

**PENGARUH LATIHAN MEMANAH TERHADAP KONSENTRASI  
BELAJAR DI DAYAH DARUL IHSAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh**

**MEIZATUL AKMAL**

**NIM. 170213002**

Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2022 M/1444 H**

**PENGARUH LATIHAN MEMANAH TERHADAP KONSENTRASI  
BELAJAR DI DAYAH DARUL IHSAN**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)  
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda ACEH  
Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana  
Prodi Bimbingan dan Konseling

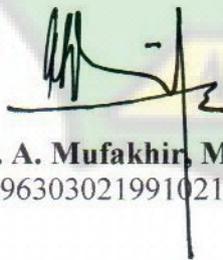
Diajukan Oleh:

**MEIZATUL AKMAL**  
**NIM. 170213002**

Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
Prodi Bimbingan dan Konseling

Disetujui oleh:

Pembimbing 1



**Dr. H. A. Mufakhir, M.A.**  
NIP. 196303021991021002

Pembimbing II



**Faisal Anwar, S. Pd.L., M. Ed**  
NIDN. 01316068401

**PENGARUH LATIHAN MEMANAH TERHADAP KONSENTRASI  
BELAJAR DI DAYAH DARUL IHSAN**

**SKRIPSI**

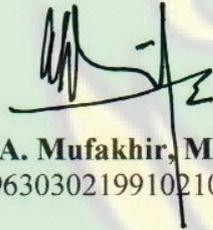
Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus  
serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)  
Dalam Ilmu Pendidikan

Pada Hari/Tanggal :

Senin, 19 Desember 2022M  
25 Jumadil Awal 1444

**Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi**

Ketua



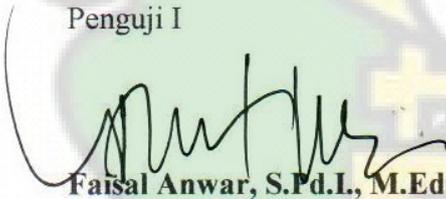
**Dr. H. A. Mufakhir, M.A.**  
NIP. 196303021991021002

Sekretaris



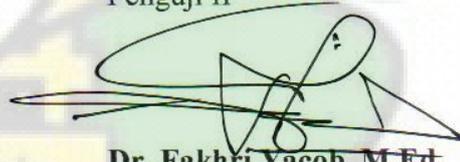
**Irman Siswanto, S.Pd.I**  
NUK.201801080819891071

Penguji I



**Faisal Anwar, S.Pd.I, M.Ed**  
NIDN. 01316068401

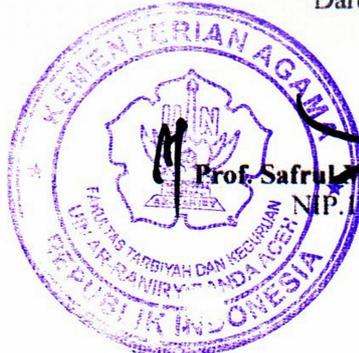
Penguji II



**Dr. Fakhri Yacob, M.Ed.**  
NIP. 196704011991031006

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry  
Darussalam Banda Aceh



  
**Prof. Safrul Huluk, S.Ag., M.A., M.Ed., Ph.D**  
NIP. 1973010211997031003

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Meizatul Akmal

NIM : 170213002

Jenjang : Strata Satu (S1)

Prodi : Bimbingan Konseling

Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Memanah Terhadap Konsentrasi Belajar di  
Dayah Darul Ihsan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah ini adalah asli karya saya sendiri, dan jika kemudian hari ditemukan pelanggaran-pelanggaran akademik dalam penulisan ini, saya bersedia diberi sanksi akademik sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 1 Desember 2022  
Yang Menyatakan,



  
Meizatul Akmal

## ABSTRAK

Nama : Meizatul Akmal  
NIM : 170213002  
Fakultas : FTK/Bimbingan Konseling  
Judul : Pengaruh Latihan Memanah terhadap Konsentrasi Belajar di Dayah Darul Ihsan.  
Tanggal Sidang : 19 Desember 2022  
Tebal Skripsi : 57 Halaman  
Pembimbing I : Dr. H. A. Mufakhir, M.A.  
Pembimbing II : Faisal Anwar, S. Pd.I., M. Ed.

Konsentrasi adalah salah satu karakteristik yang dapat berkontribusi terhadap rendahnya pemahaman siswa. Konsentrasi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa, begitu juga yang terjadi di Dayah Darul Ihsan, sangat berdampak bagi siswa yang ada disekolah tersebut. Konsentrasi siswa yang rendah akan mengakibatkan kurangnya kesungguhan dalam belajar dan kemampuan mereka untuk memahami materi. Dalam bidang ekstrakurikuler pengamatan dan perhatian merupakan aspek perilaku yang mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran. Salah satunya dalam bidang ekstrakurikuler memanah. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti latihan memanah di Dayah Darul Ihsan dan sampel penelitian 53 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu siswa yang aktif saat latihan memanah. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen pengumpulan data angket skala likert untuk memperoleh data konsentrasi belajar. Setelah memperoleh data. Data dianalisis dengan menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS Versi 22. Berdasarkan analisis dan pembahasan dari data penelitian diperoleh hasil bahwa  $t_{hitung}$  sebesar 47 dengan nilai signifikansi dari table koefisiensi maka diperoleh nilai sebesar  $0,710 > 0,05$ . Sedangkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $-0,374 < t_{tabel}$  33.766. maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, dengan demikian tidak terjadi pengaruh yang signifikan. Dari hasil pengujian hipotesis tersebut terbukti bahwa “ tidak terdapat pengaruh yang positif antara memanah (variabel X) dengan konsentasi belajar (variabel Y).

**Kata Kunci:** *Latihan Memanah, Konsentrasi Belajar*

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yangtelah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta taufik dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam peneliti sanjungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarganya dan para sahabat beliau yang telah membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Pada kesempatan ini, peneliti dapat menyelesaikan penulisanskripsi yang berjudul **“Pengaruh Latihan Memanah Terhadap Konsentrasi Belajar di Dayah Darul Ihsan”**.Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Penelitian dan penyusunan skripsi tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mujiburrahman, M. Ag, sebagai Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang bertanggung jawab terhadap penyelenggaraan pendidikan di UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

2. Prof. Safrul Muluk, S.Ag., M.A., M.Ed., Ph.D selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberi izin peneliti melakukan penelitian.
3. Muslima, S.Ag., M.Ed, selaku ketua program studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah memberi izin peneliti melakukan penelitian.
4. Dr. Mufakhir Muhmmad, MA selaku dosen pembimbing I, yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, pikiran, saran, kritik yang membangun dan memberi motivasi kepada penulis untuk membimbing peneliti dengan sabar selama penyusunan skripsi berlangsung.
5. Faisal Anwar, S. Pd.I., M. Ed selaku dosen pembimbing II, yang telah meluangkan banyak waktu, tenaga, pikiran, saran, kritik yang membangun dan memberi motivasi kepada penulis untuk membimbing peneliti dengan sabar selama penyusunan skripsi berlangsung.
6. Dr. Fakhri Yacob, M.Ed. selaku dosen penguji II, yang telah meluangkan waktu untuk sidang skripsi saya, sehingga saya bisa sidang, saya ucapkan terimakasih, semoga bapak selalu dalam lindungan Allah Swt.
7. Irman Siswanto S.Pd yang selalu mau meluangkan waktu membantu peneliti dalam pembuatan surat menyurat. Dan seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan konseling yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat sehingga peneliti dapat menyelesaikan perkuliahan dan membantu pembuatan skripsi.

8. Rahmawati, S.Pd., M.Pd., selaku kepala sekolah di Dayah Darul Ihsan, yang telah memberi izin dan mempermudah peneliti untuk memperoleh data di lokasi penelitian.
9. Khaira Ummah, S.Pd selaku guru memanah di Dayah Darul Ihsan, yang telah banyak membantu peneliti dalam merancang kegiatan penelitian.
10. Paling istimewa untuk orang tua tercinta ayahanda (Alm) Nurdin dan Ibunda Maryamuyang telah banyak berkorban, mendidik dan membesarkan peneliti dengan penuh kesabaran serta memberikan motivasi dan do'a sehingga peneliti tetap kuat menghadapi rintangan yang ada untuk menyelesaikan studi.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya kritik dan saran yang membangun akan peneliti terima dengan senang hati. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya. Mudah-mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi peneliti dan umumnya bagi kita semua.

Banda Aceh, 17 Desember 2022  
Penulis,

Meizatul Akmal

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPEL JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING</b>	
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN</b>	
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Hipotesis Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	5
F. Definisi Operasional .....	5
<b>BAB II : KAJIAN TEORITIS</b>	
A. Konsentrasi Belajar .....	7
1. Pengertian Konsentrasi Belajar .....	7
2. Cara Meningkatkan Konsentrasi Belajar.....	9
3. Ciri-ciri siswa yang memiliki konsentrasi belajar.....	10
4. Prinsip-prinsip Konsentasi .....	12
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Konsentrasi Belajar .....	13
6. Pengaruh Konsentrasi Belajar Terhadap Hasil Belajar .....	16
7. Manfaat Konsentrasi Belajar .....	17
8. Dampak positif dan negatif konsentrasi belajar .....	18
B. Latihan Memanah .....	19
1. Pengertian Memanah .....	19
2. Teknik Dasar Memanah .....	21
3. Alat-alat Memanah .....	25
4. Keutamaan dalam memanah .....	26
5. Hikmah dan Fadhillah memanah .....	29
<b>BAB III : METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Lokasi Populasi dan Waktu Penelitian.....	36
C. Hipotesis.....	36
D. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sampel .....	38
3. Sampel.....	34

E. Teknik Pengumpulan Data .....	39
1. Observasi .....	41
2. Angket .....	42
F. Teknik Analisis Data.....	43
1. Uji Hipotesis.....	43
2. Penyajian Data.....	45
 <b>BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Profil dan Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	46
1. Sejarah Madrasah Tsanawiyah Swasta Darul Ihsan.....	46
2. Visi dan Misi MTs Swasta Darul Ihsan .....	49
B. Pembahasan dan Hasil Penelitian.....	49
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	49
2. Uji Regresi Linier Sederhana .....	51
 <b>BAB V : PENUTUP</b> .....	<b>53</b>
A. Simpulan.....	53
B. Saran.....	53
 <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b> .....	<b>58</b>
<b>FOTO KEGIATAN</b> .....	<b>67</b>
<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS</b> .....	<b>69</b>

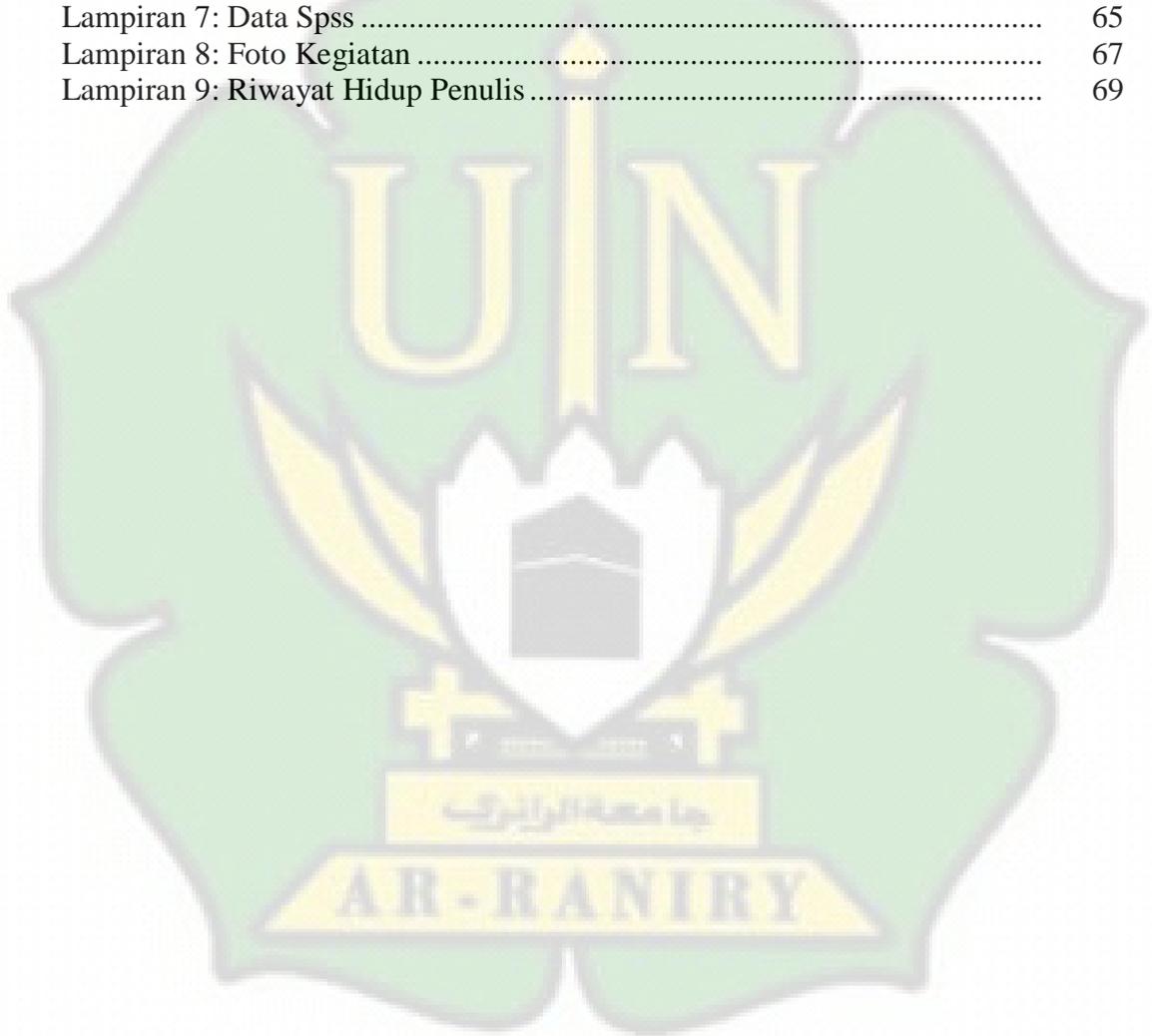
## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Konsentrasi Belajar .....	41
Tabel 4.1 Profil Sekolah MTs Swasta Darul Ihsan .....	47
Tabel 4.2 Data PTK, PD MTs Swasta Darul Ihsan.....	47
Tabel 4.3 Data Sarana dan Prasarana.....	48
Tabel 4.4 Korelasi Variabel X dan Variabel Y .....	52



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: SK Bimbingan Skripsi.....	58
Lampiran 2: Surat Izin Penelitian dari FTK UIN Ar-Raniry .....	59
Lampiran 3: Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian.....	60
Lampiran 4: Hasil Judgement Instrument.....	61
Lampiran 5: Hasil Judgement Instrument.....	62
Lampiran 6: Angket Konsentrasi Belajar.....	63
Lampiran 7: Data Spss .....	65
Lampiran 8: Foto Kegiatan .....	67
Lampiran 9: Riwayat Hidup Penulis .....	69



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Salah satu cara bahwa pendidikan diimplementasikan di sekolah dapat membantu siswa dalam mencapai potensi penuh mereka. Belajar adalah salah satu teknik untuk mencapai hal ini. Kegiatan yang paling signifikan dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah adalah kegiatan belajar mengajar. Apabila proses belajar mengajar dapat terselenggara dengan sukses, efektif, dan efisien, maka pendidikan dikatakan berkualitas. Ini menyiratkan bahwa persepsi siswa tentang proses pembelajaran memainkan peran penting dalam apakah tujuan pendidikan tercapai dengan sukses atau tidak.

Sebagai hasil dari pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya, belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru pada umumnya, sehingga belajar itu menghasilkan perubahan pada diri individu yang belajar itu.

Menurut Syaiful Bahri Djamarah, belajar adalah sekumpulan aktivitas mental dan fisik yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya dan melibatkan proses kognitif, emosional, dan psikomotorik. Proses belajar menyebabkan perubahan yang terwujud dalam berbagai hal, antara lain perubahan pengetahuan, sikap, perilaku, keterampilan, dan kemampuan untuk berhasil.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Hasanah, U., Ahmad, R., & Karneli, Y. (2017). *Efektivitas layanan penguasaan konten untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa*.

Siswa harus dapat fokus pada pekerjaan mereka untuk berhasil. Konsentrasi belajar melibatkan pemusatan perhatian pada informasi yang relevan sementara mengabaikan informasi yang tidak relevan.<sup>2</sup> Peristiwa belajar yang sesungguhnya tidak dapat atau tidak terjadi tanpa adanya konsentrasi belajar.

Siswa saat ini memiliki masalah konsentrasi yang sering membuat belajar menjadi sulit bagi mereka. Pada siang hari pastinya tidak mudah bagi siswa berkonsentrasi disebabkan mata mulai ngantuk dan badan sudah letih. Oleh karena itu, konsentrasi siswa yang rendah akan mengakibatkan kurangnya kesungguhan dalam belajar dan berkurangnya kemampuan mereka untuk memahami materi. Konsentrasi adalah salah satu karakteristik yang dapat berkontribusi terhadap rendahnya pemahaman siswa.

Kemampuan siswa untuk berkonsentrasi pada konten yang diajarkan sangat penting untuk keberhasilan belajar mereka. Mengembangkan kemampuan berpikir kritis siswa saat belajar merupakan salah satu teknik untuk meningkatkan fokus. Dengan memperkuat kemampuan berpikir kritis diperkirakan bahwa belajar akan membuat siswa aktif menciptakan pengetahuan mereka, menyebabkan mereka menjadi berkonsentrasi atau terlibat pada apa yang mereka pelajari.

Selain itu ada aspek yang menjadi penentu konsentrasi belajar agar dapat mempersiapkan diri secara maksimal. Kesiapan dalam belajar adalah kemampuan potensial, baik fisik maupun mental, selain melakukan proses belajar siswa yang memiliki bakat/minat dapat mengikuti ekstrakurikuler yang ada di sekolah. yang

---

<sup>2</sup>Nuryana, A., & Purwanto, S. (2010). *Efektivitas brain gym dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak*.

dimiliki siswa. Selain fokus dalam belajar, siswa yang memiliki bakat/minat dituntut mengikuti salah satu bidang ekstrakurikuler yang ada diarah sekolah.<sup>3</sup>

Dalam bidang ekstrakurikuler pengamatan dan perhatian merupakan aspek perilaku yang mempunyai peranan penting dalam proses pembelajaran. Salah satunya dalam bidang ekstrakurikulermemanah, da kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti siswa di sekolah yang bukan bagian dari kurikulum inti, seperti panahan.Kegiatan ini tersedia untuk siswa di semua tingkat akademik.Tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan kepribadian, bakat, dan keterampilannya dalam berbagai mata pelajaran nonakademik.<sup>4</sup>

Ekstrakurikuler dalam memanah sangat dibutuhkan konsentrasi bagaimana agar kita dapat memanah dengan tepat sararan.Empat sifat dapat dikembangkan melalui latihan memanah (character building).Pertama, tetap tenang, lalu konsentrasi, lalu berani menang, dan terakhir, tetap fokus.<sup>5</sup>

Konsentrasi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa, begitu juga yang terjadi di Dayah Darul Ihsan, sangat berdampak bagi siswa yang ada disekolah tersebut. Dampak ketika proses belajar berlangsung pada siang hari siswa sudah tidak memperhatikan informasi yang disampaikan guru. Selain itu banyak siswa

---

<sup>3</sup>Rusmandi, ., *Psikologi Pembelajaran*, (Bandung : Rineka Cipta, 2013), hal.173

<sup>4</sup> Wawancara dengan Pembimbing

<sup>5</sup> Defrizal Siregar dan Yessy Yanita Sari, *Membedik karakter hebat calm brave focus win*, (Jakarta: Gema Insani, 2017), hal. 77.

pikiran sudah mengambang karena sudah merasa lelah, mengantuk, bosan, dan suasana mulai panas.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul tentang **“Pengaruh Latihan Memanah Terhadap Konsentrasi Belajar di Dayah Darul Ihsan”**.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “Apakah terdapat pengaruh latihan memanah dengan konsentrasi belajar di Dayah Darul Ihsan?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan sejarah permasalahan tersebut di atas, tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh latihan memanah terhadap konsentrasi belajar.

### **D. Hipotesis Penelitian**

Sebelum solusi empiris, hipotesis berfungsi sebagai tanggapan sementara atau teoretis terhadap deskripsi masalah penelitian. Hipotesis penelitian ini adalah:

Ho : Tidak ada pengaruh yang positif dan signifikan antara konsentrasi belajar siswa dengan Pengaruh latihan memanah di Dayah Darul Ihsan.

Ha : Ada pengaruh yang positif dan signifikan antara konsentrasi belajar siswa dengan Pengaruh latihan memanah di Dayah Darul Ihsan.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peserta Didik**

Peserta didik dapat meningkatkan konsentrasi dalam belajar siswa menggunakan teknik memanah, sehingga peserta didik dapat meningkatkan konsentrasi belajar.

### **2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)**

Bimbingan manfaat keterampilan memanah sebagai salah satu cara untuk meningkatkan konsentrasi belajar ditunjukkan kepada guru dan Bimbingan Konseling (BK).

### **3. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dalam mengembangkan pendekatan panahan untuk meningkatkan konsentrasi belajar. Ini bisa menjadi salah satu dasar, acuan dalam menyelesaikan tugas, sebagai pengalaman.

## **F. Definisi Operasional**

### **1. Memanah**

Rasulullah Shallallahu alaihi wasallam mempraktekkan memanah sebagai salah satu bentuk olahraga, sehingga dengan menekuninya, beliau secara implisit telah menjalankan perintah Nabi.

Sementara memanah adalah olahraga, itu juga dapat membantu menjaga pikiran tetap tajam dan tubuh terasa sehat. Namun, berlatih memanah membutuhkan dedikasi dan waktu untuk menguasai berbagai olahraga lainnya juga.

Panahan adalah olahraga yang membutuhkan keseimbangan tubuh dengan fokus pada target dan titik konsentrasi, sehingga sangat penting untuk menyesuaikannya dengan rutinitas sehari-hari.

## 2. Konsentrasi Belajar

Pengertian konsentrasi adalah pemusatan perhatian, jiwa, raga, dan pikiran seseorang pada suatu hal tertentu. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, konsentrasi diartikan sebagai “Memusatkan perhatian atau pikiran pada satu hal”. Dalam situasi ini, konsentrasi yang akan dijelaskan berkaitan dengan belajar.

Konsentrasi bukanlah sifat bawaan yang dimiliki seseorang, tetapi merupakan kapasitas untuk memusatkan dan mempertahankan perhatian pada sesuatu. Ketika seseorang sedang berkonsentrasi, objek yang difokuskan hanyalah objek yang menjadi fokus utama konsentrasi, sehingga informasi yang diperoleh hanyalah informasi yang telah dipetik. Perhatian yang dipertajam meningkatkan kemungkinan seseorang dapat menyerap dan menangkap informasi yang diperoleh.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORITIS**

#### **A. Konsentrasi Belajar**

##### **1. Pengertian Konsentrasi Belajar**

Istilah "konsentrasi" dan "belajar" digabungkan menjadi frasa "konsentrasi belajar". Kata "konsentrasi" berasal dari bahasa Inggris, yaitu dari kata kerja *concentrate*.<sup>6</sup> Konsentrasi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah tindakan memusatkan perhatian atau pikiran seseorang dengan mengesampingkan hal-hal lain yang tidak berkaitan. Beberapa perilaku siswa selama proses belajar mengajar dapat digunakan untuk mengidentifikasi siswa yang konsentrasi pada pembelajaran. Sedangkan "belajar" adalah versi verbal dari kata "mengajar". Belajar diartikan sebagai upaya menambah kecerdasan atau pengetahuan seseorang dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia.

Konsentrasi belajar adalah kemampuan berkonsentrasi secara utuh dan jelas terhadap materi yang dipelajari dan tujuan pembelajaran. Kemampuan seseorang untuk fokus sangat penting untuk kemajuan belajar mereka. Seseorang dapat memahami materi atau mata pelajaran dengan berkonsentrasi. Tanpa konsentrasi, sulit mencerna dan menangani informasi yang diterima karena pikiran selalu mengembara.<sup>7</sup>

Kemampuan berkonsentrasi pada pelajaran inilah yang didefinisikan Dimiyati dan Mudjiono konsentrasi belajar adalah kemampuan memusatkan perhatian pada pembelajaran.

---

<sup>6</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), h.86

<sup>7</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, (Yogyakarta : Penerbit ANDI, 2007), H.65

Menurut Aunurrahman, salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi konsentrasi belajar adalah sering kali sulit dipahami oleh orang lain selain orang yang belajar. Hal ini disebabkan fakta bahwa terkadang apa yang disimpulkan dari tindakan seseorang tidak sesuai dengan apa yang sebenarnya dipikirkan orang tersebut.

Kapasitas otak setiap siswa untuk berkonsentrasi pada materi yang dipelajari mempengaruhi konsentrasi belajar siswa. Penekanan ini dimaksudkan untuk meningkatkan kemungkinan bahwa siswa akan dapat mengambil dan memahami materi pengetahuan yang dikumpulkan.

Seorang ilmuwan spesialis psikologi yang tidak disebutkan namanya dalam Hamiyah dan Jauhar, disebutkan bahwa setelah 30 menit, kapasitas belajar seseorang telah berkurang. Dia menyarankan agar guru istirahat sejenak. Perhatian siswa tumbuh pada 15-20 menit pertama, menurun pada 15-20 menit kedua, kemudian meningkat dan berkurang lagi, menurut Rooijakker dalam Dimiyati dan Mudjiono. Kecenderungan penurunan perhatian, sementara itu terjadi seiring dengan durasi investigasi.

Akibatnya, konsentrasi sangat penting selama kegiatan pembelajaran. Proses belajar akan terasa menyakitkan dan menjemukan jika tidak bisa fokus. Kecepatan dimana seseorang dapat menyerap informasi yang dia butuhkan tergantung pada kapasitas konsentrasinya. Seorang pembelajar dengan kemampuan konsentrasi yang kuat akan berkembang lebih cepat mampu memahami informasi yang harus dia serap.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Rinaldi Munir, *Matematika Diskrit Edisi Ketiga* (bandung: Informatika, 2009). H.48

Karena akan menjadi penghalang untuk mencapai tujuan belajar yang diantisipasi, kesulitan berkonsentrasi adalah tanda bahwa anak mengalami tantangan belajar. Selain membutuhkan toleransi guru, membantu anak fokus belajar tentu membutuhkan banyak waktu. Namun dengan bimbingan, perhatian dan bekal kemampuan yang diberikan oleh guru, hal ini dapat dilakukan secara bertahap, kurangnya konsentrasi atau kurangnya pemusatan perhatian siswa pada pelajaran akan menunda proses pembelajaran. Kelas yang diajar dengan buruk oleh guru dapat menjadi monoton bagi siswa dan kurang menarik. Nada suara guru yang terlalu keras, sikap guru yang tidak tegas, strategi mengajar yang tidak efektif, atau terlalu banyak duduk saat mengajar dapat mengurangi daya pikat suasana. Selain interaksi antara guru dan siswa.

## **2. Cara Meningkatkan Konsentrasi Belajar**

Guru harus menciptakan media pembelajaran sebagai alat utama untuk meningkatkan keberhasilan mengajar dan mengembangkan pendekatan yang digunakan dengan memanfaatkan media sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan konsentrasi. Penggunaan media pembelajaran memiliki dampak yang signifikan terhadap seberapa baik suatu pembelajaran berjalan. Teknologi ini hanya memiliki nilai di dalam kelas ketika digunakan oleh guru untuk meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan fokus belajar siswa. Tanggung jawab guru lainnya meliputi mengajar, mendidik, mempersiapkan, dan mengevaluasi siswa. Penggunaan media dalam proses pendidikan dapat mengembangkan motivasi dan rangsangan minat, menumbuhkan minat dan

keingintahuan baru, serta kegiatan belajar berdampak pada belajar secara psikologis.

Di sekolah, guru harus mampu menjaga kontrol situasi sebagai pengganti orang tua. Pembelajaran yang sukses dan menyenangkan membutuhkan sumber belajar sebanyak mungkin. Media pembelajaran juga berperan untuk membantu proses pembelajaran. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dampak penggunaan media terhadap proses dan hasil belajar siswa berbeda secara signifikan antara pembelajaran dengan dan tanpa media. Oleh karena itu, penggunaan media pendidikan untuk meningkatkan kualitas pembelajaran sangat dianjurkan.<sup>9</sup>

### **3. Ciri-ciri Siswa yang Memiliki Konsentrasi Belajar**

Tingkah laku belajar yang terdiri dari tingkah laku kognitif, tingkah laku afektif, dan tingkah laku psikomotor berhubungan dengan kualitas siswa yang dapat fokus belajar. Tingkah laku konsentrasi belajar bervariasi dalam tingkah laku belajar tersebut karena belajar merupakan kegiatan yang berbeda dalam materi pembelajaran yang berbeda. Engkoswara memberikan penjelasan tentang kategori perilaku belajar yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi kualitas siswa yang dapat fokus belajar<sup>10</sup>, yaitu:

- a. Perilaku kognitif. Siswa yang berfokus pada pembelajaran dapat dikenali dari kesiapan pengetahuan instan mereka, ketelitian dalam

---

<sup>9</sup>Khotimah, S. H., Sunaryati, T., & Suhartini, S. (2020). *Penerapan media gambar sebagai upaya dalam peningkatan konsentrasi belajar anak usia dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(1), 676.

<sup>10</sup>Noviati, R., Misdar, M., & Adib, H. S. (2019). *Pengaruh lingkungan belajar terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran akidah akhlak di MAN 2 Palembang*. Jurnal PAI Raden Fatah, 1(1), 1-20.

interpretasi informasi, kemampuan untuk menerapkan pengetahuan yang baru diperoleh, dan kapasitas untuk analisis dan sintesis pengetahuan.

- b. Perilaku afektif. Penerimaan (sejumlah perhatian tertentu), tanggapan (keinginan untuk bereaksi terhadap konten yang diajarkan), ekspresi pandangan atau keputusan sebagai integrasi dari keyakinan, gagasan, dan sikap seseorang perilaku ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi siswa yang memiliki konsentrasi belajar.
- c. Perilaku psikomotor. Siswa yang fokus belajar dapat dikenali dengan menggunakan gerakan anggota tubuh yang tepat atau, jika diarahkan oleh guru, komunikasi nonverbal seperti bahasa tubuh dan ekspresi wajah yang relevan.
- d. Penggunaan bahasa. Untuk menemukan siswa yang fokus pada pembelajaran melalui kegiatan bahasa mereka yang terorganisir dengan baik dan sesuai.<sup>11</sup>

Berikut adalah beberapa contoh sifat konsentrasi belajar yang berhubungan langsung dengan kurangnya fokus siswa dalam kreativitasnya selama proses pembelajaran di kelas:

- a. Beberapa siswa terlibat dalam percakapan yang tidak berarti selama kelas, yang mengalihkan perhatian siswa tersebut dari mendengarkan guru saat dia menjelaskan isinya.

---

<sup>11</sup>Lestari, F. (2020). *Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Menerapkan Pembelajaran Kontekstual Pada Pembelajaran IPA*. PTK A1 2018 PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

- b. Beberapa anak tertidur saat mereka berada di kelas.
- c. Banyak siswa yang mengaku dibiarkan berangkat karena berbagai alasan selama studi. Pada akhirnya, mereka tidak mempelajari apa pun yang telah dibahas oleh guru hari itu. Hal ini sangat merugikan pencapaian tujuan pembelajaran.
- d. Pada saat pembelajaran berlangsung, ada siswa yang bukannya membuat sketsa dan menyanyi sambil memperhatikan materi, tetapi tidak sadar akan tujuan pembelajaran.<sup>12</sup>

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa karakteristik konsentrasi ini memiliki dampak yang sangat penting bagi siswa itu sendiri. Jika konsentrasi siswa yang berkurang ini sangat fatal untuk mencapai tujuan pembelajaran, maka pada akhirnya mereka tidak akan sepenuhnya memahami materi yang disampaikan guru selama pembelajaran.

#### **4. Prinsip-prinsip Konsentrasi**

Konsentrasi pembelajaran didasarkan pada beberapa prinsip, antara lain sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk mengelola kemampuan, pikiran, dan perasaan seseorang hanyalah konsentrasi.
- b. Adanya kemauan yang kuat dan teguh merupakan salah satu prasyarat utama untuk dapat memusatkan perhatian dengan baik.
- c. Jika seseorang dapat menikmati tugas yang ada, itu adalah salah satu dasar dari tindakan perhatian yang sukses yang dia lakukan.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>Tabtani Yusran, *Pendidikan dalam Proses Belajar Mengajar...*,h.11

## 5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi Belajar

Faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar di antara yaitu:

- a. Motivasi yang diperolehnya
- b. Minat atau keinginan terhadap sesuatu
- c. Skenario tekanan yang dapat membahayakan dirinya
- d. Pengalaman fisik, psikologis, dan emosional
- e. Tingkat kecerdasan yang dimiliki
- f. Lingkungan dimana kita berada
- g. Motivasi dan minat belajar yang lemah
- h. Perasaan stres, sedih, marah, cemas, khawatir, takut, dan pembalasan.
- i. Suasana belajar kacau dan gaduh.
- j. Masalah kesehatan pada tubuh.
- k. Menerima pendidikan.
- l. Kurang ahli dalam metode pembelajaran yang efektif<sup>14</sup>

Selain faktor pembatas tersebut, ada dua faktor lain yang mengakibatkan masalah konsentrasi: pengaruh internal dan eksternal.

### a. Faktor internal

Karakteristik individu, seperti komitmen yang kurang kuat untuk belajar, temperamen emosional, dan tanggapan terhadap lingkungan, merupakan pengaruh internal. Pengaruh eksternal meliputi hal-hal seperti kebisingan, orang-orang terdekat yang ingin berbicara,

---

<sup>13</sup>Setijo Purwanto dan Aryati Nuryani, *Efektifitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar pada Anak*, E- Jurnal ( Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, 2010), Hal.90

<sup>14</sup>Thursan Hakim. *Mengatasi Gangguan Konsentrasi* ( Jakarta: Rineka Cipta,2019) hal.1-

suhu ruangan, dan bagaimana jadwal dan urutan pelajaran diatur. Selain masalah internal, kelelahan juga bisa diakibatkan oleh pengaruh eksternal termasuk kelelahan fisik dan mental.<sup>15</sup>

Penyebab internal adalah variabel yang menyebabkan gangguan konsentrasi yang berasal dari dalam diri seseorang. Faktor internal dibagi menjadi dua garis besar, yaitu faktor jasmani dan faktor spiritual.

- 1) Faktor jasmani seperti mengantuk, lapar, haus, gangguan sensorik, gangguan pencernaan, gangguan jantung, gangguan pernapasan, dan sejenisnya, merupakan faktor yang diakibatkan oleh kondisi fisik seseorang pada saat kondisinya tidak normal atau mengalami gangguan kesehatan.
- 2) Faktor spiritual, yang timbul dari mentalitas seseorang, yang dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi, seperti gelisah, ketidakstabilan emosi, tidak sabar, dan sifat-sifat lain yang membuat seseorang mudah gelisah, stres, atau depresi.<sup>16</sup>

b. Faktor Eksternal

Pengaruh eksternal meliputi hal-hal seperti lingkungan, teknologi, pencahayaan, suara, dan adanya gangguan visual yang berasal dari sumber selain individu. Gangguan yang sering dirasakan adalah rasa tidak nyaman saat melakukan berbagai tugas yang

<sup>15</sup>Surya, hendra. *Menjadi Manusia Pembelajar* ( Jakarta : Gramedia, 2019) hal.56

<sup>16</sup>Thursan Hakim, *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal. 14-18

menuntut konsentrasi penuh, seperti ruang belajar yang kecil dan kotor, udara yang tercemar, dan suhu udara yang panas.<sup>17</sup>

Merasa lelah atau bosan setelah mendengarkan pelajaran dari guru selama beberapa jam inilah yang menyebabkan menurunnya atensi tersebut. Selain itu, iklim tropis seperti Indonesia menghadapkan guru dan siswa pada tantangan melawan rasa panas dan lelah di siang hari. Panas menyebabkan murid terus mengipasi diri sendiri, yang mengurangi fokus mereka saat belajar. Tugas guru sangat krusial dalam situasi seperti ini. Agar proses belajar mengajar menjadi efektif, pengajar harus mampu menciptakan lingkungan yang menyenangkan.<sup>18</sup>

Berdasarkan factor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa variabel yang mempengaruhi konsentrasi belajar anak adalah faktor internal dan faktor eksternal. Pengaruh internal adalah pengaruh yang berasal dari orang itu sendiri, seperti mudarnya motivasi untuk belajar, kehilangan minat, dan kesehatan yang memburuk. Faktor eksternal adalah variabel yang memengaruhi individu dari luar, seperti lingkungan belajar yang bising, pencahayaan yang mengganggu, atau visual. Oleh karena itu, lingkungan dapat mempengaruhi kemampuan konsentrasi seseorang melalui suara, suhu pencahayaan, dan desain

---

107 <sup>17</sup>Femi Ollivia. *Mendampingi Anak Belajar* (Jakarta:Elek Media Komputendo, 2010), h.

<sup>18</sup>Pupuh Falturahman, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2010), h. 102

pembelajaran yang merupakan aspek-aspek yang mempengaruhi konsentrasi belajar pada sore hari.

## **6. Pengaruh Konsentrasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Siswas**

Konsentrasi dimaksudkan memusatkan segenap kekuatan perhatian pada situasi belajar. Sedangkan hasil belajar adalah kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya yang dicapai dari suatu aktivitas. Hasil belajar diperoleh seorang peserta didik melalui usaha yang sungguh-sungguh sehingga mereka akan mendapatkan nilai yang memuaskan.

Konsentrasi belajar yang dimiliki siswa berpengaruh terhadap hasil belajar. Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah konsentrasi belajar, hal ini sesuai dengan pendapat Aunurrahman yang menyatakan salah satu faktor yang berasal dari diri siswa atau faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar adalah konsentrasi belajar siswa.<sup>19</sup> Jika seseorang mengalami kesulitan berkonsentrasi maka belajarnya akan sia-sia, karena akan membuang tenaga, waktu dan biaya. Seseorang yang dapat belajar dengan baik, ia harus memiliki kebiasaan untuk memusatkan pikiran.

Pendapat tersebut juga diperkuat oleh Hartono yang menyebutkan bahwa tingginya waktu curah perhatian (konsentrasi) terbukti

---

<sup>19</sup> Abu Ahmadi dan Widodo Suproanto, Psikologi Belajar, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004) hal. 12

meningkatkan hasil belajar.<sup>20</sup> Optimal tidaknya hasil belajar siswa tergantung dari kemampuan anak untuk melakukan konsentrasi belajar. Hal tersebut mengindikasikan bahwa konsentrasi sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa dalam belajar sehingga berpengaruh pada hasil belajarnya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar mempunyai pengaruh terhadap hasil belajar siswa, karena apabila siswa dapat memusatkan perhatiannya maka dapat mengoptimalkan kemampuannya dalam merespon pelajaran yang sedang dipelajari, sehingga akan dapat mempengaruhi terhadap peningkatan hasil belajar siswa tersebut.

## **7. Manfaat Konsentrasi Belajar**

- a. Pendidik dapat lebih mudah dan cepat menangkap materi yang diberikan. Hal ini terbukti bahwa siswa yang fokus pada studi mereka sebenarnya terlibat. Oleh karena itu, mempertahankan fokus merupakan indikasi lain bahwa anak-anak terlibat dalam pembelajaran mereka.
- b. Meningkatkan minat dan motivasi siswa untuk berpartisipasi lebih aktif dalam studi mereka. membantu pendidik dalam melaksanakan proses pembelajaran.
- c. Suasana belajar menjadi lebih kondusif
- d. Mempermudah siswa untuk memperoleh keterampilan baru.

---

<sup>20</sup> Hartono, Dkk, Pembelajaran Aktif Inofatif Kreatif Efetif dan Menyenangkan, (Pekanbaru: Zanafa Publishing, 2009) hal. 13.

- e. Munculnya hal-hal yang bermanfaat (misalnya tidak ingin berkhayal) pada diri siswa.

Menurut Jerome, belajar sesuai dengan pencarian aktif oleh manusia, dan secara otomatis menghasilkan hasil yang lebih baik. Menemukan sendiri penyelesaian masalah dan informasi yang menyertainya akan menghasilkan pengetahuan yang benar-benar bermakna. Belajar memberikan manfaat, antara lain:

- a. Dibandingkan dengan pengetahuan yang diajarkan dengan cara konvensional, pengetahuan yang diperoleh lebih mudah dipertahankan atau bertahan lama.
- b. Pengetahuan yang diperoleh melalui pembelajaran ditemukan memiliki pengaruh yang lebih baik pada transfer daripada yang lain.
- c. Secara keseluruhan, pembelajaran penemuan meningkatkan penalaran deduktif siswa dan kapasitas mereka untuk berpikir orisinal.

#### **8. Dampak positif dan negatif konsentrasi belajar**

- a. Dampak positif
  - 1) Mempermudah menyerap materi
  - 2) Mampu berfikir kritis
  - 3) Meningkatkan kemampuan mengaplikasikan, analisis dan evaluasi pembelajaran
  - 4) Mempermudah proses pembelajaran
  - 5) Menumbuhkan semangat belajar
  - 6) Mempermudah pencapaian tujuan pembelajaran

b. Dampak negatif

- 1) Membuang waktu
- 2) Membuang biaya
- 3) Membuang tenaga
- 4) Belajar kurang optimal
- 5) Kurang memahami pelajaran
- 6) Tidak menunjukkan kepedulian terhadap keadaan
- 7) Tidak berkonsentrasi pada tugas

**B. Memanah**

**1. Pengertian Memanah/Panahan**

Panahan adalah nama olahraga di mana anak panah ditembakkan dari busur. Busur dan anak panah (Panah) digunakan dalam olahraga panahan sebagai olahraga dalam kegiatan tersebut, dimana anak panah ditembakkan ke arah tertentu pada target atau sasaran yang jaraknya tertentu. Memanah membutuhkan kemampuan unik atau pengetahuan khusus. Setiap pemanah yang bertanding di ajang olahraga ini harus bisa melepaskan anak panahnya tepat pada sasaran yang telah ditentukan.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> M. Syachrofi, *Singnifikasi Hadist-hadist Memanah Dalam Tinjauan Teori Ma'na Cum Magza*, Jurnal: *Living Hadist*, Vol.3 No.2, Okteber 2018

Ada juga dalil yang amat populer di tengah masyarakat bahwa ada perintah untuk mengajarkan anak-anak berenang, termasuk di dalamnya memanah dan menunggang kuda, ternyata bukan hadits nabi. Para ulama umumnya menyebut perintah itu merupakan perintah dari Umar bin Al-Khattab radhiyallahuanhu.

عَلِّمُوا أَوْلَادَكُمْ السِّبَاحَةَ وَالرَّمْيَةَ وَرُكُوبَ الْخَيْلِ

Umar bin Al-Khattab berkata, "Ajari anak-anakmu berenang, memanah dan naik kuda".<sup>22</sup>

Perkataan di atas lebih tepat untuk dinisbatkan kepada Umar bin Al-Khattab radhiyallahuanhu. Sebab kalau dinisbatkan kepada Rasulullah SAW, banyak para ulama hadits yang menentangnya.

Memanah bisa melatih emosi dalam menempatkan target yang tepat sasaran. Jika emosi tidak stabil bisa jadi kemungkinan memanah tepat target akan gagal. Karena itu olahraga ini secara tidak langsung melatih siswa untuk belajar mengendalikan emosi dan ketenangan. Seorang pemanah yang baik adalah dia yang tenang, tidak gugup, sabar dan dapat mengendalikan emosinya.

Selain emosi, memanah juga bisa melatih keseimbangan tubuh. Saat menarik anak panah dari busurnya, kemungkinan melepaskannya akan membutuhkan kekuatan fisik yang ekstra. Tak hanya itu saja, olahraga ini pun dapat melatih konsentrasi dan fokus seseorang dalam menyemai rasa disiplin, tanggung jawab dan meningkatkan jati diri serta keyakinan pribadi

Eddy Roostopo memaknai memanah sebagai “menep ning manah” atau “ketenangan hati” yang berarti bahwa untuk hidup dalam ketenangan jiwa

<sup>22</sup> Zuhairini, *Filsafat Pendidikan Islam*, (Jakarta : bumi Aksara. 2008). H. 177

diperlukan usaha untuk eksis dan mempertahankan keberadaannya agar dapat merasakan kebahagiaan. hidup.<sup>23</sup>

Di Indonesia, panahan memiliki sejarah yang panjang. Dengan mengikuti kegiatan memanah, setiap orang dapat mengembangkan kekuatan, daya tahan, perhatian, koordinasi tangan-mata, keseimbangan, kelenturan tangan dan jari, kesabaran, dan kepercayaan diri. Sentuhan jiwa yang peka, kesabaran, tekad, fokus yang intens, dan stamina mental yang kuat juga diperlukan untuk kegiatan ini. Keterampilan mendasar, pola gerakan, keadaan fisik, dan mentalitas pemanah harus bersatu sebagai satu kesatuan yang kohesif karena panahan merupakan olahraga sosial yang dapat mengendurkan tubuh dan olahraga yang dapat digunakan untuk mencapai suatu tujuan.<sup>24</sup>

## 2. Teknik Dasar Memanah

Menguasai dasar-dasar memanah yang baik dan benar. Pemanah harus memahami dasar-dasar olahraga sesuai dengan anatomi dan fisiologi tubuh. Dalam *meng-upgrade* pelatihan pelatih panahan dasar, ada sembilan langkah yang sering digunakan, antara lain (1) *Sance* (cara berdiri), (2) *Nocking* (memasang panah pada nocking point), (3) *Extend* (merentang tangan busur), (4) *Drawing* (menarik tali), (5) *Anchoring* (menjangkar), (6) *Tinten/Hold* (mengetatkan dan

---

<sup>23</sup> Hafid Ponx Jakaria Kustoto, *Internalisasi Nilai-Nilai Jemparingan dalam pertunjukan Tari, Program Pasca Sarjana*, Institut Seni Indonesia Surakarta, Vol. 13, No 2, Desember 2015.

<sup>24</sup> Aulia Rohmah dan Asep Dudi Suhardini, *Pendidikan Nilai Karakter dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Memanah; Studi Khusus di SMA Daarut Tauhid Boarding School*, Jurnal Prosiding Pendidikan Agama Islam. Vol. 04 No.2 Tahun 2018

menahan), (7) *Aiming* (menbidik), (8) *Release* (melepas tali busur), dan (9) *After Hold* (posisi akhir).<sup>25</sup> Sebagai contoh, pertimbangkan hal berikut:

a. *Stance*

*Stance* adalah posisi awal pemanah. (1) Berdiri dalam posisi berdiri dengan meletakkan kaki Anda sejajar dengan garis api dan selebar bahu, dengan tubuh di tengah. (2) Kepala dan badan berorientasi pada sasaran, badan lurus dari kaki. (3) Kepala harus tetap dalam posisi tegak; memindahkannya ke bawah atau terbalik dilarang.

b. *Nocking*

*Nocking* dilakukan (1) Mengayunkan anak panah pada titik nocking tali busur dengan sayap telunjuk selalu berada di luar jendela haluan adalah cara memasang anak panah. Sayap yang menghadap *nock* disebut sayap indeks. (2) Letakkan mata panah pada sandaran untuk busur (Tombol dan sandaran panah)

c. *Extand*

*Extand* dilakukan dengan (1) Tangan busur direntangkan lurus ke arah cacat setinggi bahu. (2) Untuk keluar dari jalur tali, siku bagian dalam diputar hingga vertikal. (3) Tinggi kedua bahu sama. (4) Hindari ekstensi sendi bahu saat pangkal lengan atas dalam posisi netral atau terkunci. (5) Titik tumpu berada di titik pivot, dan ibu jari serta jari membentuk huruf "Y" untuk menopang busur. (6) Jari tarik membentuk

---

<sup>25</sup>Pelana, R., & Oktafiranda, N.D. (2010). *Buku Teknik Dasar Olahraga Panahan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada. Prasetyo.

konfigurasi yang menarik dengan jari telunjuk, tengah, dan manis. (7) Ibu jari ditekan dengan kuat pada telapak tangan, dan jari kelingking direntangkan tidak dalam keadaan tegang tetapi juga ditekuk. (8) Pada ruas kedua dan ketiga, jari penarik dibawa ke tali dengan posisi jari telunjuk di atas nock, jari tengah di bawah, dan jari manis di atas. (9). Lokasi dan bentuk pegangan harus ditetapkan sebelum senar ditarik, dan tidak dapat diubah setelah tarikan dimulai.

*d. Drawing*

*Drawing* atau menggambar dilakukan dengan (1) menarik dengan ritme yang sama hingga mencapai posisi menahan, (2) menggunakan jangkar samping yang menggerakkan rata-rata air ke belakang dalam garis lurus dengan panah mengarah ke bawah ke dagu atau samping, dan (3) menggunakan jangkar utama yang menggerakkan rata-rata air ke depan dalam gerakan melingkar. Hal ini tidak terbantu oleh kepala tali atau lokasi depan karena langsung ditarik ke titik sentuh.

*e. Anchoring*

*Anchoring* pada prosedur berikut digunakan untuk melabuhkan busur: (1) Tali busur ditarik ke arah bawah dagu (*anchor* tengah) atau sedikit ke samping dagu di bawah rahang (*side anchor*); (2) Harus berhati-hati saat menarik tali karena telapak tangan dan tali melengkung keluar; (3) Posisi jari-jari harus berhadap-hadapan; dan (4) Jari telunjuk bagian atas; dan Daggu, rahang, dan pangkal rahang bawah semuanya memiliki keterikatan pada jari.

*f. Tinten/Hold*

Teknik berikut digunakan untuk mengencangkan atau menahan posisi: (1) pangkal lengan dan bahu; (2) tangan busur dan pangkal lengan penarik; yang terbaik adalah jika mereka membentuk garis lurus.

*g. Aiming*

Ada dua cara untuk membidik: (1) berusaha untuk rileks sebanyak yang Anda bisa dan berkonsentrasi pada target daripada tubuh (teknik); dan (2) jangan terus menunjuk titik kuning karena akan membuat lengan kiri kaku. Sebaliknya, kendurkan cengkeraman Anda.

*h. Release*

*Release* dilakukan dengan (1) Mengencangkan dan menarik-narik otot punggung menyebabkan pelepasan. (2) Tali dilepas dengan cara meregangkan atau melepaskan tegangan dari ketiga ujungnya dan didorong ke belakang ke bawah rahang dan sisi leher sehingga berhenti di satu lokasi, sentuhan yang sama setiap kali menembak panah. (3) Tali dilonggarkan dan tidak ada ketegangan di kepala atau pangkal jari.

*i. After Hold*

Mengikuti *Hold* dilakukan dengan (1) lengan penarik meluncur lurus ke belakang antara lengan atas dan bawah tanpa membuka, (2) jari-jari berhenti pada titik sentuh konstan, tangan busur tetap dijulurkan pada posisi semula, dan busur dilepaskan. (3) Laurus harus diarahkan ke arah target dan ditahan di sana sampai panah mendarat di permukaan.

Dibutuhkan teknik yang terbilang sangat baik dari beberapa teknik yang disebutkan di atas untuk berhasil dengan gemilang dalam memanah. Namun, tanpa bantuan indera kinestetik dan kondisi fisik yang baik, teknik yang baik tidak cukup untuk memberikan hasil yang baik.<sup>26</sup>

### 3. Alat-alat Memanah

Alat yang digunakan saat memanah yaitu sebagai berikut:

#### a. Busur (*Bow*)

Ada tiga jenis busur, yang pertama adalah busur tradisional, yang dipengaruhi oleh budaya daerah. Busur tradisional biasanya masih dibuat dengan tangan atau secara organik, tanpa tambahan apa pun. Setiap daerah memiliki bentuk dan bahan yang berbeda yang digunakan berdasarkan sumber daya yang tersedia di sana. Beberapa contoh wilayah tersebut antara lain China, Korea, Turki, dan Korea yang masing-masing memiliki kualitas dan ciri khas tersendiri. Yang kedua adalah busur khas yang digunakan oleh pemanah pemula; sekarang sering terlihat di turnamen Indonesia. Busur dengan anggota badan yang dilapisi serat dan inti kayu (*wooden*). Ketiga, busur *recurve*, yang sering digunakan dalam kompetisi Olimpiade dalam skala global. Anak panah itu memiliki anggota badan yang dilapisi kayu atau karbon dan anak tangga yang dilapisi logam atau karbon. Busur majemuk, yang menampilkan mekanisme kontrol untuk membidik tarikan penuh atau tarikan maksimum, adalah jenis busur keempat.

---

<sup>26</sup> Prasetyo, Y. (2013). Teknik-teknik dasar bagi atlet pemula panahan. Jurnal.

b. Anak Panah (*Arrow*)

Panah adalah alat yang digunakan untuk mencapai atau menyerang target. Bahan yang berbeda, termasuk kayu, bambu, aluminium, serat, platina, dan karbon, digunakan untuk membuat berbagai jenis anak panah.

c. Alat Pengaman (Pelindung)

"Tahan jari", yang merupakan pelindung jari yang mencegah goresan dari tali busur akibat kontak berulang, adalah salah satu alat pengaman yang sering digunakan selama latihan untuk melindungi diri dari bahaya dan biasanya terbuat dari kulit. "Pelindung lengan" adalah perisai yang melindungi bagian dalam lengan kiri bawah sehingga ketika anak panah dilepaskan dari busur, tidak terkena jentikan atau pantulan tali busur. Untuk menghindari terkena tali busur, kenakan pelindung dada "Pelindung Dada" di sebelah kiri.<sup>27</sup>

#### 4. Keutamaan Dalam Memanah

Berikut adalah beberapa manfaat dari terlibat dalam kegiatan memanah:

a. Spiritual

Secara spiritual dapat dilihat dari kenyataan bahwa banyak yang menganggap memanah memiliki sejarah keberadaan yang panjang, mulai dari surga hingga ramalan atau ramalan. Selain itu, ada beberapa argumen yang mendukung landasan spiritual para pemain. Namun, di

<sup>27</sup>Defrizal Siregar & Yessy Yanita Sari, *Membidik Karakter Hebat*, ( Jakarta: Gema Insani, 2018)

luar Islam, memanah dianggap sebagai latihan meditasi yang bermanfaat, sehingga fokus dan ketenangan sangat penting.

b. Kesehatan

Berawal dari tujuan memanah, kita dapat melihat bahwa awalnya digunakan sebagai senjata perang, alat berburu untuk bertahan hidup, dan akhirnya menjadi salah satu cabang olahraga atau hiburan yang benar-benar kita rasakan saat ini. Menggunakan panahan untuk menjaga target adalah kesehatan yang sangat tepat. Menurut para ahli medis, panahan dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh, mengembangkan keseimbangan tubuh, menjaga kesehatan jantung (kebugaran), terutama mengendurkan tangan, dan memperbaiki postur tubuh.

c. Meningkatkan Kecerdasan

Fokus adalah komponen kunci dari ketepatan sasaran olahraga ini saat menembakkan panah. Fokus dan ketenangan sangat penting untuk memanah. Selain itu, melatih bakat kognitif anak termasuk mencoba meramal masa depan dan melakukan analisis. Tanpa disadari, memanah merupakan kegiatan yang meningkatkan kecerdasan karena melibatkan lebih dari sekedar memutuskan titik mana yang akan menjadi sasaran; sebaliknya, ini melibatkan berpikir dan bergerak atau menggunakan bagian tubuh tertentu untuk mengetahui cara mengenai target berulang kali menembakkan panah ke target yang dituju (terus menerus).

d. Sebagai semacam hiburan

Panahan saat ini menjadi kegiatan rekreasi populer yang menjadi populer dan diminati, bukan hanya sebagai olahraga. Siapa pun dapat mencoba bermain dengan panah, tetapi harus didampingi oleh pelatih yang berkualifikasi. Ini termasuk orang dewasa maupun anak-anak, dan banyak dari mereka juga populer di kalangan turis.

e. Memiliki pengekanan

Pemanah pemula bisa menjadi kurang emosional setelah tembakan yang buruk dengan beberapa latihan. Mereka berkepal dingin, mereka akan membuktikan nilai mereka dalam permainan mereka, dan mereka akan menjadi lebih baik seiring berjalannya permainan.

f. Meningkatkan kekuatan mental

Dengan memanah, seseorang dapat mengembangkan ketangguhan mental, ketangguhan mental, dan keterampilan motivasi diri sehingga seseorang tidak pernah kehilangan semangat dan tidak berkecil hati.

g. Tingkatkan rasa percaya diri

Panahan adalah olahraga yang sangat baik untuk menggabungkan keterampilan fisik, mental, dan kognitif. Apa pun hasil akhirnya, setiap pemanah menemukan kepuasan dari memenangkan perang di dalam dirinya sendiri, terutama melawan kegagalannya untuk mengulanginya karena pada dasarnya adalah sifat manusia untuk ingin membuktikan bahwa dia bisa melakukannya karena orang lain juga bisa.

h. Kembangkan rasa pencapaian

Banyak orang tidak menyukai olahraga tim. Olahraga yang fokus pada individu, seperti panahan, dapat menumbuhkan kesuksesan pada level individu. Akan sangat memuaskan bisa memanipulasi string dan berhasil meluncurkan panah ke sasaran yang dituju.

i. Mendorong anak untuk menetapkan tujuan

Dalam memanah, target adalah perhatian utama. Tanpa sasaran memanah, kebingungan justru akan menimbulkan kekacauan, oleh karena itu memanah juga membutuhkan sasaran. Tujuan sederhana termasuk mempersempit cincin target dan meningkatkan target lain yang diinginkan. Pemanah baru dapat menetapkan tujuan mereka sendiri untuk setiap sesi latihan dan melacak perkembangannya.<sup>28</sup>

## 5. Hikmah dan Fadhillah Memanah

Memanah tidak hanya dipandang sebagai suatu olahraga saja, tetapi salah satu keterampilan yang Rasûllahi Shalallahu ‘Alaihi Wasallam sunnahkan. Panahan saat ini mulai semakin memasyarakat di tengah-tengah kita. Selain sebagai sebuah olahraga, memanah juga menjadi syiar untuk menghidupkan sunnah. Mengikuti sunnah Rasûllahi Shalallahu ‘Alaihi Wasallam adalah perkara yang teramat penting dan besar kedudukannya dalam keimanan.<sup>29</sup> Setiap apa yang Rasulullah contohkan, perintahkan dan larangannya pasti mengandung kebaikan bagi kita. Karena beliau senantiasa ada dalam bimbingan Allah Subhanahu Wa

<sup>28</sup>Abdullah Gymnastar, *Hikmah Olahraga Memanah dan Berkuda*, (Bandung: Emqies Publishing, 2016)

<sup>29</sup>Abdullah Gymnastar, *Hikmah Olahraga Memanah dan Berkuda*, (Bandung: Emqies Publishing, 2016), hlm. 3

Ta'alah. Sesungguhnya tidaklah semata-mata sesuatu yang diajarkan Rasûlullahi Shalallahu 'Alaihi Wasallam dan sahabatnya kecuali dalamnya mengandung kebaikan.<sup>30</sup> Berikut ini hikmah yang bisa di dapatkan dari Aktivitas memanah.<sup>31</sup>

### 1. Spiritual

Secara spiritual dapat dilihat dari fakta yang terjadi bahwa masyarakat memaknai bahwa memanah memiliki sejarah panjang kehidupan, bermula dari surge hingga nubuwah atau kenabian. Dan dari berbagai dalil yang menguatkan akar spiritual pemainnya. Dari sisi lain, diluar agama Islam panahan diyakini bisa menjadi alat meditasi yang efektif, yang menjadikan konsentrasi dan ketenangan sebagai kuncinya.

### 2. Kesehatan

Berawal dai fungsi memanah awalnya digunakan untuk senjata peperangan, alat berburu sebagai sumber pencaharian, dan kemudia menjadi salah satu cabang olahraga atau hiburan yang sangat kita rasakan saat ini. Panahan sangat tepat sekali jika digunakan untuk menjaga kesehatan. Ahli medis mengemukakan bahwa jika ditilik dari sisi kesehatan, dari panahan dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh, melatih keseimbangan tubuh, menjaga kesehatan (kebugaran)

---

<sup>30</sup> Ibid., hlm. 6

<sup>31</sup> Defrizal Siregar & Yessy Yanita Sari, op.cit., hlm. 66-69

organ jantung, melunturkan otot tangan khususnya, dan membentuk postur tubuh.<sup>32</sup>

### 3. Meningkatkan kecerdasan

Didalam olahraga ini, hal yang sangat digunakan untuk ketepatan sasaran pada saat melesatkan anak panah yaitu fokus. Kefokusan yang digunakan pada olahraga ini adalah kuncinya. Dan selain fokus, mencoba memprediksi, dan melakukan analisis juga merupakan bagian dari melatih kemampuan kognitif anak. Tanpa disadari, bahwa memanah adalah kegiatan yang mengasah kecerdasan, karena ia tidak hanya fokus menentukan titik mana yang akan menjadi sasaran tetapi ada proses berfikir dan menggerakkan atau menggunakan bagian tubuhnya untuk bagaimana caranya dapat melesatkan anak panah dengan tepat, dan itu dilakukan berulang kali.

### 4. Sebagai hiburan

Tidak hanya sebagai olahraga, saat ini panahan menjadi kegiatan yang semakin dinikmati dan diminati oleh banyak orang sebagai hiburan. Tidak hanya anak-anak tetapi juga orang-orang dewasa pun menikmatinya. Dan semakin banyak tempat-tempat wisata dan pusat perbelanjaan terdapat arena panahan dilengkapi dengan alat dan pelatihnya, sehingga siapa saja dapat mencoba dan bermain dengan panah.<sup>33</sup>

---

<sup>32</sup> Ibid., hlm. 66

<sup>33</sup> Ibid., hlm. 67

## 5. Mengubah pola pikir

Menurut Anthony Park, coordinator panahan di Cullman, Taman dan Rekresai di Alabama, mengatakan kepada Asosiasi perdagangan panahan. Yaitu:

“Setelah anak-anak menyadari bahwa mereka hanya bisa menembak jika mereka mengikuti aturan, mereka pun mendapatkannya. Saya telah melihat anak-anak dengan masalah perilaku terburuk dapat meluruskan, karena mereka tau jika mereka mengikuti aturan, mereka akan bisa menembak”.

## 6. Mengendalikan diri

Dengan latihan, pemanah pemula dapat belajar untuk tidak terlalu emosional ketika mereka membuat bidikan yang buruk. Mereka akan menunjukkan nilai diri mereka pada permainannya, mereka dengan pikiran yang dingin, dan memperbaikinya pada putaran yang selanjutnya.

## 7. Meningkatkan ketangguhan mental

Pemanah tidak hanya memerlukan kekuatan fisik dan kognitif tetapi juga ketangguhan mental. Hanya dengan berlatih panahan serta belajar untuk tetap motivasi diri.

## 8. Meningkatkan kepercayaan diri

Panahan menawarkan kepuasan besar dalam menggabungkan kemampuan fisik, kognitif dan mental untuk efek yang baik. Apapun hasil akhirnya, setiap pemanah mendapatkan kepuasan dari memenangkan pertempuran dalam dirinya sendiri yaitu melawanketidak

berhasilnya dalam membidik untuk mengulanginya karena pada dasarnya sifat manusia ingin membuktikan bahwa dirinya bias.<sup>34</sup>

#### 9. Membuat sebuah rasa pencapaian

Tidak semua orang menyukai olahraga tim. Olahraga perorangan seperti panahan dapat memberikan tempat untuk berprestasi secara individu. Berada dalam posisi untuk menarik tali dan berhasil menembakkan panah langsung pada target sasaran pasti akan memberi seseorang rasa pencapaian yang hebat.

#### 10. Mengajarkan anak menetapkan tujuan

Didalam olahraga memanah, fokusnya adalah pada targetnya. Memanah juga butuh target, karena tanpa adanya target memanah jadi tidak terarah justru akan menimbulkan malapetaka. Panahan menawarkan lingkungan penetapan tujuan yang sempurna, mulai dari tujuan-tujuan sederhana seperti berfokus pada cincin target yang lebih kecil dan peningkatan target yang diinginkan lainnya. Pemain pemanah pemula dapat menetapkan target sendiri untuk setiap sesi latihan dan memantau kemajuan mereka.<sup>35</sup>

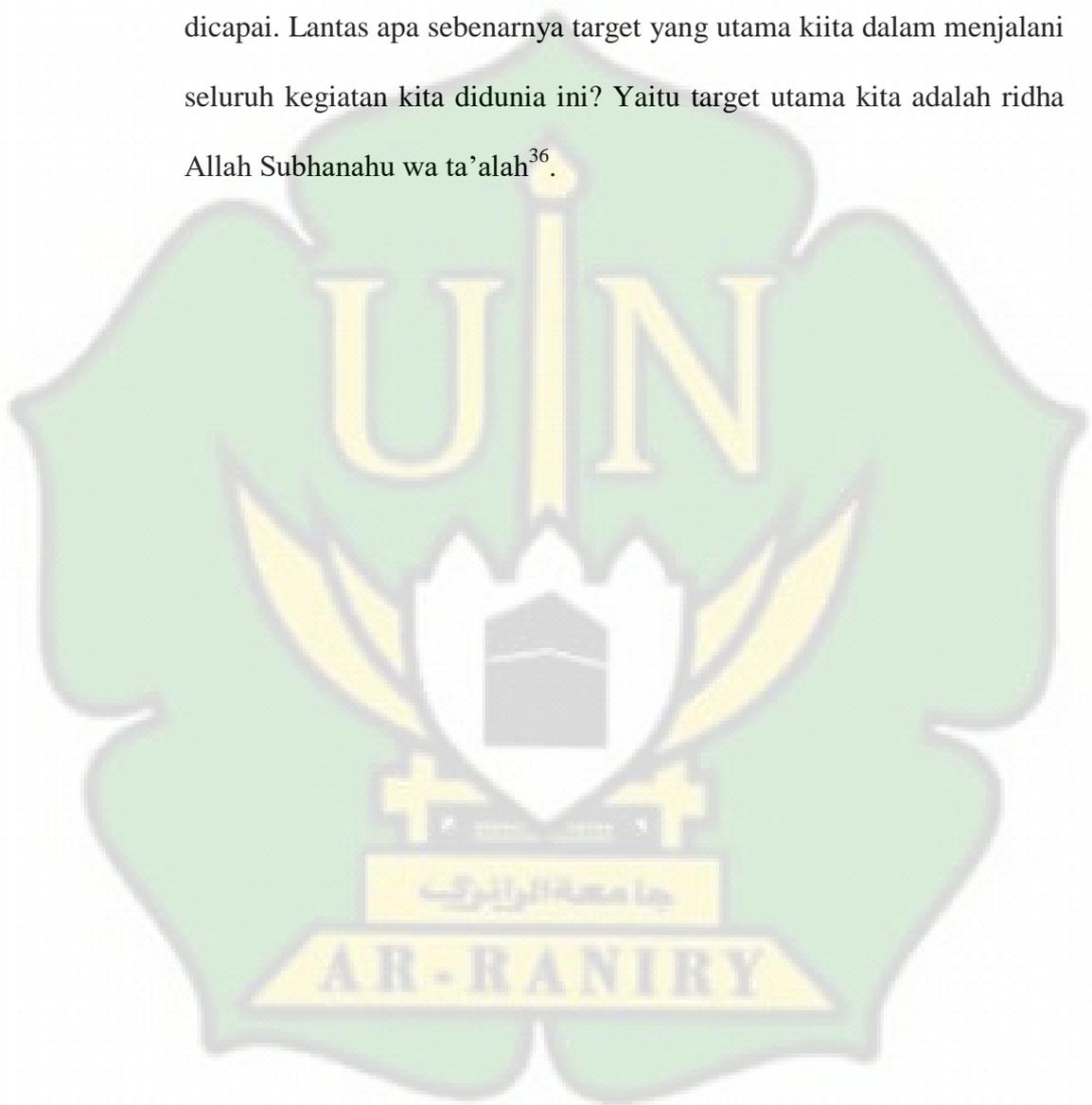
Didalam kehidupan pula, hidup harus ada targetnya. Setiap orang yang ingin meningkat didalam hidupnya pasti memiliki target, baik dalam pekerjaan, pendidikan, pergaulannya, atau urusan lainnya. Orang yang memiliki target dalam hidupnya biasanya akan rajin mengukur pencapaian yang sudah diraihinya secara berkala. Hari ini sudah

---

<sup>34</sup> Ibid., hlm.68

<sup>35</sup> Ibid., hlm. 69

mencapai apa, apakah target yang kemaren sudah 100% tercapai, jika belum apa kendalanya, bagaimana mengatasi kendala tersebut, dan seterusnya. Dalam kehidupan duniawi pasti banyak target yang harus dicapai. Lantas apa sebenarnya target yang utama kiita dalam menjalani seluruh kegiatan kita didunia ini? Yaitu target utama kita adalah ridha Allah Subhanahu wa ta'alah<sup>36</sup>.



---

<sup>36</sup> Abdullah Gymnastiar, op.cit.,hlm. 9- 11

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Metode merupakan teknik yang dilakukan dalam proses penelitian. Sedangkan penelitian itu sendiri diartikan sebagai upaya dalam bidang ilmu pengetahuan yang dijalankan untuk memperoleh fakta-fakta dan prinsip-prinsip dengan sabar, hati-hati dan sistematis untuk mewujudkan kebenaran.<sup>37</sup> Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, penggunaan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>38</sup> Penelitian ini bersifat asosiatif karena penelitian ini menanyakan pengaruh antara dua variabel yang dapat dilihat berdasarkan hipotesis sementara.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), yaitu suatu penelitian yang mengumpulkan data di lapangan (lokasi penelitian) dengan terjun langsung ke lapangan untuk menggali informasi atau data yang berhubungan dengan pokok permasalahan yang akan diteliti. Pada penelitian ini peneliti bermaksud mengetahui pengaruh latihan memanah terhadap konsentrasi belajar.

---

<sup>37</sup>Mardalis, *Metode Penelitian*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006),24

<sup>38</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan : pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2014), Hlm.14

## B. Lokasi Populasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian diambil di Dayah Darul Ihsan yang merupakan salah satu Sekolah Menengah di Aceh, bertempat di Siem, Kec.Darussalam, Kabupaten Aceh Besar, Aceh 23373, tahun Ajaran 2021/2022. Waktu pembagian angket dilaksanakan selama 3 hari di mulai pada tanggal 07 sampai 09 Juni 2022.

## C. Hipotesis

Hipotesis merupakan pertanyaan sementara terhadap hasil penelitian. Oleh karenanya hipotesis merupakan ramalan terhadap hasil penelitian.<sup>39</sup> Menurut Syofian Siregar di mana hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang harus diuji kebenarannya. Hipotesis yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah hipotesis asosiatif karena pada penelitian ini menanyakan pengaruh antara dua variabel yang dapat dilihat berdasarkan hipotesis sementara. Hipotesis asosiatif merupakan dugaan terhadap ada tidaknya hubungan secara signifikan antara dua variabel atau lebih.<sup>40</sup>

Berdasarkan judul penelitian ini terlihat bahwa penelitian ini memiliki variabel sederhana yang saling berhubungan atau berpengaruh satu sama lain. Variabel tersebut adalah memanah sebagai variabel independen (X), sedangkan konsentrasi belajar sebagai variabel dependen (Y). Dari jenis variabel tersebut menentukan hipotesis yang peneliti gunakan yaitu hipotesis Nol ( $H_0$ ) hipotesis alternative ( $H_a$ ). Adapun yang menjadi hipotesis dalam penelitian ini adalah:

<sup>39</sup> M. Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2015), Hlm. 92.

<sup>40</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2011), Hlm. 150.

Ha : terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh latihan memanah(X) terhadap konsentrasi belajar (Y) di Dayah Darul Ihsan.

Ho : tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara pengaruh latihan memanah(X) terhadap konsentrasi belajar (Y) di Dayah Darul Ihsan.

Hipotesis riset diatas dapat dirumuskan dalam bentuk hipotesis statistiknya, yaitu:

$H_a : \rho \neq 0$  (terdapat pengaruh)

$H_o : \rho = 0$  (tidak terdapat pengaruh)

#### **D. Populasi dan Sampel**

##### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>41</sup> Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah semua yang mengikuti latihan memanah di Dayah Darul Ihsan yang berjumlah 53 orang.<sup>42</sup> Alasan penulis menggunakan semua yang mengikuti latihan memanah di Dayah Darul Ihsan sebagai populasi karena ingin meneliti apakah ada hubungan memanah dengan konsentrasi belajar siswa tersebut.

---

<sup>41</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D...*, Hlm. 80.

<sup>42</sup> Data diperoleh dari *penelitian di dayah darul ihsan* pada 07 oktober 2022

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>43</sup> Penelitian ini mengambil sampel yaitu siswa yang menjadi anggota memanah. Pengaruh latihan memanah, dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu.<sup>44</sup> Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan masalah yang peneliti teliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu seluruh siswa yang memenuhi kriteria tertentu. Adapun kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu siswa yang aktif saat latihan memanah.

Dalam penentuan sampel, peneliti menggunakan rumus Slovin untuk mendapatkan sampel yang mampu mewakili populasi pengaruh latihan memanah terhadap konsentrasi belajar siswa sebagai berikut rumus Slovin, yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

---

<sup>43</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan E&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013), Hlm. 117.

<sup>44</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi Mixed Methods*, (Bandung: Alfabeta, 2017), Hlm.126

Keterangan:

$n$  = ukuran sampel yang dicari

$N$  = ukuran populasi

$e$  = persen kelonggaran ketidaktelitian karena kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolerir atau diingankan, misalnya 10%.<sup>45</sup>

Berikut perhitungan sampel berdasarkan rumus Slovin :

$$n = \frac{53}{1 + (53)(0.1)^2}$$

$$n = \frac{53}{1 + (0.53)}$$

$$n = \frac{53}{1.53}$$

$$n = 34.64 \text{ dibulatkan menjadi } 35$$

Berdasarkan rumus *Slovin* diatas, dari jumlah populasi 53 orang yang mengikuti latihan memanah. Di Dayah Darul Ihsan diperoleh jumlah sampel sebanyak 34.64 atau dibulatkan menjadi 35 orang.

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Agar kegiatan pengumpulan data menjadi sistematis dan sederhana, peneliti memilih dan menggunakan teknologi yang disebut instrumen pengumpulan data.<sup>46</sup> Secara umum, penelitian akan berhasil jika banyak instrumen yang digunakan karena instrumen menyediakan data yang dibutuhkan untuk menjawab

<sup>45</sup> Husein Umar, *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005), Hlm. 78.

<sup>46</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 27.

pertanyaan penelitian (isu) dan mengevaluasi hipotesis.<sup>47</sup>Skala likert merupakan instrumen penelitian yang digunakan.

Skala yang dikenal sebagai skala Likert dapat digunakan untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi terhadap suatu hal atau situasi tertentu.<sup>48</sup>Data konsentrasi belajar dikumpulkan untuk penelitian ini menggunakan angket skala likert. Soal-soal ulangan berfungsi sebagai contoh konsentrasi belajar.

Jadwal pembagian angket dilaksanakan selama 3 hari di mulai pada tanggal 07 sampai 09 Juni 2022.Penulis menyebarkan kuesioner yang berisi pernyataan yang dijawab oleh responden yaitu pemustaka.Kuesioner diedarkan langsung kepada 47 responden yang terpilih sebagai sampel dan langsung dikembalikan saat itu juga setelah pengisian selesai.Hal ini dilakukan agar menghindari kehilangan angket karena tidak dikembalikan.Pertanyaan-pertanyaan pada angket tertutup menggunakan skala likert 1-4 dengan menggunakan pernyataan berskala.Adapun angket ini dibuat atas empat pilihan alternative jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (KS) dan sangat tidak setuju (TS).

Kisi-kisi instrumen memiliki empat faktor untuk menentukan tingkat konsentrasi belajar siswa: 1) Perilaku Kongnitif, (2) Afektif, (3) Psikomotor, (4) Bahasa . Tabel 3.2 di bawah ini menyediakan kisi instrumen:

---

<sup>47</sup> Margono S,*Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: RinekaCipta, 2010), h. 155.

<sup>48</sup>Sofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta:Prenamedia Group, 2015)

**Tabel 3.1**  
**Kisi-kisi Instrumen Konsentrasi Belajar**

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Pertanyaan		Total
			(+)	(-)	
Konsentrasi Belajar	Perilaku Kognitif	Kesiapan Belajar	1,2	-	2
		Penafsiran Informasi	-	3, 4	2
		Penerapan Pengetahuan	5	6	2
		Analisis Pengetahuan	7	8	2
	Afektif	Perhatian Terhadap Materi	9,10	-	2
		Respon Terhadap Materi	11	12	2
		Pandangan Terhadap Materi	13	14	2
	Psikomotor	Sikap Anggota Badan Saat Belajar	-	15,16	2
		Perilaku Non Verbal Lainnya	-	17,18	2
	Bahasa	Berbahasa Saat Respon Materi	20	19	2
Tanya Jawab Saat Materi		21	22	2	
<b>Jumlah Total Keseluruhan</b>					<b>22</b>

### 1. Observasi

Dengan memperhatikan dan mendokumentasikan gejala-gejala yang diselidiki, observasi adalah teknik untuk mengumpulkan data secara metodis dan terarah. Peneliti dalam hal ini menggunakan metode Uji Regresi Linear Sederhana. Peneliti ingin mengetahui apakah pelatihan panahan berdampak pada keterampilan konsentrasi belajar atau apa yang dijadikan sebagai sumber data penelitian saat mengamati konsentrasi dalam observasi ini.

Dengan ini akan dapat melihat data lebih jelas dan menentukan konsentrasi yang muncul dengan pengamatan ini.<sup>49</sup>

<sup>49</sup> Gantiana Komalasari, Eka Wahyuni, dkk, *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*, ( Jakarta: Indeks, 2011), h. 112

## 2. Angket

Memberikan responden daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk ditanggapi adalah bagaimana kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data.<sup>50</sup> Untuk mengukur sikap, gagasan, dan persepsi seseorang tentang dampak pelatihan panahan terhadap konsentrasi belajar siswa, digunakan angket skala Likert.

Dengan memberikan *checklist*(√) pada salah satu pilihan jawaban yang tersedia, siswa diminta untuk memilih salah satu kemungkinan jawaban. Pilihan jawaban yang diberikan adalah yang memperhitungkan apa yang dilakukan, dialami, dan terjadi.

Setiap pernyataan dilengkapi dengan 4 (empat) pilihan jawaban sebagai berikut:

- a. Kategori sangat sesuai (SS) jika Anda secara konsisten membuat klaim ini, mengalaminya, dan itu terjadi pada Anda sekitar 4
- b. Jika Anda sering membuat pernyataan ini, mengalaminya, dan itu terjadi pada Anda, kategori yang sesuai (S) kira-kira adalah 3.
- c. Kisaran antara dapat diterima dan tidak dapat diterima (KS) jika Anda melakukan Pernyataan ini, mengalaminya, dan terjadi pada Anda kira-kira 2
- d. Kategori tidak sesuai (TS) jika Anda jarang melakukan pernyataan ini, temui, dan itu terjadi pada Anda sekitar 1

Siswa yang membentuk populasi penelitian menjawab kuesioner

---

<sup>50</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian...*, h. 199.

skala Likert, memberikan peneliti informasi yang mereka butuhkan. Selain itu, data diperiksa untuk menghasilkan hasil yang sesuai dengan tujuan peneliti.

#### **a. Teknik Analisis Data**

Analisis data merupakan proses mengelompokkan atau mengorganisasikan dan mengurutkan data sehingga mendapatkan jawaban terhadap tujuan penelitian.<sup>51</sup> Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana. Analisis regresi ini bertujuan untuk memprediksi atau menguji pengaruh variabel dependen dengan variabel independen. Bila skor variabel dependennya diketahui maka besarnya skor variabel independen dapat diprediksi.

##### **1. Uji Hipotesis**

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana. Analisis ini digunakan untuk mengetahui pengaruh beberapa variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y). Analisis linier sederhana dilakukan dengan uji koefisien determinasi, uji t, dan uji F. Model regresi dalam penelitian ini sebagai berikut :

---

<sup>51</sup> Aula Aryanti, "Pengaruh Penerapan Program Relax AND Easy Terhadap Minat Kunjung Mahasiswa Pada UPT. Perpustakaan Universitas Syiah Kuala", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, 2016), Hlm. 29.

$$Y=a+Bx$$

Keterangannya:

Y = Variabel tak bebas yang diprediksikan

a = Penduga bagi intersap, perbedaan rata-rata variabel X ketika variabel Y = 0 ( $\alpha$ )

b = Penduga bagi besarnya perubahan nilai variabel X bila nilai variabel Y berubah satu unit pengukuran.

X = Variabel independen yang mempunyai nilai tertentu  $\beta$   $\alpha$   $\beta$  adalah parameter yang nilainya tidak diketahui sehingga diduga menggunakan statistik sampel.

Untuk nilai konstanta a dan koefisien regresi b dapat bisa didapatkan dengan pengolahan data menggunakan program SPSS versi 22.0. sedangkan untuk mengetahui signifikan persamaan regresi adalah dengan membandingkan harga Fhitung dengan Ftabel, yang terdapat pada tabel nilai-nilai F. Apakah ada pengaruh signifikan dari variabel X terhadap variabel Y, maka hasil perhitungannya dibandingkan dengan taraf signifikan 5%, jika F hitung > F tabel, maka terdapat pengaruh variabel X terhadap Y.

## 2. Penyajian Data

Penyajian data merupakan hasil dari pengolahan data.<sup>52</sup> Penyajian data bertujuan untuk memudahkan dalam membaca dan memahami data serta memudahkan dalam menganalisis data. Data yang disajikan dapat berbentuk skor, presentase atau indeks.<sup>53</sup> Teknik penyajian data dapat dilakukan dengan 2 (dua) cara yaitu.<sup>54</sup>

### a. Tabel atau daftar

Tabel atau daftar merupakan model penyajian data yang disusun dalam baris dan kolom. Tabel data berupa kumpulan angka-angka berdasarkan kategori tertentu. Suatu tabel minimal memuat judul tabel, judul kolom, serta sumber yang menunjukkan dari mana data tersebut diperoleh.

### b. Grafik atau diagram

Selain menggunakan tabel, bentuk lain penyajian data adalah grafik atau diagram. Grafik atau diagram biasanya dibuat berdasarkan tabel. Grafik merupakan visualisasi data pada tabel yang bersangkutan.

Adapun bentuk penyajian data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah bentuk tabel atau daftar, karena bentuk tersebut lebih memudahkan peneliti dalam menganalisis data.

---

<sup>52</sup> Priyono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Sidoarjo : Zifatama Publishing, 2016) Hlm.129 diakses melalui [https://www.researchgate.net/publication/304781758\\_Buku\\_Metode\\_Penelitian\\_Kuantitatif/download](https://www.researchgate.net/publication/304781758_Buku_Metode_Penelitian_Kuantitatif/download). (diakses 14 Sep 2022)

<sup>53</sup> Yesi Meynawati, Yulianuk, *Pengumpulan, Pengolahan dan Penyajian data* diakses melalui [https://www.academia.edu/33020503/Pengumpulan\\_Pengolahan\\_Dan\\_Penyajian\\_Data\\_MAKALAH\\_Metodologi\\_Penelitian](https://www.academia.edu/33020503/Pengumpulan_Pengolahan_Dan_Penyajian_Data_MAKALAH_Metodologi_Penelitian)

<sup>54</sup> Nur Aedi, *Bahan Belajar Mandiri Metode Penelitian Pendidikan : Pengolahan dan Analisis Data Hasil Penelitian* diakses melalui [http://file.upi.edu/Direktori/Dual-Modes/Penelitian\\_Pendidikan/Bbm\\_8.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/Dual-Modes/Penelitian_Pendidikan/Bbm_8.pdf). (diakses 14 Sep 2022)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **a. Profil dan Gambaran Umum lokasi Penelitian**

##### **1. Sejarah Madrasah Tsanawiyah Swasta Darul Ihsan**

Didirikan pada tahun 1999. Madrasah Tsanawiyah Swasta Darul Ihsan. Di bawah arahan Dayah Darul Ihsan Tgk, MTs Swasta Darul Ihsan. Hasan Krueng Kale dikembangkan dengan harapan siswa dari Madrasah Ibtidaiyah/SD yang baru berdiri ingin melanjutkan pendidikan umum dengan kurikulum Kementerian Agama tanpa harus meninggalkan pendidikan Dayah.

Pada tahun 2000 MTs Swasta Darul Ihsan mendapatkan izin penyelenggaraan pendidikan umum dengan mengacu pada kurikulum Madrasah Tsanawiyah Kementerian Agama yang dipadukan dengan pendidikan Dayah. Alamat MTs Swasta Darul Ihsan adalah Jl. Pak Glee Inem Desa Siem, Kabupaten Aceh Besar, Darussalam.

Semua siswa yang juga beragama Islam wajib mengikuti MTs Swasta Darul Ihsan Siswa dari pesantren akan tinggal di asrama yang berada di dalam kompleks dayah Darul Ihsan. Saat ini jumlah siswa yang terdaftar di MTs Darul Ihsan sebanyak 784 siswa, dengan rincian 265 siswa di kelas VII (tujuh), 258 siswa di kelas VIII (delapan), dan 261 siswa di kelas IX. Sekolah tersebut saat ini dipimpin oleh Ustadzah Rahmawati, S.Pd.I, M.Pd Hasil observasi sekolah berupa profil sekolah, data PTK, peserta didik dan kelas, dan data sarana dan prasarana sekolah, dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 4.1**  
**Profil Sekolah MTs Swasta Darul Ihsan**

1	Nama Madrasah	MTsS Darul Ihsan
2	Status	Swasta
3	NSM	121211060009
4	NPSN	10114374
5	Penyelenggaraan	Yayasan Darul Ihsan Tgk. H. Hasan Krueng Kale
6	NPWP Yayasan	2.650.918.2-101.000
7	Didirikan tahun	2003
8	Luas Tanah	+ 40.000 m <sup>2</sup>
9	Waktu Belajar	Pagi, Sore dan Malam hari
10	Tempat Belajar	Komplek Darul Ihsan (Siswa di asramakan)
11	Jumlah Rombel	24 Robel
12	Alamat	Jl. Tgk. Glee Inem
	Desa	Siem
	Kecamatan	Darussalam
	Kabupaten	Aceh Besar
	Provinsi	Aceh
14	Kepala Madrasah	
	Nama Lengkap	Rahmawati, S.Pd.I, M.Pd
	Nip	198004042007102006
	Pendidikan Terakhir	Magister Pendidikan
	Jurusan	Biologi

**Tabel 4.2**  
**Data PTK, PD MTs Swasta Darul Ihsan**

Jumlah Guru PNS	6 Orang
Jumlah Guru Honor	80 Orang

Jumlah Siswa	Jenjang Kelas						Jumlah Jenis Kelamin		Total Siswa	Usia (Tahun)		
	10		11		12					12	= 12-13	>14
	Lk	Pr	Lk	Pr	Lk	Pr	Lk	Pr				
	140	125	130	128	128	133	398	386	784	265	258	261

**Tabel 4.3**  
**Data Sarana dan Prasarana**

No	ii. FISIK	JUMLAH	KONDISI
1	Ruang Belajar	24 ruang	Baik
2	Ruang Kantor Guru	1 ruang	Darurat
3	Ruang Kepala	1 ruang	Baik
4	Ruang Tata Usaha dan Pengajaran	1 ruang	Baik
5	Ruang Perpustakaan	2 ruang	Darurat
6	Ruang Laboratorium Bahasa	1 ruang	Darurat
7	Ruang Laboratorium Komputer	2 ruang	Baik
8	Ruang Laboratorium IPA	1 ruang	Darurat
9	Ruang Laboratorium Multimedia	1 ruang	Baik
10	Musalla	2 buah	Belum Siap
11	Kantin	2 ruang	Baik
12	Wc Guru	3 buah	Rusak Ringan
13	Wc Murid	32 buah	Rusak Ringan
14	Lapangan Tenis Meja	2 buah	Rusak Ringan
15	Lapangan Volly Ball / Basket	1 buah	Rusak Ringan
16	Asrama	4 buah	Baik
17	Pagar	300 m	Baik

No	iii. NON FISIK	JUMLAH	KONDISI
1	Kursi Guru	-	Belum ada
2	Meja Guru	-	Belum ada
3	Meja Siswa	392 buah	Masih kurang
4	Kursi Siswa	784 buah	Masih kurang
5	Locker Siswa	1 unit	
6	Lemari filling	5 unit	Baik
7	Meja dan Kursi Kepala	1 unit	Baik
8	Kelengkapan Laboratorium IPA	-	Kurang
9	Kelengkapan Laboratorium Komputer	-	Kurang
10	Kelengkapan Laboratorium Bahasa	-	Kurang
11	Computer Kantor	2 unit	Baik
12	Amplifier	-	
13	Mikrophon	-	
14	Speaker	-	
15	Kipas Angin	20 unit	
16	Sofa Tamu	1 unit	
17	Mobiler Perpustakaan	-	Kurang dan rusak

## 2. Visi dan Misi MTs Swasta Darul Ihsan

*"Mewujudkan Madrasah Profesional, Mewarisi Keislaman untuk Melahirkan Generasi Islami yang Terampil"* adalah misi MTs Swasta Darul Ihsan yang mengkhususkan diri pada pengajaran yang ketat.

Untuk membuat dan mengkoordinasikan misi berikut untuk mewujudkan visi ini:

- 1) Mengelola madrasah secara efektif, transparan, dan bertanggung jawab.
- 2) Menyediakan ulama yang menguasai dasar-dasar ilmu keislaman dan yang memiliki iman yang kuat, ibadah yang tulus, dan berakhlak mulia.
- 3) Menerapkan teknik-teknik terkini dalam mengajar, membina, dan memoles kecerdasan dan bakat.

## **B. Hasil Penelitian**

### 1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Empat langkah proses penelitian digunakan untuk melakukan penelitian ini: persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian, tahap pengolahan dan analisis data, serta tahap pembahasan. Kekhususan tahapan-tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

#### a. Tahap Persiapan Penelitian

Perumusan masalah penelitian yang akan dilakukan, variabel penelitian, landasan teori dan metodologi penelitian, lokasi penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, serta pemilihan dan penataan alat ukur semuanya ditentukan pada tahap ini.

#### b. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada hari jum'at 7 oktober 2022 sampai hari senin 10 oktober 2022. Pengumpulan data menggunakan angket yang diberikan kepada 47 siswa di Dayah Darul Ihsan dengan ketentuan siswa yang mengikuti latihan memanah. Meski awalnya diperkirakan akan ada 53 responden, ternyata ada kesulitan dalam mengumpulkan data. Sehingga jumlah titik data yang diperoleh hanya 47. Distribusi jenis Ada empat kemungkinan jawaban pada kuesioner: sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan tidak setuju. Validitas isi item yang digunakan dievaluasi menggunakan penilaian profesional dari dua profesor. Item tersebut telah mengalami dua kali revisi. Oleh karena itu, 22 item kuesioner dipilih.

#### c. Tahap Pengolahan dan Analisis Data

Setelah pengumpulan data selesai, kuesioner diberi skor berdasarkan tanggapan yang diberikan oleh peserta penelitian. Kuesioner dan skala SRL mencakup rentang skor nol hingga empat poin. Tabulasi data hasil penskoran berdasarkan tanggapan responden penelitian diolah menjadi data yang meliputi Uji Regresi Linier Sederhana data penelitian. Dijelaskan dengan meringkas temuan yang diperoleh dari data yang diolah menggunakan teknik statistik dengan menggunakan program SPSS versi.22

#### d. Tahap Pembahasan

Pada titik ini, berdasarkan teori, peneliti menginterpretasikan dan membahas temuan studi statistik. Selain itu, disebutkan apakah ada perbedaan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Kemudian, berdasarkan fakta dan hipotesis yang diketahui, menarik kesimpulan tentang temuan penelitian yang telah ditemukan dan dibahas.

#### 2. Uji Regresi Linier Sederhana

Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada 47 siswa untuk diisi sebagai bagian dari proses pengumpulan data untuk penelitian ini. Skala Likert digunakan untuk mengukur tanggapan terhadap kuesioner, yang diformat sebagai pernyataan. Tujuan dari pengujian regresi adalah mengetahui bagaimana menghitung suatu perkiraan atau persamaan regresi yang akan menjelaskan pengaruh hubungan dua variabel.

Setelah variabel X dan Y sudah valid dan reliabel, maka dapat dibentuk persamaan regresi linear sederhana yaitu  $Y = a + bX$ .

Di mana:

Y = Variabel Terikat (Konsentrasi Belajar)

X = Variabel Bebas (Memanah)

a = Konstanta

b = Koefisien Regresi

Analisis regresi linear sederhana adalah hubungan secara linear antara satu variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Analisis ini untuk mengetahui arah hubungan antara variabel.

**Tabel 4.4**  
**Korelasi Variabel X dan Variabel Y**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	74.397	2.203		33.766	.000
	memanah	-.015	.040	-.055	-.374	.710

a. Dependent Variable: konsentrasi

Berdasarkan table diatas maka persamaan regresi linear sederhana yaitu  $Y = a + bX$ . Dimana nilai constant a 74.397 sedangkan nilai memamah -0,015, sehingga persamaan regresinya dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 74.397 + (-0,015)X$$

Persamaan tersebut dapat diterjemahkan

- Konstanta sebesar 74.397 mengandung arti bahwa nilai konsisten dari konsentrasi belajar adalah sebesar 74.397
- Koefisien dari memamah sebesar -0,015, sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel memamah terhadap konsentersasi belajar adalah negatif.

Berdasarkan nilai signifikasi dari table koefisiensi maka diperoleh nilai sebesar  $0,710 > 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan memamah (X) tidak berpengaruh teradap konsentrasi belajar (Y). sedangkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $-0,374 < t_{tabel}$  33.766. maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, sehingga dapat dari hasil pengujian hipotesis tersebut terbukti bahwa “ tidak terdapat pengaruh yang positif antara memamah (variabel X) dengan konsentasi belajar (variabel Y).”

## **BAB V PENUTUP**

### **A. Simpulan**

Penelitian ini menggunakan alat pengujian regresi linier langsung yang dibuat menggunakan paket statistik SPSS20. Kesimpulan dari penelitian ini dapat diperoleh sebagai berikut berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan pada bab sebelumnya:

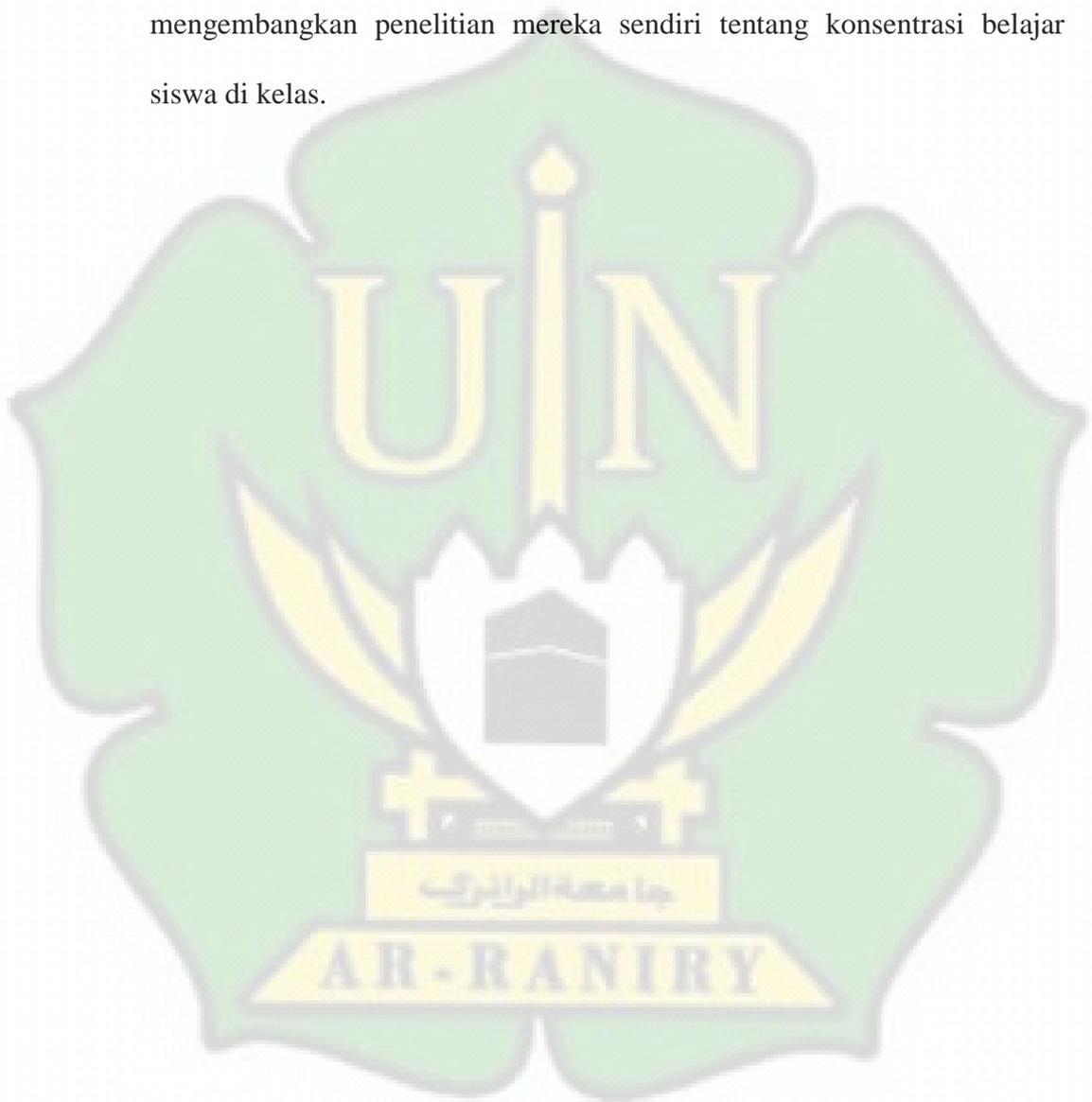
Berdasarkan analisis terhadap hipotesis yang diukur dengan variabel konsentrasi belajar dan memanah berpengaruh positif secara signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa di Dayah Darul Ihsan.

### **B. Saran**

Sesuai dengan temuan penelitian ini. Penulis menawarkan saran kepada kelompok[-kelompok berikut khususnya dengan harapan dapat bermanfaat bagi semua pembaca:

1. Kerjasama antara guru dan kepala sekolah harus ditingkatkan untuk meningkatkan penekanan belajar siswa.
2. Bagi guru, penting untuk terus meningkatkan kapasitas mereka untuk mengajar siswa baik di dalam maupun di luar kelas dan mempertahankan teknik pembelajaran yang meningkatkan konsentrasi siswa.

3. Siswa harus tetap semangat untuk belajar hidup dan berdoa kepada Allah SWT untuk terus kemudahan dalam usaha akademik mereka.
4. Peneliti selanjutnya dapat menggunakannya sebagai model untuk mengembangkan penelitian mereka sendiri tentang konsentrasi belajar siswa di kelas.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah Gymnastar, (2016), *Hikmah Olahraga Memanah dan Berkuda*, Bandung: Emqies Publishing
- Abu Ahmadi dan Widodo Suproanto, (2004) *Psikologi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Aulia Rohmah dan Asep Dudi Suhardini, (2018), *Pendidikan Nilai Karakter dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Memanah; Studi Khusus di SMA Daarut Tauhid Boarding School*, Jurnal Prosiding Pendidikan Agama Islam
- Bambang Prasetyo (2012), Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Rajawali Pers.
- Burhan, Bungin. (2005), *Metodelogi Penelitian Kuantitatif: komunikasi, ekonomi, kebijakan public serta ilmu-ilmu social lainnya*, Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Data diperoleh dari *penelitian di dayah darul ihsan* pada 07 oktober 2022
- Defrizal Siregar & Yessy Yanita Sari, (2018), *Membidik Karakter Hebat*, Jakarta: Gema Insani
- Gantiana Komalasari, Eka Wahyuni, dkk, (2011), *Asesmen Teknik Nontes dalam Perspektif BK Komprehensif*, Jakarta: Indeks
- Hafid Ponx Jakaria Kustoto (2015), *Internalisasi Nilai-Nilai Jemparangan dalam pertunjukan Tari, Program Pasca Sarjana*, Institut Seni Indonesia Surakarta
- Hartono, Dkk, (2009) *Pembelajaran Aktif Inofatif Kreatif Efatif dan Menyenangkan*, Pekanbaru: Zanafa Publishing.
- Hasanah, U., Ahmad, R., & Karneli, Y. (2017). *Efektivitas layanan penguasaan konten untuk meningkatkan konsentrasi belajar siswa*.
- Husein Umar (2002), *Metode Riset Komunikasi Organisasi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Husein Umar (2005), *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ikbal Hasan, *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*, (2016), Jakarta: Bumi Aksara

- Isnawati, R., & Psi, S. (2020). *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing
- Khotimah, S. H., Sunaryati, T., & Suhartini, S. (2020). *Penerapan media gambar sebagai upaya dalam peningkatan konsentrasi belajar anak usia dini*. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
- Lestari, F. (2020). *Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Menerapkan Pembelajaran Kontekstual Pada Pembelajaran IPA*. PTK A1 2018 PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
- M. Burhan Bungin (2014), *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Kencana.
- M. Syachrofi, (2018), *Singnifikasi Hadist-hadist Memanah Dalam Tinjauan Teori Ma'na Cum Magza*, Jurnal: *Living Hadist*
- Mardalis (2006), *Metode Penelitian*, Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Noviati, R., Misdar, M., & Adib, H. S. (2019). *Pengaruh lingkungan belajar terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa pada mata pelajaran akidah akhlak di MAN 2 Palembang*. Jurnal PAI Raden Fatah
- Nur Aedi, Bahan Belajar Mandiri Metode Penelitian Pendidikan : Pengolahan dan Analisis Data Hasil Penelitian diakses melalui [http://file.upi.edu/Direktori/Dual-Mdes/Penelitian\\_Pendidikan/Bb\\_m\\_8.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/Dual-Mdes/Penelitian_Pendidikan/Bb_m_8.pdf)
- Nuryana, A., & Purwanto, S. (2010). *Efektivitas brain gym dalam meningkatkan konsentrasi belajar pada anak*.
- Pelana, R., & Oktafiranda, N.D. (2010). *Buku Teknik Dasar Olahraga Panahan*. Depok: PT Raja Grafindo Persada. Prasetyo
- Prasetyo, Y. (2013). Teknik-teknik dasar bagi atlet pemula panahan. Jurnal
- Priyono, Metode Penelitian Kuantitatif (Sidoarjo : Zifa tama Publishing, 2016) diakses melalui : [https://www.researchgate.net/publication/304781758\\_Buku\\_Metode\\_Penelitian\\_Kuantitatif/download](https://www.researchgate.net/publication/304781758_Buku_Metode_Penelitian_Kuantitatif/download)
- Pupuh Falturahman,(2010), *Psikologi Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia
- Rinaldi Munir, (2009) *Matematika Diskrit Edisi Ketiga*, bandung: Informatika
- Rusmandi, S.Pd., (2013), *Psikologi Pembelajaran*, Bandung: PT. Rineka Cipta
- Setijo Purwanto dan Aryati Nuryani, (2010), *Efektifitas Brain Gym dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar pada Anak*, E- Jurnal, Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah

- Siswanto. (2007), *Kesehatan Mental : Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*, Yogyakarta : Penerbit Andi
- Slameto, (2010), *Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya*, Jakarta : Rineka Cipta
- Sofian Siregar, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (2015) Jakarta: Prenamedia Group
- Sugiyono (2014), *Metode Penelitian Pendidikan : pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*, Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono (2017), *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2009), *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sugiyono, (2017), *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta
- Suharsimi, Arikunto. (2010), *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta
- Surya, Hendra. (2009). *Menjadi Manusia Pembelajar*. Jakarta : Gramedia
- Thursan Hakim, (2002) *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, Jakarta: Puspa Swara
- Thursan Hakim. (2019) *Mengatasi Gangguan Konsentrasi*, Jakarta: Rineka Cipta
- Yesi Meynawati, Yulianuk, Pengumpulan, Pengolahan dan Penyajian data diakses melalui [https://www.academia.edu/33020503/Pengumpulan\\_Pengolahan\\_Dan\\_Penyajian\\_Data\\_Makalah\\_Metodologi\\_Penelitian](https://www.academia.edu/33020503/Pengumpulan_Pengolahan_Dan_Penyajian_Data_Makalah_Metodologi_Penelitian)
- Zuhairini. (2008) *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta : bumi Aksara.

## Lampiran 1: SK Bimbingan Skripsi

**SURAT KEPUTUSAN DEKAN FTK UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**  
**NOMOR : B-8303/Un.08/FTK/KP.07.6/5/2021**  
**TENTANG**  
**PENGANGKATAN PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**  
**UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**

**DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN AR-RANIRY BANDA ACEH**

- Menimbang** : a. bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi dan ujian munaqasah mahasiswa pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi tersebut yang dituangkan dalam Surat Keputusan Dekan;  
b. bahwa saudara yang tersebut namanya dalam surat keputusan ini dipandang cakap dan memenuhi syarat untuk diangkat sebagai pembimbing skripsi.
- Mengingat** : 1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional;  
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;  
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Sistem Pendidikan Tinggi;  
4. Peraturan Pemerintah Nomor 74 Tahun 2012, tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah RI Nomor 23 Tahun 2005 tentang Pengelolaan Keuangan Badan Layanan Umum;  
5. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;  
6. Peraturan Presiden Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan Institut Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh;  
7. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang Organisasi dan Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
8. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 21 Tahun 2015, tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh;  
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 492 Tahun 2003, tentang Pendelegasian Wewenang, Pengangkatan, Pemindahan dan Pemberhentian PNS dilingkungan Depag RI;  
10. Keputusan Menteri Keuangan Nomor 293/KMK.05/2011, tentang Penetapan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh pada Kementerian Agama Sebagai Instansi pemerintah yang menerapkan Pengelolaan Badan Layanan Umum;  
11. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2015, tentang Pendelegasian wewenang kepada Dekan dan Direktur Pascasarjana di lingkungan UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
- Memperhatikan** : Keputusan/Seminar Proposal Skripsi Prodi Bimbingan Konseling tanggal 23 November 2020
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan** :
- PERTAMA** : Menunjuk saudara :
- |                              |                            |
|------------------------------|----------------------------|
| 1. Dr. Mufakkir Muhammad, MA | Sebagai Pembimbing Pertama |
| 2. Faisal Anwar, M. Ed       | Sebagai Pembimbing Kedua   |
- Untuk Membimbing Skripsi :
- |               |  |
|---------------|--|
| Nama          | : Meizatul Akmal   |
| NIM           | : 170213002  |
| Program Studi | : Bimbingan Konseling  |
| Judul Skripsi | : Pengaruh Latihan Memanah Terhadap Konsentrasi Belajar Di Dayah Darul Ihsan |
- KEDUA** : Pembiayaan honorarium pembimbing pertama dan kedua tersebut di atas dibebankan pada DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh Tahun 2022
- KETIGA** : Surat Keputusan ini berlaku sampai akhir semester Ganjil Tahun Akademik 2021/2022
- KEEMPAT** : Surat Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dengan ketentuan bahwa segala sesuatu akan diubah dan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, apabila kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : 10 Mei 2021  
an. Rektor  
Dekan,



- Tembusan** :
1. Rektor UIN Ar-Raniry di Banda Aceh;
  2. Ketua Prodi Bimbingan Konseling;
  3. Pembimbing yang bersangkutan untuk dimaklumi dan dilaksanakan;
  4. Yang bersangkutan.

## Lampiran 2: Surat Izin Penelitian dari FTK UIN Ar-Raniry



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh Telepon  
: 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B-11482/Un.08/FTK.1/TL.00/08/2022  
Lamp : -  
Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Y th,

Pimpinan Dayah Darul Ihsan, Kec. Darussalam, Kab. Aceh Besar

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **MEIZATUL AKMAL / 170213002**

Semester/Jurusan : XI / Bimbingan Konseling

Alamat sekarang : Jl. Miruek Taman Gampoeng Suleue, Kec. Darussalam, Kab. Aceh Besar

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul *Pengaruh Latihan Memanah terhadap Konsentrasi Belajar di Dayah Darul Ihsan*

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 31 Agustus 2022 an.

Dekan

Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,



Dr. M. Chalis, M.A.g.

Berlaku sampai : 30  
September 2022

جامعة الرانيري  
AR-RANIRY

Lampiran 3 :Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA  
**MADRASAH TSANAWIYAH SWASTA DARUL IHSAN**  
معهد دار الإحسان للتربية الإسلامية  
DAYAH DARUL IHSAN TGK. H. HASAN KRUENG KALEE



NPSN: 10100265; NSM: 3121100606047; Jl. Tgk. Glee Iniem, Desa Siem, Kec. Darussalam, Kab. Aceh Besar Kode Pos: 23373

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor: 090/Mts. 01.045/PP.00.5/2022

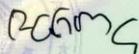
Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala MTs Darul Ihsan Gampong Siem, Kecamatan Darussalam, Kabupaten Aceh Besar, dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Meizatul Akmal  
NIM : 170213002  
Program Studi : Bimbingan Konseling

Benar yang namanya tersebut diatas adalah mahasiswa/i FTK UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh yang telah selesai melaksanakan Penelitian dan Pengumpulan Data Skripsi di Madrasah Tsanawiyah Swasta Darul Ihsan.

Demikian surat keterangan ini dikeluarkan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Siem, 2 November 2022  
Kepala,

  
**Rahmawati, S.Pd.I., M.Pd.**  
NIP.19800404 200710 2 006

جامعة الرانيري  
**AR-RANIRY**

Lampiran 4 :Hasil Judgement Instrument

HASIL JUDGEMENT

Instrument : Instrumen Konsentrasi Belajar

Nama : Meizatul Akmal

Nim : 170213002

PERTIMBANGAN	SARAN/REKOMENDASI/REVISI
Bahasa	<i>Baik dan Tepat</i>
Kontrak	<i>Baik</i>
Isi	<i>Sudah Baik.</i>

Banda Aceh, 06 September 2022

Pembimbing Instrumen



Muslima, S. Ag., M. Ed

AR-RANIRY

## Lampiran 5: Hasil Judgement Instrument

### HASIL JUDGEMENT

Instrument : Instrumen Konsentrasi Belajar

Nama : Meizatul Akmal

Nim : 170213002

<b>PERTIMBANGAN</b>	<b>SARAN/REKOMENDASI/REVISI</b>
Bahasa	Isi Ok
Kontrak	Isi
Isi	Isi Bagus

Banda Aceh, 07 September 2022

Pembimbing Instrumen



Kurniawan, M. Ed

AR-RANIRY

Lampiran 6: Angket Konsentrasi Belajar

**INSTRUMEN KONSENTRASI BELAJAR SISWA**

Nama :

Kelas :

**Frekuensi Kegiatan**

1. 1 x dalam satu minggu
2. 2x dalam satu minggu
3. 3x dalam satu minggu

**Petunjuk Pengisian :**

1. Berilah tanda ceklist (√) pada jawaban yang paling sesuai dengan apa yang kamu rasakan
2. Jawablah pertanyaan dengan sejujur-jujurnya
3. Jawaban tidak mempengaruhi nilai

**Keterangan :**

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

KS : Kurang Setuju

TS : Tidak Setuju

	<b>Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>KS</b>	<b>TS</b>
1	Malam hari saya mempersiapkan buku mata pelajaran besok pagi ke dalam tas.				
2	Sambil menunggu guru masuk sekolah, saya mengulang materi terakhir yang disampaikan oleh guru.				
3	Saya berfikir tentang hal lain yang tidak terkait dengan materi yang disampaikan				
4	Saya tidak bisa berfikir apapun materi yang diajarkan				
5	Saya berusaha sebaik mungkin, untuk memahami materi yang diajarkan				
6	Saya tidak peduli terhadap materi yang disampaikan oleh guru				

7	Saya mudah menangkap materi yang disampaikan guru				
8	Saya tidak dapat menangkap materi apabila guru menjeskan terlalu cepat				
9	Saya selalu fokus pada saat guru menyampaikan materi di ajarkan				
10	Saya tidak ingin diganggu oleh teman, saat guru sedang menjelaskan materi				
11	Saya senang mengikuti pelajaran yang disampaikan guru membuat saya semangat belajar disekolah.				
12	Saya tidak senang mengikuti pelajaran, jika pelajaran tersebut menurut saya sulit				
13	Saya berfikir bahwa materi itu sangat berguna dan penting untuk masa depan				
14	Saya memandang biasa saja materi yang diajarkan oleh guru				
15	Cara guru menerangkan membuat saya cepat mengantuk				
16	Saya sering mencoret/menggambar saat guru menjelaskan.				
17	Saya sering izin ke toilet saat jam pelajaran				
18	Saya sering usil terhadap teman				
19	Saya sering berbicara dengan teman saat guru sedang menjelaskan				
20	saya saat senang bertanya kepada guru saat menjelaskan				
21	Saya selalu bertanya dan memberi argumentasi mengenai materi pelajaran yang disampaikan guru.				
22	Saya bersikap diam, walaupun saya tidak mengerti materi yang dijelaskan oleh guru.				

### Lampiran 7: Data Spps

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	ADM	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	81
2	ANF	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	2	3	2	3	2	70
3	ANM	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	76
4	A N	3	2	3	4	1	4	3	4	2	3	4	3	4	3	2	1	4	1	2	3	2	3	61
5	AN	4	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	81
6	AM	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	3	3	3	2	1	65
7	ANZ	3	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	75
8	CCA	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	83
9	CDA	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	75
10	CZN	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	82
11	DH	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	81
12	DK	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	82
13	DN	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	64
14	DA	2	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	2	2	2	62
15	FU	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	4	77
16	FNU	2	2	3	4	4	4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	71
17	FA	3	3	3	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	78
18	HA	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	1	4	2	1	1	4	4	2	3	2	2	64
19	IM	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	84
20	JN	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	1	4	4	4	3	3	3	3	64
21	M	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	76
22	MZ	2	2	3	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	62
23	MDH	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	82
24	MH	4	4	4	1	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	76
25	MR	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	72
26	MAF	3	2	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	2	2	2	63
27	NF	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	74
28	NI	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	3	1	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	67
29	NYHI	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	1	2	3	4	3	2	2	68
30	NHP	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	74
31	MNR	2	3	3	4	3	4	2	4	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	66
32	NM	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	82
33	NA	4	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	66
34	NM	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	3	74
35	PAD	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	83
36	PN	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	2	4	2	2	2	67

36	PR	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	1	3	4	3	4	4	4	4	4	75
37	RFM	4	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	76
38	SN	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	1	3	4	76
39	SUR	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	83
40	SS	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	68
41	SA	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	81
42	T	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	77
43	TS	3	2	2	2	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	67
44	ZM	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	3	4	75
45	ZAK	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	79
46	ZA	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	82
47	ZA	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	69



**Lampiran 8 : Dokumentasi**

**Pemberian Angket**



Foto Bersama Kepala Sekolah



Foto Bersama Guru Memanah

