

**MOTIVASI PESERTA DIDIK PADA PEMBELAJARAN SENAM LANTAI  
PELAJARAN PENJASORKES DI KELAS IV SD NEGERI  
KARANGKEMIRI 02**

**Ferizki Anteng Oktavianis<sup>1</sup>, Yudha Febrianta<sup>2</sup>**  
[ferizkioktavianis27@gmail.com](mailto:ferizkioktavianis27@gmail.com)<sup>1</sup>, [yudhafebrianta@ump.ac.id](mailto:yudhafebrianta@ump.ac.id)<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**ABSTRAK**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui motivasi peserta didik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada pendidikan jasmani senam lantai pada pembelajaran penjasorkes di kelas IV SDN Karangkemiri 02. Penelitian ini menggunakan metode Kualitatif Deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV SD Negeri Karangkemiri 02 berjumlah 25 orang. Data penelitian ini dikumpulkan melalui teknik wawancara yang dilakukan pada orang yang mempunyai informasi/responden yaitu guru penjasorkes dan peserta didik kelas IV SD N Karangkemiri 02. Hasil penelitian ini adalah Peserta didik memiliki motivasi yang kurang baik. Hal ini dipengaruhi oleh: (1) faktor eksternal: (a) keadaan jasmani: Peserta didik memiliki kesehatan jasmani yang kurang dengan ditakutkan akan pingsan, sering lemas karena belum sarapan, dan mengalami sakit badan ketika di rumah setelah mengikuti senam guling depan, Peserta didik cenderung takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cidera, selain itu peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan. (b) keadaan psikologis: Peserta didik cenderung takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cidera, selain itu peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan. (2) faktor eksternal: (a) materi: Kebanyakan peserta didik masih kebingungan dan takut untuk mencoba gerkan senam gulin, (b) sarana prasarana: sarana prasarana kegiatan senam lantai matras yang digunakan kurang dan sudah rusak.

**Kata Kunci:** Motivasi, senam lantai, penjasorkes

**PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah sebuah dasar penting untuk memajukan bangsa, sebab melalui pendidikan kemajuan bangsa akan dapat tercapai. Kemajuan itu dapat dirasakan melalui pengembangan manusia yang berkualitas dan pengolahan sumber daya alam Pendidikan Indonesia wajib memberikan perkembangan pada kemampuan dan mencetak karakter bangsa yang memiliki martabat sebagai wujud mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan Indonesia memiliki tujuan untuk memaksimalkan potensi peserta didik yang memiliki iman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berahlak mulia, berilmu, cakap, sehat, kreatif, menjadi warga negara yang demokratis dan mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan memiliki fungsi yang penting untuk mengembangkan potensi peserta didik. Perkembangan dalam pendidikan tersebut terbagi menjadi 3 ranah kognitif, afektif dan psikomotorik (Khoiruzzadim, 2020). Salah satu bidang studi yang sangat penting dalam ketercapaian tujuan pendidikan di suatu negara dan yang diterapkan pada kurikulum 2013 adalah pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes), karena ada keselarasan antara tujuan pendidikan penjasorkes dengan pendidikan nasional. Penjasorkes atau Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan hal yang sangat mutlak dalam kehidupan untuk memperoleh kebugaran dan kesehatan pada diri setiap orang (Suharjana, 2013). Wilayah gerak Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Depdiknas (2006:703) yakni permainan dan olahraga, pengembangan, senam, ritmik, aquatik, dan pendidikan luar kelas. Pembelajaran penjasorkes saat ini sudah diberlakukan dari mulai tingkat SD sampai SMA yang melibatkan gerak pada tubuh dengan pergerakan yang mencetak watak atau karakter, value, dan sikap yang dilakukan secara terencana.

Pembelajaran penjasorkes di sekolah dasar berpengaruh penting pada peserta didik karena memiliki tujuan untuk memperoleh peningkatan kemampuan serta keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pembentukan watak. Tujuan lain dari pembelajaran penjasorkes yaitu untuk meningkatkan kebugaran dalam tubuh peserta didik, mengembangkan sikap disiplin dan percaya diri, mengembangkan ketrampilan gerak pada permainan olahraga, memahami konsep materi jasmani untuk mencapai pola hidup sehat. Dalam meningkatkan kebugaran anak tentunya ada banyak cara yaitu dapat melakukan berbagai latihan, salah satu caranya dengan melakukan olahraga senam lantai. Senam lantai merupakan olahraga yang bentuk latihannya dilantai atau menggunakan matras sebagai alas. Tujuan menggunakan matras yaitu untuk mengurangi resiko cedera yang terjadi apabila melakukan sebuah gerakan senam lantai. Senam lantai sangat mudah diajarkan dalam pembelajaran di sekolah dasar karena tidak menggunakan alat yang terlalu berat dalam melakukan gerakan-gerakannya, namun ada beberapa jenis senam lantai yang menggunakan alat tetapi lebih jarang dilakukan pada anak sekolah dasar. Senam lantai merupakan olahraga paling efektif yang dilakukan di sekolah dasar karena selain untuk menumbuhkan daya tahan tubuh anak, pada pembelajaran senam lantai memiliki motivasi lain yaitu anak menjadi tidak malas dalam berolahraga. Berdasarkan hasil wawancara bersama dengan Bapak Supriyanto, S.Pd. menyatakan bahwa pembelajaran senam lantai kurang diajarkan pada proses pembelajaran dikarenakan kurang diminati oleh banyaknya siswa dibandingkan cabang olahraga lain. Kurang minatnya pembelajaran senam lantai di SDN 02 Karangkemiri ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: 1. Peserta didik kurang menguasai untuk melakukan gerakan rolling atau guling depan karena adanya rasa takut akan terjadinya cedera. 2. Rasa takut yang tinggi terhadap materi senam lantai sehingga siswa melakukan gerakan guling depan dan guling belakang kurang sempurna. 3. Sarana dan prasarana kurang memadai. 4. Kurang adanya motivasi pembelajaran senam lantai yang menarik

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tujuan mengetahui motivasi peserta didik dan fakto-fakor yang mempengaruhinya pada pendidikan jasmani senam lantai pada pembelajaran penjasorkes di kelas IV SDN Karangkemiri 02, dengan judul “Motivasi Peserta Didik Pada Pembelajaran Senam Lantai Pelajaran Penjasorkes di Kelas IV SD Negeri Karangkemiri 02”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode Kualitatif Deskriptif. Penelitian ini memanfaatkan data kualitatif yang digunakan untuk menganalisis suatu kejadian atau fenomena dengan menampilkan hasil data apa adanya tanpa adanya proses manipulasi. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Karangkemiri 02 yang terletak di Dusun Karangkemiri, Kecamatan Maos Kabupaten Cilacap, 53272. Penelitian di SD Negeri Karangkemiri 02 dilaksanakan pada tahun ajaran 2022-2023. Populasi dalam penelitian ini adalah kelas IV SD Negeri Karangkemiri 02 berjumlah 25 orang. Data penelitian ini dikumpulkan melalui teknik wawancara yang dilakukan pada orang yang mempunyai informasi/responden yaitu guru penjasorkes dan peserta didik kelas IV SD N Karangkemiri 02.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Peneliti melaksanakan penelitian pada bulan November 2023 di SD Negeri Karangkemiri 02, dengan menggunakan peserta didik kelas IV berjumlah 25. Berdasarkan hasil wawancara, peserta didik mengalami kebosanan dalam mengikuti pembelajaran senam lantai. Key information dalam penelitian ini adalah guru PJOK SD Negeri Karangkemiri 02. Hasil wawancara tersebut adalah sebagai berikut:

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

a. Indikator keadaan jasmani: berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, terdapat 10

peserta didik yang menyatakan lemas dan merasa pusing saat mengikuti pembelajaran PJOK senam lantai karena belum sarapan, 5 peserta didik tidak kuat untuk mengikuti pembelajaran karena merasa mual dan sering dipersilahkan istirahat oleh guru pjok, dan 5 peserta didik menyatakan sakit badan ketika sudah di rumah.

- b. Indikator keadaan psikologis: berdasarkan wawancara yang dilakukan, terdapat 15 peserta didik yang menyatakan tidak tertarik untuk mengikuti senam lantai, hal ini dikarenakan adanya rasa takut akan cedera, lebih tertarik dengan pembelajaran yang menghadirkan permainan dan tantangan di dalamnya.

## 2. Faktor Eksternal

### a. Indikator Guru

Berdasarkan wawancara yang dilakukan, terdapat 15 peserta didik yang menyatakan guru sudah mengajarkan gerakan terlebih dahulu tetapi peserta didik tidak berani melakukan gerakan rolling depan, 5 peserta didik menyatakan bahwa guru mengajar dengan cara pelan pelan dalam memperagakan gerakan, dan sisanya menyatakan guru sebelum senam melaksanakan pemanasan dulu agar tidak mengalami cedera.

### b. Indikator Materi pembelajaran

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik, terdapat 9 peserta didik yang menyatakan masih bingung dengan gerakan senam guling, 5 peserta didik menjawab faham dengan materi yang telah dijelaskan, dan 5 peserta didik masih takut untuk mencoba gerakan guling depan.

- c. Indikator sarana prasarana berdasarkan hasil wawancara dengan guru dan peserta didik diketahui bahwa dalam hal sarana prasarana kegiatan senam lantai matras yang digunakan kurang efisien untuk pembelajaran senam lantai guling depan.

Tabel 1 Kesimpulan Hasil Wawancara

No	Indikator	Kesimpulan Hasil Wawancara
<b>Faktor internal</b>		
1	Keadaan jasmani	Peserta didik memiliki kesehatan jasmani yang kurang dengan ditandai sering pusing ketika sedang melaksanakan pembelajaran sehingga sering dianjurkan istirahat oleh guru menganjurkan peserta didiknya untuk duduk karena ditakutkan akan pingsan. Kemudian peserta didik menjelaskan bahwa sering lemas karena belum sarapan, dan mengalami sakit badan ketika di rumah setelah mengikuti senam guling depan.
2	Keadaan psikologis	Peserta didik cenderung takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cedera, selain itu peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan.
<b>Faktor eksternal</b>		
1	Guru	Guru sudah memberikan contoh gerakan senam lantai dengan baik, memberikan dorongan dan semangat untuk peserta didik agar dapat melakukan aktivitas senam guling depan sesuai dengan tahapan senam lantai.
2	Materi	Kebanyakan peserta didik masih kebingungan dan takut untuk mencoba gerakan senam guling depan.
3	Sarana dan prasarana	Sarana prasarana kegiatan senam lantai matras yang digunakan kurang efisien untuk pembelajaran senam lantai guling depan.

## Pembahasan

Hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Karangemiri 02, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran senam guling di sekolah. Hasil tersebut dibahas sebagai berikut:

### 1. Faktor internal

Faktor internal ialah aspek yang terdapat dalam diri pribadi peserta didik baik aspek fisiologis (fisik) atau pun aspek psikologis (Sa'diyah, 2019: 10). Berdasarkan indikator fisiologis/jasmani peserta didik yaitu: (1) Peserta didik memiliki kesehatan jasmani yang kurang

dengan ditandai sering di suruh duduk oleh guru menganjurkan peserta didiknya untuk duduk karena ditakutkan akan pincang, (2) Kemudian peserta didik menjelaskan bahwa sering lemas karena belum sarapan dan (3) mengalami sakit badan ketika di rumah setelah mengikuti senam guling depan. Hasil temuan ini sejalan dengan Pratiwi, A. S. (2019: 28). anak yang mengalami kesulitan belajar disebabkan adanya faktor orang tua dengan ciri-ciri mengantuk, pusing, dan konsentrasinya hilang. Perlu bagi orangtua memiliki kesadaran untuk memberikan sarapan pagi untuk anak-anaknya. Karena orang tua memiliki kewajiban untuk memberikan kasih sayang dan fasilitas untuk anaknya (Nirwana, 2011 :159-161). Meninggalkan sarapan pagi akan memberikan dampak negatif dengan ditandai adanya ketidakseimbangan syaraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, lelah, hilang konsentrasi, badan gemetar dan penurunan prestasi belajar. (Anggraini, D. I., & Damayanti, A. S. 2017: 116).

Berdasarkan indikator keadaan psikologis yaitu: (1) Peserta didik cenderung tidak percaya diri dan takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cedera, (2) peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan. Temuan ini sejalan dengan Ashidqy, A. Z., dkk (2023: 19) Pada saat melaksanakan gerakan senam lantai rasa percaya diri karena takut cedera dan tidak ketertarikan mengikuti senam lantai dialami oleh pada peserta didik. Psikologis atau kondisi mental adalah mental atau kondisi seseorang yang kuat untuk melakukan atau bertindak berkaitan dengan fisik dan mental dalam pembelajaran (Hariadi, 2017: 66). Peserta didik merasa takut cedera pada saat akan melakukan gerakan senam lantai. Hal ini dipengaruhi kurangnya guru olahraga dalam memberikan motivasi dan rasa percaya diri pada peserta didik yang tepat untuk berani melakukan gerakan senam lantai. Guru PJOK perlu memberikan motivasi yang tepat kepada peserta didiknya terkhusus dalam hal ini adalah pada materi senam gulinf. Melalui kegiatan memotivasi yang baik dan tepat oleh guru dapat memberikan hal positif pada kegiatan pembelajaran (Arduta, Kusuma, & Festiawan, 2020),

## 2. Faktor eksternal

Faktor eksternal ialah faktor yang mempengaruhi adanya motivasi yang berasal dari luar diri individu. Faktor eksternal yang pertama adalah guru. Pada peneltiain ini berdasarkan hasil wawancara peserta didik ditemukan bahwa Guru sudah memberikan contoh gerakan dengan baik, memberikan dorongan dan semangat untuk peserta didik dapat melakukan aktivitas guling senam sesuai dengan tahapan senam guling, namun pada kenyataannya masih terdapat peserta didik yang masih kurang percaya diri dan takut cedera untuk melaksanakan senam guling. Setelah dilakukan wawancara dengan guru diketahui peserta didik tidak memperhatikan pelajaran dan lebih sering mengobrol dengan teman disebelahnya. Hal ini berpengaruh kepada temuan berikutnya terkait dengan indikator materi pembelajaran, kebanyakan peserta didik masih kebingungan dan takut untuk mencoba gerkan senam guling, ditambah peserta lebih suka materi yang menyenangkan seperti permainan sepakbola. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Ashidqy, A. Z., dkk (2023: 18) bahwa senam lantai kurang diminati peserta didik karena di dalamnya tidak terdapat unsur permainann, hal yang lebih disukai oleh peserta didik lebih condong pada permainan sepak bola, voli, dan basket. Pada kondisi ini guru dapat meningkatkan efektifitas pembelajaran menggunakan metode yang efektif dalam menarik perhatian peserta didik dan minat dalam mempelajari materi senam guling. Hal yang sama dijabarkan oleh Aenon et al., (2020: 10) guru harus memberikan motivasi pada peserta didik untuk melakukan perbaikan, meningkatkan pembelajaran dengan metode ataupun teknik mengajar yang bervariasi. Hal yang bisa dilakukan salah satunya adalah mengintegrasikan teknologi dan permainan dalam pembelajaran senam lantai.

Pada indikator sarana prasarana kegiatan senam lantai diketahui matras yang digunakan kurang dan sudah rusak. Hal ini mengakibatkan kegiatan pembelajaran senam guling tidak maksimal, kekhawatiran akan sakit dan cedera oleh peserta didik juga disebabkan faktor kurangnya matras di sekolah. Sarana prasara perlu diperhatikan dan disipakan dalam pembelajaran senam lantai seperti matras, hall senam, dan seggala perlengkapan lainnya (Pratiwi, A. S. 2019: 2) Sekolah

hendaknya perlu menyediakan fasilitas ini karena menyangkut keberhasilan proses pembelajaran di sekolah, termasuk matras yang merupakan barang penting untuk mengurangi kondisi peserta didik terkena cedera.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SD Negeri Karangemiri 02 tahun ajaran 2022/2023. Peserta didik memiliki motivasi yang kurang baik. Hal ini dipengaruhi oleh: (1) faktor eksternal: (a) keadaan jasmani: Peserta didik memiliki kesehatan jasmani yang kurang dengan ditakutkan akan pincan, sering lemas karena belum sarapan, dan mengalami sakit badan ketika di rumah setelah mengikuti senam guling depan, Peserta didik cenderung takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cedera, selain itu peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan, (b) keadaan psikologis: Peserta didik cenderung takut untuk mencoba aktivitas berguling karena takut cedera, selain itu peserta didik lebih tertarik dengan materi lain yang lebih menyenangkan. (2) faktor eksternal: (a) materi: Kebanyakan peserta didik masih kebingungan dan takut untuk mencoba gerakan senam gulung, (b) sarana prasarana: sarana prasarana kegiatan senam lantai matras yang digunakan kurang dan sudah rusak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aenon, N., Iskandar, I., & Rejeki, H. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 3(2), 149.
- Anggraini, D. I., & Damayanti, A. S. (2017). Sarapan Meningkatkan Prestasi Belajar pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Majority*, 6(2), 115-119.
- Arduta, M. Z., Kusuma, I. J., Festiawan, R., & Utara, K. P. (2020). Faktor Penentu Minat Siswa Smp Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bulutangkis Di Purwokerto. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 41-51.
- Ashidqy, A. Z., Gani, R. A., Achmad, I. Z., Syafei, M. M., Purbangkara, T., & Resita, C. (2023). Faktor-Faktor Penghambat Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Senam Lantai. *JURNAL PENJAKORA FAKULTAS OLAHRAGA DAN KESEHATAN*, 10(1).
- Depdiknas. 2006. Standar Isi. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga dan Lemlit UNESA
- Hariadi. (2017). Pengembangan Instrumen Penilaian Otentik Aspek Sikap Sosial Dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan. *Ilmu Keolahragaan*, 16(1), 84-96
- Khoiruzzadi, M., Barokah, M., & Kamila, A. (2020). Upaya Guru Dalam Memaksimalkan Perkembangan Kognitif, Sosial dan Motorik Anak Usia Dini. *JECED: Journal of Early Childhood Education and Development*, 2(1), 40-51.
- Nirwana, Ade Benih. 2011. Psikologi Ibu, Bayi dan Anak. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pratiwi, A. S. (2019). Hambatan Peserta Didik Kelas Atas Dalam Pembelajaran Senam di SD Negeri Godean 1 Tahun 2018/2019. *PGSD Penjaskes*, 8(3).
- Suharjana, F. (2013). Perbedaan pengaruh hasil latihan peregangan statis dan dinamis terhadap kelentukan togok menurut jenis kelamin anak kelas 3 dan 4 sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(1).