LAMPIRAN

Lampiran 01. Surat Tugas Pembimbing Skripsi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET,DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS
Nomor: 41.10/UN48.12.5/PP/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Prof. Dr. I G.L.A. Parwata, S.Pd., M.Kes.
   NIP : 196906061994121001
   Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
   Sebagai : Pembimbing Utama

2. Nama : Drs. Putu Panca Adi, M.Pd.
   NIP : 196307091990031001
   Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
   Sebagai : Pembimbing Wakil

dalam rangka penyelesaian skripsi pada mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Rizki Ramadhan
NIM : 2016011039
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Judul : Pengaruh Latihan Metode Fartlek Terhadap Hasil Lari 100 Meter Ekstrakulikuler Atletik Pada Siswa Putra Di MAN 1 Jembrana

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Singaraja, 25 Oktober 2023

Dekan,

Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP. 196805172001121001

Ketua Jurusan,

Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 198008112008121001

Lampiran 02. Surat Observasi

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali
Telp. (0362) 25571, Fax. (03620 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 28 Desember 2023

Nomor : 290/ UN48.12.1/PP/2023
Lampiran : -
Perihal : Ijin melakukan observasi

Yth. : Kepala MAN 1 Jembrana
di
Jembrana

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA) diwajibkan untuk melakukan observasi awal tentang proses pembelajaran di sekolah, sebagai syarat pengajuan judul penelitian (skripsi). Kami mohon bantuan Bapak/Ibu agar mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan observasi di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama	: Rizki Ramadhan
Nomor Induk Mahasiswa	: 2016011039
Tahun Akademik	: 2023/2024
Jurusan	: Pendidikan Olahraga
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,

I Gede Suwiwa, S.Pd.,M.Pd
NIP 198501172008121001

Lampiran 03. Surat Keterangan Telah Melakukan Observasi

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN JEMBRANA
MADRASAH ALIYAH NEGERI 1
Jalan Ngurah Rai No. 103 Kel. Dauh Waru Kab. Jembrana
Telp: (0365) 41308, email : mannegarabali@gmail.com website : man1jembrana.sch.id
NSM : 131151010001, NPSN : 50105600

SURAT KETERANGAN

Nomor: B-021/Ma.18.2/PP.00.6/01/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	**H. Agus Subagya, S.Pd, M.Pd**
NIP	:	197103211996031002
Pangkat / Gol	:	Pembina Tk.1, IV/B
Jabatan	:	Kepala Madrasah Aliyah Negeri 1 Jembrana

Menerangkan Bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama	:	**Rizki Ramadhan**
NIM	:	2016011039
Jurusan	:	S1 Pendidikan Olahraga
Fakultas	:	Olahraga dan Kesehatan
Perguruan Tinggi	:	Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

Memang benar mahasiswa tersebut di atas, telah melaksanakan observasi di MAN 1 Jembrana pada tanggal 08 Januari 2024 dalam rangka untuk melengkapi persyaratan untuk pengajuan judul Skripsi di Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Jembrana, 08 Januari 2024
Kepala Madrasah Aliyah
Negeri 1 Jembrana

Ditandatangani Secara Elektronik
AGUS SUBAGYA

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 04. Surat Penelitian

KEMENTERIAN PENDIDIKAN KEBUDAYAAN RISET DAN TEKNOLOGI
UNVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
Alamat: Jalan Desa Jinengdalem Singaraja – Bali Telp. (0362) 25571, Fax. (03620 25571 Kode Pos. 81116

Singaraja, 02 Mei 2024

Nomor : 485/UN48.12.1/PP/2024
Lampiran : -
Perihal : Permohonan Penelitian

Yth. Kepala Man 1 Jembrana
di
Tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan itu kami mohon Bapak/ibu untuk mengijinkan mahasiswa tersebut dibawah ini untuk berkenan melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama	: Rizki Ramadhan
Nomor Induk Mahasiswa	: 2016011039
Prodi	: Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	: Olahraga dan Kesehatan
Judul Skripsi	: Pengaruh Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lari Jarak Pendek Pada Peserta Didik Kelas X Man 1 Jembrana Tahun Pelajaran 2023/2024

Atas perhatian dan bantuan Bapak / Ibu kami ucapkan terima kasih.

a.n. Dekan
Wakil Dekan I,

Dr. I Gede Suwiwa, S.Pd.,M.Pd
NIP.198501172008121001

Balai Sertifikasi Elektronik

Catatan :
- Elektronikdan/atauDokumenElektornikdan/atauhasilcetaknyamerupakanalatbuktihukum yang sah" UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 ayat 1"Informasi
- ektronik yang diterbitkanBsrE Dokumeninitertandaditandatanganisecaraelektronikmenggunakansertifikatel
- telahtersedia Suratinidapatdibuktikankeasliannyadenganmenggunakan*qr code* yang

Lampiran 05. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN JEMBRANA
MADRASAH ALIYAH NEGERI 1
Jalan Ngurah Rai No. 103 Kel. Dauh Waru Kab. Jembrana
Telp: (0365) 41308, email : mannegarabali@gmail.com website : man1jembrana.sch.id
NSM : 131151010001, NPSN : 50105600

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-637/Ma.18.2/PP.00.6/05/2024

Yang bertanda-tangan di bawah ini

Nama	:	**Drs. SARAS MAWANTYO, M.Pd**
NIP	:	196710101994031005
Pangkat / Gol	:	Pembina, IV/A
Jabatan	:	Kepala MAN 1 Jembrana

Menerangkan bahwa mahasiswa berikut ini

Nama	:	**RIZKI RAMADHAN**
NIM	:	201601039
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	:	Fakultas Olahraga Dan Kesehatan
Perguruan Tinggi	:	Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja

Memang benar mahasiswa tersebut di atas, telah melaksanakan penelitian serta pengumpulan data di MAN 1 Jembrana selama 16 (enam belas) hari; 06 s/d 21 Mei 2024, dalam rangka untuk menyelesaikan tugas akhir berupa penyusunan skripsi mahasiswa yang berjudul ***"Pengaruh Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lari Jarak Pendek Pada Peserta Didik Kelas X MAN 1 Jembrana Tahun Pelajaran 2023/2024"*** .

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jembrana, 22Mei 2024
Kepala MAN 1 Jembrana

Ditandatangani Secara Elektronik
SARAS MAWANTYO

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 06. Validasi Instrumen

KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Kampus FOK Undiksha Jinengdalem, Singaraja-Bali

SURAT TUGAS
Nomor: 87.5/UN48.12.5/PP/2024

Merujuk surat rekomendasi Pembimbing Skripsi terkait Pakar/Ahli untuk melakukan validasi instrumen penelitian mahasiswa, maka kami yang bertanda tangan di bawah Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha menugaskan:

1. Nama : Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P
   NIP : 198003112008121002
   Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
   Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
   Sebagai : Pakar 1 Instrumen

2. Nama : Dr. Suratmin, S.Pd., M.Pd.
   NIP : 197105202001121000
   Prodi. : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
   Jurusan : Ilmu Keolahragaan FOK Undiksha
   Sebagai : Pakar 2 Instrumen

dalam rangka melakukan validasi instrumen penelitian skripsi mahasiswa tersebut, di bawah ini:

Nama : Rizki Ramadhan
NIM : 2016011039
Prodi. : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga FOK Undiksha
Judul : Pengaruh Model Pembelajaran Observasinal Bandura Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lari Jarak Pendek pada Peserta Didik Kelas X Man 1 Jembrana Tahun Pelajaran 2023/2024

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,

Dr. I Ketut Yoda, S.Pd., M.Or.
NIP. 196805172001121001

Singaraja, 3 Mei 2024
Ketua Jurusan,

Dr. Made Agus Wijaya, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 198008112008121001

Lampiran 07. Lembar Instrumen

- Lembar Instrumen Sikap

LEMBAR INSTRUMEN PENILAIAN ASPEK SIKAP

LARI JARAK PENDEK

No	Deskripsi	Skor
1.	Peserta didik memperhatikan pembelajaran materi lari jarak pendek yang diberikan oleh guru.	1
2.	Peserta didik mengikuti aktivitas pembelajaran lari jarak pendek yang diadakan di sekolah dengan sungguh sungguh.	1
3.	Peserta didik dapat memahami penjelasan dari guru terkait materi lari jarak pendek.	1
4.	Peserta didik mengawali lari jarak pendek dengan pemanasan terlebih dahulu.	1
5.	Peserta didik menemukan hal hal baru yang menyenangkan selama pembelajaran lari jarak pendek.	1
6.	Peserta didik membuat catatan tentang topik yang dipelajari selama pembelajaran lari jarak pendek.	1
7.	Peserta didik mengajukan pertanyaan jika ada yang tidak dipahami terkait materi lari jarak pendek.	1
8.	Peserta didik mampu mengikuti contoh gerakan yang didemonstrasikan oleh guru selama pembelajaran lari jarak pendek.	1
9.	Peserta didik menguasai dan dapat mengikuti pembelajaran lari jarak pendek.	1
10.	Peserta didik mampu mempratekkan materi lari jarak pendek.	1
Total Skor		10

Keterangan :

d) Pada Kriteria terpenuhi beri tanda centang (√) yang berarti skor 1
e) Pada Kriteria yang tidak terpenuhi dikosongkan
f) Jumlah skor maksimal = 10

Rumus Penilaian Aspek Sikap :

$$\frac{\text{Jumlah Skor Peserta Didik}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$

- Lembar Instrumen Pengetahuan

LEMBAR INSTRUMEN PENILAIAN ASPEK PENGETAHUAN
LARI JARAK PENDEK

Nama :
No. Absen :
Kelas :

1. Lari *sprint* merupakan salah satu nomor lari dari cabang olahraga.....
   A. Akuatik
   B. Atletik
   C. Sepak Bola
   D. Senam
   E. Bela diri
2. Lari sprint merupakan salah satu cabang Atletik nomor.....
   A. Lempar
   B. Tolak
   C. Lompat
   D. Lari
   E. Jalan
3. Pelari nomor atletik lari jarak pendek sering disebut.....
   A. *Striker*
   B. *Sprinter*
   C. *Smasher*
   D. *Running*
   E. *Pelempar*
4. Tempat atau lapangan yang digunakan untuk lari dinamakan.....
   A. *Track*
   B. *Arena*
   C. *Track and field*
   D. *Field*
   E. *Gelanggang*

5. Lebar lintasan lari jarak pendek adalah..... meter
   A. 1,22
   B. 1,24
   C. 1,20
   D. 1,28
   E. 1,26
6. Nomor lari jarak pendek (sprint) yaitu.....
   A. 100, 200, 400 m
   B. 600, 800, 1000 m
   C. 1200, 1400, 1600 m
   D. 1800, 2400, 2600 m
   E. 5000, 10000, 20000 m
7. Kunci pertama yang harus dikuasai dalam lari jarak pendek adalah.....
   A. Kecepatan lari
   B. Start/pertolakan
   C. Panjang langkah kaki
   D. Kecondongan badan
   E. Kekuatan kaki
8. Lari jarak pendek biasanya menggunakan start.....
   A. Berdiri
   B. Melayang
   C. Duduk
   D. Jongkok
   E. Lompat
9. Perhatikan gambar dibawah ini!

Angkat panggul kearah depan atas sedikit lebih tinggi dari bahu, hal ini merupakan aba-aba .....

A. Bersedia
B. Siap
C. Yak
D. Gerakan lari
E. Gerakan berjalan

10. Perhatikan gambar dibawah ini!

Letakan tangan selebar bahu jari-jari dan ibu jari membentuk huruf V terbalik. Hal ini merupakan *start* jongkok aba-aba.....

A. Bersedia
B. Siap
C. Yak
D. Gerakan lari
E. Gerakan berjalan

11. Saat melakukan lari jarak pendek badan condong kedepan dengan sudut.....

A. 10 – 15 derajat
B. 30 – 35 derajat
C. 35 – 40 derajat
D. 25 – 30 derajat
E. 15 – 20 derajat

12. Start jongkok pendek (bunch start) jarak kaki saat jongkok ..... meter

A. 14-28 m

B. 13-29 m
C. 11-29 m
D. 12-29 m
E. 15-28 m

13. Start jongkok menengah (medium start) jarak kaki saat jongkok..... meter
    A. 5-42 m
    B. 35-42 m
    C. 15-42 m
    D. 25-42 m
    E. 10-42 m
14. Start jongkok panjang (long start) jarak kaki saat jongkok.....meter
    A. 40-70 m
    B. 30-70 m
    C. 50-70 m
    D. 20-70 m
    E. 15-70 m
15. Berikut ini yang bukan merupakan teknik dalam lari jarak pendek adalah.....
    A. Lutut diangkat pendek
    B. Kaki menolak dengan kuat
    C. Badan condong kedepan
    D. Pandangan lurus kedepan
    E. Tangan diayun kuat-kuat
16. Posisi badan saat semakin cepat seseorang berlari adalah.....
    A. Tegak
    B. Merunduk
    C. Condong ke depan
    D. Membungkung
    E. Melihat atas
17. Pada lomba lari jarak pendek akan diulang pemberangkatannya apabila.....
    A. Pelari mendahului aba-aba starter
    B. Pelari tertinggal saatnmengambil start
    C. Pelari melihat ke kanan dan ke kiri

D. Pelari berbicara dengan pelari lain
E. Pelari terjatuh saat start

18. Seorang pelari akan didiskualifikasi apabila melakukan kesalahan start sebanyak.....
    A. 1 kali
    B. 2 kali
    C. 3 kali
    D. 4 kali
    E. 5 kali
19. Pelari jarak pendek dinyatakan diskualifikasi pada waktu lomba apabila.....
    A. Lari pada lintasannya sendiri
    B. Lari pada urutan terakhir
    C. Lari pada urutan pertengahan
    D. Lari mendahului atlit lain sebelum melewati finish
    E. Lari memotong lintasan atlit lain
20. Cara melewati garis finish yang banyak dilakukan oleh atlit lari jarak pendek adalah.....
    A. Menjatuhkan salah satu kaki tepat digaris *finish*
    B. Kepala melihat garis *finish*
    C. Lari terus tanpa merubah kecepatan hingga melewati garis *finish*
    D. Menjatuhkan salah satu tangan kedepan
    E. Menjatuhkan badan kegaris *finish*

- Lembar Instrumen Keterampilan

LEMBAR INSTRUMEN PENILAIAN ASPEK KETERAMPILAN

LARI JARAK PENDEK

No	Aspek	Deskripsi	skor
1	Sikap Awal (Posisi sebelum berlari (*start*))	e. Posisi badan sebelum melakukan lari jarak pendek	1
		f. Tumpuan kaki pada saat sebelum melakukan start	1
		g. Posisi tangan pada saat start sebelum berlari	1
		h. Arah pandangan	1
2	Sikap Pelaksanaan (Posisi saat berlari)	e. Pandangan mata lurus ke depan	1
		f. Posisi badan sedikit condong ke depan	1
		g. Lengan membuat siku-siku dan diayunkan ke depan dan belakang	1
		h. Langkah kaki panjang dan cepat	1
3	Sikap Akhir (Posisi saat melewati garis *finish*)	e. Pandangan mata lurus ke depan	1
		f. Sikap badan membusungkan dada	1
		g. Posisi tangan ditarik ke belakang	1
		h. Tidak menurunkan kecepatan	1
Total Skor			12

Keterangan :

d) Pada Kriteria terpenuhi beri tanda centang (√) yang berarti skor 1
e) Pada Kriteria yang tidak terpenuhi dikosongkan
f) Jumlah skor maksimal = 12

Rumus Penilaian Sikap :

$$\frac{\text{Jumlah Skor Peserta Didik}}{\text{Jumlah Skor Maksimal}} \times 100$$

Lampiran 08. Uji Validitas Internal dan Eksternal

Kriteria Validitas Uji *Gregory*

No	Rentang Nilai	Kriteria
1	0,8 – 1	Validitas Sangat Tinggi
2	0,6 – 0,79	Validitas Tinggi
3	0,40 – 0,59	Validitas Sedang
4	0,20 – 0,39	Validitas Rendah
5	0,00 – 0,19	Validitas Sangat Rendah

Pengujian validitas instrument materi lari jarak pendek diuji menggunakan uji validitas Gregory. Cara uji validitas ini dengan cara menyilangkan penilaian dari 2 validator yaitu satu ahli instrumen. Rumus yang digunakan dalam uji validitas Gregory yaitu (kolom D dibagi dengan A+B+C+D) (Gregory, 2000 : 98-99). Adapun klasifikasi penyilanngan dalam pengujian ini dapat dilihat pada tabel berikut;

No.	Aspek yang Dinilai	Validator I	Validator II	
		Sangat Relevan (Skor 4)	Relevan (Skor 3)	Sangat Relevan (Skor 4)
1.	Sikap	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	1, 3, 5, 6, 7, 9	2, 4, 8, 10
2.	Pengetahuan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
3.	Keterampilan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20	-	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20

		Tabulasi Silang 2x2	
		Validator I	
		Kurang Relevan (Skor 1-2)	Sangat Relevan (Skor 3-4)
Validator II	Kurang Relevan (Skor 1-2)	A	B
	Sangat Relevan (Skor 3-4)	C	D 42
Jumlah item kurang relevan : 0			
Jumlah item sangat relevan : 42			

Keterangan :

A : Jumlah item yang kurang relevan menurut kedua validator/pakar

B : Jumlah item yang kurang relevan menurut validator/pakar 1, tetapi relevan menurut validator/pakar 2

C : Jumlah item yang relevan menurut validator/pakar 2, tetapi Kurang relevan menurut validator/pakar 1

D : Semua item relevan untuk kedua validator/pakar

Berdasarkan hasil penyilangan pada tabel, diketahui jumlah nilai D = 42, sedangkan nilai A, B, C = 0. Kemudian nilai tersebut dikonversikan kedalam rumus sebagai berikut;

Rumus Gregory yang digunakan adalah : Koefisien Validitas Isi

$$V\,I\,/\,V\,K = \frac{D}{A+B+C+D}$$

$$= \frac{42}{0+0+0+42}$$

$$= \frac{42}{42}$$

$$= 1$$

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus uji validitas Gregory diperoleh nilai sebesar 1. Dengan mengacu pada tabel kriteria validitas uji Gregory maka hasil perhitungan tersebut masuk kedalam rentang nilai 0,8 - 1 dengan kata lain mendapat kriteria “Validitas Sangat Tinggi”.

Lampiran 09. Lembar Penilaian

- Penilaian Kelas Eksperimen (X C)

LEMBAR PENILAIAN ASPEK SIKAP

KELAS X C (KELAS EKSPERIMEN)

No.	Nama Peserta Didik	Aspek yang dinilai										Jumlah Skor	Nilai
		Penilaian Sikap											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Ahmad Fathan Nadhil	√	√	√	√		√		√	√	√	8	80
2	Alvin Mubarok	√	√	√	√		√	√	√	√	√	9	90
3	Amirah Argiyanti	√	√	√	√		√		√	√		7	70
4	Anggun Azzahra	√	√	√	√		√		√			6	60
5	Arrasy Achmad Irgid	√	√	√	√		√		√	√		7	70
6	Aulia Rizqa Hayyu	√	√	√	√		√	√	√	√		8	80
7	Awanda Humairoh	√	√	√	√	√	√	√	√			8	80
8	Chelsy Bella Ayudiah	√	√	√	√		√		√			6	60
9	Dwi Naysha Rahmadani	√	√	√	√		√		√	√		7	70
10	Evita Raisya Luciana	√	√	√	√		√		√	√	√	8	80
11	Faya Shavina Amalia	√	√	√	√	√	√		√			7	70
12	Febry Andhika Prasetya	√	√	√	√		√		√	√	√	8	80
13	Hafidah Aini	√	√	√	√		√	√				6	60
14	Humaira Dian Prameswari	√	√	√	√		√	√	√			7	70
15	Intan Nazila	√	√	√	√		√	√	√	√		8	80
16	Meirani Kamila Zahwa	√	√	√	√		√	√	√			7	70
17	M. Ukwanul Ubaidillah	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	10	100
18	M. Anggi Abdillah	√	√	√	√	√	√		√	√		8	80
19	M. Rendra Ananda	√	√	√	√				√		√	6	60
20	Nesya Juika Firmansyah	√	√	√	√	√	√	√				7	70
21	Nirina Hasna Tsalsabila	√	√	√	√	√	√	√	√			8	80
22	Raisya Kamila	√	√	√	√		√	√	√	√		8	80
23	Rifa Afidah	√	√	√	√		√		√			6	60
24	Riko Permana	√	√	√	√		√		√	√	√	8	80
25	Riski Aldiansyah	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	10	100
26	Silvi Ayudiar Rismawati	√	√	√	√			√	√	√		7	70
27	Sintya Ramadhani	√	√	√	√		√	√	√	√	√	9	90

LEMBAR PENILAIAN ASPEK KETERAMPILAN

KELAS X C (KELAS EKSPERIMEN)

No.	Nama Peserta Didik	Aspek yang dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Sikap Awal				Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir					
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d		
1	Ahmad Fathan Nadhil	√	√	√	√		√		√	√	√	√	√	10	83,3
2	Alvin Mubarok	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	11	91,7
3	Amirah Argiyanti	√	√	√	√	√			√	√	√	√		9	75
4	Anggun Azzahra	√	√		√	√	√			√	√		√	8	66,7
5	Arrasy Achmad Irgid	√	√		√		√	√	√			√	√	8	66,7
6	Aulia Rizqa Hayyu	√	√	√	√	√		√	√	√	√		√	10	83,3
7	Awanda Humairoh	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√		10	83,3
8	Chelsy Bella Ayudiah	√		√	√		√	√	√	√				7	58,3
9	Dwi Naysha Rahmadani	√	√	√		√	√	√		√			√	8	66,7
10	Evita Raisya Luciana	√	√	√	√	√			√	√	√		√	9	75
11	Faya Shavina Amalia	√	√		√	√	√		√	√			√	8	66,7
12	Febry Andhika Prasetya	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	11	91,7
13	Hafidah Aini	√		√	√	√	√	√					√	7	58,3
14	Humaira Dian Prameswari	√	√	√			√	√	√	√			√	8	66,7
15	Intan Nazila	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√		9	75
16	Meirani Kamila Zahwa	√	√	√	√	√	√		√	√	√		√	10	83.3
17	M. Ukwanul Ubaidillah	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	12	100
18	M. Anggi Abdillah	√	√	√	√	√		√	√	√		√	√	10	83,3
19	M. Rendra Ananda	√	√	√	√	√	√		√					7	58,3
20	Nesya Juika Firmansyah	√	√		√	√		√	√	√	√		√	9	75
21	Nirina Hasna Tsalsabila	√	√	√	√		√	√	√		√	√	√	10	83,3
22	Raisya Kamila	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	11	91,7
23	Rifa Afidah	√		√	√		√	√		√			√	7	58,3
24	Riko Permana	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	12	100
25	Riski Aldiansyah	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	12	100
26	Silvi Ayudiar Rismawati	√	√	√	√	√			√	√	√		√	9	75
27	Sintya Ramadhani	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	11	91,7

LEMBAR PENILAIAN ASPEK PENGETAHUAN

KELAS X C (KELAS EKSPERIMEN)

No.	Nama Peserta Didik	Jawaban Benar	Nilai
1	Ahmad Fathan Nadhil	16	80
2	Alvin Mubarok	16	80
3	Amirah Argiyanti	12	60
4	Anggun Azzahra	14	70
5	Arrasy Achmad Irgid	16	80
6	Aulia Rizqa Hayyu	14	70
7	Awanda Humairoh	14	70
8	Chelsy Bella Ayudiah	10	50
9	Dwi Naysha Rahmadani	14	70
10	Evita Raisya Luciana	18	90
11	Faya Shavina Amalia	16	80
12	Febry Andhika Prasetya	18	90
13	Hafidah Aini	12	60
14	Humaira Dian Prameswari	14	70
15	Intan Nazila	16	80
16	Meirani Kamila Zahwa	16	80
17	M. Ukwanul Ubaidillah	18	90
18	M. Anggi Abdillah	14	70
19	M. Rendra Ananda	10	50
20	Nesya Juika Firmansyah	14	70
21	Nirina Hasna Tsalsabila	14	70
22	Raisya Kamila	16	80
23	Rifa Afidah	12	60
24	Riko Permana	14	70
25	Riski Aldiansyah	16	80
26	Silvi Ayudiar Rismawati	14	70
27	Sintya Ramadhani	16	80

NILAI AKHIR

KELAS X C (KELAS EKSPERIMEN)

No.	Nama Peserta Didik	Sikap (N1)	Pengetahuan (N2)	Keterampilan (N3)	Nilai Akhir
1	Ahmad Fathan Nadhil	80	80	83,3	81,1
2	Alvin Mubarok	90	80	91,7	87,2
3	Amirah Argiyanti	70	60	75	68,3
4	Anggun Azzahra	60	70	66,7	65,6
5	Arrasy Achmad Irgid	70	80	66,7	72,2
6	Aulia Rizqa Hayyu	80	70	83,3	77,8
7	Awanda Humairoh	80	70	83,3	77,8
8	Chelsy Bella Ayudiah	60	50	58,3	56,1
9	Dwi Naysha Rahmadani	70	70	66,7	68,9
10	Evita Raisya Luciana	80	90	75	81,7
11	Faya Shavina Amalia	70	80	66,7	72,2
12	Febry Andhika Prasetya	80	90	91,7	87,2
13	Hafidah Aini	60	60	58,3	59,4
14	Humaira Dian Prameswari	70	70	66,7	68,9
15	Intan Nazila	80	80	75	78,3
16	Meirani Kamila Zahwa	70	80	83.3	77,8
17	M. Ukwanul Ubaidillah	100	90	100	96,7
18	M. Anggi Abdillah	80	70	83,3	77,8
19	M. Rendra Ananda	60	50	58,3	56,1
20	Nesya Juika Firmansyah	70	70	75	71,7
21	Nirina Hasna Tsalsabila	80	70	83,3	77,8
22	Raisya Kamila	80	80	91,7	83,9
23	Rifa Afidah	60	60	58,3	59,4
24	Riko Permana	80	70	100	83,3
25	Riski Aldiansyah	100	80	100	93,3
26	Silvi Ayudiar Rismawati	70	70	75	71,7
27	Sintya Ramadhani	90	80	91,7	87,2

- Penilaian Kelas Kontrol (X B)

LEMBAR PENILAIAN ASPEK SIKAP

KELAS X B (KELAS KONTROL)

No.	Nama Peserta Didik	Aspek yang dinilai										Jumlah Skor	Nilai
		Penilaian Sikap											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Addinil Ulya Tristananda	√	√	√	√		√		√	√		7	70
2	Aditya Surya Anugrah	√	√	√	√		√		√	√	√	8	80
3	Adrian Nur Mahmudi	√			√		√		√			4	40
4	Ahmad Nizar Fadilah	√	√		√		√					4	40
5	Alfiani Niam Dwika Tjahyani	√	√	√	√	√	√		√	√	√	9	90
6	Alifta Agustin	√	√	√	√		√	√	√			7	70
7	Anisa Fitri Handayani	√	√	√	√		√	√	√			7	70
8	Aulia Rizkya Issabel	√		√	√		√	√	√			6	60
9	Chaira Hana Afkarina	√	√	√	√		√		√		√	7	70
10	Dania Wardatussofia	√	√	√	√	√	√		√		√	8	80
11	Danial Wicaksono Widodo	√			√				√			3	30
12	Dinda Maulida	√	√	√	√		√					5	50
13	Firjatulah Erlyta Zervinda Sunandar	√	√		√		√		√			5	50
14	Guntur Nurrohman Hadi	√	√		√				√			4	40
15	Ikhsanul Akmal	√	√	√	√		√		√			6	60
16	Mela Aggreni Putri	√	√	√	√		√	√	√			7	70
17	Moh Rio Faizal	√	√	√	√		√	√	√	√	√	9	90
18	Mohammad Haikal Arroyan	√	√	√	√	√	√		√	√	√	9	90
19	Muhammad Jundy Hayya	√	√	√	√		√					5	50
20	Naila Wilyati	√	√	√	√				√			5	50
21	Prameisella Nur Ramadhani	√	√	√	√		√					5	50
22	Putri Rasya Nur Aini	√	√	√	√		√		√	√		7	70
23	Risma Auralia	√	√	√	√		√	√				6	60
24	Sakha Hidyah Faustah	√			√		√					3	30
25	Shofia Zahratunnuzula	√			√		√		√			4	40
26	Syifa Raya Khoirunnisa	√	√	√	√		√					5	50
27	Zahratussita	√	√	√	√		√		√			6	60
28	Muria Sabrina Dewi	√	√		√		√					4	40

LEMBAR PENILAIAN ASPEK KETERAMPILAN

KELAS X B (KELAS KONTROL)

No.	Nama Peserta Didik	Aspek yang dinilai												Jumlah Skor	Nilai
		Sikap Awal				Sikap Pelaksanaan				Sikap Akhir					
		a	b	c	d	a	b	c	d	a	b	c	d		
1	Addinil Ulya Tristananda	√	√	√			√			√			√	6	50
2	Aditya Surya Anugrah	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√		10	83,3
3	Adrian Nur Mahmudi	√				√						√	√	4	33,3
4	Ahmad Nizar Fadilah	√		√		√						√	√	5	41,7
5	Alfiani Niam Dwika Tjahyani	√	√	√		√	√	√	√		√	√	√	10	83,3
6	Alifta Agustin	√	√	√	√		√		√	√			√	8	66,7
7	Anisa Fitri Handayani	√	√		√		√		√	√			√	7	58,3
8	Aulia Rizkya Issabel	√	√			√			√	√	√			6	50
9	Chaira Hana Afkarina		√		√	√			√	√	√			6	50
10	Dania Wardatussofia	√	√	√			√			√		√	√	7	58,3
11	Danial Wicaksono Widodo		√	√			√			√				4	33,3
12	Dinda Maulida			√		√			√		√		√	5	41,7
13	Firjatulah Erlyta Zervinda Sunandar	√	√				√		√		√	√		6	50
14	Guntur Nurrohman Hadi	√		√	√				√				√	5	41,7
15	Ikhsanul Akmal	√	√	√			√			√	√		√	7	58,3
16	Mela Aggreni Putri	√	√		√		√		√	√	√	√		8	66,7
17	Moh Rio Faizal	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	11	91,7
18	Mohammad Haikal Arroyan	√	√		√	√	√	√	√		√	√	√	10	83,3
19	Muhammad Jundy Hayya	√	√		√	√			√	√	√			7	58,3
20	Naila Wilyati	√		√			√	√		√			√	6	50
21	Prameisella Nur Ramadhani		√	√		√							√	4	33,3
22	Putri Rasya Nur Aini	√	√	√			√	√		√		√		7	58,3
23	Risma Auralia	√	√	√	√		√			√			√	7	58,3
24	Sakha Hidyah Faustah	√	√			√							√	4	33,3
25	Shofia Zahratunnuzula	√	√			√			√	√	√			6	50
26	Syifa Raya Khoirunnisa	√	√		√		√		√	√		√		7	58,3
27	Zahratussita	√		√		√			√		√		√	6	50
28	Muria Sabrina Dewi	√		√		√			√				√	5	41,7

LEMBAR PENILAIAN ASPEK PENGETAHUAN

KELAS X B (KELAS KONTROL)

No.	Nama Peserta Didik	Jawaban Benar	Nilai
1	Addinil Ulya Tristananda	16	80
2	Aditya Surya Anugrah	16	80
3	Adrian Nur Mahmudi	10	50
4	Ahmad Nizar Fadilah	12	60
5	Alfiani Niam Dwika Tjahyani	16	80
6	Alifta Agustin	12	60
7	Anisa Fitri Handayani	14	70
8	Aulia Rizkya Issabel	10	50
9	Chaira Hana Afkarina	12	60
10	Dania Wardatussofia	16	80
11	Danial Wicaksono Widodo	10	50
12	Dinda Maulida	12	60
13	Firjatulah Erlyta Zervinda Sunandar	14	70
14	Guntur Nurrohman Hadi	8	40
15	Ikhsanul Akmal	14	70
16	Mela Aggreni Putri	14	70
17	Moh Rio Faizal	14	70
18	Mohammad Haikal Arroyan	16	80
19	Muhammad Jundy Hayya	12	60
20	Naila Wilyati	10	50
21	Prameisella Nur Ramadhani	10	50
22	Putri Rasya Nur Aini	12	60
23	Risma Auralia	14	70
24	Sakha Hidyah Faustah	10	50
25	Shofia Zahratunnuzula	10	50
26	Syifa Raya Khoirunnisa	14	70
27	Zahratussita	12	60
28	Muria Sabrina Dewi	10	50

NILAI AKHIR

KELAS X B (KELAS KONTROL)

No.	Nama Peserta Didik	Sikap (N1)	Pengetahuan (N2)	Keterampilan (N3)	Nilai Akhir
1	Addinil Ulya Tristananda	70	80	50	66,7
2	Aditya Surya Anugrah	80	80	83,3	81,1
3	Adrian Nur Mahmudi	40	50	33,3	41,1
4	Ahmad Nizar Fadilah	40	60	41,7	47,2
5	Alfiani Niam Dwika Tjahyani	90	80	83,3	84,4
6	Alifta Agustin	70	60	66,7	65,6
7	Anisa Fitri Handayani	70	70	58,3	66,1
8	Aulia Rizkya Issabel	60	50	50	53,3
9	Chaira Hana Afkarina	70	60	50	60
10	Dania Wardatussofia	80	80	58,3	72,8
11	Danial Wicaksono Widodo	30	50	33,3	37,8
12	Dinda Maulida	50	60	41,7	50,6
13	Firjatulah Erlyta Zervinda Sunandar	50	70	50	56,7
14	Guntur Nurrohman Hadi	40	40	41,7	40,6
15	Ikhsanul Akmal	60	70	58,3	62,8
16	Mela Aggreni Putri	70	70	66,7	68,9
17	Moh Rio Faizal	90	70	91,7	83,9
18	Mohammad Haikal Arroyan	90	80	83,3	84,4
19	Muhammad Jundy Hayya	50	60	58,3	56,1
20	Naila Wilyati	50	50	50	50
21	Prameisella Nur Ramadhani	50	50	33,3	44,4
22	Putri Rasya Nur Aini	70	60	58,3	62,8
23	Risma Auralia	60	70	58,3	62,8
24	Sakha Hidyah Faustah	30	50	33,3	37,8
25	Shofia Zahratunnuzula	40	50	50	46,7
26	Syifa Raya Khoirunnisa	50	70	58,3	59,4
27	Zahratussita	60	60	50	56,7
28	Muria Sabrina Dewi	40	50	41,7	43,9

Lampiran 10. Hasil Olah Data SPSS

No.	Data Hasil Belajar	
	(X1)	(X2)
1	81,1	66,7
2	87,2	81,1
3	68,3	41,1
4	65,6	47,2
5	72,2	84,4
6	77,8	65,6
7	77,8	66,1
8	56,1	53,3
9	68,9	60
10	81,7	72,8
11	72,2	37,8
12	87,2	50,6
13	59,4	56,7
14	68,9	40,6
15	78,3	62,8
16	77,8	68,9
17	96,7	83,9
18	77,8	84,4
19	56,1	56,1
20	71,7	50
21	77,8	44,4
22	83,9	62,8
23	59,4	62,8
24	83,3	37,8
25	93,3	46,7
26	71,7	59,4
27	87,2	56,7
28	-	43,9
Total	**2039,4**	**1644,6**
Rata-rata	**75,53**	**58,74**

Keterangan :

X1 : Kelas Eksperimen

X2 : Kelas Kontrol

Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Hasil Belajar_ Kelas Eksperimen	27	56	97	75.53	10.690
Hasil Belajar_ Kelas Kontrol	28	38	84	58.74	14.110
Valid N (listwise)	28				

Group Statistics

Kelas		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Hasil Belajar	Kelas Eksperimen	27	75.53	10.690	2.057
	Kelas Kontrol	28	58.74	14.110	2.667

Uji Normalitas

Tests of Normality

Kelas		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Belajar	Kelas Eksperimen	.140	27	.191	.971	27	.616
	Kelas Kontrol	.086	28	.200*	.948	28	.172

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Belajar	Based on Mean	2.095	1	53	.154
	Based on Median	2.267	1	53	.138
	Based on Median and with adjusted df	2.267	1	51.738	.138
	Based on trimmed mean	2.088	1	53	.154

Uji Hipotesis

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
Hasil Belajar	Equal variances assumed	2.095	.154	4.963	53	.000	16.798	3.385	10.008	23.587
	Equal variances not assumed			4.988	50.228	.000	16.798	3.368	10.034	23.562

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian

- Pelaksanaan Penelitian dengan Guru PJOK di MAN 1 Jembrana

- Pelaksanaan Tes di Kelas Eksperimen (X C)

- Pelaksanaan Tes di Kelas Kontrol (X B)

RIWAYAT HIDUP

Rizki Ramadhan, lahir di Jembrana pada tanggal 24 Desember 2000. Penulis merupakan anak tunggal dari pasangan suami istri, Bapak Agus Siswanto dan Ibu Ida Yanah. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Islam. Penulis beralamat di Banjar Munduk, Desa Pengambengan, Kecamatan Negara, Kabupaten Jembrana, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 1 Pengambengan, Jembrana, Bali, dan lulus pada tahun 2014. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 2 Negara, Jembrana, Bali, dan lulus pada tahun 2017. Selanjutnya, penulis melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Atas di MAN 1 Jembrana, Jembrana, Bali, dan lulus pada tahun 2020, lalu melanjutkan pendidikan sarjana di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Olahrga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir tahun 2024 penulis telah menyelesaikan tugas akhir yang berjudul "Pengaruh Model Pembelajaran Observasional Bandura Terhadap Hasil Belajar PJOK Materi Lari Jarak Pendek Pada Peserta Didik Kelas X MAN 1 Jembrana Tahun Pelajaran 2023/2024".