

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

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Suharwati
NIM 15604224011

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

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

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

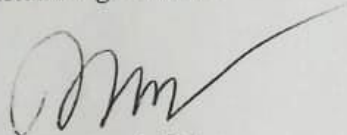
Disusun Oleh:

Suharwati
NIM 15604224011


telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Februari 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi


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

Disetujui,
Dosen Pembimbing,


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

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suharwati
NIM : 15604224011
Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Judul TAS : Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, Februari 2019
Yang Menyatakan,



Suharwati
NIM 15604224011

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi




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

Disusun Oleh:

Suharwati
NIM 15604224011

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 12 Februari 2019

Nama/Jabatan	TIM PENGUJI Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		12/2 - 2019
Dra. Farida Mulyaningsih, M.Kes. Sekretaris		12/2 - 2019
Dr. Subagyo, M.Pd. Penguji		12/2 19

Yogyakarta, Februari 2019
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001 8

MOTTO

1. Tuhan tidak akan menghadapkan seseorang pada suatu permasalahan tanpa sebab, kecuali untuk lebih menguatkan atau hanya untuk dijadikan pembelajaran hidup (Suharwati)
2. Rahasia kesuksesan adalah melakukan hal yang biasa secara tak biasa (John D. Rockefeller Jr)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucap syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karyaku ini untuk orang yang kusayangi kedua orangtuaku Bapak Wakimin tercinta dan Ibu Ngatikem, karena telah meluangkan waktu, pikiran, materi, dan kasih sayang yang tak terhingga untuk puterimu ini, dan terimakasih banyak atas segala suport dan doa yang tiada henti sehingga bisa sampai di titik ini.

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

Oleh:
Suharwati
NIM 15604224011

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 mengalami 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

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Guntur, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
3. Bapak Dr. Subagyo, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Kepala Sekolah di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Para guru dan staf di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
8. Sahabat dan orang terkasih yang selalu bersabar, mendukung, berdoa dan mau meluangkan waktunya untuk menemani dan ikut serta dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Terimakasih banyak, karena sudah menemaniku berjuang hingga saat ini
9. Teman-teman seperjuangan PGSD Penjas Angkatan 2015. Terimakasih untuk selalu ada di tahun-tahun terbaik dalam hidupku, dalam tangis dan tawa, dalam kegilaan dan beribu pengalaman yang kita lalui.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Februari 2019
Penulis,

Suharwati
NIM 15604224011

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Fokus Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Hasil Penelitian	6
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori.....	8
1. Hakikat Kemalasan.....	8
2. Hakikat Pembelajaran PJOK	13
3. Hakikat Senam Lantai	21
4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas Atas.....	25
B. Penelitian yang Relevan	31
C. Kerangka Berpikir	34
D. Pertanyaan Penelitian	35
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan Penelitian	36
B. <i>Setting</i> Penelitian	36
C. Subjek Penelitian.....	36
D. Metode dan Instrumen Pengumpulan Data	37
E. Teknik Analisis Data	39
F. Uji Keabsahan Data	41
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	42
1. Profi SD Negeri Mental II Kecamatan Tanjungsari.....	42

2. Penyajian Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan	51
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	57
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	58
B. Implikasi.....	58
C. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam Lantai	22
Gambar 2. Komponen dalam Analisis Data (<i>Interactive Model</i>).....	40
Gambar 3. Profil SD Negeri Mentel II	42
Gambar 4. Denah Lokasi SD Negeri Mentel II	43
Gambar 5. Tempat Proses Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul	48
Gambar 6. Matras Pembelajaran Senam Lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul	48

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. KI dan KD Pembelajaran Senam lantai Sekolah Dasar	24
Tabel 2. Pedoman Observasi.....	38
Tabel 3. Pedoman Wawancara.....	39
Tabel 4. Data Sarpras SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari.....	43
Tabel 5. Data Jumlah Guru SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari	44
Tabel 6. Data Peserta Didik SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari	44
Tabel 8. Kesimpulan Hasil Wawancara.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS.....	64
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	65
Lampiran 3. Surat Keterangan dari Kesbangpol.....	66
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari SD Mentel II.....	67
Lampiran 5. Pedoman Wawancara.....	68
Lampiran 6. Hasil Wawancara.....	70
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	94

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas yang menggunakan pikiran, jasmani, serta kemauan diri secara bersama-sama di waktu yang bersamaan. Olahraga menjadi pengisi waktu senggang, dimana setiap orang mengekspresikan diri sesuai dengan bakat serta keinginannya. Melalui olahraga dapat memberikan manfaat serta ilmu pengetahuan. Satuan pendidikan, olahraga dikemas dalam bentuk proses pembelajaran sekolah, dengan itu peserta didik dapat menuangkan bakat serta kemampuan melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Peserta didik tidak dituntut untuk berprestasi namun satuan pendidikan (sekolah) memberikan wadah kepada peserta didik untuk keleluasaan bergerak serta mengenal dan belajar beberapa cabang olahraga.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Pembelajaran PJOK tidak kalah penting dengan mata pelajaran yang lainnya, karena pembelajaran PJOK menjadi salah satu bagian yang penting dari pendidikan. Melalui pendidikan jasmani peserta didik akan mengembangkan keterampilan gerak, hidup sehat, dan mengarah pada kesehatan fisik dan mentalnya (Rosdiani, 2012: 138).

PJOK juga mempunyai pedoman pelaksanaan pembelajaran, yaitu kurikulum. Kurikulum merupakan seperangkat rencana dan pengetahuan mengenai tujuan, isi, dan bahan pelajaran, serta cara yang digunakan sebagai

pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu (UU RI No 3 Tahun 2003). Mencapai tujuan pendidikan jasmani seperti yang ada di dalam kurikulum guru dapat memberikan materi pembelajaran dari berbagai cabang olahraga.

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”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Peserta didik SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul kurang memperhatikan saat pembelajaran senam lantai.
2. Peserta didik kadang melakukan yang tidak sesuai harapan pada saat pembelajaran senam lantai.
3. Peserta didik saat disuruh melakukan gerakan senam lantai enggan untuk melakukan.
4. Belum diketahuinya faktor-faktor kemalasan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul.

5. Pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul belum maksimal.

C. Fokus Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka fokus masalah dalam penelitian ini yaitu: “Kemalasan Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran Senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan fokus masalah di atas, maka dapat rumusan masalah sebagai berikut: “Apa saja faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apa saja faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang terkait baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

a. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang faktor-faktor penyebab kemalasan peserta didik khususnya dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.

- b. Menjadi kajian teori untuk penelitian sejenis tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.

2. Secara Praktis

- a. Dapat dijadikan masukan bagi peserta didik, calon guru dan guru PJOK untuk mengoptimalkan pembelajaran senam lantai dan lebih baik lagi.
- b. Dapat mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam mengikuti pembelajaran senam lantai.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Kemalasan

a. Pengertian Kemalasan

Malas memiliki arti tidak mau bekerja atau mengerjakan sesuatu dan kemalasan memiliki arti sifat (keadaan) malas. 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. Zaques (2008: 36) menyatakan rasa malas diartikan sebagai keengganan seseorang untuk melakukan sesuatu yang seharusnya atau sebaiknya dia lakukan. Beberapa hal yang termasuk rasa malas diantaranya menolak tugas, tidak disiplin, tidak tekun, rasa sungkan, suka menunda sesuatu, mengalihkan diri dari kewajiban, dan lain-lain.

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. Sifat malas merupakan bagian dari bentuk-bentuk pikiran yang menghalangi timbulnya pengetahuan dalam meningkatkan kualitas batin manusia (Thursan, 2015: 43). Kemalasan peserta didik adalah keengganan seseorang untuk melakukan sesuatu yang seharusnya atau sebaiknya dilakukan. Masuk dalam keluarga besar rasa malas adalah menolak tugas, tidak disiplin, tidak tekun, rasa sungkan, suka menunda sesuatu, mengalihkan diri dari kewajiban,

Kemalasan peserta didik adalah sebuah bentukan, Artinya, perilaku itu bisa dibentuk kembali menjadi baik atau tidak malas. Pembentukan kembali perilaku seseorang tadi 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: 17).

Aziz (dalam Megayanti, 2016: 2849) menyatakan bahwa malas berbeda dengan lamban. Anak lamban, masih memiliki kemauan untuk melakukan sesuatu walaupun lama dalam prosesnya, sedangkan anak malas cenderung menunjukkan tidak adanya kemauan. 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). Rasa malas yang timbul dalam diri anak dapat disebabkan tidak adanya motivasi diri. Selain itu, kelelahan dalam beraktivitas dapat berakibat menurunnya kekuatan fisik dan melemahnya kondisi psikis. Faktor dari luar diri anak (ekstrinsik) atau faktor eksternal, disebabkan karena tidak adanya dukungan dari orangtua, faktor kemiskinan, lingkungan yang tidak nyaman, dan fasilitas yang tidak mendukung.

Perilaku itu bisa dibentuk kembali menjadi baik atau tidak malas. Pembentukan kembali perilaku seseorang tadi sebetulnya sangat dipengaruhi oleh

lingkungan sekitarnya, bisa orang tua, teman, atau orang lain di sekitarnya. 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. Rasa malas dikaitkan dengan masalah belajar, maka kemalasan belajar adalah suatu kondisi psikologis dimana anak tidak dapat belajar secara wajar, disebabkan adanya ancaman, hambatan ataupun gangguan baik yang datang dari diri sendiri maupun faktor luar sehingga menyebabkan kemalasan dalam proses belajar.

b. Faktor-Faktor Penyebab Kemalasan Belajar

Penyebab kemalasan peserta didik itu ternyata bermacam-macam, baik internal maupun eksternal. Aspek internalnya, yaitu tidak adanya kemauan atau motivasi untuk sekolah dalam diri anak. Penyebab eksternalnya adalah selain faktor ekonomi orang tuanya, lokasi rumah atau sekolah yang sangat jauh, tidak terjangkau dan juga pengaruh lingkungan kehidupan di sekitarnya. Masih banyak orang tua yang memiliki pola pikir bahwa pendidikan dianggap kurang penting, sehingga tidak memperhatikan anaknya, kemudian setengah memaksa anaknya membantu mencari nafkah, seperti di daerah pedalaman yang masyarakatnya hidup menggarap lahan pertanian dan jauh dari jangkauan fasilitas pendidikan, atau di daerah kepulauan yang anak-anaknya terpaksa ikut melaut untuk bekerja. Ahmadi (2013: 78-83) menjelaskan faktor-faktor penyebab kemalasan belajar sebagai berikut:

a) Faktor Internal

1) Sebab yang bersifat fisik

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.

2) Kemalasan belajar karena psikologis

Belajar memerlukan kesiapan psikologis ketenangan dengan baik. Faktor psikologis meliputi intelegensi, bakat, minat, motivasi, faktor kesehatan mental, tipe-tipe khusus seorang yang belajar.

b) Faktor Eksternal

1) Faktor Keluarga

Keluarga merupakan pusat pendidikan yang utama dan pertama, yang termasuk faktor ini meliputi cara mendidik anak, hubungan orang tua dengan anak, yaitu bimbingan orang tua. Orang tua adalah orang yang pertama dikenal oleh anak, yang memberikan kesan pertama pada anak dan membimbing tingkah laku anak. 'Ayuna (2017: 7) menyatakan bahwa orangtua adalah orangtua dewasa yang turut bertanggung jawab terhadap kelangsungan hidup anak, yang termasuk dalam pengertian ini adalah ayah dan ibu, kakek, nenek, paman, bibi, kakak, atau wali. Orangtua di dalam keluarga adalah sosok pemimpin yang mengatur pola

komunikasi dan tingkah laku anggota keluarganya. Seorang anak biasanya menjadi target utama dari orangtua untuk mendapatkan kasih sayang yang penuh. Apalagi dalam upaya mendidik dan membimbing anak untuk menjadi orang yang diinginkan oleh orangtua. Hal ini dikarenakan sosok orangtua harus bisa menjadi seorang teladan untuk dapat ditiru oleh anak.

2) Faktor Lingkungan

Suasana yang ramai atau gaduh tidak mungkin anak dapat belajar dengan baik. Anak akan selalu terganggu konsentrasinya, sehingga sukar untuk belajar. Demikian juga suasana yang selalu tenang, selalu nyaman, maka akan membuat anak konsentrasi dalam belajar

3) Faktor Sekolah

Guru dapat menjadi penyebab kemalasan belajar anak apabila guru dalam pengambilan metode tidak sesuai dan kurang menguasai materi dan sulit dimengerti oleh muridnya. Sebagai seorang guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tentu sangat memerlukan suatu strategi dan keterampilan pembelajaran agar proses belajar mengajar dapat berlangsung secara efektif dan efisien. Untuk mencapai hal itu, tentu tidak mudah terlebih mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan berlangsung di lapangan, sehingga memiliki tingkat kerumitan yang berbeda bila dibandingkan dengan di kelas.

4) Faktor Kurikulum

Kurikulum yang kurang baik misalnya bahan-bahannya yang terlalu tinggi, pembagian bahan yang tidak seimbang dan waktu di sekolah yang kurang disiplin. Kurikulum yang dimaksud tidak terbatas hanya pada sejumlah mata pelajaran

saja, melainkan meliputi segala sesuatu yang dapat mempengaruhi perkembangan peserta didik, seperti: gedung, alat pelajaran, perlengkapan, dan lain sebagainya, yang pada gilirannya menyediakan kemungkinan belajar secara efektif. Dengan kata lain, suatu kurikulum akan mampu berperan sebagai alat pendidikan jika sanggup merubah dirinya dan menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang ada.

2. Hakikat Pembelajaran PJOK

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar. Pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang dirancang untuk memungkinkan terjadinya proses belajar pada peserta didik (*Instruction is a set of events that affect learners in such a way that learning is facilitated*). Pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan pembelajaran, serta pembelajaran adalah upaya mengorganisasi lingkungan untuk menciptakan kondisi belajar bagi peserta didik (Muktiani, 2014: 26). Sudjana yang dikutip Sugihartono (2007: 80) menyatakan bahwa pembelajaran merupakan setiap upaya yang dilakukan dengan sengaja oleh pendidik yang dapat menyebabkan peserta didik melakukan kegiatan belajar.

Senada dengan pendapat di atas, Mulyaningsih (2009: 54) menyatakan pembelajaran ialah membelajarkan peserta didik menggunakan asas pendidikan maupun teori belajar merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Pembelajaran merupakan penentu utama keberhasilan pendidikan. Pembelajaran

merupakan proses komunikasi dua arah, mengajar dilakukan oleh pihak guru sebagai pendidik, sedangkan belajar dilakukan oleh peserta didik atau murid. Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) konsep-konsep tersebut, yaitu:

1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif

Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk menguasai pengetahuan yang dimiliki sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didik dengan sebaik-baiknya.

2) Pembelajaran dalam pengertian institusional

Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual.

3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif

Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

Diungkapkan oleh Rahyubi (2014: 234) bahwa dalam pembelajaran mempunyai beberapa komponen-komponen yang penting, yaitu tujuan pembelajaran, kurikulum, guru, peserta didik, metode, materi, media, dan evaluasi. Masing-masing dijelaskan sebagai berikut:

1) Tujuan Pembelajaran

Tujuan setiap aktivitas pembelajaran adalah agar terjadi proses belajar dalam diri peserta didik. Tujuan pembelajaran adalah target atau hal-hal yang harus dicapai dalam proses pembelajaran. Tujuan pembelajaran biasanya berkaitan dengan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik. Tujuan pembelajaran bisa tercapai jika pembelajar atau peserta didik mampu menguasai dimensi kognitif dan afektif dengan baik, serta cekatan dan terampil dalam aspek psikomotornya.

2) Kurikulum

Secara etimologis, kurikulum (*curriculum*) berasal dari bahasa Yunani “*curir*” yang artinya “pelari” dan “*curere*” yang berarti “tempat berpacu”. Yaitu suatu jarak yang harus ditempuh oleh pelari dari garis start sampai garis finish. Secara terminologis, kurikulum mengandung arti sejumlah materi atau mata pelajaran yang harus ditempuh atau diselesaikan peserta didik guna mencapai suatu tingkatan atau ijazah. Kurikulum sebagai rancangan pendidikan mempunyai kedudukan yang sangat strategis dalam seluruh aspek kegiatan pendidikan. Mengingat pentingnya peranan kurikulum di dalam pendidikan dan dalam perkembangan kehidupan manusia, maka dalam penyusunan kurikulum tidak bisa dilakukan tanpa menggunakan landasan yang kokoh dan kuat.

3) Guru

Guru atau pendidik yaitu seorang yang mengajar suatu ilmu. Dalam bahasa Indonesia, guru umumnya merujuk pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, memfasilitasi,

menilai, dan mengevaluasi peserta didik. Peranan seorang guru tidak hanya terbatas sebagai pengajar (penyampai ilmu pengetahuan), tetapi juga sebagai pembimbing, pengembang, dan pengelola kegiatan pembelajaran yang dapat memfasilitasi kegiatan belajar peserta didik dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

4) Peserta didik

Peserta didik atau peserta didik adalah seseorang yang mengikuti suatu program pendidikan di sekolah atau lembaga pendidikan dibawah bimbingan seorang atau beberapa guru, pelatih, dan instruktur.

5) Metode

Metode pembelajaran adalah suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk menggelar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik. Metode pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran motorik ada beberapa metode yang sering diterapkan yaitu metode ceramah, metode tanya jawab, metode diskusi, metode demonstrasi, metode karyawisata, metode eksperimen, metode bermain peran/simulasi, dan metode eksplorasi.

6) Materi

Materi merupakan salah satu faktor penentu keterlibatan peserta didik. Jika materi pelajaran yang diberikan menarik, kemungkinan besar keterlibatan peserta didik akan tinggi. Sebaliknya, jika materi yang diberikan tidak menarik, keterlibatan peserta didik akan rendah atau bahkan tidak peserta didik akan menarik diri dari proses pembelajaran motorik.

7) Alat Pembelajaran (media)

Media pada hakikatnya merupakan salah satu komponen sistem pembelajaran. Sebagai komponen, media hendaknya merupakan bagian integral dan harus sesuai dengan proses pembelajaran secara menyeluruh.

8) Evaluasi

Evaluasi adalah kegiatan mengumpulkan data seluas-luasnya, sedalam-dalamnya yang bersangkutan dengan kapabilitas peserta didik, guna mengetahui sebab akibat dan hasil belajar peserta didik yang dapat mendorong dan mengembangkan kemampuan belajar. Evaluasi yang efektif harus mempunyai dasar yang kuat dan tujuan yang jelas. Dasar evaluasi yang dimaksud adalah filsafat, psikologi, komunikasi, kurikulum, manajemen, sosiologi, antropologi, dan lain sebagainya.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang belajar, dimana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Esensi pendidikan jasmani adalah suatu proses belajar untuk bergerak (*learning to move*) dan belajar melalui gerak (*learning through movement*). Program pendidikan jasmani berusaha membantu peserta didik untuk menggunakan tubuhnya lebih efisien dalam melakukan berbagai

keterampilan gerak dasar dan keterampilan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Firmansyah, 2009: 32). Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan seseorang sebagai individu dan anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak (Akhiruyanto, 2008: 60).

Sementara Khomsin (dalam Sartinah, 2008: 63) menganggap bahwa mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan memiliki peran unik dibandingkan dengan mata pelajaran lainnya, karena selain dapat digunakan untuk pengembangan aspek fisik dan psikomotor, juga ikut berperan dalam pengembangan aspek kognitif dan afektif secara serasi dan seimbang. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. "Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial dan emosional" (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66).

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, makhluk total,

daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya (Yudanto, 2008: 17). Lutan (2004: 1) menyatakan pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Selain itu pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mereka mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat di sepanjang hayatnya.

Paturusi (2012: 4-5), menyatakan pendidikan jasmani merupakan suatu kegiatan mendidik anak dengan proses pendidikan melalui aktivitas pendidikan jasmani dan olahraga untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional. Sutrisna (dalam Sartinah, 2008: 63) menyatakan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan tidak saja aspek kebugaran jasmani dan keterampilan gerak, tetapi juga keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olah raga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pembelajaran pendidikan jasmani, guru diharapkan mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dan strategi permainan/olahraga, internalisasi nilai-nilai (sportivitas, jujur, kerjasama, dan lain-lain) dan pembiasaan pola hidup sehat, yang dalam pelaksanaannya bukan melalui pembelajaran yang konvensional di dalam kelas yang bersifat kaji teoritis, namun melibatkan unsur fisik, mental intelektual, emosi, dan sosial. Utama (2011: 3) menyebutkan bahwa

berdasarkan pemahaman mengenai hakikat pendidikan jasmani maka tujuan pendidikan jasmani sama dengan tujuan pendidikan pada umumnya, karena pendidikan jasmani merupakan bagian yang integral dari pendidikan pada umumnya melalui aktivitas jasmani.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani yaitu melalui aktivitas jasmani diupayakan untuk meningkatkan keterampilan motorik dan nilai-nilai fungsional yang mencakup aspek kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial. Pernyataan ini mungkin yang secara tegas dijadikan asumsi dasar oleh guru pendidikan jasmani dengan memilih cara menyampaikan tujuan pembelajaran yang berorientasi pada tujuan keseluruhan. Memudahkan penyampaian tujuan pembelajaran secara keseluruhan agar mudah dimengerti oleh peserta didik, upaya yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani adalah dengan merumuskan tujuan umum atau menyeluruh tersebut dirumuskan secara khusus. Secara eksplisit, tujuan-tujuan khusus pembelajaran pendidikan jasmani termuat dalam kompetensi dasar pada setiap semester dan tingkatan kelas yang menjadi target belajar peserta didik (Hendrayana, dkk., 2018).

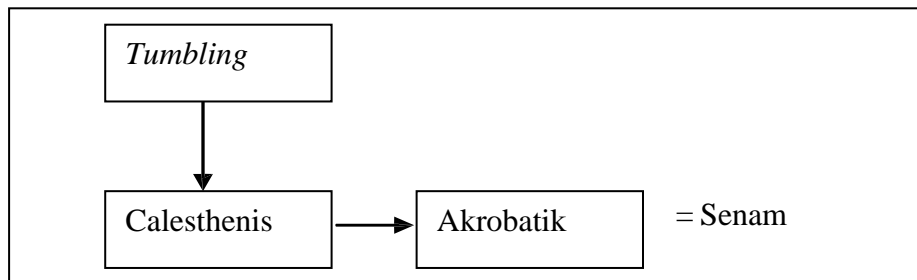
Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat dirumuskan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang.

3. Hakikat Senam Lantai

Senam merupakan salah satu olahraga yang diajarkan pada jenjang sekolah dasar. Soekarno, (2000: 31) menyatakan bahwa senam yang dikenal dalam bahasa Indonesia sebagai salah satu cabang olahraga merupakan terjemahan langsung dari bahasa Inggris *gymnastics*, atau Belanda *gymnastiek*. *Gymnastics* sendiri dalam bahasa aslinya merupakan serapan kata dari bahasa Yunani yaitu *gymnos* yang berarti telanjang. *Gymnastiek* dipakai untuk menunjukkan kegiatan fisik yang memerlukan keluasaan gerak, keluasaan gerak mudah dilakukan dengan telanjang atau setengah telanjang. Hal tersebut bisa terjadi karena teknologi pembuatan pakaian belum semaju sekarang, sehingga pembuatan pakaian belum bias mengikuti gerak pemakainya. *Gymnastics* dalam bahasa Yunani berasal dari kata *gymnazien* yang artinya berlatih atau melatih diri.

Gymnos atau *gymnastics* mengandung banyak arti yang luas dan tidak terbatas. Soekarno, (2000: 32) mendefinisikan senam sebagai latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara keseluruhan dengan harmonis. Hidayat (dalam Mahendra, 2004: 9) mendefinisikan senam merupakan suatu latihan tubuh yang dipilih dan dilakukan secara sadar, disusun secara sistematis untuk tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, serta menanamkan nilai mental spiritual. Senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas, dan ketepatan dengan koordinasi

yang sesuai dan tata urutan gerak yang selaras akan terbentuk rangkaian gerak *artistic* yang menarik. Pedoman untuk memperjelas pengertian senam adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Pedoman Pengertian Senam
(Sumber: Mahendra, 2004: 10)

Mahendra (2004: 10) menjelaskan bahwa gambar di atas kegiatan fisik jika digabungkan dengan ketiga unsur di atas dapat menjadi senam, karena senam terdiri dari unsur-unsur kalestenik, tublik, dan akrobatik. Soekarno, (2004: 30) memberikan penjelasan *calestenic*, *tumbling*, dan *akrobatik* sebagai berikut:

1) *Calestenic*

Calesthenic diartikan sebagai kegiatan memperindah tubuh melalui latihan kekuatan tubuh. *Calesthenic* juga bisa berarti latihan fisik untuk memelihara atau menjaga kesegaran jasmani, meningkatkan kelentukan dan keluwesan, serta memelihara teknik dasar dan keterampilan.

2) *Tumbling*

Tumbling diartikan sebagai gerakan melompat, melenting, dan mengguling, jadi *tumbling* berarti gerakan melompat, melenting, dan berjungkir balik secara berirama.

3) *Akrobatik*

Akrobatik adalah suatu ketangkasan yang merupakan gerak putar pada poros poros tubuh. Unsur-unsur gerakan *calestenic*, *tumbling*, dan *akrobatik* ada pada gerakan senam, gerakan senam menggabungkan keindahan tubuh, gerakannya cepat dan eksplosif, serta menonjolkan fleksibilitas dan keseimbangan yang mampu menjadi kesatuan gerak tubuh yang indah serta mempunyai karya seni dari tubuh jika dilihat. Manfaatnya jelas untuk meningkatkan kekuatan fisik serta melatih penguasaan kontrol gerak.

Nurjanah (2012: 23), menyatakan bahwa dalam dunia pendidikan, senam seharusnya diartikan sebagai istilah generik untuk berbagai macam kegiatan fisik yang di dalamnya anak mampu mendemonstrasikan, dengan melawan gaya atau kekuatan alam, kemampuan untuk menguasai tubuhnya secara meyakinkan dalam situasi yang berbeda-beda. Sekolah Dasar merupakan media awal dari perkembangan anak-anak untuk mendapatkan pertumbuhan yang optimal. Maka dari itu, di Sekolah Dasar diajarkan pula pendidikan jasmani dengan materi yang sudah ditentukan dan salah satunya yaitu materi senam. Bagi Sekolah Dasar, senam yang diajarkan sebagai salah satu materi pembelajaran yaitu berupa senam irama dan senam lantai.

Pembelajaran senam di sekolah memiliki sasaran paedagogis. Mahendra (2004: 10), menyatakan bahwa "pembelajaran senam di sekolah atau dikenal dengan senam kependidikan merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan". Artinya, pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan-kegiatan yang bertema senam. Artinya, senam kependidikan lebih menitikberatkan pada tujuan pembelajaran, yaitu pengembangan kualitas fisik dan pola gerak dasar. Oleh karena itu, proses pembelajaran senam di sekolah dasar bersifat fleksibel dan tidak bergantung dari materi, kurikulum, sarana dan prasarana.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bagi Sekolah Dasar, senam yang diajarkan sebagai salah satu materi pembelajaran yaitu berupa senam irama dan senam lantai. Pembelajaran senam di sekolah atau dikenal

dengan senam kependidikan merupakan pembelajaran yang sasaran utamanya diarahkan untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan. Pembelajaran senam hanyalah alat, sedangkan yang menjadi tujuan adalah aspek pertumbuhan dan perkembangan anak yang dirangsang melalui kegiatan yang bertema senam.

Berdasarkan Kompetensi Inti dan Kompetensi Dasar (KIKD) Sekolah Dasar pembelajaran senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya. Berikut KIKD pembelajaran senam untuk kelas atas:

Tabel 1. KI dan KD Pembelajaran Senam Sekolah Dasar

Kelas	Kompetensi Inti	Kompetensi Dasar
IV	<p>3.6 Menerapkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai</p> <p>3.7 Menerapkan variasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>	<p>4.6 Mempraktikkan variasi dan kombinasi berbagai pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dalam aktivitas senam lantai</p> <p>4.7 Mempraktikkan variasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>
V	<p>3.6 Memahami kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat</p> <p>3.7 Memahami penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>	<p>4.7 Mempraktikkan kombinasi pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) untuk membentuk keterampilan dasar senam menggunakan alat</p> <p>4.8 Mempraktikkan penggunaan kombinasi gerak dasar langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>
VI	<p>3.6 Memahami rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam</p> <p>3.7 Memahami penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>	<p>4.7 Mempraktikkan rangkaian tiga pola gerak dominan (bertumpu, bergantung, keseimbangan, berpindah/lokomotor, tolakan, putaran, ayunan, melayang, dan mendarat) dengan konsisten, tepat dan terkontrol dalam aktivitas senam</p> <p>4.8 Mempraktikkan penggunaan variasi dan kombinasi gerak dasar rangkaian langkah dan ayunan lengan mengikuti irama (ketukan) tanpa/dengan musik dalam aktivitas gerak berirama</p>

4. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar Kelas Atas

Masa sekolah dasar merupakan masa perkembangan di mana baik untuk pertumbuhan anak dan perkembangan anak. Sesuai dengan pendapat Yusuf (2012: 24-25) yang menyatakan bahwa masa usia Sekolah Dasar sering disebut masa intelektual atau masa keserasian bersekolah. Pada masa keserasian bersekolah ini secara relatif, anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya. Masa sekolah dasar merupakan masa yang sangat penting dalam pembelajaran. Hal ini bukan saja pada masa ini anak mudah sekali terpengaruh oleh lingkungan, namun peserta didik juga dalam taraf perkembangan fisik dan psikis. Manusia saling berkomunikasi untuk memenuhi kebutuhannya, maka saling memahami dengan cara mempelajari karakteristik masing-masing akan terjadi hubungan saling mengerti.

Jahja (2011: 115-116), menggambarkan masa kelas-kelas tinggi Sekolah Dasar antara usia 9-13 tahun. Biasanya anak seumur ini duduk di kelas IV, V, VI. Pada masa ini timbul minat pada pelajaran-pelajaran khusus, ingin tahu, ingin belajar, realistis. Lebih lanjut menurut Partini (2011: 116), ciri khas anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar adalah:

- a. Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari-hari.
- b. Ingin tahu, ingin belajar, realistis.
- c. Timbul minat kepada pelajaran-pelajaran khusus.
- d. Anak memandang nilai sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasi belajarnya di sekolah.
- e. Anak-anak suka membentuk kelompok sebaya atau peergroup untuk bermain bersama, dan anak membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Selain itu, karakteristik pada anak usia Sekolah Dasar menurut Yusuf (2012: 180-184) masih dibagi 7 fase, yaitu: perkembangan intelektual,

perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi, perkembangan moral, perkembangan penghayatan keagamaan, dan perkembangan motorik. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak, sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Rahyubi (2012: 220) menyatakan bahwa fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain muncul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan.

Karakteristik anak usia antara 10-12 tahun menurut Hurlock (2008: 22), yaitu:

- a. Menyenangi permainan aktif;
- b. Minat terhadap olahraga kompetitif dan permainan terorganisasi meningkat;
- c. Rasa kebanggaan akan keterampilan yang dikuasai tinggi;
- d. Mencari perhatian orang dewasa;
- e. Pemujaan kepahlawanan tinggi;
- f. Mudah gembira, kondisi emosionalnya tidak stabil;
- g. Mulai memahami arti akan waktu dan ingin mencapai sesuatu pada waktunya.

Jadi, dari pendapat-pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa karakteristik anak Sekolah Dasar kelas atas sudah mulai ada perubahan dari segi mental, sosial, agama, dan psikomotor anak, selain itu juga ditunjang dengan perkembangan perubahan fisik yang semakin lama tumbuh dan berkembang. Letak sekolah yang berada di wilayah pedesaan inilah yang menjadikan pola kehidupan peserta didik yang jauh berbeda dengan kehidupan sekolah kota.

a. Pertumbuhan dan Perkembangan Fisik Anak Usia Sekolah

Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan fisik seorang anak, sedangkan perkembangan merupakan bertambahnya kemampuan atau *skill* adalah struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dan teratur sebagai hasil proses pematangan anak. Rahyubi (2012: 220) menyatakan bahwa fase anak besar antara usia 6-12 tahun, aspek yang menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi. Perkembangan kemampuan fisik yang tampak pada masa anak besar atau anak yang berusia 6-12 tahun, selain muncul kekuatan yang juga mulai menguasai apa yang yang disebut fleksibilitas dan keseimbangan. Perkembangan kekuatan sendiri merupakan hasil kerja otot yang berupa kemampuan untuk mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong atau menarik beban. Semakin besar penampang lintang otot, akan semakin besar pula kekuatannya. Berdasarkan pengertian di atas, pertumbuhan dan perkembangan anak sekolah dasar usia 6-12 tahun perkembangan yang paling menonjol adalah perkembangan sosial dan intelegensi.

Mencakup pertumbuhan biologis misalnya pertumbuhan otak, otot dan tulang. Pada usia 10 tahun baik laki-laki maupun perempuan tinggi dan berat badannya bertambah kurang lebih 3,5 kg. Namun setelah usia remaja yaitu 12 -13 tahun anak perempuan berkembang lebih cepat dari pada laki-laki, Sumantri (2005: 36) menjelaskan bahwa:

- 1) Usia masuk kelas satu SD atau MI berada dalam periode peralihan dari pertumbuhan cepat masa anak awal ke suatu fase perkembangan yang lebih lambat.
- 2) Usia 9 tahun tinggi dan berat badan anak laki-laki dan perempuan kurang lebih sama.

- 3) Akhir kelas empat, pada umumnya anak perempuan mulai mengalami masa lonjakan pertumbuhan. Lengan dan kaki mulai tumbuh cepat.
- 4) Pada akhir kelas lima, umumnya anak perempuan lebih tinggi, lebih berat dan lebih kuat daripada anak laki-laki.
- 5) Menjelang awal kelas enam, kebanyakan anak perempuan mendekati puncak tertinggi pertumbuhan anak.
- 6) Perkembangan fisik selama remaja dimulai dari masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologis yang mengubah manusia yang belum mampu bereproduksi menjadi mampu bereproduksi.

Meskipun urutan kejadian pubertas itu umumnya sama untuk tiap orang, waktu terjadinya dan kecepatan berlangsungnya kejadian itu bervariasi. Rata-rata anak perempuan memulai perubahan pubertas 1,5 hingga 2 tahun lebih cepat dari anak laki-laki. Kecepatan perubahan itu juga bervariasi, ada yang perlu waktu 1,5 hingga 2 tahun untuk mencapai kematangan reproduksi, tetapi ada yang memerlukan waktu 6 tahun. Dengan adanya perbedaan-perbedaan ini ada anak yang telah matang sebelum anak yang sama usianya mulai mengalami pubertas.

Mollie (2011: 380) berat badan anak lelaki yang berada pada kategori ini bertambah dengan mantap walaupun lambat. Kekuatannya berangsur-angsur meningkat, dan latihan kekuatan mulai dapat diberikan secara progresif. Tetapi tetap diingat bahwa beban yang diberikan tidak diluar beban tubuhnya sendiri, bebannya harus ringan dan repetisinya ditingkatkan. Kematangan seksual dicapai hanya oleh 5% anak setelah anak berusia 12 tahun. Anak lelaki merasa bangga menjadi lelaki dan merasa menjadi jagoan.

b. Perkembangan Kognitif Anak SD

Masa anak usia sekolah dasar dalam usia (sekitar 6-12 tahun) dan peserta didik kelas atas berusia 10-12 tahun merupakan tahap perkembangan selanjutnya. Anak usia sekolah dasar memiliki karakteristik yang berbeda dimana ia lebih

senang bermain, senang bergerak, senang bekerja kelompok dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Hal tersebut mencakup perubahan-perubahan dalam perkembangan pola pikir. Tahap perkembangan kognitif individu menurut Piaget (dalam Desmita, 2010: 38) melalui empat stadium:

- 1) Sensorimotorik (0-2 tahun), bayi lahir dengan sejumlah refleks bawaan mendorong mengeksplorasi dunianya.
- 2) Praoperasional (2-7 tahun), anak belajar menggunakan dan merepresentasikan objek dengan gambaran dan kata-kata. Tahap pemikirannya yang lebih simbolis tetapi tidak melibatkan pemikiran operasional dan lebih bersifat egosentris dan intuitif ketimbang logis
- 3) Operasional Konkrit (7-11), penggunaan logika yang memadai. Tahap ini telah memahami operasi logis dengan bantuan benda konkrit.
- 4) Operasional Formal (12-15 tahun), kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia

Adapun karakteristik pertumbuhan kognitif pada anak usia 10-12 tahun dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) anak memiliki tingkat berpikir abstrak yang cukup tinggi, (2) pada masa ini anak mampu menunda apa kebutuhan dan kepuasannya, (3) pada fase ini anak mulai memandang tentang isu sosial, (4) anak mampu merencanakan masa depan dan mengatur tugas-tugasnya dengan atau tanpa bimbingan dari orang yang lebih dewasa, (5) anak butuh waktu luang dan kebebasan dalam aktualisasi diri (Mollie, 2011: 381).

c. Perkembangan Sosial dan Emosional Anak SD

Hal tersebut berkaitan dengan perkembangan dan perubahan emosi individu. J. Havighurst mengemukakan bahwa setiap perkembangan individu harus sejalan dengan perkembangan aspek lain seperti di antaranya adalah aspek psikis, moral dan sosial. Menjelang masuk SD, anak telah mengembangkan

keterampilan berpikir bertindak dan pengaruh sosial yang lebih kompleks. Sampai dengan masa ini, anak pada dasarnya egosentris (berpusat pada diri sendiri) dan dunia anak adalah rumah keluarga, dan taman kanak-kanaknya (Desmita, 2010: 39)

Selama duduk di kelas kecil SD, anak mulai percaya diri tetapi juga sering rendah diri. Pada tahap ini anak mulai mencoba membuktikan bahwa anak "dewasa". Anak merasa "saya dapat mengerjakan sendiri tugas itu, karenanya tahap ini disebut tahap "*I can do it my self*". Anak sudah mampu untuk diberikan suatu tugas. Daya konsentrasi anak tumbuh pada kelas kelas besar SD. Anak dapat meluangkan lebih banyak waktu untuk tugas tugas pilihannya, dan seringkali anak dengan senang hati menyelesaikannya. Tahap ini juga termasuk tumbuhnya tindakan mandiri, kerjasama dengan kelompok dan bertindak menurut cara cara yang dapat diterima lingkungannya. Anak juga mulai peduli pada permainan yang jujur (Desmita, 2010: 40)

Sebagai akibat dari perubahan struktur fisik dan kognitif, anak pada kelas besar di SD berupaya untuk tampak lebih dewasa. Anak ingin diperlakukan sebagai orang dewasa. Terjadi perubahan perubahan yang berarti dalam kehidupan sosial dan emosionalnya. Di kelas besar SD anak laki-laki dan perempuan menganggap keikutsertaan dalam kelompok menumbuhkan perasaan bahwa dirinya berharga. Tidak diterima dalam kelompok dapat membawa pada masalah emosional yang serius. Teman-teman anak menjadi lebih penting daripada sebelumnya. Kebutuhan untuk diterima oleh teman sebaya sangat tinggi.

Mollie (2011: 382) menyatakan bahwa anak lelaki yang berumur antara 9-12 tahun, dan duduk di kelas IV, V, dan VI SD memiliki perkembangan ke arah kejantanan semakin mantap. Anak sering membentuk "geng" atau kelompok-kelompok dan lebih suka bergaul dengan teman-teman sejenisnya. Bagi guru kesempatan ini baik digunakan untuk memantapkan kegiatan ekstrakurikuler dengan membentuk tim-tim olahraga. Anak akan sangat kagum pada teman-teman yang memperlihatkan sikap menentang terhadap orang dewasa atau menentang segala bentuk tindakan otoriter. Pemahaman guru pada karakter ini perlu dijadikan pegangan agar dalam melaksanakan pembelajaran sedapat mungkin menghilangkan sikap kaku, keras dan menang sendiri. Anak pada usia ini memiliki kemampuan berusaha keras untuk menjadi yang terbaik dalam setiap permainan dengan tujuan untuk mendapatkan pengakuan/dikagumi oleh teman-teman sejenisnya dan teman kelompoknya. Bayangkan jika karakter ini tidak diakomodasi dan setiap latihan anak mendapat bentakan dan celaan, anak pasti akan melawan sebagai bagian dari upaya menunjukkan sikap kepahlawanan. Laki-laki bermain lebih keras, lebih ribut, dan lebih lama daripada anak perempuan. Rata-rata memiliki sifat senang bertualang dan merusak. Anak laki-laki menunjukkan ketidaksesuaian dengan anak perempuan, selalu menunjukkan bahwa ada perbedaan di antara keduanya.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan adalah suatu penelitian terdahulu yang hampir sama dengan penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan digunakan untuk mendukung dan memperkuat teori yang sudah ada, di samping itu dapat

digunakan sebagai pedoman/pendukung dari kelancaran penelitian yang akan dilakukan. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rohman (2015) yang berjudul “Analisa Faktor-Faktor Penyebab Peserta Didik Malas pada Proses Pembelajaran Alat Ukur di SMK Negeri 1 Pariaman”. Penelitian ini adalah mengarah kedalam masalah sosial di sekolah SMK Negeri 1 Pariaman yakni untuk mengetahui faktor dan penyebab peserta didik malas untuk belajar di kelas X TKR 1. Penelitian ini berawal dari kenyataan di sekolah karena banyak terlihat indikasi-indikasi peserta didik malas belajar sebelum penulis melakukan penelitian, misalnya (1) peserta didik tidak mau atau menunda untuk mengerjakan tugas, (2) peserta didik selalu datang terlambat, (3) membolos di tengah jam pelajaran (4) peserta didik tidak fokus dalam proses pembelajaran. Untuk mengumpulkan data penelitian, penulis menggunakan pendekatan kualitatif, Ini di pilih dengan pertimbangan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengenai gejala, peristiwa, dan kejadian dalam sistem sosial. Dalam pengumpulan data di lapangan sebagai latar atau objek penelitian adalah SMK Negeri 1 Pariaman. Peneliti menggunakan 3 cara: (1) observasi/pengamatan, (2) wawancara, (3) studi dokumen. Sedangkan untuk subyek penelitian (informan) peneliti menjadikan guru mata pelajaran satu orang (informan 1), wakil kepala sekolah bidang kurikulum satu orang (informan 2), guru bimbingan konseling satu orang (informan 3), dan peserta didik sebanyak sembilan orang (informan 4). Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa Banyak peserta didik memang kurang sadar dan bertanggung jawab untuk belajar di karenakan sekolah di

SMK Negeri 1 Pariaman gratis, belum lagi faktor salah masuk jurusan, tidak adanya motivasi diri untuk belajar, bahkan beberapa peserta didik tidak tahu manfaat dari mata pelajaran alat ukur ini. Meskipun banyak faktor yang disebabkan dari luar peserta didik (eksternal) tetapi faktor dari dalam diri peserta didik inilah yang membuat kemauan untuk belajarnya masih kurang.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Gunantara (2018) yang berjudul “Identifikasi Permasalahan Pembelajaran Meroda Pada Peserta didik Kelas V SD Negeri 6 Minomartani”. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, dan lembar observasi. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas SD Negeri 6 Minomartani, Kecamatan Ngaglik, Kabupaten Sleman tahun ajaran 2017/2018 berjumlah 28 peserta didik, yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa identifikasi permasalahan pembelajaran senam lantai gerakan meroda pada peserta didik kelas V SD Negeri 6 Minomartani berada pada kategori “sangat menghambat” sebesar 7,14% (2 peserta didik), “menghambat” sebesar 17,86% (5 peserta didik), “cukup menghambat” sebesar 50,00% (14 peserta didik), “tidak menghambat” sebesar 21,43% (6 peserta didik), dan “sangat tidak menghambat” sebesar 0% (0 peserta didik). Secara rinci identifikasi permasalahan pembelajaran senam lantai gerakan meroda pada peserta didik kelas V SD Negeri 6 Minomartani berdasarkan indikator, yaitu jasmaniah 78,27%, psikologis 78,57%, keluarga 77,38%, lingkungan

pembelajaran 75,59%, guru 77,98%, dan sarpras 77,68%. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan peserta didik, identifikasi permasalahan pembelajaran senam lantai gerakan meroda pada peserta didik kelas V SD Negeri 6 Minomartani, masih cukup terhambat, misalnya masih ada peserta didik yang merasa kesulitan pada saat melakukan gerakan meroda dan peserta didik merasa takut pada saat melakukan gerakan meroda. Kesulitan gerakan meroda dialami oleh peserta didik yang bertubuh gemuk.

C. Kerangka Berpikir

Pembelajaran senam lantai di sekolah dasar merupakan pembelajaran yang salah satunya bertujuan untuk melatih kelentukan tubuh peserta didik. Tetapi dalam pelaksanaannya, pembelajaran senam lantai berjalan kurang baik. Hal ini dikarenakan peserta didik tidak siap dalam menghadapi atau mengikuti pembelajaran senam lantai, yaitu kurangnya latihan dan pengetahuan tentang pembelajaran senam lantai membuat peserta didik merasa malas dan takut akan terjadi cedera. Perasaan takut terjadinya cedera tersebut akan menyebabkan peserta didik malas dalam mengikuti pembelajaran senam lantai ditambah dengan materi senam lantai yang tidak menyenangkan.

Pembelajaran senam lantai, kemalasan muncul pada setiap peserta didik yang mengikutinya khususnya peserta didik perempuan. Kemalasan yang muncul dapat memecahkan konsentrasi dan semangat pada peserta didik sehingga peserta didik kurang fokus dan dalam melakukan pembelajaran senam lantai menjadi tidak bersemangat dan menyebabkan gerakan tidak benar. Kemalasan merupakan permasalahan mental yang sering muncul pada seseorang yang menghadapi

sesuatu yang dianggapnya membuat dirinya tidak bersemangat, pada hal ini adalah peserta didik yang mengikuti pembelajaran senam lantai. Kemalasan dapat terlihat dari penyebabnya (diri sendiri dan dari luar diri sendiri), selain itu kemalasan juga dapat dilihat pada perubahan diri seseorang baik secara fisiologis maupun psikologis.

Kemalasan hampir selalu ada dan dirasakan oleh seseorang dalam menghadapi sesuatu, dalam hal ini yaitu peserta didik yang mengikuti pembelajaran senam lantai. Kemalasan yang berlebihan akan berdampak negatif pada peserta didik yang akan melakukan pembelajaran senam lantai, yaitu enggan untuk bergerak dan melakukan gerakan senam lantai tidak bersemangat. Berdasarkan kondisi tersebut peneliti bermaksud mengungkap faktor-faktor kemalasan yang muncul pada peserta didik saat mengikuti pembelajaran senam lantai, melalui penelitian deskriptif yang berjudul “Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran Senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul”.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir di atas dapat ditarik pertanyaan penelitian ini, yaitu: “Faktor-faktor apa saja yang menyebabkan peserta didik malas dalam pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul?”

BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan 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. Moleong (2007: 6) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami subjek penelitian (misalnya perilaku, persepsi, motivasi, dan lain-lain) secara holistik dengan mendeskripsikan dalam bentuk kata-kata pada konteks khusus yang alamiah.

B. *Setting* Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SD Negeri Mentel II kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2018.

C. Subjek Penelitian

Arikunto (2005: 88) menyatakan bahwa subjek penelitian adalah benda, hal, atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat dan yang dipermasalahkan. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini dipilih menurut tujuan penelitian. Subjek penelitian ini diambil dengan cara memilih subjek penelitian dengan pertimbangan tertentu, yaitu dengan cara memilih orang yang dianggap paling paham tentang apa yang akan diteliti dan memilih subjek penelitian seorang pemimpin sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi

objek/situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2009: 219). 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.

D. Metode dan Instrumen 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. Observasi non partisipan adalah observasi yang tidak melibatkan peneliti dengan kegiatan sehari-hari orang yang diamati atau yang digunakan sebagai sumber penelitian. Peneliti hanya sebagai pengamat *independen* yang mencatat, menganalisis, dan membuat kesimpulan tentang faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul. 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 2. Pedoman Observasi

No	Aspek yang diamati	Indikator yang dicari	Sumber
1.	Observasi fisik/lingkungan sekolah	Letak dan alamat sekolah	Observasi
		Keadaan sekolah	
		Sarana dan prasarana sekolah	
		Kondisi lingkungan sekolah	
2.	Observasi kegiatan	Suasana pembelajaran senam lantai	Observasi
		Pelaksanaan pembelajaran	
		Kegiatan peserta didik saat pembelajaran	

2. Wawancara

Moleong (2007: 186) menyatakan bahwa wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan narasumber yang memberikan jawaban atas pertanyaan. 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 penelitian ini disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 3. Pedoman Wawancara

No	Aspek yang ditanyakan	Indikator yang dicari	Sumber
1	Faktor Internal	a. Indikator fisik b. Indikator psikologis	Peserta didik dan Guru
2	Faktor Eksternal	a. Indikator guru b. Indikator materi pembelajaran c. Indikator sarana dan prasarana	Peserta didik dan Guru

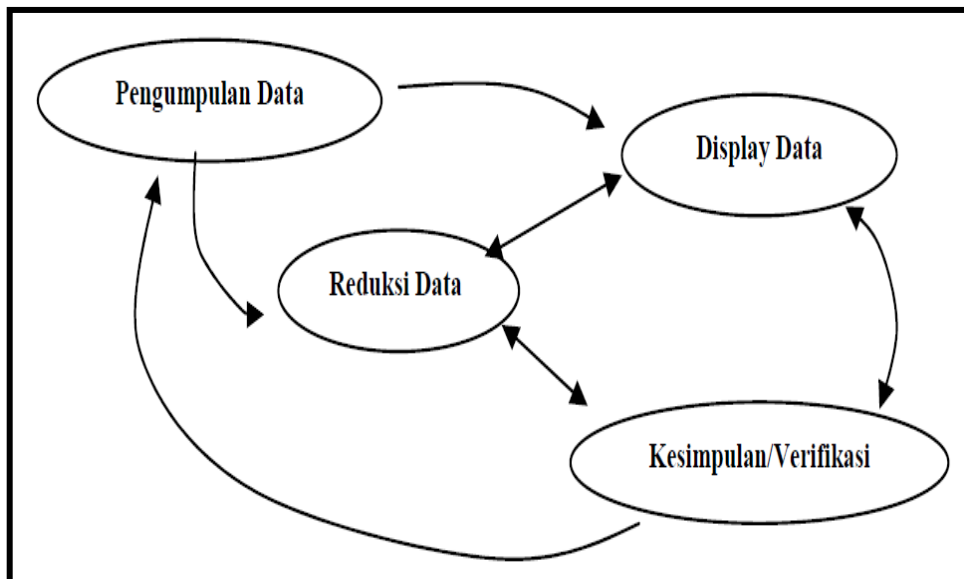
3. Dokumentasi

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.

E. Teknik Analisis Data

Bogdan dan Biklen (Moleong, 2007: 248) menyatakan bahwa analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan dengan mengorganisasikan data, memilih-milih menjadi kesatuan, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menentukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, serta memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain. Sugiyono (2009: 245) menyatakan dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan 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 2. Komponen dalam Analisis Data (*Interactive Model*)
Sumber: Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009: 338)

Analisis data pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengumpulan Data

Data yang diperoleh di lapangan dikumpulkan dan dicatat kemudian dari data yang diperoleh dideskripsikan. Selanjutnya dibuat catatan refleksi yaitu catatan yang berisi komentar, pendapat atau tafsiran peneliti atas data yang diperoleh dari lapangan.

2. Reduksi Data

Data yang diperoleh dari lapangan masih bersifat kompleks, rumit dan banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Data yang diperoleh harus segera dianalisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum,

memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan memudahkan peneliti.

3. Penyajian Data

Setelah data direduksi, langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart*, dan sejenisnya. Miles dan Huberman (Sugiyono, 2009: 249) menyatakan bahwa yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

4. Penarikan Kesimpulan

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan. Data yang sudah disajikan dipilih yang penting kemudian dibuat kategori.

F. 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.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

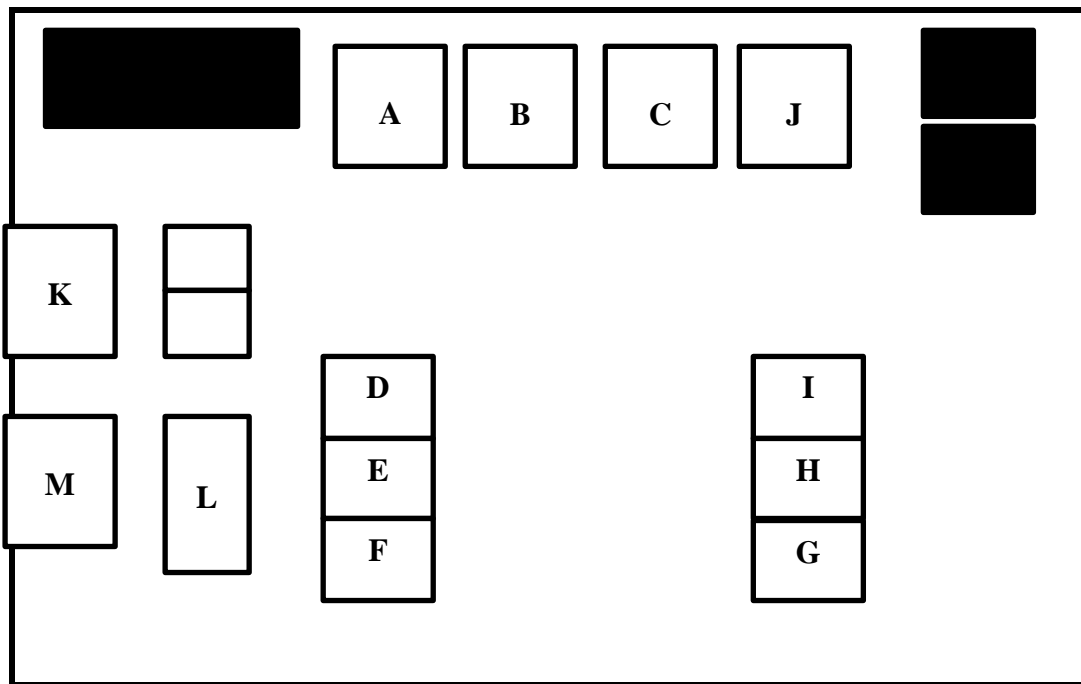
1. Profil SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari

a. Identitas Sekolah

Nama Sekolah	: SDN MENTEL II TANJUNGSARI
NPSN	: 20402424
Alamat	: Timunsari, Hargosari, Tanjungsari, Gunungkidul
Kodepos	: 55881
Desa/kelurahan	: Hargosari
Kecamatan	: Tanjungsari
Kabupaten/Kota	: Gunung Kidul
Provinsi	: Prov. D.I. Yogyakarta
Status Sekolah	: NEGERI
Waktu Penyelenggaraan	: Pagi/5 hari (<i>fullday</i>)
Kurikulum	: K 13
Luas tanah	: 2 m ²
Akses Internet	: Tidak Ada



**Gambar 3. Profil SD Negeri Mentel II
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**



**Gambar 4. Denah Lokasi SD Negeri Mentel II
(Sumber: Dokumentasi Pribadi)**

Keterangan:

A:	Ruang UKS	H:	Ruang Kelas V
B:	Ruang Kantor	I:	Ruang Kelas VI
C:	Ruang Kegiatan	J:	Ruang Perpustakaan
D:	Ruang Kelas I	K:	Perumahan KS
E:	Ruang Kelas II	L:	Kantin
F:	Ruang Kelas III	M:	Mushola
G:	Ruang Kelas IV		

b. Dokumen dan Perijinan

Data dokumen dan perijinan di SD Negeri Mentel II Kecamatan

Tanjungsari disajikan sebagai berikut:

Naungan	:	Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
No. SK. Pendirian	:	125/KPTS/1991
Tgl. SK. Pendirian	:	1991-04-01
No. SK. Operasional	:	125/KPTS/1991
Tgl. SK. Operasional	:	1991-04-01
Akreditasi	:	A
No. SK. Akreditasi	:	28.2/BAP/T
Tgl. SK. Akreditasi	:	28-10-2011

c. Sarana dan Prasarana

Data sarana dan prasarana di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Data Sarpras SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari

No	Uraian	Jumlah
1	Ruang Kelas	6
2	Ruang Lab	0
3	Ruang Perpus	1
Total		7

d. Lain-lain

Data jumlah guru dan data peserta didik di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Data Jumlah Guru SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari

No	Uraian	Guru
1	Laki – Laki	3
2	Perempuan	5
Total		8

Tabel 6. Data Peserta didik SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari

No	Uraian	Detail	Jumlah	Total
1	Kelas 1	L	9	23
		P	14	
2	Kelas 2	L	12	19
		P	7	
3	Kelas 3	L	16	27
		P	11	
4	Kelas 4	L	8	19
		P	11	
5	Kelas 5	L	9	23
		P	14	
6	Kelas 6	L	10	23
		P	13	

2. Penyajian 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.

Hasil wawancara dengan peserta didik dan guru sebagai *key informan*, secara rinci hasilnya dipaparkan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa peserta didik terlihat malas dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul karena beberapa hal. Seperti yang diungkapkan oleh peserta didik, yaitu NA, menyatakan bahwa:

“iya mbak tadi saya pas mencoba mengguling tangan saya kebentur lantai dan sakit”.

Ditambahkan hasil wawancara dengan guru PJOK, bahwa:

“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. Jadi untuk melakukan gerakan senam lantai, peserta didik yang memiliki berat badan lebih akan lebih sulit untuk melakukannya”.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, menunjukkan bahwa penyebab kemalasan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul salah satunya disebabkan oleh faktor fisik yang tidak ideal.

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa kurang bersemangat dalam mengikuti pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul dipengaruhi oleh bentuk fisik, rasa sakit,

dan kurang nyaman yang dialami oleh peserta didik. Ditambahkan hasil wawancara dengan peserta didik NIC, menyatakan bahwa:

“grogi mbak sama badanku kaku kalo mau buat guling-guling, gerakannya sulit saya juga susah kalo untuk melakukan”.

Ditambahkan hasil wawancara dengan peserta didik ISA, bahwa:

“ya karena kurang menyenangkan kak pokoknya yang paling menyenangkan itu kalo sepakbola hehe... kalo habis senam lantai ya biasanya pegel-pegel kak jadi bikin kurang seneng itu tadi”.

Hal tersebut di atas diperkuat hasil wawancara dengan guru PJOK yaitu:

“kalo untuk malas ya nggak terlalu mbak tapi biasanya ya anak-anak perempuan yang awalnya takut kan jadi males ketika suruh melakukan, nah untuk anak yang laki laki biasanya ya nggak antusias berbeda dengan saat sepakbola atau materi permainan yang lain”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, menunjukkan bahwa peserta didik merasa sulit dan takut dalam melakukan gerakan senam lantai, dan peserta didik merasa badan menjadi sakit dan pegal-pegal setelah mengikuti pembelajaran senam lantai. Hal tersebut juga diakui oleh guru PJOK di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul yang menyatakan bahwa:

“saya juga kurang tau mbak untuk masalah itu. Menurut saya salah satunya takut mbak soalnya kan untuk kita praktiknya di halaman sekolah yang lantainya terbuat dari plesteran soalnya belum punya *hall* untuk senam lantai”.

Berikut merupakan gambar dokumentasi tempat pelaksanaan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul:



Gambar 5. Tempat Proses Pembelajaran Senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul (Sumber: Dokumentasi Pribadi)



Gambar 6. Matras Pembelajaran Senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul (Sumber: Dokumentasi Pribadi)

Ditambahkan hasil wawancara dengan guru PJOK, menyatakan bahwa:

“kadang saya bingung mbak bagaimana ingin memberikan materi senam lantai contohnya saja ketika saya mau mengajarkan materi guling depan, anak-anak masih sulit dan takut untuk melakukan gerakan guling depan khususnya anak-anak perempuan”.

Guru PJOK di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul juga masih merasa kesulitan dalam mengajarkan pembelajaran senam lantai, hal tersebut karena dipengaruhi beberapa faktor seperti dalam hasil wawancara sebagai berikut:

“soalnya untuk materi senam lantai anak-anak itu nggak terlalu tertarik mbak, jadi ketika saya sedang menjelaskan anak-anak kadang tidak mendengarkan, ketika saya suruh melakukan tidak bisa, saya juga tidak bisa memberikan contoh dengan kondisi saya yang seperti ini, kadang saya menyuruh salah satu peserta didik yang bisa untuk memberikan contoh kepada temannya”.

Sebenarnya guru PJOK di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul sudah menerapkan beberapa solusi untuk mengatasinya. Berikut hasil wawancara dengan guru PJOK terkait hal tersebut, yaitu:

“nah biasanya saya hanya memberikan latihan yang dasar saja mbak misalnya hanya saya duruh mengguling sambil tiduran gitu mbak, itu pun untuk anak-anak perempuan masih belum berani. Yang menyebabkan anak-anak kesulitan itu mungkin masih asing dengan materi senam lantai lantai, jarang latihan dan ada juga yang belum mengenalnya”.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, sebenarnya guru sudah memaksimalkan kemampuannya dalam mengajar senam di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul, misalnya memberi contoh gerakan ataupun menyuruh salah satu peserta didik yang bisa melakukan gerakan untuk mencontohkan.

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 7. Kesimpulan Hasil Wawancara

No	Faktor	Kesimpulan Hasil Wawancara
1	Faktor Internal	
	Fisik	<p>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.</p> <p>b. Peserta didik merasa tidak nyaman setelah mengikuti pembelajaran senam lantai, misalnya badan menjadi pegal-pegal.</p> <p>c. Dari 13 peserta didik, ada 9 peserta didik yang menyatakan fisiknya menjadi penghambat dalam pembelajaran senam lantai.</p>
	Psikis	<p>a. Peserta didik kurang tertarik 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>
2	Faktor Eksternal	
	Guru	<p>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.</p>
	Materi	<p>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</p>
	Sarana dan Prasarana	<p>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.</p>

B. 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 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 berkaitan 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.

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)

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah diupayakan dengan cermat dan teliti, namun bagaimanapun juga memiliki kelemahan dan keterbatasan yaitu: penelitian ini mendeskripsikan faktor-faktor yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul hanya berdasarkan subjektivitas guru dan peserta didik. Penelitian ini belum menggali informasi dari orang tua peserta didik dan pihak eksternal, namun peneliti melengkapi jawaban sisi subjektivitas pihak sekolah, yaitu guru PJOK dengan metode observasi dan dokumentasi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

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 mengalami 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.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang kurang dominan yang menyebabkan peserta didik malas dalam melaksanakan pembelajaran senam lantai di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam memperbaiki permasalahan pembelajaran senam lantai.
2. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan pembelajaran senam lantai dengan

memperbaiki faktor-faktor yang kurang. Misalnya memodifikasi pembelajaran senam lantai dengan pendekatan bermain.

3. Dalam pembelajaran senam guru harus memperhatikan faktor internal dan eksternal yang dapat menyebabkan kesulitan sehingga membuat siswa malas dalam mengikuti pembelajaran senam.

C. 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.
- Akhiruyanto, A. (2008). Model pembelajaran pendidikan jasmani dengan pendekatan permainan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Arikunto, S. (2005). *Manajemen penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aunurrahman. (2010). *Belajar dan pembelajaran*. Cetakan ke-4. Bandung: Alfabeta.
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Fajri, S.A & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari pralon untuk pembelajaran ekstrakurikuler panahan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 2.
- Firmansyah, H. (2009). Hubungan motivasi berprestasi siswa dengan hasil belajar pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Gunantara, A.Y. (2018). *Identifikasi permasalahan pembelajaran meroda pada peserta didik kelas V SD Negeri 6 Minomartani*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Hendrayana, Y, Mulyana, A & Budiana, D. (2018). Perbedaan persepsi guru pendidikan jasmani terhadap orientasi tujuan instruksional pada pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. *Journal of Physical Education and Sport*, Volume 1 Nomor 1.
- Hurlock, E.B. (2008). *Perkembangan anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Khudori. (2015). *Psikologi komunikasi rasa malas dalam diri*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Lutan, R. (2004). *Belajar keterampilan motorik pengantar teori dan metode*. Jakarta: P2LPTK Depdikbud.

- Mahendra, A. (2004). *Pemanduan bakat olahraga senam*. Jakarta: Depdiknas.
- Megayanti. (2016). Identifikasi faktor-faktor penyebab siswa malas belajar pada kelas V. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, Edisi 30 Tahun ke-5.
- Moleong, L.J. (2007). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mollie, D. (2011). *Movement and dance in the early years*. London: Sage Publications Companion.
- Muktiani, M.R. (2014). Identifikasi kesulitan belajar dasar gerak pencak silat pada mahasiswa PJKR bersubsidi di FIK UNY. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 10, Nomor 1.
- Mulyaningsih, F. (2009). Inovasi model pembelajaran pendidikan jasmani untuk Penelitian Tindakan Kelas (PTK). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 6, Nomor 1.
- Musbikin, I. (2009). *Mengapa anakku malas belajar ya?*. Yogyakarta: DIVA Press.
- ‘Ayuna, Q. (2017). Motivasi orang tua memasukkan anaknya pada kelompok bermain. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*, Vol. I, No. 1.
- Nurjanah, S. (2012). *Peningkatan pembelajaran senam lantai guling depan melalui permainan pada siswa kelas IV SD Negeri Nganggrung*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Partini, S. (2011). *Psikologi perkembangan*. Yogyakarta: FIP IKIP Yogyakarta.
- Paturusi, A. (2012). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahyubi, H. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis*. Bandung: Nusa Media.
- Rohman, N. (2015). Analisa faktor-faktor penyebab peserta didik malas pada proses pembelajaran alat ukur di SMK Negeri 1 Pariaman. *Jurnal Pendidikan Teknik Mesin*, No 1 Volume 1.
- Rosdiani, D. (2012). *Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sabini, N. (2012). *Psikologi pembelajaran*. Yogyakarta: Mentari Pustaka.



- Sartinah. (2008). Peran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam perkembangan gerak dan keterampilan sosial siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Soekarno, W. (2000). *Teori dan praktek senam dasar*. Yogyakarta: Intan Pariwara.
- Sugihartono. (2007). *Psikologi pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suhaidin, L.A. (2015). Evaluasi program pembelajaran pendidikan jasmani di Pondok Pesantren Mu'alimin Muhammadiyah Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 1.
- Sukintaka. (2004). *Teori pendidikan jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika.
- Sumantri, S. (2005). *Perilaku organisasi*. Bandung: Universitas Padjadjaran.
- Supriatna, E & Wahyupurnomo, M.A. (2015). Keterampilan guru dalam membuka dan menutup pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN se-Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 11, Nomor 1.
- Utama, A.M.B. (2011). Pembentukan karakter anak melalui aktivitas jasmani bermain dalam pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Vol 2, hlm 3.
- Yudanto. (2008). Implementasi pendekatan taktik dalam pembelajaran *invasion games* di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, Volume 5, Nomor 2.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak & remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zaques, E. (2008). *Malas dan cara mengatasinya*. Bandung: Alfabeta.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pembimbing Proposal TAS

	<p>KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281, Telp.(0274) 513092,586168</p>
<hr/>	
<p>Nomor : 04/PGSD Penjas/XII/2018 Lamp : 1 Bendel Hal : Pembimbing Proposal TAS</p>	
<p>Kepada Yth : Prof. Dr. Pamuji Sukoco Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta</p>	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS Saudara :</p>	
<p>Nama : Suharwati NIM : 15604224011 Judul Skripsi : Faktor-faktor Kemalasan Peserta Didik Dalam Mengikuti Pembelajaran Senam di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunung Kidul</p>	
<p>Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.</p>	
<p>Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.</p>	
<p>Yogyakarta, 17 Desember 2018 Kaprodi PGSD Penjas.</p>  <p>Dr. Subagyo, M.Pd NIP. 19561107 198203 1 003</p>	
<p>Tembuan :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Prodi2. Ybs	

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
<small>Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541</small>	
Nomor : 12.24/UN.34.16/PP/2018.	26 Desember 2018.
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Penelitian.	
 Kepada Yth. Ka. Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Daerah Istimewa Yogyakarta. Jl. Jenderal Sudirman No. 5 Yogyakarta	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:</p>	
Nama	: Suharwati
NIM	: 15604224011
Program Studi	: PGSD Penjas
Dosen Pembimbing	: Prof. Dr. Pamuji Sukoco, M.Pd.
NIP	: 196208061988031001
Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: Desember s/d Januari s/d 2019
Tempat	: SD Negeri II Mentel/Timunsari Hargosari Tanjungsari Gunungkidul.
Judul Skripsi	: Faktor-Faktor Kemalasan Peserta Didik dalam Mengikuti Pembelajaran Senam di SD N Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul.
<p>Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.</p>	
	<p>Dekan,  Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001</p>
Tembusan :	
1. Kepala SD Negeri II Mentel.	
2. Kaprodi PGSD Penjas.	
3. Pembimbing Tas.	
4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 3. Surat Keterangan dari Kesbangpol

**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jl Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta 55233
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 27 Desember 2018

Nomor : 074/12269/Kesbangpol/2018
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada Yth. :
Bupati Gunungkidul
Up. Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Pelayanan Terpadu Gunungkidul
di Wonosari

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Yogyakarta
Nomor : 12.24/UN.34.16/PP/2018
Tanggal : 26 Desember 2018
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal : **"FAKTOR-FAKTOR KEMALASAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN SENAM DI SD NEGERI MENTEL II KECAMATAN TANJUNGSARI KABUPATEN GUNUNGKIDUL"** kepada:

Nama : SUHARWATI
NIM : 15604224011
No.HP/Identitas : 083869626369/3403175805960001
Prodi/Jurusan : PGSD Penjasa/POR
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Lokasi Penelitian : SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul
Waktu Penelitian : 27 Desember 2018 s.d 31 Januari 2019

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan:

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY selambat-lambatnya 6 bulan setelah penelitian dilaksanakan.
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

Rekomendasi Ijin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak bertaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.

**KEPALA**
BADAN KESBANGPOL DIY
BUPATI GUNUNGKIDUL
SUPRIYONO, SH
NIP. 19601026 199203 1 004

Tembusan disampaikan Kepada Yth :
1. Gubernur DIY (sebagai laporan)
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta;
3. Yang bersangkutan.

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari SD Mentel II



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLARAGRA
SD NEGERI MENTEL II
Alamat : Timunsari, Hargosari, Tanjungsari, Gunungkidul

SURAT KETERANGAN

No : 422.5.117

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **SARYANA, M.Pd.**
NIP : 197508061998031006
Pangkat/ gol. ruang : Pembina/ IV A
Jabatan : Kepala Sekolah
Unit kerja : SDN MENTEL II

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : SUHARWATI
NIM : 15604224011
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Prodi : PGSD Penjor
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

telah benar-benar melaksanakan penelitian untuk penyusunan skripsi di SDN Mentel II, dengan judul "Faktor-faktor Kemalasan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam di SD Negeri Mentel II Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Gunungkidul" Korwilcam Bidang Pendidikan Kecamatan Tanjungsari, Kabupaten Gunungkidul, pada tanggal 27 Desember 2018 sampai 31 Januari 2019.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya agar dipergunakan sebagaimana mestinya.



Tanjungsari, 24 Januari 2019.

Kepala SDN Mentel II

SARYANA, M.Pd.

NIP. 197508061998031006

Lampiran 5. Pedoman Wawancara

PEDOMAN WAWANCARA

Tujuan dari wawancara adalah untuk mencari, mengetahui, dan mengolah data secara lisan melalui tanya jawab secara mendalam dengan responden untuk mendapatkan data-data yang valid guna memperkuat penelitian sehingga memperoleh kebenaran. Kisi-kisi wawancara sebagai berikut:

1. Faktor Internal

a. Fisik

- 1) Apakah tubuh anda menjadi penghambat dalam pembelajaran senam?
- 2) Apakah setelah mengikuti pembelajaran senam, tubuh anda jadi nyaman untuk digerakkan?

b. Psikis

- 1) Apakah anda tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam?
- 2) Apakah anda takut cedera saat mengikuti pembelajaran senam?
- 3) Apakah anda dapat melakukan gerakan senam dengan baik?

2. Faktor Eksternal

a. Guru

- 1) Apakah guru selalu memberikan motivasi saat pembelajaran senam berlangsung?
- 2) Apakah guru selalu memberikan contoh gerakan saat proses pembelajaran di sekolah?

b. Materi

- 1) Apakah materi pembelajaran senam yang diajarkan menyenangkan?

2) Apakah materi pembelajaran senam yang diajarkan guru membuat saya sulit mengikutinya?

c. Sarpras

1) Sarana yang digunakan dalam pembelajaran senam sangat nyaman?

2) Prasarana yang digunakan dalam pembelajaran senam dalam kondisi baik?

d. Lingkungan

1) Lingkungan sekolah sangat menyenangkan untuk pembelajaran?

Lampiran 6. Hasil Wawancara

Transkrip Wawancara

1. Ilyas Surya Atmaja

Saya : halo namanya siapa ?

Ilyas : namaku Ilyas kak

Saya : kamu kalau olahraga seneng nggak e ilyas ?

Ilyas : lumayan, hehe

Saya : lho kok lumayan, sukannya apa ?

Ilyas : sukanya kalo pas sepakbola kek hehe

Saya : oww berarti sukanya kalo materi sepakbola tok ya? Nah kalo senam bagaimana ilyas ?

Ilyas : senam? Yang hari jumat itu ya kak ?

Saya : iya bisa yang hari Jumat

Ilyas : agak tidak senang hehe

Saya : lho kenapa kok tidak suka

Ilyas : nggak tau kak

Saya : kok nggak tau kenapa emngnya, yang menyebabkan kamu nggak suka apa e ? males bergerak atau malu atau kenapa ?

Ilyas : lemes ,males bergerak kak kalo malu sih nggak

Saya : oww ya ya.... Nah sekarang kalo senam lantai kamu suka nggak ?

Ilyas : lumayan kak tapi ya hehe

Saya : tapi apa ilyas, yang menyebabkan senang sama yang menyebabkan tidak senang apa ?

Ilyas : sukanya ya kalo sepakbola kak hehehehe yang lainnya kurang suka

Saya : yang menyebabkan kamu kurang senang dengan senam lantai apa e ilyas ? apa kamu pernah jatuh (cedera), apa ketika melakukan gerakan senam lantai kesulitan atau apa ?

Ilyas : enggak sih kak, ya karena enggak suka aja

Saya : kok bisa seperti itu kenapa ? nah ketika bu guru memberikan materi senam lantai guling depan misalnya sehabis kamu melakukan badanmu nyaman enggak ? pegal-pegal sakit gitu enggak ?

Ilyas : ya karena kurang menyenangkan kak pokoknya yang paling menyenangkan itu kalo sepakbola hehe... kalo habis senam ya biasanya pegel-pegel kak jadi bikin kurang senang itu tadi

Saya : ketika bu guru memberikan materi guling depan atau gerakan senam lantai yang lainnya kamu bisa melakukannya enggak ?

Ilyas : hehe lumayan kak

Saya : oww lumayan ? nah ketika kamu sedang melakukan guling depan ada rasa takut cedera enggak?

Ilyas : enggak

Saya : nah ketika kamu belum bisa atau belum benar dalam melakukan gerakan senam tersebut, bu guru memberikan motivasi atau semangat enggak?

Ilyas : iya kak biasanya juga ngasih tau

Saya : nah ketika bu guru memberikan kamu semangat itu kamu tambah semangat apa masih males juga ?

Ilyas : hehehehe

Saya : lho bagaimana ? nah sebelum melakukan gerakan biasanya yang memberikan contoh siapa ?

Ilyas : teman-teman kak hehe tapi ya bu guru memberikan contoh dulu

Saya : menurut kamu pembelajaran senam yang di ajarkan itu menyenangkan nggak ?

Ilyas : biasa saja sih kak hehehe

Saya : oke deh kalo gitu terimakasih ya

Ilyas : sama-sama kak

2. Natan Elyana Rosa

Saya : halo namanya siapa ? kelas berapa ?

Natan : namaku Natan, kelas IV

Saya : kakak mau tanya-tanya nggak usah grogi ya

Natan : hehe iya kak

Saya : kamu kalo olahraga seneng nggak ?

Natan : seneng kak

Saya : Kamu senengnya olahraga apa ?

Natan : kasti

Saya : bu guru pernah nggak mengajarkan materi senam ?

Natan : pernah kak

Saya : senam yang diajarkan bu guru senam apa saja ?

Natan : biasanya senam rutin yang dihari jumat kak

Saya : nah kalo senam lantai bu guru pernah mengajarkan nggak ? dan kamu tau
nggak senam lantai itu yang bagaimana ?

Natan : dulu sih pernah diajarkan kak, itu kak yang guling depan, guling
belakang

Saya : bener banget, nah kamu suka nggak dengan pelajaran senam lantai ?

Natan : suka kak tapi ya biasa sih kak nggak terlalu suka

Saya : nah kakak mau Tanya ketika Natan melakukan gerakan senam lantai itu
kesulitan nggak ? misalnya gerakan guling depan

Natan : ya kesulitan kak

Saya : berarti ketika mau melakukan gerakan senam lantai itu selalu kesulitan ya ? nah setelah kamu kesulitan saat mau melakukan kamu merasa males nggak untuk berlatih lagi ?

Natan : kalo males nggak kak tapi sulit

Saya : oww berarti sulit saja ya ?

Natan : iya kak

Saya : setelah kamu melakukan gerakan senam lantai kamu merasa pegal-pegal nggak ? ketika buat beraktivitas lagi badanmu nyaman nggak ?

Natan : iya kak pegal-pegal kadang sih, kalo sampe rumah kurang nyaman kak

Saya : ketika kamu sedang melakukan gerakan senam lantai kamu takut cedera nggak ? misalnya kesleo atau apa gitu

Natan : nggak kok kan tapi kadang saya itu takut

Saya : takut kenapa Natan ?

Natan : kan misalnya saya suruh guling kan kak, tapi yang melakukan kan di halaman sekolah jadi saya takut kak

Saya : maksudnya takut kalo kepalanya jatuh kelantai gitu ya nantan?

Natan : iya kadang seperti itu kak soalnya teman-teman yang laki-laki kadang sering asal-asalan.

Saya : ya jadi harus berhati-hati ya, nah kamu dapat melakukan gerakan senam lantai dengan benar nggak ? misalnya guling depan ?

Natan : ya lumayan kesulitan kak

Saya : yang menyebabkan kamu kesulitan apa ? badannya kaku atau bagaimana ?

Natan : nggak tau kak pokonya ya sulit, iya kadang kaku kak

Saya : nah yang biasanya mencontohkan saat senam lantai siapa ?

Natan : teman-teman yang bisaa kak

Saya : kamu termasuk bisa nggak ?

Natan : hehe enggak kak

Saya : ketika kamu melakukan tapi belum bisa atau belum bener biasanya bu guru memberikan motivasi nggak ? contohnya seperti apa

Natan : iya kak bu guru kadang memberikan semangat kalo saya nggak bisa

Saya : menurutmu pembelajaran senam itu menyenangkan nggak sih ? jika dibandingkan dengan materi pembelajaran yang lain

Natan : lumayan kak kalo saya yang menyenangkan itu kasti

Saya : nah kalo misalnya pembelajaran senam dibuat seperti permainan kamu bakalan seneng nggak?

Natan : ya suka kak

Saya : kamu merasa malu nggak kalo misalnya suruh ngguling-nggulin gitu ?

Natan : enggak kok kak

Saya : oww yaudah terimakasih ya

3. Nayla Dwi Pramesti

Saya : halo ini nayla ya

Nayla : iya kak

Saya : kamu kalo olahraga seneng nggak ?

Nayla : seneng kak

Saya : kamu tau nggak kalo pembelajaran senam lantai itu apa ?

Nayla : senam yang dilakukan dilantai kak hehe

Saya : iya bener, contohnya apa saja tau nggak ?

Nayla : apa ya kak...

Saya : contohnya itu seperti guling depan, guling belakang, kayang kopstand,
dll.. nah kamu seneng nggak dengan materi senam lantai?

Nayla : iya kak dulu aku pernah diajari seperti itu sama bu guru, seneng kok
kak

Saya : apa yang menyebabkan kamu seneng dengan pembelajaran senam

Nayla : aku senengnya kalo senam di hari jumat kak

Saya : kalo yang senam lantai bagaimana ?

Nayla : tidak terlalu seneng kak

Saya : apa yang menyebabkan kamu kurang seneng ?

Nayla : gerakannya sulit kak terus kalo pelajaran Cuma gitu-gitu terus
membosankan

Saya : kamu setelah melakukan gerakan senam lantai biasanya nyaman nggak
badanmu? Misalnya jadi pegel-pegel gitu nggak ?

Nayla : kalo pegel-pegel itu nggak sih kak

Saya : saat kamu melakukan badanmu kaku nggak ? terus kamu ada pikiran terja cidera nggak?

Nayla : iya kak kak, kalo takut cidera tidak kak

Saya : saat praktik kamu dapat melakukan gerakan yang benar tidak ?

Nayla : jarang-jarang kak gerakannya sulit

Saya : ketika kamu belum bisa melakukan gerakan dengan benar bu guru memberikan kamu motivasi nggak ?

Nayla : iya kak

Saya : saat pembelajaran senam yang biasanya memberikan contoh siapa ?

Nayla : kadang teman-teman kak

Saya : apakah pembelajaran senam yang diberikan oleh bu guru disekolah itu menyenangkan?

Nayla : kurang menyenangkan kak, membosankan

4. Naysila Tasya Fabruana

Saya : halo tasya

Tasya : iya kak

Saya : kamu kalo olahraga seneng nggak ?

Tasya : seneng kak

Saya : kamu senengnya olahraga apa ?

Tasya : badminton kak

Saya : oww badminton, nah kalo senam seneng nggak?

Tasya : biasa kak

Saya : nah kamu kalo suruh senam lantai yang guling depan dan guling belakang merasa kesulitan nggak ?

Tasya : agak kesulitan kak hehe

Saya : nah kan tadi bilang kalo sedikit kesulitan yang menyebabkan kamu kesulitan apa?

Tasya : gerakannya susah e kak jadinya aku merasa kesulitan.

Saya : Terus kalo sudah merasa kesulitan kamu males nggak mengikuti pembelajaran senam yang diajarkan bu guru ? kalo males apa yang menyebabkan kamu males ?

Tasya : ya lumayan males kak gerakannya susah, kadang badanku kaku juga, tidak menyenangkan juga. Nggak seperti permainan yang lain.

Saya : kamu setelah melakukan gerakan senam selain badanmu kaku kadang ngerasa pegal-pegal dan nyaman nggak?

Tasya : iya kak kadang ya pegal-pegal dan kurang nyaman kak

Saya : kamu merasa takut nggak misalnya mau melakukan gerakan senam lantai misalnya takut cedera atau apa ?

Tasya : enggak kok kak

Saya : kamu sebenarnya tertarik nggak sih dengan pembelajaran senam ?

Tasya : biasa kak hehe

Saya : saat melakukan gerakan senam lantai kamu dapat melakukannya dengan benar nggak ?

Tasya : jarang kak,

Saya : lho kok bisa ?

Tasya : karena saya nggak bisa mbak dan kesulitan

Saya : ketika kamu nggak bisa bu guru memberikan motivasi nggak ?

Tasya : iya kak

Saya : yang biasanya memberikan contoh itu siapa ?

Tasya : teman-teman kak

Saya : menurutmu pembelajaran senam itu menarik nggak sih ? kalo dibandingkan dengan pembelajaran permainan yang lainnya pilih mana ?

Tasya : biasa kak, pilih yang badminton

Saya : sarana dan prasarana yang digunakan saat pembelajaran senam lantai bagus nggak ? misalnya matras atau alat yang lain

Tasya : bagus kak

5. Ria Tristi (Guru PJOK)

Saya : bu saya mau tanya

Bu Ria : iya mbak silahkan

Saya : bagaimana dengan pembelajaran senam disekolah ini bu?

Bu Ria : pembelajaran berjalan mbak, walaupun saya merasa kesulitan ketika memberikan materi senam khususnya senam lantai.

Saya : apa ya bu yang menyebabkan ibu kesulitan dalam memberikan materi senam ?

Bu Ria : soalnya untuk materi senam anak-anak itu nggak terlalu tertarik mbak jadi ketika saya sedang menjelaskan anak-anak kadang tidak mendengarkan, ketika saya suruh melakukan tidak bisa, saya juga tidak bisa memberikan contoh dengan kondisi saya yang seperti ini, kadang saya menyuruh salah satu siswa yang bisa untuk memberikan contoh kepada temannya.

Saya : selain itu apa ya bu yang menyebabkan ibu merasa kesulitan dalam mengajarkan senam lantai khususnya?

Bu Ria : kadang saya bingung mbak bagaimana ingin memberikan materi senam contohnya saja ketika saya mau mengajarkan materi guling depan, anak-anak masih sulit dan takut untuk melakukan gerakan guling depan khususnya anak-anak perempuan.

Saya : untuk menghadapi anak-anak yang seperti itu bagaimana ya bu ?

Bu Ria : nah biasanya saya hanya memberikan latihan yang dasar saja mbak misalnya hanya saya duruh mengguling sambil tiduran gitu mbak, itu pun untuk anak-anak perempuan masih belum berani.

Saya : Apa ya bu yang menyebabkan anak-anak tidak berani melakukan padahal itu merupakan latihan dasar. Apa ada yang pernah mengalami cedera ya bu sehingga anak-anak trauma?

Bu Ria : saya juga kurang tau mbak untuk masalah itu. Menurut saya salah satunya takut mbak soalnya kan untuk kita praktiknya di halaman sekolah yang lantainya terbuat dari plesteran soalnya belum punya hall untuk senam.

Saya : oalah ya mungkin itu bisa menyebabkan siswa jadi takut ya bu.. nah menurut ibu anak-anak itu tergolong malas nggak ya bu ketika mengikuti pembelajaran senam ?

Bu Ria : kalo untuk malas ya nggak terlalu mbak tapi biasanya ya anak-anak perempuan yang awalnya takut kan jadi males ketika suruh melakukan, nah untuk anak yang laki laki biasanya ya nggak antusias berbeda dengan saat sepakbola atau materi permainan yang lain.

Saya : nah untuk sarana prasarannya bagaimana bu yang digunakan untuk senam?

Bu Ria : untuk matrasnya kita sudah punya yang busa mbak tapi ya belum punya ruangan yang khusus senam.

Saya : oww berarti tingkat kenyamanan untuk pembelajaran senam masih kurang ya bu, baik bu mungkin itu dulu saja ya bu terimakasih untuk informasinya.

Bu Ria : iya mbak sama-sama

Lanjutan Lampiran Hasil Wawancara

Transkrip Wawancara

1. Nuh Alamsyah

Pertanyaan	Jawaban
Saya : halo namanya siapa ?	Alam : namaku nuh alamsyah
Saya : tadi kan kamu sudah mengikuti pembelajaran senam lantai, kok sepertinya tadi kurang bersemangat kenapa ?	Alam : iya mbak tadi saya pas mencoba mengguling tangan saya kebentur lantai dan sakit.
Saya : kok bisa kebentur kenapa apa kamu melakukan gerakannya tidak benar ?	Alam : tidak tau mbak
Saya : sebenarnya kamu senang nggak mengikuti pembelajaran senam ?	Alam : lumayan mbak
Saya : kan kalo lumayan itu ada rasa senangnya da nada rasa nggak senangnya, nah apa yang menyebabkan kamu nggak senang ?	Alam : yang menyebabkan tidak senang kan bisa buat saya cidera tadi mbak, dan gerakannya juga sulit.
Saya : nah yang membuat kamu sulit melakukan gerakan tadi apa ? apakah ada penghambat saat melakukan ? apakah badannya kaku atau bagaimana ?	Alam : lumayan kaku mbak
Saya : tadi pemanasannya bagaimana ? kok badannya masih kaku	Alam : ya pemanasan seperti biasa mbak
Saya : setelah tadi saya lihat kalian pemanasannya kurang bener masih sambil bercanda nah mungkin itu yang menyebabkan badannya masih pada kaku	Alam : iya mbak
Saya : nah setelah kamu mengikuti pembelajaran senam badanmu nyaman tidak ?	Alam: tangan saya sakit mbak sekarang
Saya : kamu tertarik dalam mengikuti pembelajaran senam tidak ?	Alam : tidak terlalu tertarik mbak
Saya : lo la kenapa ?	Alam : ya kalo nanti saya cidera lagi bagaimana mbak

Saya : kalo kamu memperhatikan yang dijelaskan dan dicontohkan bu guru ya tidak akan cidera.	Alam : iya juga sih mbak
Saya : sebelum tangan kamu kebentur tadi kamu takut cidera nggak saat mengikuti pembelajaran senam ?	Alam : tidak mbak, tapi setelah ini saya takut kalo tangan saya tambah parah.
Saya : menurutmu kamu tadi bisa melakukan gerakan guling depan dengan baik nggak ?	Alam : awalnya tidak mbak tapi setelah beberapa kali mencoba saya lumayan bisa mbak.
Saya : saat kamu tadi tidak bisa bu guru memberikan motivasi atau semangat nggak ?	Alam : iya mbak
Saya : tadi yang memberikan contoh bu guru dulu ya ? yang biasanya mencontohkan siapa ?	Alam : biasanya teman saya mbak kalo nggak ya bu guru
Saya : menurutkamu pembelajaran yang diajarkan oleh bu guru tadi menyenangkan tidak ?	Alam : biasa saja mbak tidak permainan
Saya : kalo misalnya materinya seperti tadi kamu merasa kesulitan dalam mengikuti pembelajarannya nggak ? kalo semisalnya kamu merasa kesulitan apa yang menyebabkan kamu kesulitan	Alam : sedikit sulit mengikuti mbak soalnya gerakannya menurut saya sulit dan badan saya juga kaku kalo suruh mengguling seperti tadi
Saya : apakah ada hal lain yang menyebabkan kamu kesulitan selain gerakannya sulit sama badannya kaku ?	Alam : tidak mbak
Saya : menurut kamu lingkungan sekolahmu sangat menyenangkan untuk pembelajaran nggak ? misalnya teman-temanmu ?	Alam: menyenangkan kok mbak
Saya : walah yaudah kalo gitu terimakasih ya alam	Alam : iya mbak sama-sama

2. Mutia Rahmawati

Pertanyaan	Jawaban
Saya : namanya siapa	Mutia : mutia mbak
Saya : tadi kan sudah mengikuti pembelajaran senam, sebelumnya kamu sudah pernah mengikuti pembelajaran senam atau belum ?	Mutia : belum pernah senam mbak sebelumnya
Saya : apa bu guru sebelumnya belum pernah mengajarkan senam lantai ?	Mutia : kayaknya belum deh mbak
Saya : kamu senang mengikuti pembelajaran senam yang diajarkan bu guru tadi ?	Mutia : kurang senang mbak
Saya : yang menyebabkan kamu kurang senang apa ?	Mutia : saya tidak bisa melakukan gerakannya
Saya : yang menyebabkan kamu tidak bisa itu apa ? apa tubuhmu menjadi penghambat saat pembelajaran senam ?	Mutia : kalo saya mau melakukan gerakan senam badan saya itu kaku mbak
Saya : tadi pemanasannya bagaimana kok badannya masih kaku ?	Mutia : pemanasan biasa kak dipimpin sama teman saya
Saya : nah mungkin yang menyebabkan badanmu kaku itu pemanasannya kurang benar sehingga badannya masih kaku untuk melakukan gerakan senam lantai	Mutia : biasanya pemanasannya ya seperti itu mbak
Saya : setelah kamu mengikuti pembelajaran senam lantai, tubuhmu nyaman untuk digerakkan ?	Mutia : nyaman kok kak
Saya : untuk selanjutnya kamu tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ?	Mutia : kurang tertarik kak
Saya : apa yang menyebabkan kamu kurang tertarik ?	Mutia : soalnya gerakannya sulit dan kalo olahraga senam tidak asik mbak
Saya : kamu takut terjadi cedera nggak saat mengikuti pembelajaran senam ? misalnya takut apa yang menyebabkan kamu takut terjadi cedera ?	Mutia : takut mbak ya kan gerakannya suruh guling guling
Saya : menurut kamu, tadi bisa melakukan gerakan senam kurang baik ?	Mutia : Hehehe tidak bisa melakukan mbak

Saya : setelah kamu tidak bisa melakukan biasanya bu guru memberikan motivasi kekamu nggak ?	Mutia : iya mbak
Saya : apakah setiap pembelajaran senam bu guru memberikan contoh ?	Mutia : kadang-kadang iya kadang-kadang enggak mbak
Saya : kalo bu guru tidak memberikan kamu contoh yang memberikan contoh siapa ?	Mutia : teman saya yang bisa mbak
Saya : menurut kamu pembelajaran senam yang diajarkan bu guru tadi bagaimana ? menyenangkan tidak ?	Mutia : sedikit menyenangkan mbak
Saya : kok cuma sedikit ? apa yang menyebabkan tidak menyenangkan ?	Mutia : soalnya gerakannya sulit dan kurang asik mbak
Saya : kalo misalnya pembelajaran senam seperti tadi kamu kesulitan mengikutinya tidak ? kalo iya apa yang menyebabkan kamu kesulitan ?	Mutia : sedikit kesulitan, gerakannya susah
Saya : yaudah terimakasih ya	Mutia : iya mbak sama-sama

3. Nadia Intan Cahyani

Pertanyaan	Jawaban :
Saya : namanya siapa ?	Nadia : nadia mbak
Saya : bagaimana tadi kamu mengikuti pembelajaran senam ? senang nggak ?	Nadia : lumayan seneng mbak
Saya : apa yang menyebabkan kamu kurang senang ? kok sepertinya kamu tidak bersemangat tadi saat mengikuti pembelajaran	Nadia : kurang senangnya karena tidak bisa mbak, males mbak hehe
Saya : apa yang menyebabkan kamu tidak bisa melakukan ? kenapa males	Nadia : grogi mbak sama badanku kaku kalo mau buat guling-guling, gerakannya sulit saya juga susah kalo untuk melakukan
Saya : setelah kamu mengikuti pembelajaran senam tubuhmu nyaman buat aktivitas lainnya tidak ?	Nadia : kurang nyaman
Saya : kok bisa kurang nyaman itu gegara apa?	Nadia : tadi pas melakukan gerakan mengguling sampe sekarang badanku masih pegal-pegal mbak
Saya : apakah selanjutnya kamu tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ?	Nadia : kurang tertarik
Saya : yang menyebabkan kamu kurang tertarik apa ?	Nadia : materinya susah-susah dan nggak bermain
Saya : kamu saat melakukan takut terjadi cedera nggak ?	Nadia : enggak mbak
Saya : menurut kamu tadi kamu dapat melakukan gerakan senam dengan baik tidak ?	Nadia : hehehe enggak mbak soalnya saya kesulitan
Saya : nah kan kamu tadi tidak bisa melakukan gerakan senam dengan baik bu guru memberikan motivasi ke kamu nggak ?	Nadia : iya mbak memberikan semangat
Saya : tadi kan bu guru memberikan contoh saat pembelajaran sebelumnya atau pembelajaran sebelumnya bu guru meberikan contoh tidak ?	Nadia : kadang-kadang memberikan contoh kadang-kadang tidak mbak, biasanya teman-teman yang memberikan contoh
Saya : menurut kamu pembelajaran senam tadi menyenangkan tidak ? mengapa ?	Nadia : kurang menyenangkan mbak, karena membosankan dan tidak bermain
Saya : tadi kan kamu bilang kalo	Nadia : sedikit kesulitan mbak

kesulitan untuk melakukan gerakan senam tadi nah kalo pembelajaran seperti tadi kamu merasa kesulitan mengikutinya nggak ?	
Saya : yang menyebabkan kamu kesulitan mengikutinya karena apa ?	Nadia : gerakannya sulit
Saya : menurut kamu alat-alat yang dipakai senam tadi nyaman nggak	Nadia : nyaman mbak tapi kalo dihalaman sekolah takutnya kebentur lantai

4. Beta Oktindini

Pertanyaan	Jawaban
Saya : namanya siapa ?	Beta : beta mbak
Saya : tadi bagaimana kamu mengikuti pembelajaran senam senang nggak ?	Beta : lumayan senang mbak
Saya : sebelumnya kamu pernah mengikuti pembelajaran senam belum ?	Beta : pernah belum ya mbak lupa e
Saya : apa yang menyebabkan kamu kurang senang ?	Beta : kurang senangnya karena tidak bisa mbak
Saya : apa yang menyebabkan kamu tidak bisa melakukan ?	Beta : karena badanku kaku, degdegan, gerakannya sulit juga mbak
Saya : setelah kamu mengikuti pembelajaran senam tubuhmu nyaman buat aktivitas lainnya tidak ?	Beta : nyaman kok mbak
Saya : apakah selanjutnya kamu tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ?	Beta : kalo tertarik sih enggak mbak tapi ya kalo setiap olahraga ada materii senam ya terpaksa harus ikut mbak hehe
Saya : kok terpasa ?	Beta : yak arena nggak asik e mbak jadi tidak tertarik mengikutinya
Saya : kamu saat melakukan takut terjadi cidera nggak ?	Beta : nggak kok mbak
Saya : menurut kamu tadi kamu dapat melakukan gerakan senam dengan baik tidak ?	Beta : ya lumayan tapi ya sulit mbak
Saya : kok sulit ?	Beta : soalnya jarang latihan seperti itu mbak jadinya ya sulit
Saya : nah kan kamu tadi tidak bisa melakukan gerakan senam dengan baik bu guru memberikan motivasi ke kamu nggak ?	Beta : iya mbak memberikan semangat
Saya : tadi kan bu guru memberikan contoh saat pembelajaran sebelumnya atau pembelajaran sebelumnya bu guru meberikan contoh tidak ?	Beta : kadang-kadang memberikan contoh kadang-kadang tidak mbak, biasanya teman-teman yang memberikan contoh
Saya : menurut kamu pembelajaran senam tadi menyenangkan tidak ? mengapa ?	Beta : kurang menyenangkan mbak, karena membosankan
Saya : tadi kan kamu bilang kalo kesulitan untuk melakukan gerakan senam tadi nah kalo	Beta : sedikit kesulitan mbak

pembelajaran seperti tadi kamu merasa kesulitan mengikutinya nggak ?	
Saya : yang menyebabkan kamu kesulitan mengikutinya karena apa ?	Beta : gerakannya sulit dan belum pernah diajari juga mbak
Saya : menurut kamu alat-alat yang dipakai senam tadi nyaman nggak	Beta : nyaman mbak
Saya : terima kasih yaa beta	Beta : sama- sama mbak

5. Alivanda Putri Rahayu

Pertanyaan	Jawaban
Saya : namanya siapa ?	Aliv : Aliv mbak
Saya : tadi bagaimana kamu mengikuti pembelajaran senam senang nggak ?	Aliv : lumayan senang mbak
Saya : sebelumnya kamu pernah mengikuti pembelajaran senam belum ?	Aliv : pernah belum ya mbak lupa e
Saya : apa yang menyebabkan kamu kurang senang ? dan apa yang menyebabkan kamu senang ?	Aliv : kurang senangnya karena tidak bisa mbak senangnya ya bisa lebih tau
Saya : apa yang menyebabkan kamu tidak bisa melakukan ?	Aliv : karena badanku kaku, gerakannya sulit juga mbak
Saya : setelah kamu mengikuti pembelajaran senam tubuhmu nyaman buat aktivitas lainnya tidak ?	Aliv : badannya sakit sakit mbak
Saya : apakah selanjutnya kamu tertarik untuk mengikuti pembelajaran senam ?	Aliv : kalo tertarik sih enggak mbak tapi ya kalo setiap olahraga ada materii senam ya terpaksa harus ikut mbak hehe
Saya : kok terpasa ?	Aliv : yak karena nggak asik e mbak jadi tidak tertarik mengikutinya
Saya : kamu saat melakukan takut terjadi cedera nggak ?	Aliv : sedikit takut mbak
Saya : apa yang menyebabkan kamu takut cedera? Apa sebelumnya pernah terjadi cedera ?	Aliv : soalnya suruh guling-guling dilantai mbak nanti kalo kebentur bagaimana hehe, belum pernah cedera kok mbak
Saya : menurut kamu tadi kamu dapat melakukan gerakan senam dengan baik tidak ?	Aliv : ya lumayan tapi ya sulit mbak
Saya : kok sulit ?	Aliv : soalnya jarang latihan seperti itu mbak jadinya ya sulit
Saya : nah kan kamu tadi tidak bisa melakukan gerakan senam dengan baik bu guru memberikan motivasi ke kamu nggak ?	Aliv : iya mbak memberikan semangat
Saya : tadi kan bu guru memberikan contoh saat pembelajaran sebelumnya atau pembelajaran sebelumnya bu guru meberikan contoh tidak ?	Aliv : kadang-kadang memberikan contoh kadang-kadang tidak mbak, biasanya teman-teman yang memberikan contoh
Saya : menurut kamu pembelajaran	Aliv : kurang menyenangkan mbak,

senam tadi menyenangkan tidak ? mengapa ?	karena membosankan
Saya : tadi kan kamu bilang kalo kesulitan untuk melakukan gerakan senam tadi nah kalo pembelajaran seperti tadi kamu merasa kesulitan mengikutinya nggak ?	Aliv : sedikit kesulitan mbak
Saya : yang menyebabkan kamu kesulitan mengikutinya karena apa ?	Aliv : gerakannya sulit dan belum pernah diajari juga mbak
Saya : menurut kamu alat-alat yang dipakai senam tadi nyaman nggak	Aliv : nyaman mbak
Saya : terima kasih yaa Aliv	Aliv : sama- sama mbak

6. Ria Tristi (Guru PJOK)

Saya : bu saya mau tanya

Bu Ria : iya mbak silahkan

Saya : bagaimana dengan pembelajaran senam disekolah ini bu?

Bu Ria : pembelajaran berjalan mbak, walaupun saya merasa kesulitan ketika memberikan materi senam khususnya senam lantai.

Saya : apa ya bu yang menyebabkan ibu kesulitan dalam memberikan materi senam ?

Bu Ria : soalnya untuk materi senam anak-anak itu nggak terlalu tertarik mbak jadi ketika saya sedang menjelaskan anak-anak kadang tidak mendengarkan, ketika saya suruh melakukan tidak bisa, saya bisa memberikan contoh namun tidak keseluruhan misalnya guling depan saya masih bisa mencontohkan namun kalo yang handstand seperti itu sudah tidak bisa mencontohkan mbak, kadang saya menyuruh salah satu siswa yang bisa untuk memberikan contoh kepada temannya.

Saya : selain itu apa ya bu yang menyebabkan ibu merasa kesulitan dalam mengajarkan senam lantai khususnya?

Bu Ria : kadang saya bingung mbak bagaimana ingin memberikan materi senam contohnya saja ketika saya mau mengajarkan materi guling depan, anak-anak masih sulit dan takut untuk melakukan gerakan guling depan khususnya anak-anak perempuan.

Saya : untuk menghadapi anak-anak yang seperti itu bagaimana ya bu ? dan yang menyebabkan anak-anak kesulitan itu apa ya bu ?

Bu Ria : nah biasanya saya hanya memberikan latihan yang dasar saja mbak misalnya hanya saya duruh mengguling sambil tiduran gitu mbak, itu pun untuk anak-anak perempuan masih belum berani. Yang

menyebabkan anak-anak kesulitan itu mungkin masih asing dengan materi senam lantai, jarang latihan dan nada juga yang belum mengenalnya .

Saya : Apa ya bu yang menyebabkan anak-anak tidak berani melakukan padahal itu merupakan latihan dasar. Apa ada yang pernah mengalami cedera ya bu sehingga anak-anak trauma?

Bu Ria : saya juga kurang tau mbak untuk masalah itu. Menurut saya salah satunya takut mbak soalnya kan untuk kita praktiknya di halaman sekolah yang lantainya terbuat dari plesteran soalnya belum punya hall untuk senam.

Saya : oalah ya mungkin itu bisa menyebabkan siswa jadi takut ya bu.. nah menurut ibu anak-anak itu tergolong malas nggak ya bu ketika mengikuti pembelajaran senam ?

Bu Ria : kalo untuk malas ya nggak terlalu mbak tapi biasanya ya anak-anak perempuan yang awalnya takut kan jadi males ketika suruh melakukan, nah untuk anak yang laki laki biasanya ya nggak antusias berbeda dengan saat sepakbola atau materi permainan yang lain.

Saya : nah untuk sarana prasarannya bagaimana bu yang digunakan untuk senam?

Bu Ria : untuk matrasnya kita sudah punya yang busa mbak tapi ya belum punya ruangan yang khusus senam.

Saya : oww berarti tingkat kenyamanan untuk pembelajaran senam masih kurang ya bu, baik bu mungkin itu dulu saja ya bu terimakasih untuk informasinya.

Bu Ria : iya mbak sama-sama

Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



Dokumentasi wawancara dengan Guru PJOK di SD Negeri Mentel II



Dokumentasi wawancara dengan siswa di SD Negeri Mentel II



Dokumentasi wawancara dengan siswa di SD Negeri Mentel II



Dokumentasi wawancara dengan siswa di SD Negeri Mentel II



Dokumentasi proses pembelajaran senam di SD Negeri Mentel II



Dokumentasi proses pembelajaran senam di SD Negeri Mentel II