

HAMBATAN PESERTA DIDIK KELAS ATAS DALAM PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI GODEAN 1 TAHUN 2018/2019

THE OBSTACLES FACED BY THE UPPER-GRADE STUDENTS IN GYMNASTICS LESSON TAUGHT IN SD NEGERI GODEAN 1 YEAR 2018/2019

Oleh : Arista Sulistya Pratiwi, pgsd penjas, fik uny
Arista Sulistya Pratiwi@yahoo.co.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif. *Setting* penelitian dilakukan di SD Negeri Godean 1 dengan melakukan observasi pada guru dan peserta didik kelas atas. Responden dalam penelitian ini yaitu peserta didik kelas atas di SD Negeri Godean 1 yang berjumlah 16 peserta didik. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi, dan pengamatan dengan tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, dan penyajian data. Keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber, yaitu hasil wawancara dengan guru PJOK dan dokumentasi saat pembelajaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019 berdasarkan (1) Faktor internal, (a) Indikator fisik kurang baik, dikarenakan berat badan yang berlebih/gemuk dan merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai dikarenakan badan menjadi sakit dan pegal-pegal. (b) Indikator psikis kurang baik, dikarenakan peserta didik kurang tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai, dan takut cedera saat melakukan gerakan senam lantai. (2) Faktor eksternal, (a) Indikator guru yaitu guru sudah baik dalam memberikan motivasi kepada peserta didik agar bisa dalam melakukan gerakan senam. Tetapi guru tidak memberikan contoh dari tiap tahapan gerakan senam lantai. (b) Indikator materi pembelajaran senam lantai kurang disukai oleh peserta didik, karena peserta didik lebih menyukai olahraga permainan. (c) Sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik, misalnya matras yang digunakan sudah rusak dan keras.

Kata kunci: hambatan peserta didik kelas atas, pembelajaran senam lantai, SD Negeri Godean 1

Abstract

This research has a purpose to understand the obstacles faced by upper-grade elementary school students' in gymnastics lesson which is being taught in SD Negeri Godean 1 year 2018/2019. This research is considered as a descriptive-qualitative research. It was held in SD Negeri Godean 1 by observing both the teachers and the students from the upper-grade. The respondents that are involved in this research consist of 16 students in total. The technique being used in collecting the data are observation, interview, documentation, and the tracking of data collection, data reduction, and the data presentation. The validity of the data is applying the data source triangulation technique, which is based on the result of the interview with the sport teacher at the school and the documentation obtained from the learning process. The result of the research suggests that the obstacles faced by the students in the learning process are based on (1) internal factors, (a) the indication of deficient physical body, caused by the excessive amount of weight and the uncomfortable feeling after taking the exercise in gymnastics lesson that is seemingly causing the students to experience painful and weary feelings. (b) The indication of deficient psychological body, caused by the lack of interest from the student to participate in the gymnastics lesson, and the anxiety of getting an injury while practicing the gymnastics moves. (2) External factors, (a) the indication of the teacher doing a good role in motivating the students in practicing the gymnastics moves. However, the teacher did not show any examples in each of the stages of the gymnastics moves. (b) The indication of learning materials to be not appealing enough for the students since they tend to be more interested in sport-based games. (c) The mediocre quality of the medium being used in the gymnastics lesson, for example, the mattresses being used for the exercise are already in a bad condition.

Keyword: obstacles, upper-grade elementary school students, gymnastics lesson, SD Negeri Godean 1

PENDAHULUAN

PJOK memiliki banyak bidang kajian di dalamnya, di antaranya adalah aquatik, atletik, permainan net, dan *gymnastik* (Senam). Pembelajaran senam, banyak materi yang diajarkan di dalamnya salah satunya adalah senam lantai. Senam lantai peserta didik kurang memiliki minat yang besar dalam pembelajarannya, karena dalam pembelajaran senam lantai seperti guling depan memerlukan konsentrasi dan perhatian yang lebih dari peserta didik. Resiko yang tinggi apabila peserta didik tidak bersungguh-sungguh dalam melakukan pembelajaran senam gerakan senam lantai.

Hal ini yang peneliti alami pada saat melakukan observasi di SD Negeri Godean 1. Pada saat melakukan observasi yang bertepatan pada pembelajaran senam lantai guling depan, peserta didik terlihat kurang tertarik dalam pembelajaran guling depan dikarenakan ada beberapa faktor yang kurang mendukung dalam pembelajaran guling depan tersebut. Sarana dan prasarana sekolah yang digunakan untuk menunjang proses pembelajaran terutama pembelajaran PJOK masih kurang.

Pembelajaran senam lantai memerlukan sarana yang khusus seperti *hall* senam, matras, dan segala perlengkapan yang diperlukan dalam belajar senam. Berdasarkan hasil observasi, di SD Negeri Godean I belum memiliki *hall* senam dan hanya mempunyai 2 matras dengan ukura 1,5 x 3 meter yang layak digunakan tetapi sudah cukup keras. Akibat hal tersebut, pembelajaran menjadi tidak efektif dan efisien, karena peserta didik jadi menunggu giliran untuk mempraktikkan senam lantai. Bahkan ada pula peserta didik yang duduk dan berteduh menunggu giliran tiba untuk mempraktikkan senam lantai.

Selain itu peran guru juga sangat berpengaruh dalam pembelajaran senam lantai

karena peran guru untuk mengawasi gerakan peserta didik yang mempraktikkan senam lantai guling depan sangat penting. Tingkat resiko yang tinggi yang membuat pengawasan guru sangat penting, karena gerakan senam lantai khususnya guling depan harus memiliki konsentrasi yang lebih dan memiliki gerakan yang berhubungan dengan koordinasi tubuh. Jika ada peserta didik yang cedera, guru langsung dengan cepat memberikan pertolongan pertama untuk mengurangi terjadinya resiko cedera. Gerakan yang menuntut keahlian dalam mengkoordinasikan tubuh dan tidak sedikit peserta didik yang banyak melakukan gerakan yang kurang benar dan membahayakan peserta didik tersebut. Peran guru juga penting untuk memperbaiki gerakan guling depan peserta didik yang belum baik dalam melakukannya. Fakta di lapangan, guru kurang membuat alat yang menarik untuk pembelajaran senam, guru juga jarang menggunakan media untuk pembelajaran senam, seperti media gambar dan video dan guru tidak memberikan contoh secara langsung praktik senam yang akan diajarkan.

Fakta di lapangan masih ditemukan adanya peserta didik yang belum mengoptimalkan waktu pembelajaran dengan sebaik mungkin. Keadaan tersebut dapat dilihat dengan adanya peserta didik yang kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran senam. Peserta didik masih menganggap pembelajaran senam tidak terlalu penting, peserta didik lebih memilih untuk duduk dan mengobrol pada saat proses pembelajaran berlangsung bahkan ada juga yang asyik bergurau dan bermain sendiri. Masalah lain yaitu, masih ada peserta didik yang belum mampu melakukan gerakan guling depan. Peserta didik merasa takut pada saat akan mengguling, terutama pada peserta didik putri dan peserta didik yang bertubuh gemuk. Hal

ini dapat terjadi karena metode yang digunakan oleh guru olahraga kurang tepat, sehingga peserta didik kurang dapat menguasai materi yang diberikan. Faktor lain yang dapat menyebabkan peserta didik kurang mampu melakukan gerakan senam adalah kurangnya tersedianya sarana dan prasarana sehingga intensitas peserta didik untuk berlatih senam sangat kurang. Padahal salah satu prinsip penting dalam PJOK adalah partisipasi peserta didik secara penuh dan merata.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan beberapa peserta didik, menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik dalam pembelajaran masih kurang, seperti sulit memahami pembelajaran senam lantai guling depan, ketidakseriusan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran, peserta didik merasa takut saat melakukan guling depan, dan cara mengajar yang digunakan oleh guru membuat peserta didik kurang untuk mengikuti pembelajaran. Materi senam lantai guling depan merupakan materi yang cukup menjenuhkan, di mana peserta didik malas melakukan gerakan dan adanya rasa takut, malu terutama peserta didik putri saat melakukan guling depan sehingga diperlukan suatu pembelajaran yang menarik agar peserta didik minat saat pembelajaran senam lantai pada guling depan.

Faktor di atas merupakan faktor yang penting yang membuat pembelajaran menjadi efektif dan efisien, sehingga tujuan dari pembelajaran senam lantai khususnya guling depan dapat tercapai. Adanya sarana dan prasarana yang memadai seperti matras maupun ruangan ataupun halaman yang menunjang akan memberikan kenyamanan dan keefektifan dalam pembelajaran, sehingga peserta didik tidak perlu banyak menunggu untuk melakukan senam lantai. Serta peran guru yang baik juga faktor penting untuk mengawasi peserta didik dalam melakukan

senam lantai, sehingga mencegah hal-hal yang tidak diinginkan apabila peserta didik melakukan gerakan senam lantai dengan cara yang belum benar. Peran guru untuk memperbaiki gerakan peserta didik yang masih belum benar dalam melakukan senam lantai juga sangat penting karena peserta didik akan terus mencoba dan terus belajar memperbaiki kesalahan sehingga tujuan dari pembelajaran senam lantai dapat tercapai dan dapat dikatakan sebagai pembelajaran yang berkualitas. Berdasarkan masalah di atas, pentingnya untuk diteliti tentang “Hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 Tahun 2018/2019”.

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 Godean 1.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Godean 1 beralamat di Jl. Suparjo, Kunden, Sidoluhur, Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55264. 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 Godean 1.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

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 pebeitian 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	
Observasi kegiatan	Kondisi lingkungan sekolah	Observasi
	Suasana pembelajaran senam lantai	
	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 Negeri Godean 1, 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 pembelajaran c. Indikator sarana dan prasarana	Peserta didik dan Guru

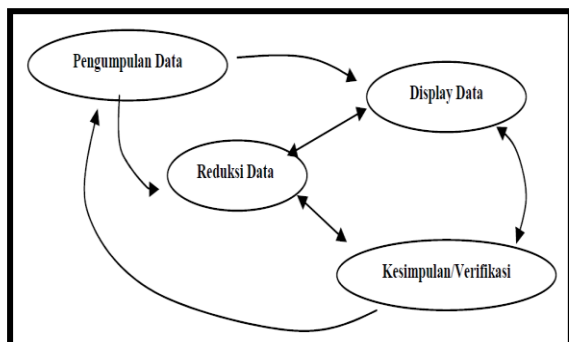
3. Dokumentasi

Arikunto (2010: 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
(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

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Godean I. Sekolah Dasar Negeri Godean I beralamat di Jl. Suparjo, Kunden, Sidoluhur, Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55264.

Pada bahasan ini, peneliti akan menyajikan data terkait hasil wawancara hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019. Hasil wawancara dilakukan dengan peserta didik yang berjumlah 20 peserta didik, yang diambil secara *random*. Sebagai *key informan* dalam penelitian ini yaitu Guru PJOK di SD Negeri Godean 1.

Tabel 3. Kesimpulan Hasil Wawancara

Faktor	Kesimpulan Hasil Wawancara
Faktor Internal	
Fisik	Indikator fisik kurang baik, hal tersebut dikarenakan tubuh atau badan peserta didik menjadi penghambat dalam melakukan gerakan senam lantai. Tubuh peserta didik menjadi penghambat dalam melakukan gerakan senam dikarenakan tubuh cenderung gemuk atau kurang ideal, sehingga peserta didik merasa kesulitan untuk melakukan gerakan. Peserta didik juga merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, hal tersebut dikarenakan badan menjadi sakit dan pegal-pegal.
Psikis	Indikator psikis kurang baik. Hal tersebut dikarenakan peserta didik kurang tertarik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai, dan peserta didik merasa takut saat melakukan gerakan senam lantai karena beberapa peserta didik pernah mengalami cedera.
Faktor Eksternal	
Guru	Indikator guru yaitu guru sudah baik dalam memberikan motivasi kepada peserta didik agar bisa dalam melakukan gerakan senam. Tetapi guru jarang memberikan contoh sendiri karena kondisi fisik guru yang tidak memungkinkan. Solusi yang diberikan yaitu guru menyuruh peserta didik yang tekniknya sudah baik untuk mencontohkan di depan.
Materi	Indikator materi pembelajaran senam lantai kurang disukai oleh peserta didik, karena peserta didik lebih menyukai olahraga

	permainan. Meskipun guru sudah mengajar sesuai silabus dan pada saat pembelajaran guru memberikan sedikit unsur permainan di dalamnya.
Sarana dan Prasarana	Sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik, misalnya matras yang digunakan sudah rusak.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019 secara umum kurang baik. Hal tersebut dikarenakan dipengaruhi beberapa hal, di antaranya faktor internal dan faktor eksternal.

Proses pembelajaran dalam pendidikan merupakan suatu proses yang sangat kompleks, banyak sekali unsur-unsur yang berpengaruh di dalamnya. Faktor-faktor yang berpengaruh dalam proses pendidikan atau pembelajaran, menurut Hasan (1995: 7-10) meliputi: (a) faktor tujuan, (b) faktor pendidik dan peserta didik, (c) faktor isi /materi (kurikulum), (d) faktor metode, (f) faktor lingkungan. Kegiatan belajar pada setiap jenjang pendidikan tidak senantiasa berhasil. Setiap peserta didik atau siswa seringkali mengalami hambatan atau kesulitan dalam hal belajar. Kondisi ini dapat diartikan sebagai sebuah kesulitan belajar. Mulyasa (2002: 6), menyatakan bahwa pada umumnya kesulitan merupakan suatu kondisi tertentu yang ditandai dengan adanya hambatan-hambatan dalam kegiatan mencapai tujuan, sedangkan kesulitan belajar dapat diartikan sebagai suatu kondisi dalam suatu proses belajar yang ditandai adanya hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar. Kesulitan belajar merupakan gangguan atau hambatan dalam kemajuan belajar (Hamalik, 2010: 139).

Hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019 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. 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 di atas 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. Faktor fisik baik itu masalah obesitas, cacat bawaan maupun cacat ringan ketiganya memang menghambat seseorang dalam belajar seperti yang dijelaskan juga dalam teori belajar bahwa kesulitan belajar seseorang bisa dipengaruhi oleh faktor fisik. Walaupun beberapa dari peserta didik ada yang tetap ingin mencoba dan ingin bisa mengikuti pembelajaran senam seperti teman yang lainnya. Namun keterbatasan menimbulkan dampak lain yang juga menambah hambatan dalam pembelajaran, seperti yang diungkapkan dalam

percakapan wawancara bahwa peserta didik merasa takut untuk mencoba.

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 gerak 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 untuk 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. Dalam teorinya keadaan psikologis seseorang memang mempengaruhi tingkat kesulitan belajar seseorang, jika dilihat dari hasil

wawancara tersebut peserta didik yang memiliki riwayat cedera saat pembelajaran senam terkesan lebih menghindari pembelajaran tersebut, dan bagi peserta didik yang kurang memiliki kepercayaan diri tinggi merasa malu jika disuruh mempraktekkan gerakan senam lantai di depan teman-teman sekelasnya.

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 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 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 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. Riset memperlihatkan bahwa program pendidikan jasmani yang didesain dengan baik dan diimplementasikan dapat mendorong anak untuk aktif secara fisik dan memperlihatkan efek positif pada nilai akademis, termasuk peningkatan konsentrasi, memperbaiki kemampuan matematika, membaca, menulis, dan mengurangi perilaku mengganggu. Kondisi aerobik tampaknya membantu fungsi memori. Aktivitas fisik mempunyai pengaruh pada lobus frontalis, suatu area otak untuk konsentrasi mental dan perencanaan (Ambardini, 2009: 47).

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.

Secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggarakannya suatu proses (usaha atau pembangunan) (Soepartono, dalam Saryono, 2008: 35). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah untuk dipindahkan. Prasarana olahraga antara lain: lapangan, bola basket, lapangan tennis, gedung (*hall*), stadion sepakbola, stadion atletik dan lain-lain. Prasarana olahraga yang baik adalah yang memenuhi ukuran standar. Sarana olahraga adalah sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga. Sarana olahraga terdiri atas peralatan (*apparatus*) dan perlengkapan (*device*)

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 hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019 yaitu karena peserta didik merasa kesulitan saat melakukan gerakan senam. (1) Faktor internal, (a) Indikator fisik kurang baik, dikarenakan berat badan yang berlebih/gemuk dan merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai dikarenakan badan menjadi sakit dan pegal-pegal. (b) Indikator psikis kurang baik, dikarenakan peserta didik kurang tertarik mengikuti pembelajaran senam lantai, dan takut cedera saat melakukan gerakan senam lantai. (2) Faktor eksternal, (a) Indikator guru yaitu guru sudah baik dalam memberikan motivasi kepada peserta didik agar bisa dalam melakukan gerakan senam. Tetapi guru tidak memberikan contoh dari tiap tahapan gerakan senam lantai. (b) Indikator materi pembelajaran senam lantai kurang disukai oleh peserta didik, karena peserta didik lebih menyukai olahraga permainan. (c) Sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai masih kurang baik, misalnya matras yang digunakan sudah rusak dan keras.

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 hambatan peserta didik kelas atas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Godean 1 tahun 2018/2019 dengan metode lain.
2. Pihak sekolah untuk memperbaiki pada faktor sarana dan prasarana pembelajaran senam lantai agar lebih baik.
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.

Sugiyono. (2009). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

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

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, A. (2013). *Psikologi umum*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ambardini, R.L. (2009). Pendidikan jasmani dan prestasi akademik: tinjauan neurosains. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Aunurrahman. (2010). *Belajar dan pembelajaran*. Cetakan ke-4. Bandung: Alfabeta.
- Hamalik, O. (2010). *Media pendidikan*. Bandung: Penerbit Alumni.
- Hasan, F. (1995). *Psikologi belajar*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Mahendra, A. (2000). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas.
- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda Karya.
- Saryono. (2008). Prinsip dan aplikasi dalam modifikasi sarana dan prasarana penjas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 1.