

**PENGARUH LATIHAN SENAM TERINTEGRASI DAN NON
INTEGRASI INTERAKSI SOSIAL TERHADAP IMITASI, SUGESTI,
SIMPATI DAN JENIS – JENIS INTERAKSI SOSIAL
PADA PESENAM PURI CLUB KARAWANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga Program
Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh :

RIZIQ AINNUR ROHMAT
NIM 1700705

PROGRAM STUDI
ILMU KEOLAHRAGAAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023

**PENGARUH LATIHAN SENAM TERINTEGRASI DAN NON
INTEGRASI INTERAKSI SOSIAL TERHADAP IMITASI, SUGESTI,
SIMPATI DAN JENIS – JENIS INTERAKSI SOSIAL
PADA PESENAM PURI CLUB KARAWANG**

Oleh
Riziq Ainnur Rohmat

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Riziq Ainnur Rohmat 2023
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

HALAMAN PENGESAHAN

RIZIQ AINNUR ROHMAT

**PENGARUH LATIHAN SENAM TERINTEGRASI DAN NON
INTEGRASI INTERAKSI SOSIAL TERHADAP IMITASI, SUGESTI,
SIMPATI DAN JENIS – JENIS INTERAKSI SOSIAL
PADA PESENAM PURI CLUB KARAWANG**

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I



Prof. Dr. H Nurlan Kusmaedi, M.Pd
NIP. 19530111 198003 1 002

Pembimbing II



Prof. Dr. Surdiniaty Ulgeta, M.Kes. AIFO
NIP. 19591220 198703 2 001

Mengetahui

Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi



Prof. Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph.D
NIP. 19760812 20011 2 100

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh Latihan Senam Terintegrasi dan Non Integrasi Interaksi Sosial Terhadap Imitasi, Sugesti, Simpati dan Jenis – Jenis Interaksi Sosial pada Pesenam Puri Club Karawang”** dan seluruh isinya adalah karya saya sendiri. Saya tidak akan menjiplak atau mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika ilmiah yang berlaku bagi masyarakat dan keilmuan.

Sehubungan dengan pernyataan ini, saya siap menanggung resiko dan sanksi kemudian hari. Jika saya ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap kebenaran karya saya ini.

Bandung, April 2023

Yang membuat pernyataan,

A handwritten signature in brown ink, consisting of stylized, overlapping loops and a long horizontal stroke at the bottom.

Riziq Ainnur Rohmat

NIM 1700705

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

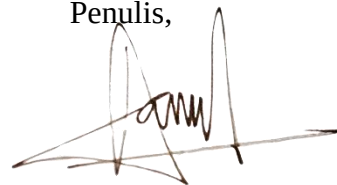
Bismillahirrohmannirrahim. Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat atas karunia dan kehendaknya sehinggamemberikan kemampuan serta kemudahan bagi saya di penulisan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini dibuat dengan maksud dan tujuan yaitu, untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana (S.Or) pada program studi Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia dengan judul **“Pengaruh Latihan Senam Terintegrasi dan Non Integrasi Interaksi Sosial Terhadap Imitasi, Sugesti, Simpati dan Jenis – Jenis Interaksi Sosial pada Pesenam Puri Club Karawang”**

Penulis menyadari sepenuhnya skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dari segi bahasa, penulisan, penyusunan maupun penyampaian. Maka dari itu penuli smengharapkan adanya kritik dan saran membangun.

Bandung, April 2023

Penulis,

A handwritten signature in brown ink, consisting of stylized, overlapping loops and a long horizontal stroke at the bottom.

Riziq Ainnur Rohmat

UCAPAN TERIMA KASIH

Selama proses menyelesaikan skripsi ini, penulis telah berusaha dan berikhtiar untuk dapat menyelesaikannya. Penulis menyadari sepenuhnya skripsi ini dapat terselesaikan berkat adanya doa, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

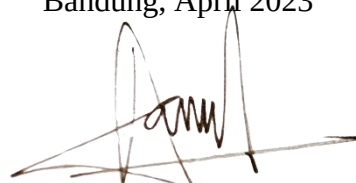
1. Bapak Prof. Dr. H. M Solehuddin, M.Pd., MA., selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Bapak Dr. Boyke Mulyana, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Agus Rusdiana, S.Pd., M.A., Ph,D selaku Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Bapak Prof. Dr. H. Nurlan Kusmaedi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing 1 skripsi yang telah membimbing, membantu, serta mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
5. Ibu Dr. Surdiniaty Ulgeta, M.Kes. AIFO., selaku Dosen Pembimbing 2 skripsi yang telah membimbing, membantu, serta mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini dari awal hingga akhir.
6. Bapak dan Ibu dosen beserta staf akademik Program Studi Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan yang bermanfaat, wawasan, dan bantuan administrasi selama penulis menjalankan perkuliahan.
7. Para atlet senam Lapangan Mochtar Sirandu Kabupaten Pematang Jaya yang telah memberikan ijin penulis mengadakan penelitian dan bersedia menjadi responden.

UCAPAN TERIMA KASIH

8. Kedua orang tuaku tercinta yang selalu mendo'akan, memberikan dukungan moril dan materi, serta kasih sayang yang tak terhingga selama Ananda dalam perkuliahan hingga proses penyelesaian skripsi ini.
9. Teman-teman yang telah memberikan dukungan dan doa dalam penyusunan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak bisa di sebutkan satu persatu yang telah membantu kelancaran proses menyusun skripsi ini.

Semoga Allah SWT berkenan membalas kebaikan yang telah di berikan kepada penulis. Penulis menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Akhirnya dengan segala kekurangan dan kelemahan yang ada, penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Bandung, April 2023

A handwritten signature in brown ink, featuring a stylized, cursive script with a prominent loop and a horizontal line extending to the right.

Riziq Ainnur Rohmat

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN SENAM TERINTEGRASI DAN NON INTEGRASI INTERAKSI SOSIAL TERHADAP IMITASI, SUGESTI, SIMPATI DAN JENIS-JENIS INTERAKSI SOSIAL PADA PESENAM PURI CLUB KARAWANG

Riziq Ainnur Rohmat

1700705

Dosen Pembimbing : 1. Prof. Dr. H Nurlan Kusmaedi, M.Pd

2. Prof. Dr. Surdiniaty Ulgeta, M.Kes. AIFO

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh latihan senam terintegrasi dan latihan senam non integrasi interaksi sosial terhadap imitasi, sugesti, simpati dan jenis – jenis interaksi sosial pada pesenam Puri Club Karawang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Penentuan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 30 responden. Adapun pengujian pada penelitian ini dilakukan dengan uji validitas, reliabilitas, analisis regresi linier berganda, uji hipotesis berupa uji t, uji F dan koefisien determinasi (R^2). Hasil uji validitas dan reliabilitas semua variabel menunjukkan valid dan reliabel. Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji t menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara variabel Latihan Senam Terintegrasi (X_1) terhadap Interaksi Sosial (Y) dengan nilai t_{hitung} sebesar 4,132 lebih besar dari nilai t_{tabel} sebesar 2,048. Variabel Latihan Senam Non Integrasi (X_2) berpengaruh signifikan terhadap Interaksi Sosial (Y) dengan nilai t_{hitung} sebesar 2,595 lebih besar dari nilai t_{tabel} sebesar 2,048. Hasil uji F menunjukkan bahwa variabel Latihan Senam Terintegrasi (X_1) dan Latihan Senam Non Integrasi (X_2) berpengaruh secara bersama-sama terhadap Interaksi Sosial (Y) dengan nilai F_{hitung} sebesar 24,335 lebih besar dari nilai F_{tabel} sebesar 4,21. Hasil uji koefisien determinasi (R^2) diperoleh nilai sebesar 61,7 % yang berarti bahwa variabel Interaksi Sosial (Y) dipengaruhi oleh variabel Latihan Senam Terintegrasi (X_1) dan variabel Latihan Senam Non Integrasi sedangkan sisanya sebesar 38,3 % dipengaruhi variabel lain yang tidak terdapat dalam model persamaan tersebut.

Kata Kunci : Latihan Senam Terintegrasi, Latihan Senam Non Integrasi dan Interaksi Sosial

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF INTEGRATED AND NON INTEGRATED GYMNASTICS EXERCISE ON SOCIAL INTERACTIONS IMITATION, SUGGESTION, SYMPATHY AND TYPES OF SOCIAL INTERACTION IN PURI CLUB KARAWANG GYMNASTICS

**Riziq Ainnur Rohmat
1700705**

Advisers : **1. Prof. Dr. H Nurlan Kusmaedi, M.Pd**
 2. Prof. Dr. Surdiniaty Ulgeta, M.Kes. AIFO

The purpose of this study was to find out and analyze the effect of integrated gymnastic exercises and non-integrated gymnastic exercises on social interaction on imitation, suggestion, sympathy and types of social interaction in Puri Club Karawang gymnasts. The method used in this research is to use a quantitative approach. Determination of the sample using purposive sampling as many as 30 respondents. The testing in this study was carried out by testing the validity, reliability, multiple linear regression analysis, hypothesis testing in the form of t test, F test and the coefficient of determination (R^2).

The results of the validity and reliability tests of all variables show valid and reliable. The results of testing the hypothesis using the t test show that there is a significant influence between the Integrated Gymnastics Exercise variable (X_1) on Social Interaction (Y) with a t_{count} of 4,132 greater than a t_{table} value of 2,048. The Non-Integrated Gymnastic Exercise Variable (X_2) has a significant effect on Social Interaction (Y) with a t_{count} of 2,595 greater than a t_{table} value of 2,048. The results of the F test show that the variables Integrated Gymnastics Exercise (X_1) and Non-Integrated Gymnastics Exercise (X_2) have a joint effect on Social Interaction (Y) with an F_{count} value of 24,335 greater than a F_{table} value of 4,21. The test results for the coefficient of determination (R^2) obtained a value of 61.7%, which means that the Social Interaction variable (Y) is influenced by the Integrated Gymnastics Exercise variable (X_1) and the Non-Integrated Gymnastics Exercise variable while the remaining 38,3% is influenced by other variables. does not exist in the model equation.

Keywords: *Integrated Gymnastics Exercises, Non-Integrated Gymnastics Exercises and Social Interaction*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	5
BAB II	7
KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Interaksi Sosial	7
2.1.1 Interaksi Sosial Dalam Kehidupan Masyarakat	7
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial.....	8
2.1.3 Jenis-jenis Interaksi Sosial	11
2.1.4 Aspek-Aspek Interaksi Sosial	14

2.2	Senam	15
2.3	Terintegrasi.....	15
2.4	Non Integrasi	15
2.5	Penelitian yang Relevan	15
2.6	Kerangka Berfikir.....	16
2.7	Hipotesis Penelitian	18
BAB III.....		20
METODE PENELITIAN		20
3.1	Desain Penelitian.....	20
3.2	Partisipan	20
3.3	Populasi dan Sampel.....	20
3.4	Instrument Penelitian.....	21
3.4	Prosedur Penelitian.....	23
3.6	Analisis Data	31
BAB IV		36
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....		36
4.1	Temuan Penelitian.....	36
4.1.1	Analisis Data.....	36
	a. Responden.....	36
	b. Pre Test.....	37
	c. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	39
	d. Hasil Uji Regresi Linier Berganda	41
	e. Hasil Uji Hipotesis.....	42
4.2	Pembahasan Temuan Penelitian.....	42

BAB V.....	48
5.1 Simpulan.....	48
5.1 Implikasi.....	48
5.3 Rekomendasi	49
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN.....	36
IDENTITAS DIRI.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Alur Kerangka Pemikiran.....	18
Gambar 3.3 Alur Kerangka Pemikiran.....	23

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Variabel Independen (X) dan Dependen (Y).....	28
Tabel 3.2 Program Senam Aerobik	30
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Umur	44
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	44
Tabel 4.4 Hasil Pre Test Uji Validitas.....	45
Tabel 4.5 Hasil Pre Test Uji Reliabilitas	46
Tabel 4.6 Hasil Uji Validitas	47
Tabel 4.7 Hasil Uji Reliabilitas	48
Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi Linier Berganda	49
Tabel 4.9 Hasil Uji t	50
Tabel 4.10 Hasil Uji F	52
Tabel 4.11 Hasil Uji Koefisien Determinan (R^2)	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Penelitian.....	52
Lampiran 2 Kartu Bimbingan.....	76

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2002). *Psikologi Sosial, Edisi Revisi*. Jakarta : Penerbit Rineka Cipta.
- Ahmad, Satrio. (2007). *Senam*. PT. IndahjayaAdipratama.Jakarta
- Anwarudin. (2019). *Sosialisasi, Partisipasi dan Interaksi Sosial pada Perkembangan Sepak Takraw di Kabupaten Brebes*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bumi Aksara. Jakarta
- Bahri, A. (2009). *Sistem Pembelajaran Abad 21 dengan "Project Based Learning (PBL)*.
- Basrowi, S. (2004). *Teori Sosial Dalam Tiga Paradigma*. Surabaya : Yayasan Kampusina.
- Budyatna, M., & Leila, M. G. (2011). *Teori Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta : Kencana.
- Creswell, J, W., 2012. *Reserch Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Cetakakan KeDua. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Duwi Priyatno. 2009. *Mandiri Belajar SPSS*. Mediakom. Yogyakarta.
- Fraenkel, R. J et al. (2011). *How to Design and Evaluate Research in Education : Eight Edition*. USA : McGraw-Hill Companies, Inc.
- Gerungan. (2010). *Psikologi Sosial*. Bandung : Refika Aditama.
- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariat Dengan Program SPSS*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro Semarang
- Hendra Agusta. 2009. *Pola Gerak Dalam Senam 1*. CV. Ipa Abong. Jakarta
- Kusumawati & Kurniawan, D.A (2018). *Budaya Olahraga Dayung Terhadap Interaksi Sosial Masyarakat Desa Klidang Lor Kabupaten Batang*. Jurnal Universitas Selamat Sri. Kendal
- Kutoyo, S. (2004). *Sosiologi*. Jakarta: Grasindo.
- Laker, A., 2002. *The Sociology of Sport and Physical Education*. Routledge Falmer. New York
- Mahendra, A. (2001). *Menuju Perkembangan Menyeluruh Menyiasati Kurikulum Pendidikan Jasmani Disekolah Menengah Umum*. Depdiknas. Jakarta.
- Margono, A. (2009). *Senam*. Surakarta: UNS Press.

- Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMA Kelas X*. Erlangga. Jakarta
- Partowisastro, R. (2003). Perbandingan Konsep Diri dan Interaksi Sosial Anak - Anak Remaja WNI Asli Dengan KeturunanTionghoa. *Jurnal Fakultas Psikologi UGM*. Yogyakarta.
- Pinardi, A. P. (2014). Kajian Komunikasi pada Anggota Klub Senam Jantung Sehat di Pendopo Dispora Sidoarjo Kabupaten Sidoarjo Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 02 Nomor 02. Universitas Negeri Surabaya*.
- Rakhmat, J. (2012). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Restianti, H. (2010). *Mengenal Jenis Senam*. Quadra. Bogor.
- Santoso. (2010). *Teori-Teori Psikologi Sosial*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Sapto Adi & Muarifin. 2018. *Sosiologi Olahraga :Bahan Ajar Perkuliahan*. Universitas Negeri Malang
- Soekanto. S & Sulistyowati, B. 2014. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada
- Sugiyono. (2006). *Psikologi Sosial*. UNNES Press. Semarang.
- Suleyman, Y. (2012). Instruments For Measuring Service Quality in Sport and Physical Activity Services. *Coll. Antropol.* 36 2: 689–696.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung
- Syawaludin. (2006). Pengelolaan Sistem Sosial. *Telaah Atas Kontribusi Teori Fungsionalisme Struktural Parsons. Jurnal. Sosiologi Reflektif*.
- Walgito, B. (2007). *Psikologi Kelompok*. Yogyakarta : Andi Offset.