

**PENGARUH BANTUAN LANGSUNG, TIDAK LANGSUNG DAN  
MOTIVASI BELAJAR TERHADAP KETERAMPILAN HANDSTAND  
(Eksperimen pada Mahasiswa Departemen Kepeleatihan  
Universitas Negeri Padang)**

**TESIS**

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam  
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan Olahraga*



**Oleh :**

**NININGNAWATI JASMAN  
22199032/2022**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2024**

## ABSTRACT

***Niningnawati Jasman. 2023. The Effect of Direct, Indirect Spotting and Learning Motivation on Handstand Skills in UNP Training Department Students***

*The aim of this research was to determine the effect of direct, indirect assistance and learning motivation on handstand skills in UNP Training Department students.*

*This research model is a quasi-experimental Factorial by Level 2x2 design. The population of this study was 106 people and a sample of 40 people using the ordinally mathematical pairing technique . Data collection on learning motivation using a questionnaire and handstand skills using a handstand skills test. Data were analyzed using two-way ANOVA at a significance level of  $\alpha=0.05$  and the Shapiro-Wilk normality test Sig. > 0.05. Furthermore, because no interaction was found between direct, indirect assistance, motivation and handstand skills, the Tukey test was not carried out.*

*The results of data analysis show: (1) Overall there is no difference between direct assistance handstand skills and indirect assistance (2) There is no interaction between direct assistance, indirect assistance and motivation to learn towards handstand skills, (3) Direct assistance handstand skills are no more better than indirect assistance in the high learning motivation group, (4) indirect assistance handstand skills were better compared to direct assistance in the low learning motivation group .*

***Keyword : Direct, Indirect, Learning Motivation, Handstand Skills***

## ABSTRAK

### **Niningnawati Jasman. 2023. Pengaruh Bantuan Langsung, Tidak Langsung dan Motivasi Belajar Terhadap Keterampilan Handstand Pada Mahasiswa Departemen Kepeleatihan UNP**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh bantuan langsung, tidak langsung dan motivasi belajar terhadap keterampilan handstand pada mahasiswa Departemen Kepeleatihan UNP.

Model penelitian ini adalah eksperimen semu rancangan Faktorial dengan Level 2x2. Populasi penelitian ini berjumlah 106 orang dan sampel 40 orang dengan teknik *ordinally mathed pairing* . Pengumpulan data Motivasi Belajar dengan menggunakan angket dan keterampilan handstand menggunakan tes keterampilan handstand. Data dianalisis menggunakan ANAVA dua jalur pada taraf signifikansi  $\alpha=0,05$  dan uji normalitas *Shapiro-Wilk tanda tangan*.  $> 0,05$ . Selanjutnya karena tidak ditemukannya interaksi antara bantuan langsung, tidak langsung, motivasi dan keterampilan handstand maka tidak dilanjutkan dengan Uji Tukey.

Hasil analisis data menunjukkan: (1) Secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan keterampilan handstand bantuan langsung dengan bantuan tidak langsung (2) Tidak terdapat interaksi antara bantuan langsung, bantuan tidak langsung dengan motivasi belajar terhadap keterampilan handstand, (3) Keterampilan handstand bantuan langsung tidak lebih baik dibandingkan dengan bantuan tidak langsung pada kelompok motivasi belajar tinggi, (4) Keterampilan handstand bantuan tidak langsung lebih baik dibandingkan dengan bantuan langsung pada kelompok motivasi belajar rendah.

**Kata Kunci:** Langsung, Tidak Langsung, Motivasi Belajar, Keterampilan Handstand

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

---

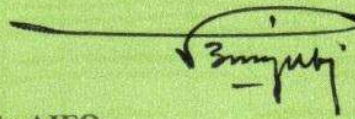
Mahasiswa : Niningnawati Jasman

NIM : 22199032

Nama

Tanda Tangan

Tanggal



23/02 2024

Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO.  
NIP/NIDK. 8908800020  
Pembimbing

Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,

Program Studi Pendidikan Olahraga S2  
Koordinator,



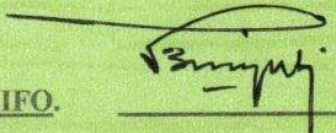


Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd.  
NIP. 19820515 200912 1 005



Prof. Dr. Wilda Welis, SP., M.Kes.  
NIP. 19700512 199903 2 001

**PERSETUJUAN KOMISI  
UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAHRAGA S2**

---

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO.</u> (Ketua)	
2.	<u>Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO.</u> (Anggota)	
3.	<u>Dr. Padli, S.Si., M.Pd.</u> (Anggota)	

**Mahasiswa :**

Mahasiswa : Niningnawati Jasman  
NIM : 22199032  
Tanggal Ujian : 23 Februari 2024

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Pengaruh Bantuan Langsung, Tidak Langsung dan Motivasi Belajar Terhadap Keterampilan Handstand Pada Mahasiswa Departemen Kepeleatihan UNP”, adalah asli untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan mencantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2024  
Yang membuat pernyataan



Niningnawati Jasman  
NIM. 22199032

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang mana berkat rahmatNya penulis dapat menyelesaikan proposal yang berjudul “Pengaruh Bantuan Langsung, Tidak Langsung dan Motivasi Belajar Terhadap Keterampilan Handstand” sebagai sebuah penelitian Eksperimental Pada Mahasiswa Departemen Kepelatihan Universitas Negeri Padang”.

Dalam penyusunan proposal ini penulis banyak mendapat bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO selaku dosen Pembimbing yang selama ini telah banyak memberikan bimbingan, arahan, petunjuk serta motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan Tesis ini.
2. Prof. Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes selaku Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Padang.
3. Prof. Dr. Syahrastani, M.Kes., AIFO dan Dr. Padli, S.Si., M.Pd selaku kontributor atas masukan dalam menyempurnakan Tesis ini.
4. Seluruh Staff dan pengajar Program Studi Pendidikan Olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan
5. Kepada ayah Jasman, Ibu Yetnawati, kakak Yelvira Eka Putri, M.Pd dan Yelvina Eka Putri, S.Pd yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini,

6. Semua Pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan Namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terimakasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah disisi Allah SWT. Amin.

Padang, Maret 2024  
Penulis

**Niningnawati Jasman**  
**NIM. 22199032**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN AKHIR TESIS .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN KOMISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
G. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian .....	9
H. Definisi Operasional .....	10
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	11
1. Handstand.....	11
2. Bantuan .....	23
3. Motivasi dan Motivasi Belajar .....	32
B. Penelitian yang Relevan.....	39
C. Kerangka Konseptual.....	41
D. Hipotesis Penelitian .....	45

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	47
B. Populasi dan Sampel.....	48
C. Instrumen Penelitian .....	50
D. Teknik Pengumpulan Data.....	50
E. Teknik Analisis Data .....	53
F. Jadwal Penelitian .....	55

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	56
1. Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Langsung ( $A_1$ ) .....	57
2. Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Tidak Langsung ( $A_1$ ).....	59
3. Hasil Keterampilan Handstand dengan Motivasi Belajar Tinggi ( $B_1$ ).....	60
4. Hasil Keterampilan Handstand dengan Motivasi Belajar Rendah ( $B_2$ ).....	61
5. Hasil Keterampilan Handstand dengan Kelompok Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Belajar Tinggi ( $A_1B_1$ ).....	63
6. Hasil Keterampilan Handstand dengan Kelompok Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Belajar Rendah ( $A_1B_2$ ).....	64
7. Hasil Keterampilan Handstand dengan Kelompok Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Belajar Tinggi ( $A_2B_1$ ).....	65
8. Hasil Keterampilan Handstand dengan Kelompok Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Belajar Rendah ( $A_2B_2$ ).....	67
B. Uji Persyaratan Analisis.....	68
1. Uji Normalitas .....	69
2. Uji Homogenitas.....	71
C. Pengujian Hipotesis .....	73

D. Pembahasan.....	75
E. Keterbatasan Penelitian.....	91
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	95
B. Implikasi.....	96
C. Saran .....	98
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>99</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>103</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Kerangka Konseptual.....	45
Tabel 2. Analisis Faktorial.....	48
Tabel 3. Rangkuman Data Nilai Handstand .....	57
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Langsung ( $A_1$ ) .....	58
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Tidak Langsung ( $A_2$ ).....	59
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Motivasi Tinggi ( $B_1$ ) .....	60
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Motivasi Rendah ( $B_2$ ) .....	62
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Tinggi ( $A_1B_1$ ) ....	63
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Rendah ( $A_1B_2$ )...	64
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Tinggi ( $A_2B_1$ ).....	66
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Rendah ( $A_2B_2$ ).....	67
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas Two Way Anova Distribusi Data Penelitian.....	70
Tabel 13. Hasil Uji Homogenitas Two Way Anova Data Penelitian .....	73
Tabel 14. Rangkuman Hasil Perhitungan ANAVA Dua Jalur .....	74

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Anatomi Handstand .....	11
Gambar 2. Sikap Permulaan <i>Handstand (Lunge)</i> .....	15
Gambar 3. Sikap Posisi T.....	15
Gambar 4. Tahap Persiapan <i>Handstand</i> .....	16
Gambar 5. Tahap Pelaksanaan <i>Handstand</i> .....	16
Gambar 6. <i>Handstand</i> .....	17
Gambar 7. <i>Handstand</i> .....	20
Gambar 8. Ayunan Kaki dan <i>Handstand</i> .....	21
Gambar 9. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Kelompok dengan Bantuan Langsung ( $A_1$ ) .....	58
Gambar 10. Histogram hasil keterampilan handstand kelompok dengan bantuan tidak langsung ( $A_2$ ).....	60
Gambar 11. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Motivasi Tinggi ( $B_1$ )....	61
Gambar 12. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Motivasi Rendah ( $B_2$ ) ..	62
Gambar 13. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Kelompok Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Tinggi ( $A_1B_1$ ).....	64
Gambar 14. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Kelompok Bantuan Langsung yang Memiliki Motivasi Rendah ( $A_1B_2$ ) .....	65
Gambar 15. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Kelompok Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Tinggi ( $A_2B_1$ ).....	67
Gambar 16. Histogram Hasil Keterampilan Handstand Kelompok Bantuan Tidak Langsung yang Memiliki Motivasi Rendah ( $A_2B_2$ ) .....	68

# **BABI**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan serangkaian kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap individu, dengan aktif berolahraga seseorang dapat meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmaninya. Di sisi lain olahraga merupakan sebagai sarana pendidikan, serta juga sebagai ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi. Sehubungan dengan hal tersebut olahraga tidak lagi dipandang sebagai suatu kegiatan yang hanya dilakukan karena adanya waktu luang saja tetapi sudah menjadi bagian dari kehidupan setiap individu, sebab olahraga dewasa ini sudah tren di lingkungan masyarakat, baik orang tua, remaja maupun anak-anak.

Olahraga yang dahulunya hanya bertujuan sebagai usaha peningkatan kualitas jasmani, ritual, sarana mencari mata pencaharian dan sebagainya, sekarang telah berkembang menjadi multi fungsi, baik untuk kepentingan prestasi olahraga itu sendiri, ekonomi maupun politik. Bahkan dewasa ini olahraga telah menjadi suatu industri yang jika dikemas sedemikian rupa mampu menjadi suatu komoditi yang mempunyai nilai jual yang cukup tinggi. Senam sebagai sarana pendidikan

Indonesia sebagai negara yang terus berkembang ke arah kemajuan, terus berupaya berbenah diri, diantaranya meningkatkan pembangunan di berbagai bidang, termasuk pembangunan olahraga yang menempati posisi strategi dan merupakan bagian dari pembangunan nasional, seperti yang

dinyatakan garis-garis Besar Haluan Negara (BP7 Pusat,1998:209) sebagai berikut :

“Pembinaan dan pengembangan dan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani masyarakat serta pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan Nasional”

Kutipan tersebut mengandung makna bahwa pembangunan manusia Indonesia harus berlangsung dalam keselarasan antara peningkatan kualitas fisik dengan perkembangan intelektual yang diiringi dengan mental spiritual. Selain itu, yang tidak boleh dilupakan adalah peningkatan prestasi olahraga yang mampu menumbuhkan rasa kebanggaan nasional, karena dapat mengangkat harkat martabat suatu bangsa.

Dalam olahraga No 11 tahun 2022 pasal 1 ayat 1 dijelaskan bahwa : Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Berdasarkan kutipan tersebut, salah satu jenis olahraga yang mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial adalah melalui olahraga senam.

Hidayat (1996:9) mendefinisikan senam adalah latihan tubuh yang diciptakan dengan sengaja, disusun secara sistematis dan dilakukan secara sadar dengan tujuan meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan, membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Sedangkan menurut Federasi Senam Internasional (FIG) senam dibagi dalam

beberapa klasifikasi yaitu: senam , tumbling, ritmik, trampoline, double mini trampoline, sporta aerobic, parkours dan general gymnastics.

Selain Senam sebagai olahraga yang dipertandingkan, senam juga masuk ke dalam kurikulum sekolah sebagai salah satu bagian dari mata pelajaran penjasorkes. Hal ini memberikan konsekuensi logis bagi lembaga penghasil guru penjas di sekolah, yaitu senam masuk ke dalam kurikulum Fakultas Ilmu Keolahragaan sebagai mata kuliah wajib yang harus diambil oleh seluruh mahasiswa.

Dari sekian banyak gerakan yang harus dipelajari dalam mata kuliah senam salah satunya diantaranya adalah *Handstand*, *handstand* dianggap sebagai salah satu keterampilan dasar paling penting dalam senam (Valentin Uzunov, 2008), namun buku teks senam dan literatur ilmiah yang tersedia saat ini gagal memberikan yang sistematis dan praktis untuk melatih keterampilan ini kepada pemula dengan fokus maju dan progresif. Sehingga untuk memperoleh kemampuan keterampilan tersebut menjadi sulit untuk dapat dikuasai, tidak saja bagi para peserta didik di sekolah tetapi juga bagi para mahasiswa itu sendiri yang notabene mereka harus mampu melakukannya dan sekaligus juga memberikan pembelajaran maupun pelatihan handstand di institusinya.

Berdasarkan hasil pengamatan yang selama ini dilakukan, ternyata masih banyak masalah yang dihadapi oleh mahasiswa untuk menguasai keterampilan *handstand*. Namun secara konsep sumber masalah bisa mengacu kepada teori kendala dari Karl Newell (1986), dimana kendala



dimaksud terdiri dari tiga unsur yaitu kendala yang bersifat individual seperti struktural dan fungsional, tugas dan lingkungan. Mudah-mudahan dengan penelitian ini, dapat memberikan solusi bagaimana mengantarkan mahasiswa mencapai tujuan belajarnya atau mampu melakukan handstand sesuai teknik yang seharusnya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Individual, apa yang dimaksud dengan individual yang terdiri dari unsur yaitu struktural (seperti anthropometri) dan fungsional (seperti motivasi) yang dapat mempengaruhi seseorang saat melakukan keterampilan handstand. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, terdapat banyak permasalahan yang dapat dijadikan fokus penelitian terkait dengan keterampilan *handstand* permasalahan tersebut antara lain adalah yang mencakup faktor individual seperti kemampuan kondisi fisik. Untuk melakukan gerakan *handstand* dengan baik dan benar diperlukan kekuatan, keseimbangan, kelentukan dan unsur kondisi fisik lainnya. Tanpa adanya kondisi fisik yang baik dalam melakukan handstand tentu akan membuat mahasiswa lebih sulit untuk melakukannya dengan benar.

Faktor lain yang mempengaruhi kendala dalam melakukan *handstand* diantaranya kelebihan berat badan (*overweight*), dimana berat badan dan tinggi badan tidak seimbang, begitu juga sebaliknya memiliki tubuh yang kerdil atau kurus (*underweight*). Secara anthropometri mahasiswa yang memiliki tubuh atletis dengan postur tubuh yang tidak terlalu tinggi lebih menguntungkan karena dapat lebih mudah melakukan gerakan.

Faktor selanjutnya disebut dengan tugas, tugas yang diberikan ini sangat tergantung dari persepsi mahasiswa sampai sejauh mana tugas yang dirasakan oleh mahasiswa seperti berapa kali mereka harus melakukan, bagaimana sikap tubuh saat melakukan *handstand* dan bisa mempertahankan selama 2 detik. dan yang terkait dengan aturan aturan saat melakukannya atau berapa lama seharusnya *handstand* harus dipertahankan. Selain kondisi fisik, kepemilikan kadar motivasi juga merupakan faktor pendorong keinginan yang kuat bagi mahasiswa untuk dapat meningkatkan keterampilan *handstand*, karena dengan adanya motivasi yang tinggi untuk berlatih akan membuat mahasiswa mampu mempertahankan semangat selama mengikuti perkuliahan.

Pengalaman gerak juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan *handstand* mahasiswa, karena dengan adanya pengalaman yang baik, mahasiswa tinggal memperhalus gerakan *handstand* yang dipelajari pada perkuliahan. Sehubungan dengan hal itu, rendahnya kemampuan kognitif mahasiswa dalam menyerap pembelajaran ataupun latihan juga menjadi faktor yang juga berpengaruh dalam upaya meningkatkan keterampilan *handstand*.

Faktor Lingkungan diantaranya ketersediaan peralatan senam, ketersediaan alat perkuliahan akan memberikan kenyamanan dan ketenangan setiap pebelajar untuk mengikuti pembelajaran senam khususnya *handstand*, karena dengan kecukupan alat, faktor keamanan belajar semakin terjamin. Kondisi sekarang peralatan tersebut kurang memadai apabila dihitung

berdasarkan rasio alat dan mahasiswa sehingga dengan kurang memadainya sarana dan prasarana serta alat bantu dalam perkuliahan akan membatasi proses pembelajaran karena adanya perasaan tidak aman saat melakukannya, selain itu kondisi perkuliahan yang juga terganggu oleh aktivitas-aktivitas mahasiswa lain yang ikut perkuliahan di tempat yang sama menyebabkan mahasiswa menjadi kurang perhatian dalam perkuliahan.

Faktor lingkungan lainnya adalah kompetensi guru atau dosen yang mengajar. Guru harus memahami ontologi atau hakikat *handstand*, aksiologi atau untuk apa atau tujuan apa yang hendak dicapai dengan kemampuan *handstand* dan epistemologi *handstand* itu sendiri bagaimana cara mendapatkan keterampilan tersebut. Artinya dia harus menguasai keterampilan dan sekaligus pengetahuan yang terkait dengan *handstand*, apakah itu terkait dengan anatomi, fisiologi, biomekanika, psikologi, metode pembelajaran dan lain sebagainya. Oleh sebagai itu menentukan metoda yang tepat dalam pembelajaran senam dapat juga mempengaruhi keterampilan *handstand* mahasiswa. Disamping metode pembelajaran, bantuan latihan yang dilaksanakan juga mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam mempraktikkan gerakan *handstand*.

Gerakan dalam senam pada umumnya memiliki faktor risiko tinggi yang dapat mengakibatkan cedera para pelakukanya, oleh sebab itu selain mampu menggunakan metoda yang tepat, guru juga harus tahu bagaimana cara memberikan bantuan apakah berupa bantuan langsung atau bantuan tidak langsung. Bantuan latihan yang tepat dapat membantu guru/dosen serta

pengajar dalam melaksanakan program perkuliahan yang diselenggarakan, sehingga program tersebut dapat berjalan baik, efektif dan efisien.

### **C. Pembatasan Masalah**

Banyaknya permasalahan yang dapat mempengaruhi keterampilan handstand, tetapi untuk lebih terfokuskan penelitian ini, maka peneliti akan membatasinya pada bantuan langsung, bantuan tidak langsung dan motivasi belajar terhadap keterampilan handstand mahasiswa jurusan Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang mengikuti perkuliahan senam dasar pada semester ganjil 2023:

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah permasalahan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara bantuan langsung dan tidak langsung terhadap keterampilan handstand mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang?
2. Apakah terdapat perbedaan pengaruh bantuan langsung dan bantuan tidak langsung pada mereka yang memiliki motivasi tinggi terhadap kemampuan handstand mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh bantuan langsung dan bantuan tidak langsung pada mereka yang memiliki motivasi rendah terhadap kemampuan handstand mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang?

4. Apakah ditemukan interaksi antara bantuan dan motivasi terhadap kemampuan handstand pada mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Perbedaan pengaruh bantuan langsung dan tidak langsung terhadap keterampilan *handstand*.
2. Perbedaan pengaruh bantuan langsung dan bantuan tidak langsung pada mereka yang memiliki motivasi tinggi terhadap keterampilan *handstand* terhadap kemampuan handstand mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
3. Perbedaan pengaruh bantuan langsung dan bantuan tidak langsung pada mereka yang memiliki motivasi rendah terhadap keterampilan *handstand* terhadap kemampuan handstand mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
4. Interaksi antara pemberian bantuan dan motivasi terhadap keterampilan *handstand* mahasiswa Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat secara :

1. Teoritis, sebagai bahan bacaan untuk menambah ilmu pengetahuan dan dapat mengungkap informasi yang bermanfaat terutama pada cabang olahraga senam, khususnya pada keterampilan *handstand*.
2. Praktis, penelitian ini hendaknya juga bermanfaat bagi :

- a. Para mahasiswa yang ingin sekali menguasai keterampilan *handstand* melalui berbagai alternatif usaha diantaranya melalui bantuan langsung atau tidak langsung
- b. Dosen, instruktur serta pelatih senam lantai sebagai masukan dalam menetapkan serta menyusun program latihan untuk meningkatkan keterampilan *handstand*.
- c. Peneliti sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan.

#### **G. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian**

Dari beberapa penelitian terkait dengan *handstand* maupun bantuan yang diberikan selama pembelajaran *handstand*, ternyata masih sedikit penelitian yang ditemukan. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Zulbahri terkait dengan pembelajaran *handstand*, dia menggunakan dua variabel bantuan langsung dan tidak langsung terhadap kemampuan *handstand*, namun demikian Zulbahri tidak melibatkan variabel lain. Dalam penelitian yang akan dilakukan ini melibatkan variabel motivasi sebagai atribut. Keaslian penelitian ini akan mencoba mencari bukti sampai sejauh mana bantuan yang diberikan dipengaruhi oleh variabel motivasi atau tidak.

Penelitian lainnya adalah dari Tedi Kurniawan tentang pengaruh model pembelajaran berpasangan dan media dinding terhadap gerak dasar *handstand*, dan inipun tidak melibatkan variabel motivasi yang dapat mempengaruhi perlakuan pembelajaran berpasangan maupun media dinding, padahal setiap perilaku akan diawali dengan adanya motif dan motivasi. Jadi

penelitian yang akan dilakukan ini jelas memiliki keaslian dibandingkan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

#### **H. Definisi Operasional**

Agar tidak terjadi salah penafsiran pada penelitian ini maka berikut akan dikemukakan definisi operasional mengenai pengaruh bantuan langsung, bantuan tidak langsung, motivasi belajar dan *handstand*, definisi operasional dalam penelitian ini yaitu :

1. Bantuan Langsung: merupakan bantuan yang diberikan pada sampel untuk mencapai gerakan *handstand* yang dilakukan dengan memanfaatkan bantuan teman dan dilakukan secara langsung dan aktif, sehingga proses gerakan yang dilakukan (teman yang dibantu) dapat mengantarkan si pebelajar mencapai sasaran belajarnya.
2. Bantuan tidak langsung: merupakan bantuan yang diberikan pada sampel untuk mencapai gerakan *handstand* yang dilakukan dengan memanfaatkan bantuan secara tidak langsung dalam hal ini dengan memanfaatkan sebuah matras yang ditempelkan ke dinding.
3. Motivasi belajar: Proses kerja keras dari seorang individu untuk mengeluarkan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk mendapatkan tujuan yang telah direncanakan. Untuk mengetahui tinggi rendahnya motivasi yang dimiliki mahasiswa, digunakan dengan cara angket motivasi belajar seperti yang dapat dilihat pada lampiran.
4. *Handstand* : keterampilan gerak bertumpu pada kedua tangan, dengan posisi kepala di bawah dan kaki di atas. Untuk mengukur kemampuan keterampilan *handstand* digunakan tes keterampilan *handstand*.