

## ANALISIS TINGKAT KECEMASAN DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP HASIL BELAJAR ROLL DEPAN SISWA KELAS VII PUTRA MTS AL-MA'ARIF MUJUR KECAMATAN PRAYA TIMUR

<sup>1</sup>Abdurrahman dan <sup>2</sup>Isyani

<sup>12</sup>Program Studi Pendidikan Olahraga, Universitas Pendidikan Mandalika, Jl. Pemuda No 59A, Mataram, Indonesia.

Email Korespondensi: [abdurrahman@gmail.com](mailto:abdurrahman@gmail.com)

Histori Artikel	Abstrak
<p>Diterima: Maret 2021 Direvisi: April 2021 Dipublikasi: Mei 2021</p>	<p>Penelitian ini berfokus pada tingkat kecemasan dan motivasi belajar terhadap hasil belajar roll depan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat Kecemasan dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Roll Depan Siswa Kelas VII Putra MTs Al-Ma'arif Mujur Kecamatan Praya Timur Tahun Pelajaran 2020/ 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa Kelas VII Putra MTs Al-Ma'arif Mujur Kecamatan Praya Timur yang berjumlah 19 orang. Metode penelitian menggunakan <i>ex post facto</i>. Metode pengumpulan data dalam variabel X dan variabel Y menggunakan metode angket dan dokumentasi. Analisis data menggunakan analisis regresi dengan bantuan SPSS (<i>Statistical Product and Service Solution</i>), hasil pengolahan data yang diperoleh hasil persamaan regresi <math>Y = 93,143 - 0,069X_1 - 0,098X_2</math>. Hasil perhitungan secara simultan diperoleh hasil uji parsial untuk t hitung <math>1,024 &lt;</math> dari F tabel 4,45 dan nilai signifikansi sebesar <math>0,382 &gt;</math> dari <math>0,05</math>, sehingga dapat disimpulkan bahwa <math>H_0</math> ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh Kecemasan (<math>X_1</math>) dan Motivasi (<math>X_2</math>) secara simultan terhadap Y. Sedangkan nilai koefisien regresi variabel kecemasan adalah sebesar 1,399 dengan t tabel sebesar 2,120, signifikansi variabel kecemasan terhadap variabel dan nilai sig sebesar 0,181 atau <math>&gt;</math> dari nilai alpha 0,05. Kesimpulannya nilai t hitung <math>&lt;</math> t tabel <math>-1,399 &lt; 2,120</math> dan nilai signifikansi <math>0,181 &gt; 0,05</math> artinya variabel Kecemasan berpengaruh signifikan terhadap Hasil Belajar Roll Depan atau <math>H_1</math> diterima dan <math>H_2</math> ditolak. Hasil nilai koefisien regresi variabel motivasi adalah (t hitung) sebesar -0,790, dengan t tabel 2,120, signifikansi variabel motivasi kerja terhadap variabel terkait yaitu motivasi kerja sebesar 0,441 atau <math>&gt;</math> dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa nilai t hitung <math>&gt;</math> t tabel dan signifikansi <math>0,441 &gt; 0,05</math> artinya variabel Motivasi berpengaruh terhadap Hasil Belajar Roll Depan atau <math>H_1</math> diterima dan <math>H_0</math> ditolak. Nilai <i>R Square</i> sebesar 0,337. Nilai ini mengandung arti bahwa pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap Motivasi Belajar (X) secara simultan terhadap variabel adalah sebesar 33,7%. sedangkan sisanya, yaitu 67,3% (<math>100\% - 33,7\%</math>) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada di dalam model regresi linier ini.</p> <p><b>Kata Kunci:</b> <i>Tingkat Kecemasan, Motivasi, Hasil Belajar.</i></p>

Article History	Abstract
<p>Received: March 2021 Revised: April 2021 Published: May 2021</p>	<p><b>[Analysis of Anxiety Levels and Learning Motivation on Learning Outcomes for Class VII Male Students of MTs Al-Ma'arif Mujur, East Praya District]</b> This study focuses on the level of anxiety and learning motivation towards the learning outcomes of the front roll. The purpose of this study was to determine the level of anxiety and learning motivation towards the learning outcomes of the seventh grade male student at MTs Al-Ma'arif Mujur, Praya Timur sub-district, academic year 2020/2021. 'arif Mujur, Praya Timur District, amounting to 19 people. The research method uses <i>ex post facto</i>. Methods of data collection in variable X and variable Y using questionnaires and documentation. Data analysis using regression analysis with the help of SPSS (<i>Statistical Product and Service Solution</i>), the results of data processing obtained the regression equation <math>Y = 93.143 - 0.069X_1 - 0.098X_2</math>. The results of the calculation simultaneously obtained partial test results for t count <math>1.024 &lt;</math> from F table 4.45 and a significance value of <math>0.382 &gt;</math> from 0.05, so it can be concluded that <math>H_0</math> is rejected, which means there is no effect of anxiety (<math>X_1</math>) and motivation (<math>X_2</math>) simultaneously to Y. While the regression coefficient value of the anxiety variable is 1.399 with a t table of</p>

2.120, the significance of the variable anxiety towards the variable and the sig value is 0.181 or > from the alpha value of 0.05. In conclusion, the value of t count < t table -1,399 < 2,120 and the significance value of 0.181 > 0.05 means that the anxiety variable has a significant effect on the Learning Outcomes of Roll Front or H1 is accepted and H2 is rejected. The result of the regression coefficient of the motivation variable is (t count) of -0.790, with t table of 2.120, the significance of the work motivation variable on the related variable is work motivation of 0.441 or > 0.05. So it can be said that the value of t count > t table and the significance of 0.441 > 0.05 means that the motivation variable has an effect on the Learning Outcomes of Front Roll or H1 is accepted and H0 is rejected. The value of R Square is 0.337. This value implies that the simultaneous influence of Anxiety Level and Learning Motivation (X) on the variable is 33.7%. while the rest, namely 67.3% (100% - 33.7%) is influenced by other variables that are not in this linear regression model.

**Keywords:** Anxiety Level, Motivation, Learning Outcomes.

#### How to Cite this Article?

Abdurrahman & Isyani. (2021). Analisis Tingkat Kecemasan Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Roll Depan Siswa Kelas VII Putra MTs Al-Ma'arif Mujur Kecamatan Praya Timur. *Lentera Pendidikan Indonesia* 2(2), 64-76.

## PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik serta pengetahuan tentang pola hidup sehat dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Yang membedakan pendidikan jasmani dengan mata pelajaran lain adalah alat yang digunakan adalah gerak manusia yang bergerak secara sadar. Gerakan tersebut dirancang oleh guru dan diberikan dalam situasi yang tepat. Untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik anak.

Kurikulum merupakan seperangkat pengetahuan dan keterampilan yang sistematis untuk membekali siswa menjadi manusia yang lengkap dan utuh. Keberadaan pendidikan jasmani pada kurikulum bukan tanpa alasan. Kurikulum sebagai pedoman terlaksananya pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani seperti yang tertuang dalam kurikulum dapat dilakukan melalui aktivitas atau pembelajaran seperti permainan dan olahraga, senam, atletik dan juga akuatik.

Senam mempunyai begitu banyak pengaruh bagi individu yang berolahraga dengan baik. Senam dapat menyenangkan dan memberikan banyak keindahan dari gerakan-gerakan yang ditampilkan. Banyak keuntungan yang diperoleh dari senam seperti melatih konsentrasi, keyakinan, keberanian, dan juga meningkatkan keterampilan gerak. Dengan mempelajari senam maka akan meningkatkan kekuatan, kelentukan, dan juga koordinasi yang baik. Karena dalam senam banyak gerakan yang menuntut keterampilan gerak seperti kekuatan, kelentukan, dan koordinasi tubuh.

Senam terdiri dari beberapa bagian antara lain senam ritmik, senam ketangkasan dan juga senam lantai. Senam lantai sering disebut juga dengan istilah latihan bebas, sebab pada waktu melakukan gerakan atau latihannya, pesenam tidak membawa atau menggunakan alat. Yanto Kusyanto (1994: 16) menjelaskan bahwa senam lantai (floor exercise) adalah salah satu bagian dari rumpun senam. Sesuai dengan istilah "lantai", maka gerakan-gerakan atau bentuk latihannya dilakukan di atas lantai yang beralaskan matras atau permadani, yang merupakan alat yang dipergunakan.

Gerakan berguling yaitu bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak berguling seperti benda bulat. Salah satu jenis gerakan berguling adalah berguling ke depan. Menurut Roji (2007: 112) yang dimaksud dengan roll depan adalah gerakan badan berguling kearah depan melalui bagian belakang badan, pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang.

Pada saat peneliti melaksanakan observasi awal mengenai pembelajaran roll depan di MTs Al-Ma'arif Mujur Kecamatan Praya Timur Siswa Kelas VII Putra, terlihat banyak siswa yang merasa cemas, tegang, takut, dan tidak mau melakukan gerakan roll depan tersebut. Siswa juga ragu untuk melakukan gerakan tersebut, bahkan sering berkata tidak bisa sebelum melakukan gerakan roll depan. Padahal guru sudah memberikan contoh, dan juga

pertolongan agar siswa mau dan berani melakukan gerakan roll depan. Tetapi masih ada juga siswa yang belum berani melakukan gerakan roll depan tersebut. Hal tersebut terjadi karena kurangnya latihan pada siswa, sehingga anak belum terbiasa dengan gerakan yang rumit tersebut. Siswa yang diliputi rasa cemas dan tegang maka akan berpengaruh terhadap kelentukan tubuh mereka, ketidaknyamanan membuat tubuh mereka kaku saat melakukan gerakan roll depan.

Kecemasan merupakan permasalahan psikologis yang sering muncul pada setiap individu. Dalam pembelajaran senam lantai khususnya roll depan, kecemasan dapat muncul pada setiap siswa yang mengikuti pembelajaran tersebut. Kecemasan yang muncul dapat memecahkan konsentrasi siswa dan menjadikan siswa merasa takut untuk melakukan gerakan roll depan. Padahal untuk melakukan gerakan roll depan tersebut dibutuhkan konsentrasi dan juga keberanian sehingga dibutuhkan motivasi belajar.

Motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Hal itu mempunyai peran besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Indikator motivasi belajar dapat diklasifikasikan sebagai berikut: 1) adanya hasrat dan keinginan berhasil, 2) adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, 3) adanya harapan dan cita-cita masa depan, 4) adanya penghargaan dalam belajar, 5) adanya kegiatan menarik dalam belajar, 6) adanya lingkungan belajar yg kondusif, sehingga memungkinkan seseorang siswa dapat belajar dengan baik.

Menurut Monty P. Satiadarma (2000:95) menjelaskan bahwa kecemasan adalah keadaan emosi negatif yang ditandai oleh adanya perasaan khawatir, was-was, dan disertai dengan peningkatan gugahan *system* kebutuhan. Kondisi cemas akan menjadikan seseorang berfikir negatif terhadap dirinya sendiri. Kecemasan dapat muncul dalam situasi tertentu seperti di depan umum, menghadapi ujian, dan mendapat tekanan yang besar dari luar. Situasi tersebut dapat memicu kecemasan seseorang bahkan rasa takut. Dampak dari tingginya perasaan cemas adalah bahwa penderita merasakan kekhawatiran dan ketakutan yang berlebihan sehingga dapat melumpuhkan kegiatan normal mereka. Dampak tersebut akan merugikan individu dalam beraktivitas.

Menurut Tysar (2009) kecemasan merupakan salah satu emosi yang menimbulkan *stress* yang dirasakan oleh banyak orang. Kadang-kadang kecemasan juga disebut dengan ketakutan atau perasaan gugup. Setiap orang pasti pernah mengalami kecemasan pada saat-saat tertentu, dan dengan tingkat yang berbeda-beda. Hal tersebut mungkin saja terjadi karena individu merasa tidak kemampuan untuk menghadapi hal yang mungkin menyimpannya kemudian hari. Sedangkan menurut Tysar (2009) mengemukakan bahwa kecemasan adalah suatu perasaan subyektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidak mampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman, menurut Tysar (2009) kecemasan sebagai rasa takut dan antisipasi terhadap nasib buruk dimasa yang akan datang, kecemasan ini memiliki bayangan bahwa ada bahaya yang mengancam dalam suatu aktivitas dan objek, yang jika seseorang melihat gejala itu maka ia akan merasa cemas.

Dalam kehidupan sekarang ini sering dikatakan "age of anxiety". Tetapi sepanjang sejarah kehidupan manusia terjadi kecemasan pula. Kecemasan merupakan bagian dari kehidupan manusia. Abe Arkoff dalam Siti Sundari (1986: 37) menjelaskan kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Kecemasan terjadi karena seseorang tidak mampu mengadakan penyesuaian diri sendiri, sosial, dan lingkungan. Kecemasan dapat timbul karena perpaduan bermacam-macam proses emosi. Menurut Siti Sundari (1986: 37) kecemasan mempunyai segi yang disadari, antara lain : rasa takut yang sangat, rasa terkejut, rasa berdosa, rasa terancam dan sebagainya. Kecemasan juga mempunyai segi yang terjadi di luar kesadaran dan tidak jelas, antara lain : takut yang tidak mengetahui sebabnya lagi.

Berdasarkan uraian kecemasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah kondisi psikologis seseorang yang bersifat negatif yang ditandai dengan perasaan khawatir, was- was, serta ketakutan yang disebabkan karena adanya ancaman terhadap keamanan dirinya baik yang nyata maupun yang tidak nyata.

### *Macam-macam Kecemasan*

Menurut Sundari (1986: 38) kecemasan dibedakan menjadi 3 yaitu; 1) kecemasan karena merasa berdosa atau bersalah. Melakukan sesuatu yang bertentangan dengan kata hatinya atau keyakinannya. Misalnya, seorang mahasiswa yakin bahwa pekerjaan "ngeprek" waktu ujian adalah perbuatan yang tidak baik jika ia melakukan perbuatan itu. Ketika pengawas lewat di depannya, mahasiswa itu sangat cemas, dan keringat dingin bercucuran; 2) kecemasan karena akibat melihat dan mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya. Cemas dekat dengan takut. Ia merasa cemas ketika akan menempuh ujian; 3) kecemasan dalam bentuk yang kurang jelas/tidak tentu. Apa yang ditakuti itu sebenarnya tidak seimbang, malahan kadang-kadang yang ditakuti itu hal-hal/benda-benda yang tidak berbahaya. Rasa takut sebenarnya perbuatan biasa, tetapi yang sangat luar biasa adalah *patologis* atau yang sering disebut *phobia*. *Phobia* ini rasa takut terhadap sesuatu yang tidak diketahui lagi penyebabnya.

Sedangkan menurut Spielberger dalam oleh Monty P. Santiadarma, (2000: 96) membedakan kecemasan menjadi dua bagian yaitu; 1) kecemasan bawaan (*trait anxiety*) yaitu faktor kepribadian yang mempengaruhi seseorang untuk mempersepsi suatu keadaan sebagai situasi yang mengandung ancaman, atau situasi yang mengancam; 2) kecemasan sesaat (*state anxiety*) yaitu suatu keadaan atau kondisi yang berubah-ubah dari suatu waktu ke waktu yang lainnya, yang sangat dipengaruhi oleh kondisi dan situasi yang terjadi saat ini.

Berdasarkan uraian di atas mengenai macam-macam kecemasan secara umum dapat diklasifikasikan sebagai berikut; 1) kecemasan menurut sumber penyebabnya berasal dari sumber dalam diri atau dari luar dirinya; 2) kecemasan menurut keadaan yang dirasakan (kecemasan somatif dan kecemasan kognitif).

### *Tanda-tanda Kecemasan*

Menurut Sundari (1986: 37) kecemasan timbul dengan gejala-gejala yang bersifat fisik dan mental yaitu; 1) gejala-gejala yang bersifat fisik: jari-jari (tangan) selalu merasa dingin, detak-detak jantung menjadi cepat, berkeringat dingin, kepala pusing, napsu makan kurang, tidur tidak nyenyak, dada sesak dan sebagainya; 2) gejala-gejala yang bersifat mental: takut yang sangat, merasa akan ditimpa bahaya, tidak dapat memusatkan perhatian, tidak tentram ingin lari dari kenyataan.

Gejala-gejala tersebut hampir sependapat dengan tanda-tanda kecemasan yang dijelaskan oleh Taylor dalam Tysar (2009) bahwa kecemasan dapat menimbulkan perubahan, yaitu; 1) perubahan Fisiologis, antara lain: denyut jantung meningkat, telapak tangan berkeringat, gemeteran, mulut kering yang mengakibatkan bertambah rasa haus, mual-mual, dan otot-otot pundak dan leher menjadikaku; 2) pengaruh Psikologis, antara lain: gelisah, panik, tegang, gejolak emosi naik turun, tidak bisa konsentrasi sehingga kemampuan berfikir menjadi kacau, dan keragu-raguan dalam mengambil keputusan.

Berdasarkan uraian para ahli di atas mengenai gejala/tanda yang muncul bentuk dari reaksi kecemasan maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan muncul reaksi fisiologis dan psikologis dalam tubuh. Reaksi tersebut bisa berupa tindakan atau perbuatan yang disadari maupun yang tidak disadari oleh seseorang.

Winkel (1996), menjelaskan bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak psikis dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arah pada kegiatan belajar demi mencapai suatu tujuan. Dengan adanya motivasi belajar dalam diri individu maka kegiatan belajar yang dilakukannya dapat berlangsung dan terarah sesuai dengan tujuan yang akan dicapainya. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa motivasi belajar merupakan kunci ada tidaknya aktivitas belajar. Tanpa adanya motivasi belajar maka kegiatan belajar tidak akan muncul.

Dalyono dalam Djamarah (2008), mengatakan bahwa kuat lemahnya motivasi belajar seseorang turut mempengaruhi keberhasilan belajar. Seseorang yang motivasi belajarnya rendah akan berbeda dalam hal hasil belajarnya jika dibandingkan dengan mereka yang mempunyai motivasi belajar yang lebih tinggi. Selain itu, Hasbullah (1997 dalam Niken, 2007) menjelaskan bahwa motivasi belajar adalah dorongan atau usaha dan ketekunan yang dimiliki siswa dalam proses belajar dan merupakan hal yang penting yang harus dilakukan oleh seseorang siswa.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya, dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan kegiatan belajar yang teratur, terarah sehingga tercapai tujuan yang diinginkan dalam belajar. Dimana dalam kegiatan belajar itu melibatkan interaksi dengan lingkungan untuk mencapai tujuan belajarnya dengan lancar, misalnya tujuan untuk lulus sarjana dengan tepat waktu. Dalam mencapainya diperlukan perjalanan yang panjang dan dibutuhkan motivasi serta peran dari lingkungan seperti dosen, teman dan orang tuayang senantiasa membantu dalam mempertahankan dan meningkatkan motivasi dalam diri.

Woolfolk (1993) menyimpulkan 6 karakteristik yang masing-masing mengandung aspek-aspek yang dapat meningkatkan motivasi belajar dan menurunkan motivasi belajar, antara lain; 1) Sumber Motivasi, 2) Tipe pencapaian tujuan belajar, 3) Kebutuhan untuk Berprestasi, 4) Atribusi, 5) Keyakinan terhadap Kemampuan, 6) Tipe Keterlibatan Motivasi Belajar.

Gerakan berguling yaitu bergerak dengan cara membulatkan badan sedemikian rupa sehingga badan dapat bergerak berguling seperti benda bulat. Salah satu jenis gerakan berguling adalah berguling ke depan. Menurut Roji (2006: 112) yang dimaksud dengan berguling kedepan adalah gerakan badan berguling kearah depan melalui bagian belakang badan, pinggul, pinggang dan panggul bagian belakang.

Menurut Mahendra (1999: 30-34) faktor pendukung dalam penguasaan gerakan, yaitu : 1) Kualitas fisik, yang meliputi: kelentukan kekuatan, power dan daya tahan; 2) Kualitas Motorik, yang meliputi keseimbangan dan orientasiruang.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode jenis penelitian *ex post facto*. Menurut Sudaryono (2015: 11) "penelitian *ex post facto* adalah setelah kejadian. Peneliti menyelidiki permasalahan dengan mempelajari atau meninjau variabel- variabel". Penelitian *ex post facto* merupakan penelitian yang bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas yang secara keseluruhan sudah terjadi (Sukardi, 2003 :174).

Dalam pengertian yang lebih khusus, Menurut Furchan (2002: 383) menguraikan bahwa penelitian *ex post facto* adalah penelitian yang dilakukan sesudah perbedaan-perbedaan dalam variabel bebas terjadi karena perkembangan suatu kejadian secara alami. Pengumpulan data menggunakan survei untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan), tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan kuesioner, tes, wawancara terstruktur dan sebagainya. Alasan menggunakan metode penelitian survei adalah penelitian ini mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner dan tes sebagai alat pengumpul data yang pokok (Singarimbun, 1995:1).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menuntut ketelitian, ketekunan dan sikap kritis dalam menjaring data yaitu populasi dan sampel, karena data hasil penelitian ini berupa angka-angka yang harus diolah secara statistika, maka antar variabel-variabel yang diajukan objek penelitian harus jelas pertautannya (korelasi) sehingga dapat ditentukan pendekatan statistika yang akan digunakan sebagai pengolahan data yang pada gilirannya merupakan hasil analisis yang dapat dipercaya (validitas dan reliabilitas), dengan demikian mudah untuk digeneralisasi sehingga rekomendasi yang dihasilkan dapat dijadikan rujukan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian *ex post facto* merupakan penelitian untuk menjelaskan atau menemukan bagaimana variabel-variabel dalam penelitian saling berhubungan atau berpengaruh, tetapi juga mengapa gejala-gejala atau perilaku itu terjadi.

Menurut Zuriah (2009: 116) "populasi adalah seluruh data yang mejadi perhatian dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang ditentukan". Sedangkan menurut Sugiyono (2011: 90) "populasi adalah keseluruhan obyek dan subyek yang mempunyai kualitas serta ciri-ciri tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan". Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua siswa yang ada Kelas VII Putra

MTs Al-Ma'arif Mujur Kecamatan Praya Timur yang berjumlah 19 orang.

"Sampel adalah bagian dari populasi, sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu" (Riyanto, 2001: 43).

Sedangkan menurut Sugiyono (2011: 62) "Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi".

Berdasarkan pendapat tersebut, yang dimaksud dengan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu yang dimiliki oleh populasi, karena keseluruhan populasi digunakan sebagai subyek penelitian. Maka, penelitian ini merupakan penelitian populasi atau studi populasi.

Menurut Sugiyono (2011: 112) "instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur variabel yang diamati".

Sedangkan menurut Zuriah (2009: 168) "instrumen penelitian adalah alat bantu bagi peneliti dalam mengumpulkan data". Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini berupa angket. Bentuk angket yang digunakan adalah angket tertutup, artinya responden hanya boleh memilih jawaban yang telah disediakan peneliti.

Secara umum teknik dalam pemberian skor yang digunakan dalam angket penelitian ini adalah teknik skala *Likert*. Penggunaan skala *Likert* menurut Sugiyono (2013:132) adalah "skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial".

Sugiyono (2013:132) mengemukakan bahwa "macam-macam skala pengukuran dapat berupa: skala nominal, skala ordinal, skala interval, dan skala rasio, dari skala pengukuran itu akan diperoleh data nominal, ordinal, interval, dan rasio". Masing-masing item angket memiliki 4 alternatif jawaban yaitu: "SS" (sangat setuju), "S" (setuju), "TS" (tidak setuju), dan "STS" (sangat tidak setuju).

Tabel 1. Skala penilaian

No	Alternatif Jawaban	Bobot Skor
1	Sangat Setuju	5
2	Setuju	4
3	Tidak Setuju	3
4	Sangat Tidak Setuju	2

Sumber: Sugiyono, (2013:132)

Data adalah hasil pencatatan penelitian baik berupa data maupun angka. Dalam pengumpulan data sangat dibutuhkan teknik yang tepat dan relevan dengan jenis data yang ingin dicari. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan sebagai berikut.

Angket digunakan untuk memperoleh informasi mengenai responden seperti laporan tentang pribadinya, atau pola, sikap, tingkah laku maupun prespektif responden. Menurut Sugiyono (2002: 199) "angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab". Angket digunakan untuk mengumpulkan data tingkat kecemasan dan motivasi belajar roll depan.

Dokumentasi adalah informasi yang berasal dari catatan penting baik dari lembaga atau organisasi maupun dari perorangan" (Hamidi, 2004: 72). Dokumentasi merupakan pengambilan gambar oleh peneliti untuk memperkuat hasil penelitian. Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data siswa.

Teknik analisis data merupakan suatu cara yang digunakan untuk menguraikan data-data yang diperoleh oleh peneliti. Menurut Sangadji dan Sopiha (2010: 198) "analisis data adalah rangkaian kegiatan penelaahan, pengelompokkan, sistematisasi, penafsiran, dan verifikasi, data agar sebuah fenomena memiliki nilai sosial, akademis, dan ilmiah".

#### *Uji Asumsi Klasik*

Uji ini dimaksudkan untuk menganalisis beberapa asumsi dari persamaan regresi yang dihasilkan valid untuk memprediksi. Analisis regresi terdapat beberapa asumsi yang harus dipenuhi sehingga persamaan regresi yang dihasilkan akan valid jika digunakan untuk memprediksi. Pembahasan mengenai asumsi-asumsi yang ada pada analisis regresi adalah

sebagai berikut; 1) Uji Multikolinearitas, dimana uji ini merupakan bentuk pengujian asumsi dalam analisis regresi berganda. Asumsi multikolinearitas menyatakan bahwa variabel independen harus terbebas dari gejala multikolinearitas. Ada banyak cara untuk menentukan apakah suatu model memiliki gejala Multikolinieritas, antara lain dengan cara Uji Korelasi dan Uji VIF. Cara pertama, yaitu uji korelasi, dilakukan dengan cara melihat keeratan hubungan antara dua variabel penjelas atau yang lebih dikenal dengan istilah korelasi parsial. Uji multikolinieritas dengan cara ini memerlukan ketelitian dalam menghitung, sehingga rawan terjadi kesalahan. Sedang cara kedua, yaitu dengan Uji VIF, yang bisa dilakukan dengan hanya melihat apakah nilai VIF untuk masing-masing variabel. Apabila nilai masing-masing variabel lebih besar dari 5, maka diindikasikan model tersebut memiliki gejala multikolinieritas. Cara ini digunakan karena lebih sederhana dan tidak memiliki kerumitan dalam penghitungan. Pada umumnya, ketentuan yang digunakan adalah jika VIF lebih besar 5, maka variabel tersebut mempunyai persoalan multikolinieritas dengan variabel bebas lainnya; 2) Uji Heterokedastisitas, dimana uji asumsi ini adalah asumsi dalam regresi dimana varian dari residual tidak sama untuk satu pengamatan yang lain. Gejala varian residual yang sama dari satu pengamatan yang lain disebut dengan homokesastisitas. Uji heterokedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi dikatakan terjadi heterokedastisitas jika data berpencar di sekitar angka nol (0 pada sumbu Y) dan tidak membentuk suatu pola atau trend tertentu. Ada beberapa cara menguji heterokedastisitas, yaitu dengan cara uji park, uji korelasi rank spearman, dan bisa juga dengan menggunakan program SPSS. Dalam penelitian ini, uji heterokedastisitas akan menggunakan program SPSS agar lebih akurat hasilnya. Selain itu, uji SPSS juga lebih mudah dan tidak rumit dalam penghitungan.

#### *Uji Normalitas*

Uji normalitas dimaksudkan untuk memastikan bahwa data yang akan dianalisis berdistribusi normal sebagai prasyarat analisis. Uji normalitas dalam analisis ini dilakukan dengan program SPSS yang menghasilkan gambar Normal P-P Plot. Gambar yang dihasilkan dapat menunjukkan sebaran titik-titik. Apabila sebaran titik-titik tersebut mendekati atau rapat pada garis lurus (diagonal) maka dikatakan bahwa (data) residual terdistribusi normal, namun apabila sebaran titik-titik tersebut menjauhi garis maka tidak terdistribusi normal.

#### *Regresi Linier Berganda*

Analisis regresi linier berganda adalah hubungan secara linier antara dua atau lebih variabel independen dengan variabel dependen. Analisis ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berhubungan positif atau negatif dan untuk memprediksi nilai dari variabel dependen apabila variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan.

Analisis regresi linear berganda dilakukan dengan cara menetapkan persamaan  $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$ , dengan ketentuan:

- Y : variabel terikat (kinerja)
- X<sub>1</sub> : variabel bebas satu (kepemimpinan)
- X<sub>2</sub> : variabel bebas dua (motivasi)
- a : nilai konstanta
- b<sub>1</sub> : nilai koefisien regresi X<sub>1</sub>
- b<sub>2</sub> : nilai koefisien regresi X<sub>2</sub>
- e : standar error

## **PEMBAHASAN**

### *Uji Multikolinearitas*

Langkah awal untuk melaksanakan analisis data dalam penelitian ini adalah uji multikolinearitas. Tujuan digunakan uji heterokedastisitas ini adalah menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi (hubungan kuat) antara variabel bebas. Adapun dasar dalam mengambil keputusan pada uji multikolinearitas dengan Tolerance dan VIF adalah sebagai berikut.

#### *Pedoman berdasarkan Nilai Tolerance*



Jika nilai Tolerance lebih besar > dari 0,10 maka artinya tidak terjadi multikolinearitas dalam model regresi. Jika nilai Tolerance lebih kecil < dari 0,10 maka artinya terjadi multikolinearitas dalam model regresi.

*Pedoman berdasarkan Nilai VIF*

Jika Nilai VIF lebih kecil < dari 10,00 artinya tidak terjadi multikolinearitas. Jika Nilai lebih besar > dari 10,00 maka terjadi multikolinearitas.

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	93.143	12.491		7.457	.000		
Kecemasan	-.069	.050	-.354	-1.399	.181	.867	1.154
Motivasi	-.098	.124	-.200	-.790	.441	.867	1.154

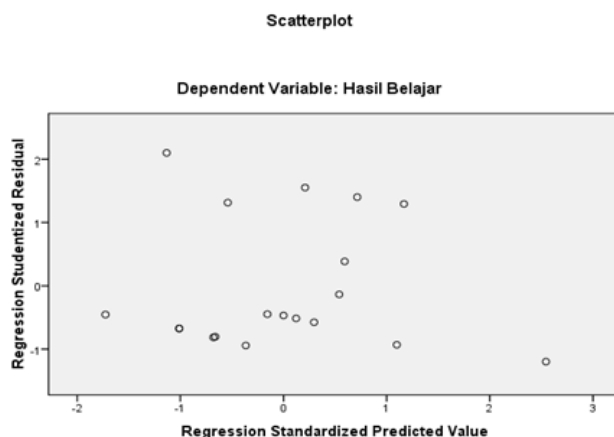
Gambar 1. Dependent variable hasil belajar

Berdasarkan tabel output “Coefficients” pada bagian “Collinearity Statistics” diketahui nilai Tolerance untuk variabel Kecemasan (X1) dan Motivasi (X2) adalah 0,867 lebih besar > dari 0,10. Sementara, nilai VIF untuk variabel Kecemasan (X1) dan Motivasi (X2) adalah 1,154 lebih kecil < dari 10,00. Maka mengacu pada dasar pengambil keputusan dalam uji multikoneritas dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikoneritas.

*Uji Heterokedastisitas*

Uji asumsi ini adalah asumsi dalam regresi dimana varian dari residual tidak sama untuk satu pengamatan yang lain. Gejala varian residual yang sama dari satu pengamatan yang lain disebut dengan homokedastisitas. Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi dikatakan terjadi heteroskedastisitas jika data berpencar di sekitar angka nol (0 pada sumbu Y) dan tidak membentuk suatu pola atau trend tertentu.

Pengujian heteroskedastisitas dilakukan dengan membuat *Scatterplot* (alur sebaran) antara residual dan nilai prediksi dari variabel terikat yang telah distandarisasi. Hasil uji heteroskedastisitas dapat dilihat pada gambar scatterplot, seperti pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Hasil uji heteroskedastisitas

Gambar di atas menunjukkan sebaran titik tidak membentuk suatu pola/alur tertentu, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas atau dengan kata lain terjadi homoskedastisitas.

*Uji Normalitas*

Uji normalitas dimaksudkan untuk memastikan bahwa data yang akan dianalisis berdistribusi normal sebagai prasyarat analisis. Uji normalitas dalam analisis ini dilakukan dengan uji kolmogorov smirnov merupakan uji asumsi klasik. Uji normalitas bertujuan untuk



mengetahui nilai residual distribusi bernilai normal atau tidak. Adapun dasar dalam pengambilan keputusan uji kolmogrov smirnov.

a = Jika nilai sig lebih besar > dari 0,05 maka nilai residual berdistribusi normal.

b = Jika nilai sig lebih kecil < dari 0,05 maka nilai residual tidak berdistribusi normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		19
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	.92699384
Most Extreme Differences	Absolute	.289
	Positive	.289
	Negative	-.186
Kolmogorov-Smirnov Z		1.258
Asymp. Sig. (2-tailed)		.084
a. Test distribution is Normal.		

Gambar 3. Nilai residual berdistribusi

Berdasarkan output diatas diketahui nilai sig sebesar 0,084 lebih besar > dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

*Regresi Linear Berganda*

Analisis regresi linier berganda adalah hubungan secara linier antara dua atau lebih variabel independen dengan variabel dependen. Analisis ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen berhubungan positif atau negatif dan untuk memprediksi nilai dari variabel dependen apabila variabel independen mengalami kenaikan atau penurunan.

Analisis regresi linear berganda dilakukan dengan cara menetapkan persamaan  $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$  Hasil perhitungan nilai-nilai sebagai berikut:

*Menyusun Tabel Kerja*

Sesuai dengan rumus yang digunakan untuk menganalisis data ini, maka selanjutnya dibuatkan tabel kerja untuk mengetahui besarnya komponen yang diperlukan. Dalam hal ini Tingkat Kecemasan sebagai simbol dan Motivasi Belajar sebagai simbol (X) dan Hasil Belajar Roll Depan simbolnya (Y). Adapun tabel kerja yang dimaksud sebagai berikut:

Tabel 2. Tabel kerja analisis tingkat kecemasan dan motivasi belajar roll depan siswa

No.	Kode	X1	X2	Y	X1 <sup>2</sup>	X2 <sup>2</sup>	X1.X2	X1.Y	X2.Y
	Subyek								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	ASH	82	82	79	6724	6724	6724	6478	6478
2	ASTH	76	85	81	5776	7225	6460	6156	6885
3	AHW	73	86	79.5	5329	7396	6278	5803.5	6837
4	BHP	81	84	80.5	6561	7056	6804	6520.5	6762
5	BMPM	76	88	78.5	5776	7744	6688	5966	6908
6	DM	75	86	79	5625	7396	6450	5925	6794
7	FZ	77	85	79	5929	7225	6545	6083	6715
8	FI	81	86	81	6561	7396	6966	6561	6966
9	IR	81	88	78.5	6561	7744	7128	6358.5	6908
10	KD	77	84	79	5929	7056	6468	6083	6636
11	MAP	70	86	81	4900	7396	6020	5670	6966
12	MESW	75	84	81	5625	7056	6300	6075	6804
13	MGNR	77	83	80	5929	6889	6391	6160	6640
14	MHN	83	82	78.5	6889	6724	6806	6515.5	6437
15	MIR	83	83	78.5	6889	6889	6889	6515.5	6515.5
16	MI	76	82	79	5776	6724	6232	6004	6478
17	RM	62	87	79.5	3844	7569	5394	4929	6916.5
18	SH	79	87	78.5	6241	7569	6873	6201.5	6829.5
19	SA	79	87	78.5	6241	7569	6873	6201.5	6829.5
Σ		1463	1615	1509.5	113105	137347	124289	116207	128305

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	93.143	12.491		7.457	.000
	Kecemasan	-.069	.050	-.354	-1.399	.181
	Motivasi	-.098	.124	-.200	-.790	.441

a. Dependent Variable: Hasil Belajar

Gambar 4. Analisis tingkat kecemasan dan motivasi belajar roll depan siswa

Hasil persamaan regresi linier berganda sebagai berikut.

$$Y = 93,143 - 0,069X_1 - 0,098X_2$$

a = angka konstan dari *unstandardized coefficients*. Dalam kasus ini nilainya sebesar 93,143. Angka ini merupakan angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada Tingkat Kecemasan (X1) dan Motivasi Belajar (X2) maka nilai konstan Hasil Belajar Roll Depan sebesar 93,143 .

b<sub>1</sub> = angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0,069. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% tingkat Tingkat Kecemasan (X1), maka Hasil Belajar Roll Depan (Y) akan mengalami penurunan sebesar 0,069 koefisien bernilai negatif artinya terjadi hubungan negatif antara Kecemasan dengan Hasil Belajar Roll Depan, semakin naik Kecemasan maka semakin turun Hasil Belajar Roll Depan.

b<sub>2</sub> = angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0,098. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% Motivasi (X2), maka Hasil Belajar Roll Depan (Y) akan meningkat sebesar 0,098 namun sebaliknya jika setiap penurunan 1% Motivasi (X2) maka Hasil Belajar Roll Depan (X2) menurun sebesar -0,096.

#### Uji Hipotesis Nilai T Hitung Dengan T Tabel

Uji t dalam regresi berganda dimaksudkan untuk menguji apakah parameter (koefisien regresi dan konstanta) yang digunakan untuk mengestimasi persamaan/model regresi linier berganda sudah merupakan parameter yang tepat atau belum. Maksud tepat disini adalah parameter tersebut mampu menjelaskan perilaku variabel bebas dalam mempengaruhi variabel terikatnya. Ketentuan yang digunakan adalah apabila nilai probabilitas lebih kecil dari pada 0.05 maka H<sub>0</sub> ditolak atau koefisien regresi signifikan, dan apabila nilai probabilitas lebih besar dari 0.05 maka H<sub>0</sub> diterima atau koefisien regresi tidak signifikan.

Adapun rumus dalam mencari t tabel sebagai berikut.

$$\text{Nilai } a / 2 = 0,05 / 2 - 1 = 0,025$$

$$\text{Derajat kebebasan (df)} = n - 2 = 19 - 2 - 1 = 16$$

Jadi, Nilai 0,025 berada di n 17 pada distribusi nilai t tabel, maka di dapat nilai t tabel sebesar 2,120.

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	93.143	12.491		7.457	.000
	Kecemasan	-.069	.050	-.354	-1.399	.181
	Motivasi	-.098	.124	-.200	-.790	.441

a. Dependent Variable: Hasil Belajar

Gambar 5. Nilai T-hitung dengan T-tabel

a = Hasil uji t tersebut dapat dilihat pada output diatas. Nilai koefisien regresi variabel kecemasan (t hitung) adalah sebesar -1,399 dengan t tabel sebesar 2,120, signifikansi variabel kecemasan terhadap variabel dan nilai sig sebesar 0,181 atau lebih besar > dari nilai alpha 0,05. Kesimpulannya nilai t hitung < t tabel -1,399 < 2,120 dan nilai signifikansi 0,181 lebih besar > 0,05 artinya variabel Kecemasan berpengaruh signifikan terhadap Hasil Belajar Roll Depan atau H<sub>1</sub> diterima dan H<sub>2</sub> ditolak.

b = Sedangkan nilai koefisien regrasi variabel motivasi adalah (t hitung) sebesar -0,790, dengan t tabel 2,120, signifikasi variabel motivasi kerja terhadap variabel terkait yaitu motivasi kerja sebesar 0,441 atau lebih besar > dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa nilai t hitung > t tabel dan signifikasi 0,441 > 0,05 artinya variabel Motivasi berpengaruh terhadap Hasil Belajar Roll Depan atau  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

#### Uji F (uji regresi secara bersama)

Uji ini dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel independen secara bersama-sama dengan variabel dependen. Uji ini disebut juga dengan istilah uji kelayakan model atau yang lebih populer disebut sebagai uji simultan model. Uji ini mengidentifikasi model regresi yang diestimasi layak atau tidak. Layak disini maksudnya adalah model yang diestimasi layak digunakan untuk menjelaskan pengaruh variabel-variabel bebas terhadap variabel terikat.

Pengujian hipotesis ini sering disebut juga dengan uji F, dimana dasar pengambilan keputusan dalam uji F adalah; a) jika nilai sig < dari 0,05, atau F hitung > besar F tabel maka ada Pengaruh variabel X secara simultan terhadap variabel Y; b) namun sebaliknya jika nilai sig > dari 0,05, atau F hitung < kecil F tabel maka tidak ada Pengaruh variabel X secara simultan terhadap variabel Y.

Adapun rumus dalam mencari F tabel sebagai berikut.

$$F \text{ tabel} = (k-1 ; n-k)$$

$$\text{Derajat kebebasan df} = (2-1) = 1$$

$$\text{Derajat kebebasan df} = (19-2) = 17$$

$$F \text{ tabel} = 4,45$$

Jadi, Nilai 1 berada di n 17 pada distribusi nilai F tabel.

Maka di dapat nilai F tabel sebesar 4,45.

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.980	2	.990	1.024	.382 <sup>a</sup>
	Residual	15.468	16	.967		
	Total	17.447	18			

a. Predictors: (Constant), Motivasi, Kecemasan  
b. Dependent Variable: Hasil Belajar

Gambar 6. Hasil Uji F regresi

Berdasarkan output diatas diketahui nilai signifikasi (sig) untuk pengaruh Kecemasan (X1) dan Motivasi (X2) secara simultan terhadap Y sebesar 0,382 lebih besar > dari 0,05 dan nilai F hitung 1,024 lebih kecil < dari F tabel 4,45, sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak yang berarti tidak terdapat pengaruh Kecemasan (X1) dan Motivasi (X2) secara simultan terhadap Y.

Untuk mengetahui besarnya pengaruh Tingkat Kecemasan dan Motivasi (X) terhadap Hasil Belajar Roll Depan Y secara simultan dalam analisis regresi linear berganda, kita dapat berpedoman pada nilai R Square atau  $R^2$  yang terdapat pada output SPSS bagian Model Summary.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.337 <sup>a</sup>	.113	.003	.98323

a. Predictors: (Constant), Motivasi, Kecemasan

Gambar 7. Nilai R Square

Berdasarkan output diatas nilai *R Square* sebesar 0,337. Nilai ini mengandung arti bahwa pengaruh Tingkat Kecemasan dan Motivasi Belajar (X) secara simultan terhadap variabel adalah sebesar 33,7%. sedangkan sisanya, yaitu 67,3% (100% - 33,7%) dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada di dalam model regresi linier ini.

## SIMPULAN

Setelah melakukan penelitian dan menganalisa data, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut; 1) angka konstan dari *unstandardized coefficients*. Dalam kasus ini nilainya sebesar 93,143. Angka ini merupakan angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada Tingkat Kecemasan (X1) dan Motivasi Belajar (X2) maka nilai konstan Hasil Belajar Roll Depan sebesar 93,143; 2) angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0,069. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% tingkat Tingkat Kecemasan (X1), maka Hasil Belajar Roll Depan (Y) akan mengalami penurunan sebesar 0,069 koefisien bernilai negatif artinya terjadi hubungan negatif antara Kecemasan dengan Hasil Belajar Roll Depan, semakin naik Kecemasan maka semakin turun Hasil Belajar Roll Depan; 3) Angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0,098. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% Motivasi (X2), maka Hasil Belajar Roll Depan (Y) akan meningkat sebesar 0,098 namun sebaliknya jika setiap penurunan 1% Motivasi (X2) maka Hasil Belajar Roll Depan (X2) menurun sebesar -0,096.

## REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa rekomendasi yang dapat diajukan dari hasil analisis tingkat kecemasan dan motivasi belajar terhadap hasil belajar, guru pendidikan jasmani agar lebih banyak menambah porsi latihan dan pengetahuan kepada siswanya tentang roll depan. Bagi siswa yang mengikuti pembelajaran roll depan di sekolah diharapkan dapat mengikuti pembelajaran dengan sungguh-sungguh agar nantinya dapat melakukan gerakan roll depan dengan baik dan tidak mengalami kecemasan yang berlebihan. Penelitian lebih lanjut dengan menggunakan materi ajar berbeda serta variabel respon berbeda juga perlu dilakukan di masa mendatang untuk menguji tingkat kecemasan dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa.

## REFERENSI

- Derajat, Wingki. 2005. *Psikologi Pengajaran*. Jakarta : PT Gramedia.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hamalik, Oemar. 2001. *Proses Belajar Mengajar*. Jakarta: Bumi.
- Hamidi. 2004. *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang: UMM Press.
- <http://tysar.wordpress.com/2020/06/20/pengertian-kecemasan/>
- Jauhari. 2010. *Panduan Penulisan Skripsi Teori dan Aplikasi*. Bandung: CV Pustaka.
- Monty P. Satiadarma. 2000. *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Niken P.W. 2007. *Hubungan Antara Kecemasan dan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas 3 SMU dalam Menghadapi Ujian*. Skripsi Jurusan Psikologi. Jakarta: Universitas Paramadina.
- Riyanto. 2001. *Metodologi penelitian Pendidikan*. Surabaya: SIC.
- Roji. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Safitri Mila Esta Murata. 2011. *Tingkat Kecemasan Wasit Juri Pencak Silat Sebelum Saat dan Sesudah Memimpin Pertandingan*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Sangadji, E.M., dan Sopiah. 2010. *Metodologi Penelitian*. Malang: Andi Yogyakarta.
- Santrock, John W. 2010. *Psikologi Pendidikan (terjemahan)*. Jakarta: Kencana.
- Sawitri. 1992. *Hubungan Motivasi Berprestasi dan Kecemasan Berprestasi Terhadap Prestasi Akademis Mahasiswa*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Depok: Universitas Indonesia.
- Siti Sundari. 1986. *Kesehatan Mental*. Yogyakarta: Swadaya Yogyakarta.
- Slameto. 2003. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2002. *Metode Penelitian Bisnis Cetakan Keempat*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim. 2011. *Pedoman Pembimbingan dan Penulisan Karya Ilmiah*. Mataram: IKIP Mataram.
- Wlodkowski, Raymond J dan Jaynes, Judith H. 2004. *Motivasi Belajar*. Jakarta: Cerdas Pustaka.
- Woolfolk, Anita E. 1993. *Educational Psychology*. 5<sup>th</sup> edition. Allyn & Bacon. Company Profile. 2008. Jakarta :Universitas Paramadina.

- Yanto Kusyanto. 1994. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 1*. Bandung: Ganeca Exact Bandung.
- Zuriah, 2009. *Metodologi Penelitian Sosial dan Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.