yang dipakai penelitian ini berupa angket yang dikirim melalui *google formulir* dengan sifat tertutup yang berupa pernyataan tertulis sehingga responden langsung menjawab pada jawaban yang telah disediakan dengan memberi tanda silang (x) pada jawaban yang dipilih dan menjawab secara tertulis pada lembar kolom yang disediakan. Teknik angket ini dipergunakan untuk mengungkap faktor-faktor penyebab kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD

semestrer IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik deskriptif adalah bagian dari statistik yang bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai-nilai statistik. Untuk menghitung persentase responden yang termasuk kategori tertentu disetiap aspek menggunakan rumus sebagai berikut Anas Sudjono (2000: 40).

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

Keterangan:

P = angka presentase

f = frekuensi yang sedang dicari persentasinya

N = *number of case* (jumlah frekuensi banyaknya individu)

Hasil penelitian dituangkan dalam persentase berdasarkan identifikasi kesulitan baik secara menyeluruh ataupun setiap indikator, menjadi lima kategori yaitu sangatrendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Adapun pengkategorian sebagai berikut:

>M + 1,5 SD ke atas = Sangat tinggi

M + 0,5 SD s/d M + 1,5 SD = Tinggi

M – 0,5 SD s/d M + 0,5 SD = Sedang

Mi – 0,5 SD s/d M – 0,5 SD = Rendah

< M – 1,5 SD ke bawah = Sangat rendah

Keterangan : M : Median

SD : Setandar Deviasi

Mi : Median Ideal

Setelah distribusi mean ideal (Mi) dan standar deviasi ideal (Sdi) dari setiap variable, selanjutnya diketahui mean (rata) dan standar deviasi dari setiap variabel, selanjutnya diketahui mean dan standar deviasi dari setiap variabel untuk menentukan tiap faktor. Skor setiap faktor dikategorikan berdasarkan interval tersebut, selanjutnya akan digunakan teknik analisis deskriptif dengan persentase.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Penelitian

Data penelitian dideskripsikan dengan tujuan untuk mempermudah penyajian data penelitian berdasarkan hasil analisis deskriptif meliputi perhitungan skor minimum, maximum, mean, median, modus, dan standar deviasi. Hasil deskriptif data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dan faktor-faktornya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Deskriptif Data Penelitian

Data	Min.	Max.	Mean	Median	Modus	Std. Dev
Kesulitan Belajar	45,00	97,00	72,38	71,50	67,00	12,25
Faktor Internal	16,00	33,00	22,81	22,00	19,00	4,28
Faktor Eksternal	29,00	64,00	49,56	49,00	47,00	9,15

Hasil analisis deskriptif pada data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang, diperoleh nilai maksimum sebesar 97,00, dan nilai minimum sebesar 45,00. Skor data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakangdiperoleh nilai mean (rerata)

sebesar 72,38, nilai median sebesar 71,50, nilai modus sebesar 67,00, dan nilai standar deviasi sebesar 12,25.

Data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dijabarkan dalam dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Hasil analisis deskriptif

terhadap faktor-faktor tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang tersebut adalah sebagai berikut:

1. Faktor internal

Hasil analisis deskriptif pada data faktor internal, diperoleh nilai maksimum sebesar 33,00, dan nilai minimum sebesar 16,00. Skor data faktor internal diperoleh nilai mean (rerata) sebesar 22,81, nilai median sebesar 22,00, nilai modus sebesar 19,00, dan nilai standar deviasi sebesar 4,28.

2. Faktor eksternal

Hasil analisis deskriptif pada data faktor eksternal, diperoleh nilai maksimum sebesar 64,00, dan nilai minimum sebesar 29,00. Skor data

faktor eksternal diperoleh nilai mean (rerata) sebesar 49,56, nilai median sebesar 49,00, nilai modus sebesar 47,00, dan nilai standar deviasi sebesar 9,15.

Hasil Analisis Data Penelitian

Data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang diperoleh menggunakan kuesioner yang terdiri dari 30 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai mean ideal sebesar 75,00 dan nilai standar deviasi ideal sebesar 25,00. Nilai mean dan standar deviasi tersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Data Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 97,50$	0	0,0	Sangat Tinggi
$82,50 \leq s.d < 97,50$	3	18,8	Tinggi
$67,50 \leq s.d < 82,50$	7	43,8	Sedang
$52,50 \leq s.d < 67,50$	5	31,2	Rendah
$x < 52,50$	1	6,2	Sangat Rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 0 mahasiswa (0%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori “sangat tinggi”.sebanyak 3 mahasiswa (18,6%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori ”tinggi”. Sebanyak 7 mahasiswa (43,8%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori ”sedang” dan sebanyak 5 mahasiswa (31,2%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori ”rendah”. Sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori ”sangat rendah” dan 0 mahasiswa (0%) mahasiswa yang mengalami kesulitan belajar kategori

”sangat tinggi”. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang siswa dalam kategori sedang.

Hasil analisis data tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang selanjutnya dijabarkan dalam dua faktor yaitu meliputi faktor internal dan faktor eksternal. Hasil analisis data pada masing-masing faktor adalah sebagai berikut:

1. Faktor internal

Data faktor internal diperoleh dari jawaban kuesioner yang terdiri dari 10 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai mean ideal sebesar 25,00 dan nilai standar deviasi ideal

sebesar 5,00. Nilai mean dan standar deviasitersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil

pengkategorian data faktor internal dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Kategorisasi Data Faktor Internal

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 32,50$	1	6,2	Sangat Tinggi
$27,50 \leq s.d < 32,50$	1	6,2	Tinggi
$22,50 \leq s.d < 27,50$	6	37,4	Sedang
$17,50 \leq s.d < 22,50$	7	43,8	Rendah
$x < 17,50$	1	6,2	Sangat Rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mahasiswa mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori "sangat tinggi" dan sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori "tinggi", Sebanyak 6 mahasiswa (37,4%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori "sedang", sebanyak 7 mahasiswa (43,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor internal kategori "rendah" dan sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mengalami kesulitan belajar faktor internal

kategori "sangat rendah". Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar faktor internalsebagian besar dalam kategori rendah

2. Faktor eksternal

Data faktor eksternal diperoleh dari jawaban kuesioner yang terdiri dari 20 butir pertanyaan, sehingga diperoleh nilai mean ideal sebesar 50,00 dan nilai standar deviasi ideal sebesar 10,00. Nilai mean dan standar deviasitersebut digunakan sebagai dasar pengkategorian data. Hasil pengkategorian data faktor eksternal dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Kategorisasi Data Faktor Eksternal

Interval Skor	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$x \geq 65,50$	0	0,0	Sangat Tinggi
$55,00 \leq s.d < 65,50$	5	31,2	Tinggi
$45,00 \leq s.d < 55,00$	7	48,8	Sedang
$35,00 \leq s.d < 45,00$	3	18,8	Rendah
$x < 35,00$	1	6,2	Sangat Rendah
Total	16	100,0	

Berdasarkan tabel di atas diketahui sebanyak 0 mahasiswa (0%) mahasiswa mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sangat tinggi", sebanyak 5 mahasiswa (31,2%) mahasiswa mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "tinggi" dan

sebanyak 7 mahasiswa (48,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sedang". Sebanyak 3 mahasiswa (18,8%) mempunyai kesulitan belajar faktor eksternal kategori "rendah" dan sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mempunyai kesulitan belajar faktor

eksternal kategori "sangat rendah".0 mahasiswa (0%) yang kesulitan belajar faktor eksternal kategori "sangat tinggi". Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kesulitan belajar faktor eksternal sebagian besar dalam kategori sedang.

Pembahasan

Hasil penelitian diketahui tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja, dalam kategori sedang sebesar 43,8% dan sebanyak 18,8% mengalami kesulitan dalam kategori tinggi. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Kesulitan yang dialami mahasiswa tersebut berkaitan dengan faktor internal maupun faktor eksternal dalam pembelajaran senam lantai guling belakang (Darmawan, 2020).

Hasil analisis juga diketahui sebanyak 31,2% mahasiswa mengalami kesulitan dalam kategori rendah dan sebanyak 6,2% mengalami kesulitan belajar kategori sangat rendah. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian kecil mahasiswa tidak mengalami kesulitan yang berarti dalam mengikuti senam lantai guling belakang. Mahasiswa yang tidak mengalami kesulitan karena faktor internal mahasiswa telah siap baik secara fisik maupun psikis. Mahasiswa juga merasakan bahwa faktor eksternal seperti fasilitas, sarana dan peran pendidik telah mendukung dalam proses pembelajaran.

Materi guling belakang merupakan salah satu bagian dari materi senam lantai. Senam lantai guling belakang sering dirasakan sulit oleh sebagian mahasiswa

karena gerakannya membutuhkan kelentukan dan kelenturan tubuh. Dalam proses pembelajarannya dibutuhkan faktor pendukung pembelajaran yang baik sehingga proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik sekaligus membentuk kemampuan guling belakang mahasiswa dengan baik juga. Faktor tersebut meliputi faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri mahasiswa dan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari dalam luar diri mahasiswa (Untara & Somawati, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui faktor internal kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja dalam kategori rendah sebesar 43,8%, sebagian kecil mahasiswa mengalami kesulitan kategori tinggi dan sangat tinggi masing-masing sebesar 6,2%, serta sebanyak 6,2% mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori sangat rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa sebagian besar mahasiswa tidak mengalami kesulitan belajar dari faktor internal dalam dirinya. Dapat dikatakan bahwa mahasiswa telah mempunyai kesiapan dari dalam diri untuk mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Kesiapan tersebut meliputi kesiapan secara fisik dan psikologis (Darmawan, 2020).

Berdasarkan faktor eksternal diketahui faktor eksternal kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja dalam kategori sedang sebesar 43,8%, sebanyak 31,2% mengalami kesulitan kategori tinggi, sebanyak 18,8% mengalami kesulitan kategori rendah dan sebanyak 6,2% mengalami kesulitan kategori sangat

rendah. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian besar mahasiswa masih mengalami kesulitan belajar yang disebabkan oleh faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri mahasiswa pada tingkat sedang. Faktor eksternal tersebut meliputi faktor pendidik/ guru maupun dosen, faktor lingkungan dan faktor pelaksanaan pembelajaran.

Dikuatkan juga pendapat Sudarsih (2013: 46) menyebutkan proses belajar dan hasil belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang berasal dari diri individu yang sedang belajar dan faktor yang berasal dari luar individu. Tersedianya kondisi belajar yang memadai dengan tidak adanya faktor kesulitan belajar akan mampu mendukung proses belajar yang efektif dan mencapai hasil belajar yang maksimal.

IV. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan yaitu tingkat kesulitan belajar senam lantai guling belakang pada mahasiswa PGSD semester IV A1 STAHN Mpu Kuturan Singaraja. Sebanyak 3 mahasiswa (18,6%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori "tinggi". Sebanyak 7 mahasiswa (43,8%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori "sedang" dan sebanyak 5 mahasiswa (31,2%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori "rendah". Sebanyak 1 mahasiswa (6,2%) mahasiswa mengalami kesulitan belajar kategori "sangat rendah" dan 0 mahasiswa (0%) mahasiswa yang mengalami kesulitan belajar kategori "sangat tinggi".

Hasil penelitian menunjukkan kesulitan belajar senam lantai guling belakang mahasiswa dalam kategori

sedang. Hasil ini dapat diartikan bahwa sebagian mahasiswa masih mengalami kesulitan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai guling belakang. Hal ini berimplikasi bahwa faktor pendukung pembelajaran yang terdiri dari faktor internal maupun eksternal perlu untuk ditingkatkan. Faktor eksternal terutama pendidik atau dosen harus mampu melaksanakan perannya sebagai pendidik dengan penguasaan materi dengan baik, memilih metode pembelajaran yang tepat, menggunakan sarana prasarana yang ada secara maksimal, menciptakan kondisi pembelajaran yang kondusif dan memberikan penjabaran materi secara jelas. Faktor internal dari dalam diri mahasiswa juga perlu untuk dipersiapkan dengan baik secara fisik maupun psikologis. Kesiapan pembelajaran baik dari faktor internal maupun faktor eksternal akan meminimalkan terjadinya kesulitan belajar, sehingga aktivitas pembelajaran akan dapat dilaksanakan secara efektif.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan angket yang mengandung kelemahan responden yang tidak serius dalam mengisi kuesioner yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti. Pengambilan data menggunakan angket tertutup, tidak memberikan kesempatan bagi responden untuk mengemukakan pendapat, sehingga ada kemungkinan tidak terungkapnya data secara lengkap. Peneliti berharap dapat mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian pada populasi yang lebih luas sehingga penelitian akan lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

Agus, Mahendra. (2001). *Senam*. Jakarta : Depdikbud.

- Ahmadi dan Supriyono. (2004). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Anas, Sudjono. (2000). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Astuti, N. W. Y., & Suadnyana, I. B. P. E. (2020). Konsep Ketuhanan Dalam Lontar T tutur Parakriya. *Genta Hredaya: Media Informasi Ilmiah Jurusan Brahma Widya STAHN Mpu Kuturan Singaraja*, 4(2), 164-175.
- Darmawan, I. P. A. (2020). Estetika Panca Suaradalam Upacara Yadnya di Bali. *Jñānasiddhānta: Jurnal Teologi Hindu*, 2(1), 61-70.
- Darmawan, I. P. A. (2020). Pemujaan Barong di Bali dalam Pandangan Animisme Edward Burnett Tylor. *Sanjiwani: Jurnal Filsafat*, 10(2), 147-153.
- Gunawijaya, I. W. T., & Srilaksmi, N. K. T. (2020). Hambatan Pembelajaran Agama Hindu Terhadap Siswa Tuna Netra di Panti Mahatmia. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 510-520.
- Margono. (2007). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suasthi, I. G. A., & Suadnyana, I. B. P. E. (2020). Membangun Karakter “Genius” Anak Tetap Belajar Dari Rumah Selama Pandemi Covid-19 Pada Sekolah Suta Dharma Ubud Gianyar. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(3), 431-452.
- Sudarsih. (2013). *Tingkat Kesulitan Belajar Senam Lantai Guling Belakang Siswa Kelas V SD N Kowangbinangun Kec. Kalasan, Kab. Sleman*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta
- Untara, I. M. G. S., & Somawati, A. V. (2020). Internalisasi Pendidikan Karakter Pada Anak Usia Dini Dalam Keluarga Hindu Di Desa Timpag Kabupaten Tabanan. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 333-358.