

**FAKTOR-FAKTOR KEMALASAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI  
PEMBELAJARAN SENAM LANTAI DI SD NEGERI MENTEL II  
KECAMATAN TANJUNGSARI KABUPATEN  
GUNUNGKIDUL**

*E-JOURNAL*

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:  
Suharwati  
NIM 15604221011

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

**PERSETUJUAN**

Jurnal yang berjudul "Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul" yang disusun oleh Suharwati, NIM. 15604224011 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Pembimbing

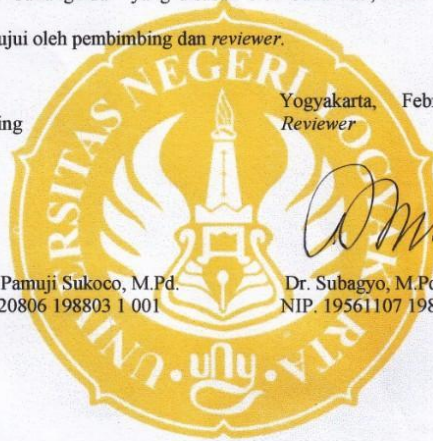


Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.  
NIP. 19620806 198803 1 001

Yogyakarta, Februari 2019  
*Reviewer*



Dr. Subagyo, M.Pd.  
NIP. 19561107 198203 1 002



# FAKTOR-FAKTOR KEMALASAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN SENAM LANTAI DI SD NEGERI MENTEL II KECAMATAN TANJUNGSARI KABUPATEN GUNUNGGIDUL

## *THE STUDENTS 'REASON FACTORS FOLLOW THE GYMNAST LEARNING IN SD MENTEL II, TANJUNGSARI, GUNUNG KIDUL*

Oleh : Suharwati, pgsd penjas, fik uny  
suharwati @yahoo.co.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan siswa malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. *Setting* penelitian ini dilakukan di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yaitu karena peserta didik merasa kesulitan saat melakukan gerakan senam. (1) Faktor internal: berat badan yang berlebih/gemuk, tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, lebih tertarik dengan olahraga yang ada unsur permainan, takut cedera. (2) Faktor Eksternal: peserta didik kurang memperhatikan guru pada saat pembelajaran, kurang menyukai materi pembelajaran senam lantai, sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik.

Kata kunci: faktor-faktor kemalasan, pembelajaran senam lantai, SD Negeri Mentel II

### Abstract

*This study aims to determine the factors that cause the students are being lazy in floor gymnastics learning at SD Mentel II, Tanjungsari, Gunungkidul. This type of research is a qualitative descriptive study. The setting of this study was conducted at SD Mentel II, Tanjungsari, Gunungkidul. Data collection techniques use observation, interviews, and documentation, with stages namely data collection, data reduction, and data presentation. The validity of the data uses the source triangulation technique. The results showed that the factors that caused students to be lazy in floor gymnastic learning at SD Mentel II in Tanjungsari, Gunungkidul, was because students had difficulty in doing gymnastic movements. (1) Internal factors: excess weight / fat, feeling uncomfortable after taking floor gymnastics learning, more interested in playful sport, fear of injury. (2) External Factors: students pay less attention to teachers during learning, less interest in floor gymnastic learning materials, the floor gymnastics learning facilities and the infrastructure are still not good.*

*Keywords: laziness factors, floor gymnastics learning, SD Mentel II*

### PENDAHULUAN

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses perolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik (Rosdiani, 2012: 138). Interaksi yang terjadi yaitu ketika pendidik menyampaikan materi pembelajaran. Materi pembelajaran yang disampaikan kepada

peserta didik diantaranya adalah atletik, permainan bola besar, permainan bola kecil, senam, aktivitas kebugaran jasmani.

Salah satu materi pembelajaran yang dipelajari dalam pendidikan jasmani yaitu senam. Mahendra (2004: 2) menyatakan senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai

mental spiritual. Fokus gerakan senam adalah tubuh, bukan alatnya. Bukan pula pola-pola gerakannya, karena gerak apapun yang digunakan, tujuan utamanya adalah untuk peningkatan kualitas fisik serta penguasaan pengontrolannya.

Pembelajaran senam di sekolah dasar berbeda sifatnya dengan pelatihan senam yang ada di klub-klub senam. Berdasarkan program pembelajaran yang telah disusun dengan standar kompetensi dan kompetensi standar dengan baik, seharusnya dapat mengurangi tingkat kemalasan belajar peserta didik dalam materi senam lantai di tingkat sekolah dasar. Proses pembelajaran PJOK di SD Negeri Mentel II boleh dikatakan sedikit mengalami hambatan. Salah satu hambatannya yaitu masih kurang memadainya sarana dan prasarana yang ada, sehingga menyebabkan proses pembelajaran menjadi kurang maksimal dan peserta didik juga mengalami kesulitan untuk menguasai materi. Hal ini tentu saja sangat mempengaruhi tingkat kesulitan belajar peserta didik. Aktivitas belajar bagi setiap individu tidak selalu dapat berlangsung secara wajar. Hal ini seringkali dialami oleh peserta didik atau remaja yang sedang menempuh pendidikan formal.

Keberhasilan belajar peserta didik usia sekolah dasar (SD), dipengaruhi oleh banyak faktor. Sabini (2012: 85) menyatakan faktor-faktor yang memengaruhi belajar antara lain faktor kesehatan, kecerdasan, bakat, minat, kematangan, motivasi, kelelahan, sikap, perhatian, guru, orang tua, teman, dan keadaan lingkungan. Apabila faktor-faktor tersebut tidak berperan secara positif memungkinkan peserta didik akan menolak bahkan menentang untuk belajar. Perilaku seperti menolak atau enggan belajar sering disebut dengan malas belajar.

Berdasarkan hasil observasi bulan Desember 2019 selama 3 kali pengamatan,

menunjukkan bahwa saat melakukan pengamatan tentang pembelajaran senam di SD Negeri Mentel II, terlihat banyak peserta didik yang malas untuk mengikuti PJOK pada materi senam dan yang paling banyak peserta didik perempuan. Peserta didik yang malas tersebut mempunyai beberapa alasan yaitu menganggap pembelajaran senam tidak menyenangkan, sehingga malas untuk mengikuti pembelajaran senam, tidak berani melakukan, takut, dan tidak mau mengikuti pembelajaran senam karena akan menyebabkan cedera. Peserta didik juga merasa ragu dalam melakukan pembelajaran senam, banyak peserta didik menyatakan tidak bisa sebelum mengikuti pembelajaran senam. Sebelum melakukan pembelajaran senam guru memberikan banyak penjelasan terkait dengan cara melakukan gerakan senam agar tidak terjadi cedera serta memberikan motivasi kepada peserta didik agar mau dan tidak malas dalam mengikuti pembelajaran senam. Namun tetap saja peserta didik masih merasa malas. Selain rasa takut, cemas, ragu, peserta didik juga belum terbiasa dengan gerakan-gerakan yang dipelajari dalam senam, kurang latihan sehingga peserta didik susah dalam melakukannya.

Praktik di lapangan, pembelajaran terkadang berjalan tidak efektif, hal ini disebabkan karena pada saat proses pembelajaran masih terdapat peserta didik yang tidak memperhatikan apa yang sedang dijelaskan oleh guru, kemudian masih sering bercanda. Pada saat praktiknya, peserta didik tidak mengerti apa yang harus dilakukan karena sebelumnya peserta didik tersebut tidak memperhatikan apa yang sedang dijelaskan oleh guru. Ditambah lagi dengan kurangnya penggunaan media atau alat bantu yang digunakan dalam pembelajaran, serta materi pelajaran yang dianggap sulit oleh peserta didik, membuat peserta didik mengalami

kesulitan dalam mengikuti pembelajaran, serta tidak didukung dengan sarana dan prasarana serta fasilitas yang memadai.

Perilaku seperti menolak atau enggan belajar sering disebut dengan malas belajar. Faktor-faktor penyebab malas belajar pada setiap anak tidak selalu sama. Oleh karena itu, guru maupun orang tua harus mencermati apa penyebab anak malas belajar, sehingga dapat memberikan perlakuan yang tepat. Kemalasan yang dialami oleh peserta didik merupakan permasalahan yang berasal dari dalam diri peserta didik ataupun faktor dari luar peserta didik. Dalam pembelajaran senam kemalasan merupakan faktor yang menyebabkan peserta didik tidak mau bergerak dan takut untuk bergerak sehingga berpikiran bahwa gerakan senam itu merupakan gerakan yang berbahaya. Padahal dalam pembelajaran senam yang dibutuhkan adalah gerak yang lincah, kuat, dan lentur. Dari masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi yang mendalam berupa data, gambaran, dan pengetahuan mengenai faktor-faktor kemalasan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Mentel II kecamatan Tanjungsari Kabupaten

Gunungkidul. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2018.

### **Target/Subjek Penelitian**

Subjek penelitian memiliki peran penting dalam keberhasilan penelitian karena melalui subjek penelitian, peneliti dapat memperoleh data yang diperlukan tentang variabel yang akan diteliti. Subjek penelitian di dalam penelitian ini adalah guru dan peserta didik SD Negeri Mentel II kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Arikunto (2006: 101), menyatakan bahwa “Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.” Bentuk instrumen pendukung yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen observasi, pedoman wawancara, dan pedoman dokumentasi, sebagai berikut:

#### **1. Observasi**

Nasution (Sugiyono, 2009: 310) menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Data diperoleh dengan menggunakan indra manusia. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi non partisipan. Pada teknik ini peneliti dengan panduan observasi mengamati beberapa aspek berkaitan dengan pertanyaan penelitian yang telah dikembangkan pada bab sebelumnya, yaitu mengamati pelaksanaan proses pembelajaran, sikap atau tingkah laku peserta didik pada saat pembelajaran. Teknik ini menggunakan instrumen yaitu berupa panduan observasi. Pedoman observasi dalam penelitian ini disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 1. Pedoman Observasi**

Aspek yang diamati	Indikator yang dicari	Sumber
Observasi fisik/lingkungan sekolah	Letak dan alamat sekolah	Observasi
	Keadaan sekolah	
	Sarana dan prasarana sekolah	
	Kondisi lingkungan sekolah	
Observasi kegiatan	Suasana pembelajaran senam lantai	Observasi
	Pelaksanaan pembelajaran	
	Kegiatan peserta didik saat pembelajaran	

**2. Wawancara**

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk mengetahui hal-hal yang akan diteliti dari responden secara mendalam berkaitan dengan faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD N Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul, berdasarkan faktor internal (indikator fisik dan psikologis) dan faktor eksternal (indikator guru, materi pembelajaran, dan sarana prasarana). Pedoman wawancara dalam pebeitian ini disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 2. Pedoman Wawancara**

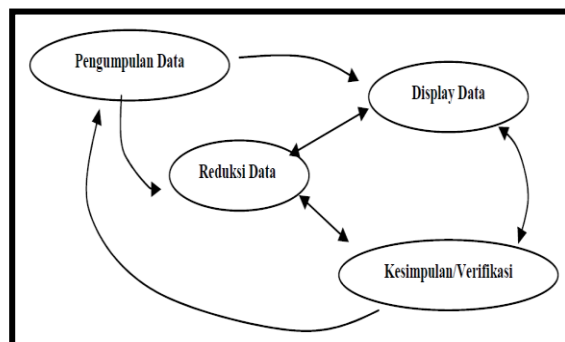
Aspek yang ditanyakan	Indikator yang dicari	Sumber
Faktor Internal	a. Indikator fisik b. Indikator psikologis	Peserta didik dan Guru
Faktor Eksternal	a. Indikator guru b. Indikator materi pembelajar an c. Indikator sarana dan prasarana	

**3. Dokumentasi**

Arikunto (2005: 206) mengemukakan bahwa dokumentasi adalah metode dalam mencari data berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, *legger*, agenda program sekolah, jadwal pelajaran, dan sebagainya. Dokumentasi dalam kegiatan penelitian ini dilakukan untuk mendukung kelengkapan data dari hasil pengamatan dan hasil wawancara yang telah dilakukan. Data dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data peserta didik pada saat pembelajaran senam lantai dan dokumentasi pada saat pengambilan data wawancara.

**Teknik Analisis Data**

Miles & Huberman (Sugiyono, 2009: 246-253) mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*. Langkah-langkah analisis ditunjukkan pada gambar berikut.



**Gambar 1. Komponen dalam Analisis Data (Interactive Model)**

(Sumber: Sugiyono, 2009: 338)

**Uji Keabsahan Data**

Triangulasi merupakan teknik untuk menguji kredibilitas data dengan cara mengecek data dengan sumber yang sama

dengan teknik yang berbeda yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi (Sugiyono, 2009: 274). Apabila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan atau yang lain, untuk memastikan data mana yang dianggap benar. Peneliti menggunakan triangulasi sumber dengan mengecek data yang telah diperoleh melalui hasil wawancara dengan guru dan beberapa dokumentasi saat pembelajaran.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

Pada bahasan ini, peneliti akan menyajikan data terkait hasil wawancara faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Hasil wawancara dilakukan dengan peserta didik yang berjumlah 65 peserta didik, ada 13 peserta didik menyatakan malas dalam mengikuti pembelajaran senam lantai. Sebagai *key informan* dalam penelitian ini yaitu Guru PJOK di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Rangkuman hasil wawancara dengan peserta didik sebagai berikut:

1. Faktor Internal

- a. Indikator fisik. Dari 13 peserta didik, ada 9 peserta didik yang menyatakan fisiknya menjadi penghambat dalam pembelajaran senam lantai.
- b. Indikator psikis. Dari 13 peserta didik, ada 12 peserta didik yang menyatakan tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai, hal tersebut dikarenakan peserta didik takut mengalami cedera.

2. Faktor Eksternal

- a. Indikator Guru. Dari 13 peserta didik, ada 13 peserta didik yang menyatakan bahwa guru bukanlah faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai, akan tetapi dari indikator guru juga masih menjadi kendala dalam pembelajaran senam lantai.
- b. Indikator Materi pembelajaran. Dari 13 peserta didik, ada 13 peserta didik yang menyatakan bahwa materi dalam pembelajaran senam lantai kurang menyenangkan, sehingga membuat peserta didik malas.
- c. Indikator Sarpras. Dari 13 peserta didik, ada 12 peserta didik yang menyatakan bahwa sarana dan prasarana dalam pembelajaran senam lantai kurang baik, sehingga membuat peserta didik malas.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 3. Kesimpulan Hasil Wawancara**

Faktor	Kesimpulan Hasil Wawancara
	<b>Faktor Internal</b>
Fisik	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bentuk fisik peserta didik menghambat untuk melakukan gerakan senam lantai, karena masih ada peserta didik yang memiliki berat badan lebih besar dibandingkan dengan peserta didik lainnya.</li> <li>b. Peserta didik merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, misalnya badan menjadi pegal-pegal.</li> <li>c. Dari 13 peserta didik, ada 9 peserta didik yang menyatakan fisiknya menjadi penghambat dalam pembelajaran senam lantai.</li> </ul>
Psikis	a. Peserta didik kurang tertarik

	<p>mengikuti pembelajaran senam lantai, karena lebih tertarik dengan olahraga yang ada unsur permainan.</p> <p>b. Peserta didik merasa takut cedera saat melakukan gerakan senam lantai, khususnya peserta didik perempuan.</p> <p>c. Dari 13 peserta didik, ada 12 peserta didik yang menyatakan tidak tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai, hal tersebut dikarenakan peserta didik takut mengalami cedera.</p>
<b>Faktor Eksternal</b>	
Guru	Guru sudah memberikan motivasi dan contoh pada saat pembelajaran senam lantai, akan tetapi peserta didik kurang mendengarkan dan memperhatikan guru pada saat pembelajaran. Dari 13 peserta didik, ada 13 peserta didik yang menyatakan bahwa guru bukanlah faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai, akan tetapi dari indikator guru juga masih menjadi kendala dalam pembelajaran senam lantai.
Materi	Peserta didik kurang menyukai materi pembelajaran senam lantai, hal tersebut dikarenakan dalam pembelajaran senam lantai tidak ada unsur permainan seperti materi olahraga yang lain. Dari 13 peserta didik, ada 13 peserta didik yang menyatakan bahwa materi dalam pembelajaran senam lantai kurang menyenangkan
Sarana dan Prasarana	Sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik, misalnya matras yang digunakan. Dari 13 peserta didik, ada 12 peserta didik yang menyatakan bahwa sarana dan prasarana dalam pembelajaran senam lantai kurang baik.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Kemalasan berarti tidak mengerjakan sesuatu, kemalasan

merupakan penghalang utama dari semua aktivitas manusia individu atau peserta didik dalam melaksanakan suatu pekerjaan harus bisa memelihara keseimbangan dan semua inderanya. Kemalasan dalam belajar berarti peserta didik tidak mau mengikuti pelajaran. Kemalasan ini ditimbulkan dari beberapa aspek diantaranya guru atau pengajar, peserta didik itu sendiri, lingkungan bermain atau keluarga. Pembentukan kembali perilaku seseorang sebetulnya sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya, bisa orang tua, teman, atau orang lain di sekitarnya, jadi, dalam mengubah perilaku seseorang, yang paling mendasar adalah mengubah persepsinya. Untuk itu, perlu mempelajari dan mengambil sistem nilai yang bisa mengubah persepsinya atau memberikan sistem nilai lain yang baru baginya (Khudori, 2015: 36).

Rasa malas dalam belajar dapat berupa tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), malas belajar pelajaran sekolah, menunda-nunda pekerjaan, bahkan tidak mengikuti pembelajaran di kelas. Musbikin (2009: 9) menyatakan bahwa malas belajar timbul dari beberapa sebab, yaitu faktor dari dalam diri (intrinsik) dan faktor dari luar diri (ekstrinsik). Faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul berdasarkan faktor internal dan faktor eksternal dijelaskan sebagai berikut:

#### **1. Faktor Internal**

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri. Faktor internal meliputi kondisi fisiologis dan psikologis. Rasa malas untuk belajar yang timbul dari dalam diri anak dapat disebabkan karena kurang atau tidak adanya motivasi diri. Motivasi ini kemungkinan belum tumbuh dikarenakan anak belum mengetahui manfaat dari belajar atau belum ada sesuatu yang ingin



dicapainya. Selain itu kelelahan dalam beraktivitas dapat berakibat menurunnya kekuatan fisik dan melemahnya kondisi psikis.

Berdasarkan faktor internal pada indikator fisik yaitu (1) bentuk fisik peserta didik menghambat untuk melakukan gerakan senam lantai, karena masih ada peserta didik yang memiliki berat badan lebih besar dibandingkan dengan peserta didik lainnya. Anak yang memiliki gejala obesitas dengan berat badannya yang diatas rata-rata dari anak seusianya menyebabkan sulit bergerak. (2) Peserta didik merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, misalnya badan menjadi pegal-pegal. Ahmadi (2013: 78-83) menjelaskan seseorang yang sakit akan mengalami kelemahan fisiknya sehingga saraf sensorik dan motoriknya lemah. Akibatnya rangsangan yang diterima melalui inderanya tidak dapat diteruskan ke otak. Anak yang kurang sehat dapat mengalami kesulitan belajar, sebab mudah capek, mengantuk, pusing, daya konsentrasinya hilang, kurang semangat pikiran terganggu. Anak yang cacat tubuh ringan misalnya kurang pendengaran kurang penglihatan, gangguan psikomotor.

Berdasarkan faktor internal pada indikator psikologis yaitu (1) Peserta didik kurang tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai, karena lebih tertarik dengan olahraga yang ada unsur permainan, misalnya sepakbola. (2) Peserta didik merasa takut cedera saat melakukan geraka senam lantai, khususnya peserta didik perempuan. Faktor psikologis berkaitan dengan emosionalisasi peserta didik. Peserta didik kurang mampu untuk mengontrol kondisi emosionalnya sehingga berpengaruh terhadap kinerjanya. Ketika kondisi emosional/kejiwaan peserta didik mengalami masa labil, kecenderungan peserta didik akan bertindak gegabah, ceroboh, acuh, dan cenderung mudah terpancing untuk marah. Emosional dapat dipengaruhi dari

lingkungan luar, misalnya suatu tindakan orang lain kepadanya (kekerasan, hukuman, dan sebagainya). Orang tua dan guru harus mampu memahami kondisi kejiwaan peserta didik dan mampu membangun kondisi lingkungan yang baik, sehingga mampu mendukung dan merubah kondisi peserta didik menjadi lebih baik. Faktor kejiwaan/emosional dapat berubah ke arah yang lebih baik, yaitu dewasa, sabar, bijak dengan adanya dukungan dan upaya dari peserta didik. Faktor yang menjadi penyebab kesulitan belajar peserta didik ini berkait dengan kurang mendukungnya perasaan hati (emosi) peserta didik unntuk belajar secara sungguh-sungguh. Sebagai contoh, ada peserta didik yang tidak suka mata pelajaran tertentu karena selalu gagal mempelajari mata pelajaran itu. Jika hal ini terjadi, peserta didik tersebut akan mengalami kesulitan belajar yang sangat berat.

## **2. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik itu sendiri. Faktor internal meliputi guru, materi pembelajaran, dan sarana dan prasarana. Berdasarkan hasil penelitian, faktor eksternal yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul dijelaskan sebagai berikut:

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator guru yaitu guru sudah memberikan motivasi dan contoh pada saat pembelajaran senam lantai, akan tetapi peserta didik kurang mendengarkan dan memperhatikan guru pada saat pembelajaran. Guru PJOK adalah seseorang yang memiliki jabatan atau profesi yang memerlukan keahlian khusus, kemahiran atau kecakapan yang memenuhi standar mutu atau norma tertentu serta memerlukan keahlian khusus sebagai syarat dan ciri sebuah profesi. Bagi guru, di samping profil dan persyaratan

utama seorang guru PJOK mempunyai persyaratan kompetensi pendidikan jasmani (Sukintaka, 2004: 72-74). Di samping dituntut berpengetahuan luas, seorang pendidik diharap memiliki ide-ide dan memiliki metode yang dapat menjadikan mata pelajaran yang diajarkan menarik dan variatif. Kondisi pembelajaran yang kurang menarik akan mengakibatkan pembelajaran tidak maksimal. Semakin tinggi ilmu yang dimiliki seorang guru semakin banyak ide dan kreativitasnya dalam melaksanakan pembelajaran. Dalam pelaksanaan proses pendidikan, guru sebagai pendidik harus mampu memberikan arahan sekaligus mampu menunjukkan kepercayaan dirinya kepada anak didik melalui kinerja yang sesuai dengan kompetensi profesinya sebagai pendidik sekaligus sebagai seorang pengajar. Pembelajaran di sekolah akan menarik apabila seorang guru bisa menggunakan berbagai macam metode dalam pembelajarannya. Kenyataannya, pembelajaran masih banyak macam metode yang masih bisa dipergunakan untuk meningkatkan hasil pembelajaran yang lebih optimal. Guru selaku tokoh teladan atau figur yang sering berinteraksi dengan peserta didik dan dibanggakan oleh peserta didik, tapi tidak jarang sikap guru di sekolah juga menjadi objek keluhan peserta didik. Ada banyak macam penyebabnya, mulai dari ketidaksiapan guru dalam mengajar, tidak menguasai bidang pelajaran yang akan diajarkan, atau karena terlalu banyak memberikan tugas-tugas yang dirasa sulit bagi peserta didik. Dengan adanya proses pembelajaran menggunakan metode yang lebih bervariasi diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan guru dalam mengajar dan menyampaikan materi pembelajarannya sehingga hasilnya sesuai yang diharapkan.

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator materi pembelajaran yaitu peserta didik kurang menyukai materi pembelajaran

senam lantai, hal tersebut dikarenakan dalam pembelajaran senam lantai tidak ada unsur permainan seperti materi olahraga yang lain, yaitu sepakbola. Senam lantai lantai mengacu pada gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari kemampuan komponen motorik atau gerak seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelenturan, kelincahan dan ketepatan (Mahendra, 2004: 34). Berdasarkan hal tersebut, seharusnya pembelajaran senam lantai lantai dapat dimodifikasi agar dapat menarik minat dan perhatian peserta didik dalam mengikuti pembelajaran. Modifikasi tersebut dapat dengan berbagai cara, misalnya memasukkan unsur permainan melewati rintangan menggunakan kardus, tetapi tujuan pembelajaran yang akan dilakukan tetap tercapai. Hal tersebut dapat menarik minat dan perhatian peserta didik karena adanya unsur permainan. Hartati (2005: 1), menyatakan sesuai dengan masa perkembangannya anak usia sekolah dasar adalah sosok individu yang sedang mengalami masa perkembangan dengan pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Pembelajaran pada usia sekolah dasar seyogyanya memperhatikan beberapa prinsip belajar, seperti: belajar harus menantang anak dan belajar sambil bermain. Metode bermain terdapat aktivitas peserta didik dengan suasana yang menantang dan menyenangkan.

Berdasarkan faktor eksternal pada indikator sarana dan prasarana yaitu sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik. Pembelajaran hanya dilakukan di halaman sekolah yang lantainya terbuat dari plesteran, masalahnya belum mempunyai *hall* untuk senam lantai, sehingga dirasa kurang aman. Alat pembelajaran yang dipakai oleh guru pada waktu mengajar seharusnya lengkap dan tepat agar peserta

didik mudah dalam menerima bahan pelajaran yang diberikan. Tentunya hal ini akan meningkatkan semangat peserta didik untuk belajar karena ditunjang dengan fasilitas yang lengkap dan tepat. Hal ini merupakan faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran. Dilihat dari dimensi guru ketersediaannya prasarana dan sarana akan memberikan kemudahan dalam melaksanakan pembelajaran yang efektif. Dari dimensi peserta didik ketersediaan prasarana dan sarana akan menciptakan iklim pembelajaran yang lebih kondusif dan kemudahan-kemudahan bagi peserta didik untuk mendapatkan informasi dan sumber belajar agar dapat mendorong berkembangnya motivasi mencapai hasil belajar yang lebih baik. Suasana kelas yang tidak mendukung dapat membuat peserta didik menjadi malas untuk belajar, situasi dan kondisi di kelas meliputi dari suasana yang kurang tenang, kebersihan kelas, gangguan dari peserta didik lain dan suhu lingkungan. Tempat belajar memang sangat diperlukan demi menjaga konsentrasi peserta didik dan suhu yang terlalu panas dapat berpengaruh bagi kenyamanan para peserta didik. Dalam proses pembelajaran pembuatan pola prasarana dan sarana yang dapat menunjang pembelajaran ini yaitu seperti tempat belajar yang bersih, peralatan praktik yang memadai, media pembelajaran yang lengkap dan tepat, dan buku acuan yang lengkap untuk mempermudah proses pembelajaran (Aunurrahman, 2014: 177-196).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yaitu karena peserta didik

merasa kesulitan saat melakukan gerakan senam. (1) Faktor internal: berat badan yang berlebih/gemuk, tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, lebih tertarik dengan olahraga yang ada unsur permainan, takut cedera. (2) Faktor Eksternal: peserta didik kurang memperhatikan guru pada saat pembelajaran, kurang menyukai materi pembelajaran senam lantai, sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik.

### **Saran**

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan penelitian yang telah dikemukakan tersebut di atas, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul dengan metode lain.
2. Pihak sekolah untuk mengatasi faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul, khususnya pada faktor sarana dan prasarana.
3. Guru PJOK agar dapat mengembangkan kegiatan pembelajaran senam lantai agar minat dan motivasi peserta didik dalam pembelajaran tersebut meningkat, sehingga apa yang menjadi tujuan pembelajaran tersebut bisa tercapai.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, A. (2013). *Psikologi belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, S. (2006). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Aunurrahman. (2010). *Belajar dan pembelajaran*. Cetakan ke-4. Bandung: Alfabeta.

Khudori. (2015). *Psikologi komunikasi rasa malas dalam diri*. Jakarta: Rineka Cipta.

Mahendra, A. (2004). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas.

Musbikin, I. (2009). *Mengapa anakku malas belajar ya?*. Yogyakarta: DIVA Press.

Rosdiani, D. (2012). *Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta.

Sabini, N. (2012). *Psikologi pembelajaran*. Yogyakarta: Mentari Pustaka.

Sugiyono. (2009). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika.