

**PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN
TERHADAP HASIL BELAJAR GULING
BELAKANG SENAM LANTAI DITINJAU DARI
SELF-CONCEPT PESERTA DIDIK SEKOLAH
DASAR**

TESIS



**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAKHRAGA (S2)
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetak dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



Balai
Sertifikasi
Elektronik

TESIS

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR MAGISTER PENDIDIKAN



Pembimbing I	Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. NIP.196705272001121001
Pembimbing II	Dr. Wasti Danardani, S.Pd., M.A. NIP.197806012001122001



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetak dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Tesis oleh Made Restu Gotama telah dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Pendidikan Olahraga (S2), Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha
Pada tanggal 09 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua	Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P NIP.198003112008121002
Anggota	Prof. Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. NIP.196705272001121001
Anggota	Dr. Wasti Danardani, S.Pd., M.A. NIP.197806012001122001
Anggota	Prof. Dr. I Wayan Artanayasa, S.Pd., M.Pd., AIFO-FIT. NIP.197309262001121001
Anggota	Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P NIP.198410252008121002

Mengetahui Direktur Program Pascasarjana
Universitas Pendidikan Ganesha,



Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd.

NIP.195910101986031003

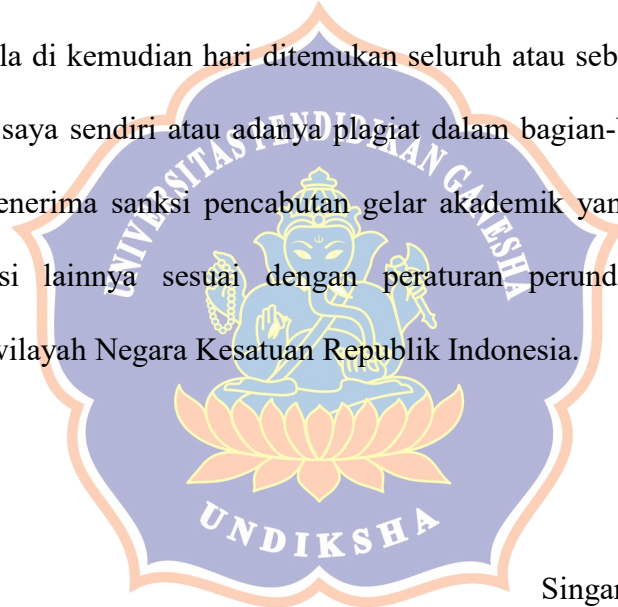


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya susun sebagai syarat sebelum ujian tesis untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dari Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.



Singaraja, 2 Juli 2026

Yang memberi pernyataan,



(Made Restu Gotama)

PRAKARTA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nya tesis yang berjudul “Pengaruh Model Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Guling Belakang Senam Lantai Ditinjau Dari *Self-concept* Peserta Didik Sekolah Dasar” dapat selesai dengan tepat waktu. tesis ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar magister pendidikan pada Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan tesis ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. I Wayan Lasmawan, M.Pd., Rektor Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd., Direktur Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha.
3. Prof. Dr. Ida Bagus Putu Arnyana, M.Si. selaku Wakil Direktur I Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian .
4. Prof. Dr. Ketut Suma, M.S. selaku Wakil Direktur II Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha yang sudah banyak membantu memfasilitasi dalam pembuatan ini.
5. Dr. I Ketut Semarayasa, S.Pd., M.Or., AIFO-P., selaku Koorprodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha yang telah banyak memberi masukan yang bermanfaat untuk penyempurnaan ini.
6. Dr. Kadek Yogi Parta Lesmana, S.Pd., M.Pd., AIFO-P., selaku Sekprodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha yang sudah banyak membantu memberi masukan

yang bermanfaat untuk penyempurnaan ini.

7. Prof.Dr. I Ketut Sudiana, S.Pd., M.Kes. selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian tesis.
8. Dr. Wasti Danardani, S.Pd., M.A. selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi dalam penyelesaian tesis.
9. Seluruh Staf Dosen di lingkungan Prodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang selama ini banyak memberikan ilmu pengetahuan dan motivasi
10. Rekan-rekan mahasiswa dididki Lingkungan Prodi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha, yang telah membantu memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan tesis ini.

Penulisan menyadari sepenuhnya bahwa apa yang terjadi dalam tesis ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu demi kesempurnaan tesis ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saranyang sifatnya membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap tesis ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 2025

Penulis

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
PRAKARTA	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	10
1.3 Pembatasan Masalah	11
1.4 Rumusan Masalah	11
1.5 Tujuan Penelitian	12
1.6 Manfaat Penelitian	13
BAB II KAJIAN TEORI	15
2.1 Landasan Teori	15
2.2 Kajian Hasil Penelitian yang Relevan	39
2.3 Kerangka Berpikir	43
2.4 Hipotesis Penelitian	50
BAB III METODE PENELITIAN	51
3.1 Jenis Penelitian	51
3.2 Rancangan Penelitian	51
3.3 Waktu dan Tempat Penelitian	52
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	52
3.5 Variabel Penelitian	55
3.6 Definisi Operasional Variabel	56
3.7 Metode Pengumpulan Data	57
3.8 Instrumen Penelitian	57
3.9 Validitas dan Reliabilitas Instrumen	61
3.10 Prosedur Penelitian	62

3.11 Metode Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	67
4.1 Hasil Penelitian	67
4.2 Pembahasan	83
4.3 Implikasi Penelitian	95
4.3.1 Implikasi Teoretis (Pengembangan Ilmu)	95
4.3.2 Implikasi Praktis	95
4.3.3 Implikasi Metodologis (Penelitian Selanjutnya)	96
4.3.4 Implikasi Terhadap Kurikulum Pendidikan Jasmani	96
BAB V PENUTUP	98
5.1 Simpulan	98
5.2 Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	100
LAMPIRAN	106



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sintaks Model Pembelajaran STAD	24
Tabel 2.2 Sintaks Model Pembelajaran PBL	27
Tabel 3.1 Rancangan Desain Faktorial 2x2	52
Tabel 3.2 Jumlah Populasi Kelas V Gugus III Kecamatan Tejakula	53
Tabel 3.3 Jumlah Sampel Penelitian pada Masing-Masing Perlakuan	54
Tabel 3.4 Penentuan Sampel Penelitian Berdasarkan <i>Physical Self-Concept</i>	54
Tabel 3.5 Komposisi Anggota Sampel Penelitian Berdasarkan Model Pembelajaran dan <i>Physical Self-Concept</i>	55
Tabel 3.6 Kisi – Kisi Angket Physical Self-Concept	58
Tabel 3.7 Skor Pernyataan Favorable dan Unfavorable	59
Tabel 3.8 Kisi – Kisi Penilaian Belajar Guling Belakang Senam Lantai	59
Tabel 3.9 Pedoman Penilaian Skor / Penilaian Guling Belakang Senam Lantai ..	60
Tabel 3.10 Format Asesmen Hasil Belajar Guling Belakang Senam Lantai	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Sikap Awal Berguling ke Belakang	36
Gambar 2. 2 Sikap Pelaksanaan Berguling ke Belakang	37
Gambar 2. 3 Sikap Akhir Berguling ke Belakang	37
Gambar 2.4 Kerangka Berpikir Penelitian	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Uji Validasi Instrumen Penelitian	106
Lampiran 2	Surat Permohonan Uji Coba Instrumen Penelitian	108
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian	128
Lampiran 4	Perhitungan Validitas Isi Instrumen Kuesioner Physical Self-Concept ...	130
Lampiran 5	Perhitungan Validitas Isi Instrumen Tes Hasil Belajar	132
Lampiran 6	Hasil Uji Coba Instrumen Kuesioner Physical Self-Concept	134
Lampiran 7	Hasil Uji Coba Instrumen Tes Hasil Belajar	138
Lampiran 8	Rekapitulasi Hasil Uji Coba Kuesioner Physical Self-Concept	142
Lampiran 9	Rekapitulasi Hasil Uji Coba Tes Hasil Belajar	143
Lampiran 10	Daftar Nama Peserta Didik Sampel Penelitian	144
Lampiran 11	Data Physical Self-Concept	147
Lampiran 12	Penentuan Kelompok Physical Self-Concept Tinggi dan Physical Self-Concept Rendah	151
Lampiran 13	Data Penelitian	157
Lampiran 14	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Analisis Deskriptif	160
Lampiran 15	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji Normalitas	163
Lampiran 16	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji Homogenitas Varians	164
Lampiran 17	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil ANOVA 2 Jalur (H_1 dan H_2)	165
Lampiran 18	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji t (H_3)	166
Lampiran 19	Output IBM SPSS 27.0 for Windows Hasil Uji t (H_4)	167
Lampiran 20	Dokumentasi Penelitian	168

