

LAMPIRAN**Lampiran 01. Informed Consent****PERNYATAAN KESEDIAAN UNTUK IKUT PENELITIAN****(INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama :

Alamat:

Setelah mendapat penjelasan tentang maksud dan tujuan serta memahami penelitian yang dilakukan dengan judul “Pelaksanaan *Full Day School* di SMA Negeri 4 Singaraja Meningkatkan Kelelahan dan Kebosanan serta Kontribusinya terhadap Siswa Kelas XI MIPA” yang dibuat oleh:

Nama : Yitha Kartika Devy

NIM : 1613041034

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk berperan serta menjadi subjek penelitian dan bersedia melakukan pemeriksaan sesuai dengan data yang diperlukan. Demikian pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Singaraja,

2020

Pembuat Pernyataan.

Lampiran 02. Pedoman Observasi

Pedoman Observasi Penelitian

(Organisasi Pembelajaran)

1. Waktu Istirahat : (1) 10.15 s.d. 10.30 WITA

(2) 13.30 s.d 14.00 WITA

2. Waktu Belajar : 07.15 s.d 15.30 WITA

3. Metode Pembelajaran :

Mata Pelajaran	Metode Pembelajaran		
	LKS	PPT	Diskusi Informatif
Matematika			√
Bhs. Indonesia		√	
Sejarah			√
Biologi	√		
Ekonomi			√
Fisika			√
PKn		√	
Kimia			√
Bhs. Inggris			√
Seni Budaya			√
Bhs Bali			√
Agama			√
Prakewi		√	

Lampiran 03. Data Karakteristik Subjek

Subjek	Nama	Umur	Tinggi badan (cm)	Berat badan (kg)	IMT
1	Winanda	16	155	53	22,06
2	Agnes	15	160	54	21,09
3	Aurelia	16	154	48	20,23
4	Chiquita	16	163	47	17,68
5	Kurnia	16	153	55	23,49
6	Padmi	16	160	46	17,96
7	Diah	16	154	48	18,75
8	Arya	15	164	63	23,42
9	Dipra	16	165	65	23,87
10	Krisna	17	160	60	23,43
11	Ade	16	163	58	21,82
12	Dwi	17	160	45	17,57
13	Ernia	16	165	52	19,10
14	Ghea	16	156	45	18,49
15	Linda	16	159	45	17,79
16	Mita	15	158	52	20,83
17	Rani	16	160	54	21,09
18	Kori	16	168	73	25,86
19	Tissa	16	165	58	21,30
20	Ade Susri	16	158	42	16,82
21	Budi	16	156	79	32,46
22	Mei	15	159	50	20,54
23	Meldi	16	162	57	21,71
24	Satria	17	164	66	24,53
25	Aristia	16	163	49	18,44
26	Winda	16	163	52	19,57
27	Bagas	17	165	51	18,73
28	Cantika	16	157	50	20,28
29	Andhika	16	167	55	19,72
30	Ayu	16	152	42	18,17
31	Jodi	17	167	47	16,85
32	Sintia	16	158	50	20,02
33	Widya	15	160	60	23,43

Lampiran 04. Data Kondisi Lingkungan Belajar

Pengukuran	Suhu Kering (°C)	Suhu Basah (°C)	Kelembaban (%)	Intensitas Cahaya (Lux)	Kecepatan Angin (m/dt)	Kebisingan dB (A)
H 1 (P1)	28,48	27,00	77,00	236,00	0,20	63,50
H 2 (P1)	29,06	25,00	83,00	242,00	0,20	70,25
H 3 (P1)	28,75	28,00	78,00	252,00	0,20	62,00
H 1 (P2)	29,35	27,00	74,00	230,00	1,10	77,00
H 2 (P2)	27,50	26,00	76,00	228,00	0,20	80,00
H 3 (P2)	29,00	27,00	69,00	212,00	0,30	68,40
H 1 (P3)	32,10	27,00	67,00	224,00	0,10	56,30
H 2 (P3)	30,00	26,00	83,00	220,00	0,10	71,60
H 3 (P3)	29,00	26,00	68,00	208,00	0,20	75,00



Lampiran 05. Data Kelelahan Siswa

Subjek	Nama	Pre	Pre	Pre	Rerata	Post	Post	Post	Rerata
1	Winanda	44	47	44	45,00	65	60	66	63,67
2	Agnes	45	43	45	44,33	66	65	62	64,33
3	Aurelia	46	46	47	46,33	67	64	63	64,67
4	Chiquita	48	48	46	47,33	66	63	64	64,33
5	Kurnia	44	48	46	46,00	65	64	67	65,33
6	Padmi	43	45	48	45,33	61	65	62	62,67
7	Diah	43	44	47	44,67	63	68	63	64,67
8	Arya	46	48	46	46,67	62	67	59	62,67
9	Dipra	48	46	47	47,00	66	65	60	63,67
10	Krisna	43	47	49	46,33	64	66	67	65,67
11	Ade	47	45	44	45,33	63	67	66	65,33
12	Dwi	48	44	47	46,33	69	63	65	65,67
13	Ernia	45	46	46	45,67	60	65	62	62,33
14	Ghea	43	48	47	46,00	62	68	64	64,67
15	Linda	41	49	45	45,00	61	62	64	62,33
16	Mita	45	46	44	45,00	64	64	67	65,00
17	Rani	44	47	43	44,67	67	65	62	64,67
18	Kori	45	46	46	45,67	65	62	66	64,33
19	Tissa	43	44	43	43,33	66	58	65	63,00
20	Susri	48	43	47	46,00	63	67	64	64,67
21	Budi	46	46	42	44,67	67	65	68	66,67
22	Mei	45	47	45	45,67	67	65	65	65,67
23	Meldi	44	43	44	43,67	65	67	63	65,00
24	Satria	39	43	45	42,33	61	59	59	59,67
25	Aristia	45	45	46	45,33	67	67	63	65,67
26	Winda	44	46	47	45,67	67	66	64	65,67
27	Bagas	47	48	43	46,00	63	65	62	63,33
28	Cantika	46	43	44	44,33	64	66	64	64,67
29	Andhika	43	50	44	45,67	67	65	65	65,67
30	Ayu	44	45	46	45,00	63	64	68	65,00
31	Jodi	45	45	48	46,00	65	63	66	64,67
32	Sintia	44	43	47	44,67	67	62	65	64,67
33	Widya	43	47	45	45,00	59	67	69	65,00

Lampiran 06. Kuesioner Kelelahan

KUESIONER 30 ITEMS OF RATING SCALES GENERAL FATIGUE DENGAN SKALA LIKERT UNTUK MENGUKUR KELELAHAN SISWA

Berilah tanda centang (✓) pada jawaban yang tersedia sesuai dengan kondisi siswa saat ini!

- STT : Sangat Tidak Terasa
 TT : Tidak Terasa
 AT : Agak Terasa
 T : Terasa
 ST : Sangat Terasa

No	Pertanyaan	Jawaban				
		STT	TT	AT	T	ST
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala?					
2	Apakah saudara merasa lelah pada seluruh badan?					
3	Apakah kaki saudara terasa berat?					
4	Apakah saudara merasa sering menguap?					
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau?					
6	Apakah saudara merasa mengantuk?					
7	Apakah saudara merasakan ada beban pada mata?					
8	Apakah saudara merasa kaku atau canggung dalam bergerak?					
9	Apakah saudara merasa sempoyongan ketika berdiri?					
10	Apakah ada perasaan ingin berbaring?					
11	Apakah saudara merasa susah berpikir?					
12	Apakah saudara merasa lelah untuk bicara?					
13	Apakah saudara merasa gugup?					
14	Apakah saudara merasa tidak bisa berkonsentrasi?					
15	Apakah saudara merasa tidak dapat memusatkan perhatian terhadap sesuatu?					
16	Apakah saudara merasa punya kecenderungan untuk lupa?					
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri?					
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu?					
19	Apakah saudara merasa tidak dapat mengontrol sikap?					

20	Apakah saudara merasa tidak dapat tekun dalam pekerjaan?					
21	Apakah saudara merasa sakit kepala?					
22	Apakah saudara merasa kaku di bagian bahu?					
23	Apakah saudara merasakan nyeri di punggung?					
24	Apakah napas saudara merasa tertekan?					
25	Apakah saudara merasa haus?					
26	Apakah suara saudara terasa serak?					
27	Apakah saudara merasa pening?					
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kejang/kaku?					
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar (tremor)?					
30	Apakah saudara merasa kurang sehat?					

(Sumber: Sutajaya, 2017)

Ketentuan:

Skor 30 (sangat tidak lelah)

Skor 31 s.d. 61 (tidak lelah)

Skor 62 s.d. 92 (agak lelah)

Skor 93 s.d. 123 (lelah)

Skor 124 s.d. 150 (sangat lelah)



Lampiran 07. Data Kebosanan Siswa

Subejk	Nama	Pre	Pre	Pre	Rerata	Post	Post	Post H3	Rerata
1	Winanda	44	42	43	43,00	54	64	55	57,67
2	Agnes	43	38	40	40,33	57	48	63	56,00
3	Aurelia	39	43	45	42,33	66	53	52	57,00
4	Chiquita	45	41	43	43,00	56	58	58	57,33
5	Kurnia	39	43	42	41,33	52	65	57	58,00
6	Padmi	43	39	44	42,00	67	56	57	60,00
7	Diah	44	42	45	43,67	56	57	55	56,00
8	Arya	42	42	40	41,33	54	59	60	57,67
9	Dipra	45	43	39	42,33	59	53	56	56,00
10	Krisna	35	42	42	39,67	51	57	58	55,33
11	Ade	43	42	44	43,00	56	58	64	59,33
12	Dwi	42	37	43	40,67	61	56	56	57,67
13	Ernia	42	45	45	44,00	52	53	66	57,00
14	Ghea	45	45	43	44,33	57	54	56	55,67
15	Linda	46	42	38	42,00	58	55	58	57,00
16	Mita	38	45	46	43,00	59	55	56	56,67
17	Rani	47	43	42	44,00	56	57	59	57,33
18	Kori	47	42	48	45,67	55	56	57	56,00
19	Tissa	46	41	37	41,33	60	58	63	60,33
20	Susri	38	37	42	39,00	59	56	57	57,33
21	Budi	39	37	43	39,67	57	56	58	57,00
22	Mei	44	45	46	45,00	57	58	56	57,00
23	Meldi	42	44	40	42,00	52	52	55	53,00
24	Satria	43	44	42	43,00	55	53	57	55,00
25	Aristia	45	43	46	44,67	57	56	55	56,00
26	Winda	46	45	45	45,33	58	57	58	57,67
27	Bagas	43	46	44	44,33	59	56	62	59,00
28	Cantika	43	42	41	42,00	59	54	56	56,33
29	Andhika	44	43	37	41,33	59	56	65	60,00
30	Ayu	42	42	45	43,00	59	57	58	58,00
31	Jodi	43	45	48	45,33	59	56	57	57,33
32	Sintia	44	42	43	43,00	59	58	56	57,67
33	Widya	46	43	45	44,67	59	52	54	55,00

Lampiran 08. Kuesioner Kebosanan dalam pembelajaran

KUESIONER KEBOSANAN DALAM PROSES PEMBELAJARAN

Berilah tanda silang (√) pada jawaban yang tersedia sesuai dengan kondisi saudara saat ini!

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

AS : Agak Setuju

S : Setuju

SS : Sangat Setuju

No	Pertanyaan	Jawaban				
		STS	TS	AS	S	SS
1	Saya menyukai materi yang sedang dibahas					
2	Saya menyukai cara penyampaian materi					
3	Saya menyukai penampilan pengajar					
4	Saya selalu penuh semangat saat belajar					
5	Saya merasa ketinggalan informasi jika tidak hadir					
6	Pada saat belajar saya merasa ingin cepat-cepat keluar dari ruang kelas					
7	Proses pembelajaran saya rasakan sangat lamban					
8	Saya merasa waktu berlalu dengan cepat saat belajar					
9	Saya merasa kurang termotivasi saat mengikuti pelajaran					
10	Saya merasa kesulitan menerima pelajaran					
11	Saya merasa malas mencatat materi pelajaran					
12	Saya merasa malas mendengarkan pelajaran					
13	Saya merasa enggan untuk bertanya					
14	Saya merasa enggan untuk menjawab					
15	Saya selalu merasa gelisah					
16	Saya sering menguap					
17	Saya sering menggeser-geser pantat					
18	Saya sering menoleh ke kanan dan ke kiri					
19	Saya merasa kurang konsentrasi					
20	Saya sulit menahan rasa kantuk					
21	Saya sering melamun					
22	Saya sering terkejut jika ditanya					
23	Saya lebih suka ngobrol daripada belajar					
24	Saya merasa materi yang disampaikan bisa diserap dengan baik					
25	Saya merasa metode pembelajaran bersifat monoton					

26	Saya mengalami kesulitan saat ingin mencatat materi yang disampaikan					
----	----------------------------------------------------------------------	--	--	--	--	--

Ketentuan:

(Sumber: Sutajaya, 2017)

Skor 26 (Sangat Tidak Membosankan/Sngat Menarik)

Skor 27 s.d. 53 (Tidak Membosankan/Menarik)

Skor 50 s.d. 84 (Agak Membosankan/Agak Menarik)

Skor 81s.d. 107 (Membosankan/Tidak Menarik)

Skor 108 s.d 130 (Sangat Membosankan/Sangat Tidak Menarik)



Lampiran 09. Nilai Prestasi Siswa

Subjek	Nama	KKM	Nilai Prestasi
1	Winanda	75	65
2	Agnes	75	55
3	Aurelia	75	60
4	Chiquita	75	65
5	Kurnia	75	50
6	Padmi	75	70
7	Diah	75	70
8	Arya	75	60
9	Dipra	75	75
10	Krisna	75	70
11	Ade	75	30
12	Dwi	75	55
13	Ernia	75	75
14	Ghea	75	45
15	Linda	75	65
16	Mita	75	85
17	Rani	75	60
18	Kori	75	85
19	Tissa	75	65
20	Ade Susri	75	75
21	Budi	75	70
22	Mei	75	60
23	Meldi	75	70
24	Satria	75	75
25	Aristia	75	80
26	Winda	75	65
27	Bagas	75	65
28	Cantika	75	55
29	Andhika	75	80
30	Ayu	75	70
31	Jodi	75	50
32	Sintia	75	60
33	Widya	75	80

Lampiran 10. Soal Tes Prestasi Belajar

SISTEM RESPIRASI

1. Seorang siswa disuruh oleh gurunya untuk menghitung kemampuan bernapas anggota keluarga di rumah. Data yang diperoleh sebagai berikut.

No.	Anggota Keluarga	Kemampuan Bernapas (kali/menit)
1.	Kakek	12-15
2.	Nenek	13-16
3.	Ayah	14-17
4.	Ibu	14-18
5.	Kakak	15-18
6.	Adik	20-24

Berdasarkan hasil pengamatan tersebut dapat disimpulkan bahwa kecepatan pernapasan dipengaruhi oleh faktor

- Berat badan
 - Jenis kelamin
 - Kegiatan tubuh
 - Usia
 - Aktivitas
2. Urutan alat pernapasan manusia yang benar yaitu
- 1) laring 4) faring
 - 2) bronkus 5) alveolus
 - 3) trakea 6) bronkiolus
- 1) – 4) – 2) – 6) – 3) – 5)
 - 3) – 4) – 1) – 5) – 2) – 6)
 - 4) – 1) – 3) – 2) – 6) – 5)
 - 4) – 3) – 1) – 2) – 6) – 5)
 - 3) – 4) – 1) – 2) – 6) – 5)

3. Udara masuk ke dalam paru-paru karena

- Volume paru-paru bertambah
- Alveolus dalam paru-paru mampu menghirup udara
- Otot-otot antarrusuk menekan udara masuk ke dalam paru-paru
- Tekanan udara dalam paru-paru lebih kecil daripada tekanan udara atmosfer
- Semua benar

4. Bagian pada saluran pernapasan yang berfungsi untuk mencegah saluran pernapasan dan saluran pencernaan bercampur adalah

- Glottis
- Laring
- Bronkus
- Epiglotis
- Faring

5. Dalam sistem pernapasan, pertukaran udara bersih dan kotor (O_2 dan CO_2) terjadi di

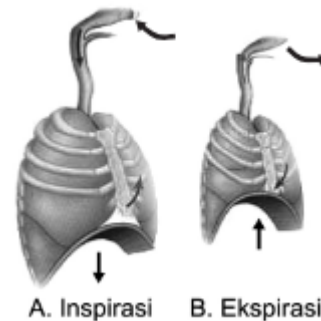
- Hidung
- Bronkus
- Trakea
- Alveolus
- Paru-paru

6. Inspirasi pernapasan dada menyebabkan

- Otot tulang rusuk relaksasi dan volume paru membesar
- Otot tulang rusuk berkontraksi dan volume paru tetap
- Otot tulang rusuk berkontraksi dan volume paru membesar

- d. Otot tulang rusuk berkontraksi dan volume paru mengecil
- e. Otot tulang rusuk relaksasi dan volume paru mengecil
7. Pernapasan dada dan pernapasan perut pada dasarnya memiliki perbedaan pada
- Bentuk kontraksi rongga dada dan perut
 - Volume paru-paru
 - Otot yang berkontraksi
 - Saluran yang digunakan
 - Tekanan paru-paru
8. Ketika kita mendaki gunung, seringkali kita mengalami kesulitan untuk bernapas atau sesak napas sehingga frekuensi bernapas menjadi tinggi, pusing, dan mual. Hal ini dapat disebabkan oleh hal-hal berikut, kecuali
- Tekanan parsial oksigen di udara yang tinggi
 - Kadar oksigen yang rendah
 - Tubuh melakukan aktivitas berat
 - Memiliki penyakit asma
 - Terlalu cepat mendaki
9. Ketika kita ingin mencoba menahan napas di dalam air biasanya kita menarik napas sedalam-dalamnya sebelum mulai menyelam ke dalam air. Volume udara yang kita hirup ini disebut . . .
- Volume cadangan inspirasi
 - Kapasitas total
 - Kapasitas vital
 - Volume tidal
 - Kapasitas inspirasi
10. Perhatikan gambar proses pernapasan berikut: Pernyataan

yang tepat berhubungan dengan gambar sistem pemapasan tersebut adalah



- Gambar A otot antar rusuk kontraksi, tulang rusuk terangkat, udara masuk
- Gambar A otot antar rusuk relaksasi, tulang rusuk terangkat, udara masuk
- Gambar B otot antar rusuk kontraksi, tulang rusuk turun, udara keluar
- Gambar B otot antar rusuk relaksasi, tulang rusuk turun, udara masuk
- Gambar B otot antar rusuk kontraksi, tulang rusuk turun, udara masuk

11. Sistem organ yang berkaitan eksklusif dengan sistem respirasi ialah
- Otot
 - Ekskresi
 - Pencernaan
 - Sirkulasi
 - Regulasi
12. Pertukaran oksigen dan karbon dioksida merupakan hubungan antara sistem pernapasan dan
- sistem pencernaan
 - sistem peredaran darah
 - sistem ekskresi
 - sistem saraf
 - sistem otot

13. Pertukaran gas pada alveoli paru-paru terjadi secara ...
- Difusi
 - Osmosis
 - Endositosis
 - Imbibisi
 - Transfor aktif
14. Untuk mengatasi kebutuhan oksigen waktu terbang, burung memiliki pelengkap pernapasan, yaitu
- Labirin
 - mioglobin
 - kantong hawa
 - paru-paru
 - parabronki
15. Gejala asidosis pada penderita pneumonia ialah manifestasi dari gangguan proses pengangkutan ...
- Oksigen
 - Karbonmonoksida
 - Karbondioksida
 - Karbohidrat
 - Oksihemoglobin
16. Berikut ini ialah belahan dari proses pernapasan :
- (1) Udara mengalir masuk paru-paru
 - (2) Relaksasi diafragma
 - (3) Volume paru meningkat
 - (4) Kontraksi diafragma
- Urutan yang benar ketika orang menghirup napas ialah ...
- 1-3-4
 - 2-3-4
 - 2-4-3
 - 3-4-2
 - 4-3-1
17. Organ pernapasan mamalia berikut ini bekerjasama dengan kapiler darah ialah ...
- Laring
 - Alveolus
 - Paru-paru
 - Trakea
 - Bronkus
18. Berikut ini yang tidak memengaruhi laju pernapasan adalah
- Aktivitas
 - posisi tubuh
 - suhu tubuh
 - jenis kelamin
 - tinggi badan
19. Katup pada ujung faring yang berfungsi untuk menutup dan membuka jalan masuk menuju batang tenggorok yaitu ...
- Katup epiglotis
 - Katup bikuspidalis
 - Katup trikuspidalis
 - Katup seminalis
 - Katup pulmonalis
20. Silia yang terdapat trakea berfungsi untuk ...
- Menghangatkan udara
 - Menangkap kotoran yang masuk
 - Mengeluarkan lendir
 - Mengalirkan lendir ke laring
 - Memperkuat dinding trakea

Lampiran 11. Hasil Analisis Uji Validitas

Hasil Analisis Uji Validitas Item Tes Obyektif

No.	r_{xy}	Nilai p	Keterangan*	
			Valid	Tidak Valid
1	0,552	0,0001	✓	
2	0,296	0,094		✓
3	0,025	0,888		✓
4	0,070	0,700		✓
5	0,095	0,599		✓
6	0,456	0,008	✓	
7	0,104	0,565		✓
8	0,454	0,008	✓	
9	0,053	0,768		✓
10	0,304	0,085		✓
11	0,263	0,140		✓
12	0,146	0,419		✓
13	0,068	0,705		✓
14	0,147	0,416		✓
15	0,053	0,744		✓
16	-0,391	0,024	✓	
17	0,566	0,001	✓	
18	0,234	0,189		✓
19	0,259	0,146		✓
20	0,423	0,014	✓	
21	0,438	0,011	✓	
22	0,212	0,237		✓
23	0,471	0,006	✓	
24	0,218	0,222		✓

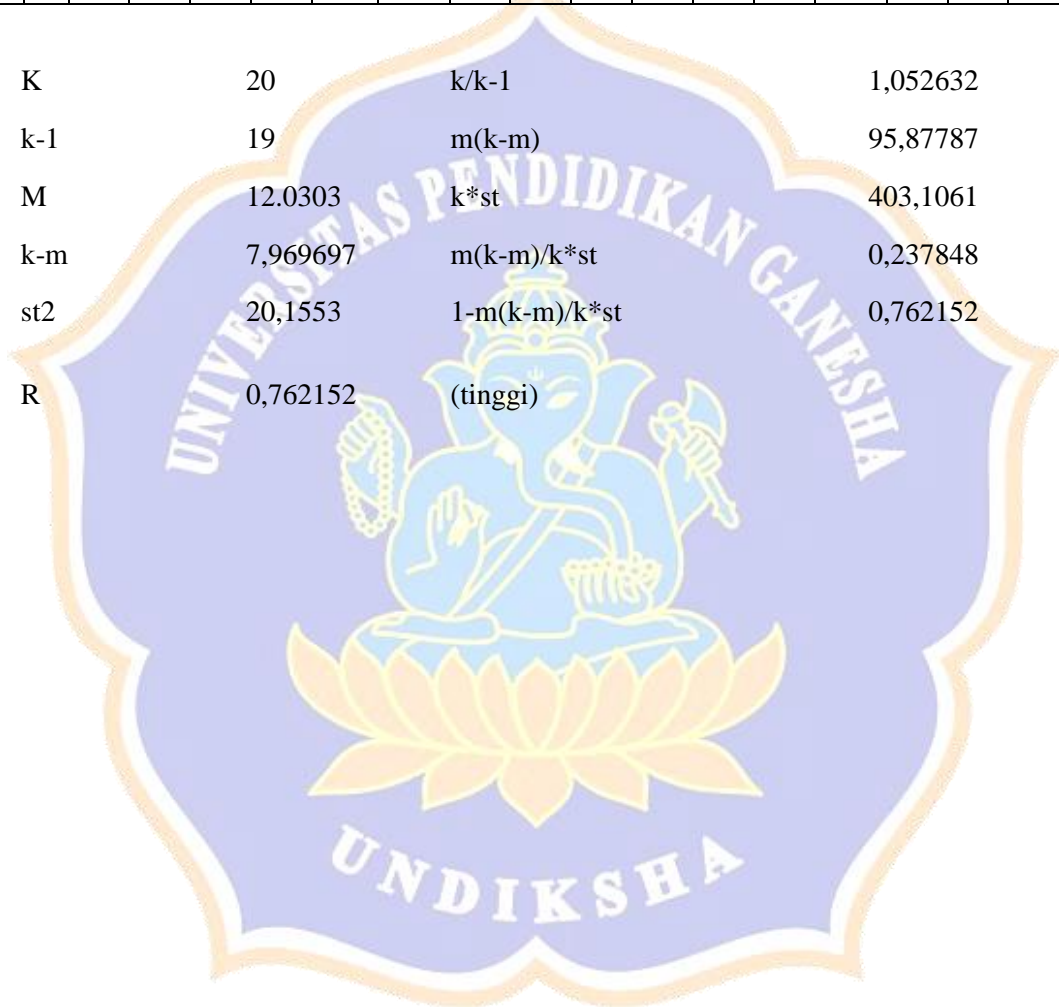
25	-0,025	0,889		√
26	0,552	0,001	√	
27	0,435	0,011	√	
28	0,463	0,007	√	
29	0,398	0,022	√	
30	0,268	0,132		√
31	0,552	0,001	√	
32	0,102	0,571		
33	0,139	0,439		√
34	-0,138	0,445		√
35	0,350	0,046	√	
36	0,402	0,021	√	
37	0,107	0,554		√
38	0,454	0,008	√	
39	-0,053	0,768		√
40	0,139	0,439		√
41	0,234	0,189		√
42	0,259	0,146		√
43	0,423	0,014	√	
44	0,438	0,011	√	
45	0,212	0,237		√
46	0,190	0,290		√
47	0,218	0,222		√
48	-0,025	0,889		√
49	0,552	0,001	√	
50	0,435	0,011	√	

Lampiran 12. Hasil Analisis Uji Reliabilitas

Siswa	Butir Soal																				TOTAL
	1	6	8	16	17	20	21	23	26	27	28	29	31	35	36	38	43	44	49	50	
1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	11
2	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	6
3	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	13
4	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	16
5	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	4
6	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	8
7	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	17
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	17
9	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	12
10	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	13
11	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	10
12	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	10
13	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	9
14	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	15
15	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	9
16	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
17	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	12
18	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	6
19	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	12
20	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
21	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	11
22	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	12
23	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
25	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	6
26	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	13

27	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	12
28	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17
29	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
30	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	15
31	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17
32	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	8
33	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	10

K	20	$k/k-1$	1,052632
k-1	19	$m(k-m)$	95,87787
M	12.0303	$k*st$	403,1061
k-m	7,969697	$m(k-m)/k*st$	0,237848
st2	20,1553	$1-m(k-m)/k*st$	0,762152
R	0,762152	(tinggi)	



Lampiran 13. Hasil Analisis Data

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Umur	33	15.00	17.00	16.0000	.55902
TinggiBadan	33	152.00	168.00	1.6039E2	4.30798
BeratBadan	33	42.00	79.00	53.6667	8.48405
IMT	33	16.82	32.46	20.8262	3.15510
Valid N (listwise)	33				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SuhuKering	9	27.50	32.10	29.2489	1.26301
SuhuBasa	9	25.00	28.00	26.5556	.88192
Kelembapan	9	67.00	83.00	75.0000	6.04152
IntensitasCahaya	9	208.00	252.00	2.2800E2	14.03567
KecepatanANgin	9	.10	1.10	.2889	.31002
Kebisingan	9	56.30	80.00	69.3389	7.65824
Valid N (listwise)	9				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreKelelahan	33	42.33	47.33	45.3333	1.03756
PostKelelahan	33	59.67	66.67	64.3952	1.36584
Valid N (listwise)	33				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreKebosanan	33	39.00	45.67	42.7264	1.79786
PostKebosanan	33	53.00	60.33	57.1209	1.54504
Valid N (listwise)	33				

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreKebosanan	33	39.00	45.67	42.7264	1.79786
PostKebosanan	33	53.00	60.33	57.1209	1.54504

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
NilaiPrestasi	33	30.00	85.00	65.4545	11.88247
Valid N (listwise)	33				

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		NilaiPrestasi
N		33
Normal Parameters ^a	Mean	65.4545
	Std. Deviation	11.88247
Most Extreme Differences	Absolute	.121
	Positive	.078
	Negative	-.121
Kolmogorov-Smirnov Z		.696
Asymp. Sig. (2-tailed)		.718
a. Test distribution is Normal.		

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PreKelelahan	PostKelelahan
N		33	33
Normal Parameters ^a	Mean	45.3333	64.3952
	Std. Deviation	1.03756	1.36584
Most Extreme Differences	Absolute	.112	.216
	Positive	.078	.145
	Negative	-.112	-.216
Kolmogorov-Smirnov Z		.644	1.241
Asymp. Sig. (2-tailed)		.802	.092
a. Test distribution is Normal.			

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PreKelelahan	45.3333	33	1.03756	.18062
PostKelelahan	64.3952	33	1.36584	.23776

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PreKelelahan & PostKelelahan	33	.314	.075

Paired Samples Test

		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreKelelahan – PostKelelahan	-1.90618E1	1.43247	.24936	-19.56975	-18.55389	-76.443	32	.000

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		PreKebosanan	PostKebosanan
N		33	33
Normal Parameters ^a	Mean	42.7264	57.1209
	Std. Deviation	1.79786	1.54504
Most Extreme Differences	Absolute	.115	.149
	Positive	.115	.149
	Negative	-.106	-.105
Kolmogorov-Smirnov Z		.659	.856
Asymp. Sig. (2-tailed)		.778	.456
a. Test distribution is Normal.			

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PreKebosanan	42.7264	33	1.79786	.31297
PostKebosanan	57.1209	33	1.54504	.26896

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	PreKebosanan & PostKebosanan	33	-.130	.472

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreKebosanan - PostKebosanan	-1.43945E1	2.51790	.43831	-15.28735	-13.50174	-32.841	32	.000

Variables Entered/Removed^b

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Kebosanan, Kelelahan ^a		. Enter

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: NilaiPrestasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.272 ^a	.074	.012	11.80935

a. Predictors: (Constant), Kebosanan, Kelelahan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	334.359	2	167.179	1.199	.316 ^a
	Residual	4183.823	30	139.461		
	Total	4518.182	32			

a. Predictors: (Constant), Kebosanan, Kelelahan

b. Dependent Variable: NilaiPrestasi

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	334.359	2	167.179	1.199	.316 ^a
	Residual	4183.823	30	139.461		
	Total	4518.182	32			

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	247.738	126.244		1.962	.059
	Kelelahan	-1.225	1.529	-.141	-.801	.429
	Kebosanan	-1.811	1.351	-.235	-1.340	.190

a. Dependent Variable: NilaiPrestasi

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	33	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	33	100.0

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

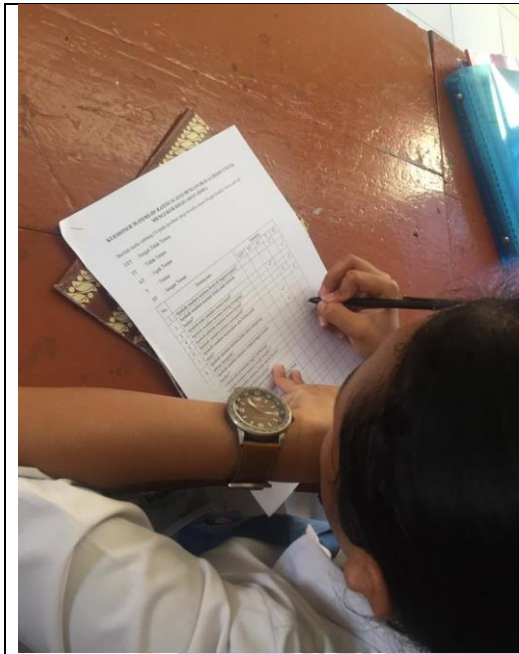
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.688	51

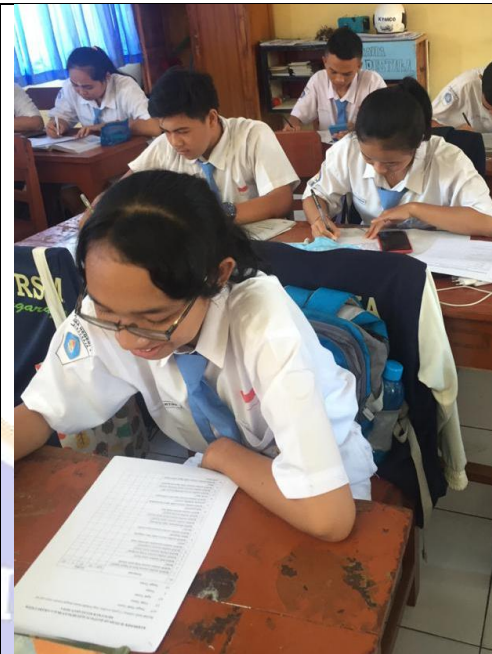
Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
70.42	124.439	11.155	51

Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian**(a) SMA Negeri 4 Singaraja****(b) Ruang perpustakaan SMA Negeri 4 Singaraja****(c) Gedung Serbaguna SMA Negeri 4 Singaraja****(d) Kondisi ruang kelas di SMA Negeri 4 Singaraja**



(e) Pendataan kuesioner kepada siswa



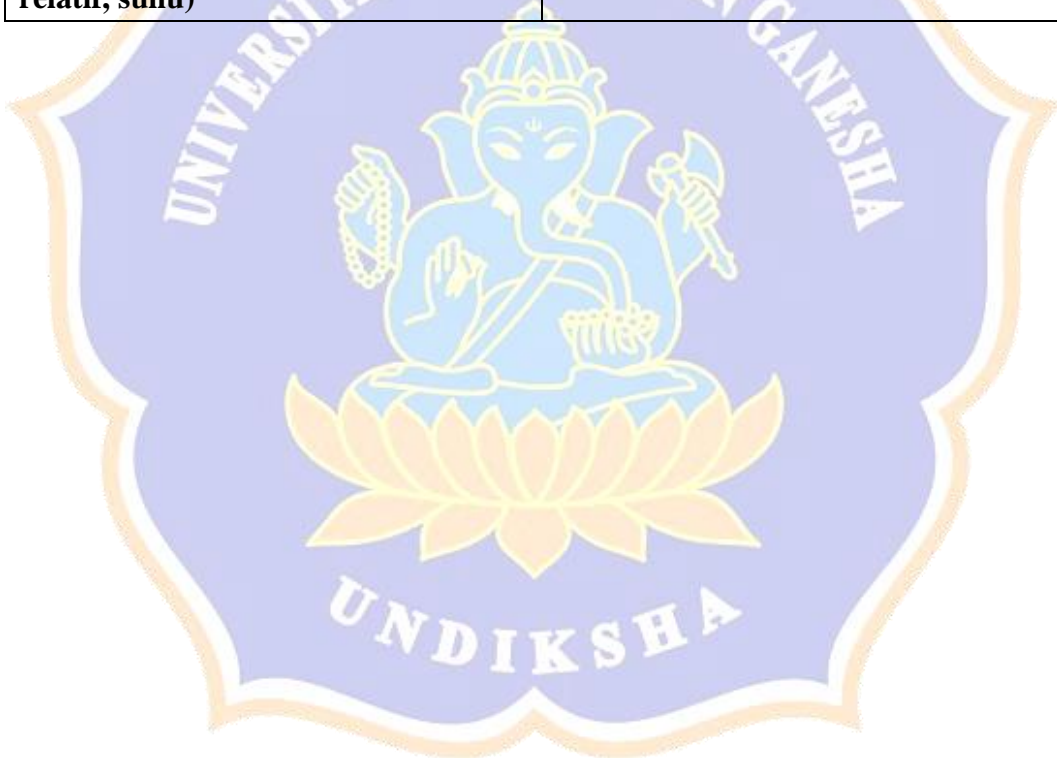
(f) Pendataan kuesioner kepada siswa



(g) Uji coba soal tes prestasi belajar



(h) Pengukuran prestasi belajar



Lampiran 15. Riwayat Hidup

RIWAYAT HIDUP



Yitha Kartika Devy lahir di Banyuwangi pada tanggal 03 Mei 1996. Penulis lahir dari pasangan suami istri Panut Widodo dan Hariyati Luluk Fariqoh, SH. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragam Islam. Kini penulis beralamat di Dusun Blokagung 007/001 Desa Karangdoro Kec. Tegalsari Kab. Banyuwangi Provinsi Jawa Timur.

Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 2 Jajag lulus pada tahun 2008. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 2 Gambiran lulus pada tahun 2011. Pada tahun 2014 penulis lulus dari SMA Negeri 1 Cluring jurusan IPA dan pada tahun 2016 melanjutkan ke jurusan Biologi di Universitas Pendidikan Ganesha. Mulai tahun 2016 sampai dengan penulisan skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program S1 Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Ganesha.

Lampiran 16. Pernyataan Keaslian Tulisan**PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "**Pelaksanaan Full Day School di SMA Negeri 4 Singaraja dapat Meningkatkan Kelelahan dan Keosanan serta Kontribusinya terhadap Prestasi Belajar Siswa kelas XI MIPA**" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau mengutip dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 14 Februari 2020

Yang membuat pernyataan,



Yitha Kartika Devy
NIM 1613041034