AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

STUDI DESKRIPTIF MENGENAI HAMBATAN PELAKSANAAN PEMBELAJARAN SENAM LANTAI PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Muhammad Iqbal Jauhar Hanim[1], Sugiyanto[2]
[1,2]Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Malang, Indonesia
e-mail: muhammad.hanim.fik@um.ac.id[1], sugiyanto.fik@um.ac.id[2]

Abstract

This study aims to describe the obstacles encountered during the implementation of floor gymnastics instruction for students at SDN Bunulrejo 3, Malang City. Floor gymnastics is a component of the Physical Education, Sports, and Health curriculum that contributes to the development of students' motor skills, balance, coordination, flexibility, and courage. However, various factors related to students, teachers, facilities and infrastructure, or the instructional process itself can potentially hinder the achievement of learning objectives. This study employs a quantitative approach with a descriptive research design. The subjects consist of 35 students from SDN Bunulrejo 3, Malang City, who participated in floor gymnastics lessons. Data were collected through questionnaires, observations, and documentation. The data were analyzed using descriptive statistics specifically, percentages to identify and characterize the level of obstacles associated with each factor. The findings indicate that: (1) the average percentage of obstacles in the implementation of floor gymnastics instruction is 65.47%, which falls into the "high" category; (2) the facilities and infrastructure factor presents the highest level of obstacles at 76.14%; (3) this is followed by internal student factors at 72.57%; and (4) the instructional process factor at 64.86%. Based on these results, it can be concluded that the obstacles to implementing floor gymnastics instruction are not limited to students' individual abilities to perform the movements; rather, they are also influenced by the availability of facilities and the way instruction is conducted at the school.

Keywords: learning obstacles, floor gymnastics, physical education, elementary school students.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hambatan-hambatan yang ditemui selama pelaksanaan pembelajaran senam lantai bagi siswa di SDN Bunulrejo 3, Kota Malang. Senam lantai merupakan bagian dari kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan yang berkontribusi terhadap pengembangan keterampilan motorik, keseimbangan, koordinasi, kelenturan, dan keberanian siswa. Namun, berbagai faktor yang berkaitan dengan siswa, guru, sarana dan prasarana, maupun proses pembelajaran itu sendiri berpotensi menghambat pencapaian tujuan pembelajaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Subjek penelitian terdiri dari 35 siswa SDN Bunulrejo 3, Kota Malang, yang mengikuti pembelajaran senam lantai. Data dikumpulkan melalui kuesioner, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, khususnya persentase, untuk mengidentifikasi dan mengkarakterisasi tingkat hambatan yang terkait dengan setiap faktor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) rata-rata persentase hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai adalah 65,47%, yang termasuk dalam

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

kategori "tinggi"; (2) faktor sarana dan prasarana menjadi hambatan tertinggi dengan persentase 76,14%; (3) diikuti oleh faktor internal siswa sebesar 72,57%; dan (4) faktor proses pembelajaran sebesar 64,86%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai tidak terbatas pada kemampuan individu siswa dalam melakukan gerakan, melainkan juga dipengaruhi oleh ketersediaan sarana serta cara pembelajaran yang diterapkan di sekolah.

Kata kunci: hambatan pembelajaran, senam lantai, pendidikan jasmani, siswa sekolah dasar.

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, motorik, kognitif, sosial, dan emosional peserta didik secara menyeluruh. Melalui aktivitas gerak yang terstruktur, pendidikan jasmani memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar, kebugaran jasmani, serta kepercayaan diri dalam melakukan berbagai aktivitas fisik. Salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani yang memiliki kontribusi terhadap pengembangan kemampuan tersebut adalah senam lantai. Aktivitas senam lantai melibatkan berbagai gerakan yang membutuhkan koordinasi, keseimbangan, kelentukan, kekuatan, dan keberanian, sehingga memberikan pengalaman belajar gerak yang kompleks bagi siswa sekolah dasar.

Pembelajaran senam lantai pada tingkat sekolah dasar memiliki tantangan tersendiri karena siswa berada pada tahap perkembangan motorik yang masih berlangsung. Perbedaan kemampuan fisik dan pengalaman gerak menyebabkan setiap siswa memiliki tingkat penguasaan keterampilan yang berbeda. Beberapa siswa mampu melakukan gerakan dasar seperti guling depan dengan baik, tetapi masih mengalami kesulitan dalam melakukan guling belakang maupun gerakan meroda. Kesulitan tersebut tidak selalu disebabkan oleh keterbatasan kemampuan fisik, tetapi juga dapat berkaitan dengan koordinasi gerak, keseimbangan, keberanian, dan pemahaman terhadap teknik gerakan. Kondisi ini menunjukkan bahwa penguasaan keterampilan senam lantai merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang perlu diperhatikan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi keterampilan senam lantai adalah kemampuan motorik. Kemampuan motorik berkaitan dengan kapasitas individu dalam mengoordinasikan berbagai bagian tubuh untuk menghasilkan gerakan yang efektif dan terkontrol. Dalam aktivitas senam lantai, kemampuan tersebut tercermin melalui koordinasi tubuh, keseimbangan, kontrol postur, dan ketepatan melakukan rangkaian gerakan. Siswa dengan kemampuan motorik yang baik cenderung memiliki kesiapan lebih tinggi dalam mempelajari keterampilan gerak yang kompleks. Sebaliknya, keterbatasan kemampuan motorik dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan dalam menguasai teknik gerakan secara tepat. Oleh karena itu, identifikasi kemampuan motorik menjadi penting untuk memahami karakteristik penguasaan keterampilan senam lantai pada siswa sekolah dasar.

Selain faktor motorik, aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri, juga memiliki peran penting dalam pembelajaran senam lantai. Gerakan seperti guling belakang dan meroda membutuhkan keberanian, keyakinan terhadap kemampuan diri, serta kesiapan menghadapi kemungkinan kegagalan. Siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung menunjukkan keraguan, rasa takut, dan keengganan untuk

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

mencoba gerakan tertentu, meskipun secara fisik memiliki kemampuan yang memadai. Sebaliknya, kepercayaan diri yang baik dapat mendorong siswa untuk lebih aktif berpartisipasi, berani mencoba, dan mempertahankan usaha ketika menghadapi kesulitan. Dengan demikian, keberhasilan pembelajaran senam lantai tidak hanya berkaitan dengan kesiapan fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh keyakinan siswa terhadap kemampuannya sendiri.

Di samping kemampuan motorik dan kepercayaan diri, strategi pembelajaran yang diterapkan guru merupakan faktor pedagogis yang perlu mendapatkan perhatian. Karakteristik siswa sekolah dasar yang memiliki perbedaan kemampuan, pengalaman, dan kecepatan belajar menuntut guru untuk menerapkan strategi pembelajaran yang adaptif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Penggunaan demonstrasi, pemberian tugas secara bertahap, modifikasi aktivitas, umpan balik, serta pendampingan individual dapat membantu siswa memahami dan menguasai keterampilan senam lantai. Strategi pembelajaran yang kurang memperhatikan perbedaan karakteristik siswa berpotensi menyebabkan sebagian siswa mengalami kesulitan mengikuti pembelajaran. Oleh sebab itu, ketepatan strategi pembelajaran menjadi salah satu aspek penting dalam menciptakan pengalaman belajar yang aman, menyenangkan, dan efektif.

Meskipun kemampuan motorik, kepercayaan diri, dan strategi pembelajaran masing-masing memiliki relevansi terhadap keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani, ketiga aspek tersebut perlu dikaji secara terpadu dalam konteks keterampilan senam lantai pada siswa sekolah dasar. Kajian yang hanya berfokus pada aspek kemampuan fisik belum sepenuhnya memberikan gambaran mengenai kontribusi faktor psikologis dan pedagogis terhadap penguasaan keterampilan gerak. Padahal, pemahaman terhadap keterkaitan ketiga faktor tersebut dapat memberikan perspektif yang lebih komprehensif dalam mengidentifikasi kondisi pembelajaran senam lantai. Terlebih lagi, karakteristik siswa sekolah dasar di lingkungan perkotaan, seperti Kota Malang, perlu dipahami berdasarkan kondisi pembelajaran dan pengalaman gerak yang mereka miliki.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan motorik, kepercayaan diri, dan strategi pembelajaran serta keterkaitannya dengan keterampilan senam lantai pada murid kelas V sekolah dasar di Kota Malang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai hubungan antara faktor fisik, psikologis, dan pedagogis dengan penguasaan keterampilan senam lantai. Hasil penelitian juga diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian keterampilan gerak, tetapi juga memperhatikan kesiapan motorik dan kepercayaan diri siswa.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan bagian integral dari sistem pendidikan yang memiliki peran penting dalam mengembangkan potensi peserta didik secara menyeluruh. Pembelajaran pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga berkontribusi terhadap perkembangan kemampuan motorik, kognitif, sosial, dan emosional siswa. Melalui aktivitas gerak yang terstruktur, siswa memperoleh kesempatan untuk mengembangkan keterampilan gerak dasar, koordinasi tubuh, keseimbangan, kekuatan, serta sikap positif seperti disiplin, tanggung jawab, kerja sama, dan keberanian. Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar perlu dirancang sesuai dengan karakteristik perkembangan peserta didik agar tujuan pendidikan dapat tercapai secara optimal.

Salah satu materi pembelajaran pendidikan jasmani yang memiliki kontribusi terhadap perkembangan kemampuan motorik siswa adalah senam lantai. Senam lantai

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

merupakan aktivitas gerak yang dilakukan di atas permukaan lantai atau matras dengan melibatkan berbagai unsur keterampilan fisik, seperti kekuatan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, dan kontrol tubuh. Gerakan seperti berguling ke depan (*forward roll*), berguling ke belakang (*backward roll*), sikap lilin, dan gerakan meroda (*cartwheel*) membutuhkan penguasaan keterampilan motorik yang baik serta keberanian dalam melakukan rangkaian gerakan. Chaniago et al. (2024) menjelaskan bahwa pembelajaran gerak dasar senam di sekolah dasar dapat mendukung perkembangan keseimbangan, koordinasi, dan kelentukan siswa. Sejalan dengan hal tersebut, Hilman et al. (2026) menemukan adanya hubungan positif antara kemampuan gerak lokomotor dasar dan hasil belajar senam lantai. Temuan ini memperlihatkan bahwa kesiapan kemampuan motorik merupakan salah satu aspek penting dalam mendukung keberhasilan siswa mempelajari keterampilan senam lantai.

Pada kondisi ideal, pembelajaran senam lantai di sekolah dasar seharusnya dilaksanakan melalui tahapan pembelajaran yang sistematis, mulai dari pengenalan gerakan, pemberian contoh atau demonstrasi, latihan gerak secara bertahap, hingga evaluasi keterampilan. Guru memiliki peran penting dalam menciptakan suasana pembelajaran yang aman, menyenangkan, dan sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Selain itu, ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai, khususnya matras dan ruang gerak yang aman, menjadi faktor pendukung agar siswa dapat melakukan aktivitas senam lantai tanpa mengalami kekhawatiran terhadap risiko cedera. Kurniawan et al. (2025) menunjukkan bahwa penerapan gaya mengajar latihan (*practice teaching style*) dapat meningkatkan hasil belajar gerakan guling depan pada siswa sekolah dasar. Sementara itu, Hardiyanti et al. (2023) membuktikan bahwa aktivitas pembelajaran yang diarahkan pada pengembangan keseimbangan mampu meningkatkan penguasaan gerakan sikap lilin. Kedua penelitian tersebut menegaskan pentingnya pengorganisasian pembelajaran dan pemilihan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik keterampilan yang diajarkan.

Meskipun demikian, pelaksanaan pembelajaran senam lantai di sekolah dasar tidak selalu berjalan sesuai dengan kondisi yang diharapkan. Berbagai hambatan dapat muncul, baik yang bersumber dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan pembelajaran. Hambatan internal dapat berupa rendahnya minat, motivasi, kepercayaan diri, keberanian, kemampuan motorik, serta rasa takut ketika melakukan gerakan tertentu. Sementara itu, hambatan eksternal dapat berkaitan dengan keterbatasan kompetensi atau strategi mengajar guru, kurangnya ketersediaan sarana dan prasarana, keterbatasan ruang pembelajaran, serta pengorganisasian kegiatan pembelajaran yang belum optimal. Dandi dan Jusuf (2025), dalam penelitian mengenai hambatan partisipasi siswi dalam pembelajaran senam lantai di sekolah dasar, menemukan bahwa faktor internal berupa minat, kepercayaan diri, dan motivasi berinteraksi dengan faktor eksternal berupa dukungan guru, fasilitas, dan lingkungan belajar. Penelitian Kusuma et al. (2026) juga menunjukkan bahwa kesulitan pembelajaran senam lantai berkaitan dengan aspek psikologis, kemampuan teknik-motorik, pedagogis, dan kondisi fisik siswa. Dengan demikian, hambatan pembelajaran senam lantai perlu dipahami sebagai permasalahan multidimensional, bukan semata-mata disebabkan oleh keterbatasan kemampuan gerak siswa.

Aspek psikologis dan karakteristik individual siswa juga perlu mendapatkan perhatian dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai. Gerakan yang melibatkan perubahan posisi tubuh, seperti berguling ke depan dan ke belakang, dapat menimbulkan rasa takut, kecemasan, dan kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya cedera. Kondisi tersebut dapat mengurangi keberanian siswa untuk mencoba dan mengulang

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

gerakan sehingga kesempatan memperoleh pengalaman belajar menjadi terbatas. Penelitian Sujiasno et al. (2026) menunjukkan bahwa penggunaan matras bidang miring dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah dasar dalam mempelajari gerakan guling ke belakang. Selanjutnya, Mubarok et al. (2026) menjelaskan bahwa keterbatasan penguasaan teknik, rendahnya kepercayaan diri, dan ketakutan melakukan gerakan rotasi merupakan tantangan dalam pembelajaran guling depan. Penggunaan media pembelajaran yang sesuai dapat membantu siswa memahami gerakan secara bertahap sekaligus menciptakan pengalaman belajar yang lebih aman. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa faktor psikologis dan dukungan media pembelajaran merupakan bagian penting yang perlu diperhatikan dalam mengidentifikasi hambatan pembelajaran senam lantai.

Selain faktor siswa, ketersediaan sarana dan prasarana serta strategi pembelajaran guru juga berpengaruh terhadap efektivitas pelaksanaan pembelajaran senam lantai. Keterbatasan jumlah matras, kondisi fasilitas yang kurang memadai, dan sempitnya ruang praktik dapat menyebabkan kesempatan siswa untuk melakukan latihan menjadi terbatas. Akibatnya, proses pembelajaran berpotensi kurang efektif karena siswa harus menunggu giliran atau tidak memperoleh waktu praktik yang cukup. Kantaqa et al. (2026) mengungkapkan bahwa keterbatasan lapangan, peralatan olahraga, dan ruang gerak merupakan kendala dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah dasar. Di sisi lain, Ferawati et al. (2025) menemukan bahwa siswa masih menghadapi kesulitan dalam memahami gerakan dan membangun kepercayaan diri, sedangkan guru mengalami kendala dalam pemanfaatan media pembelajaran dan dukungan teknologi. Susanti dan Raharjo (2026) juga mengidentifikasi bahwa keterbatasan infrastruktur, kesiapan guru, dan rendahnya minat siswa merupakan tantangan dalam pembelajaran senam lantai di sekolah dasar. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individual siswa, tetapi juga dipengaruhi oleh kesiapan guru, ketersediaan fasilitas, dan kualitas proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa hambatan pelaksanaan pembelajaran senam lantai merupakan permasalahan yang melibatkan keterkaitan berbagai faktor. Sejumlah penelitian terdahulu telah mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan pembelajaran senam lantai, seperti kemampuan motorik, kepercayaan diri, penggunaan media pembelajaran, metode mengajar, dan ketersediaan fasilitas. Namun, masih diperlukan kajian deskriptif yang secara khusus memetakan berbagai hambatan tersebut dalam satu kerangka analisis pada konteks sekolah dasar tertentu. Identifikasi terhadap faktor-faktor penghambat menjadi penting karena dapat memberikan gambaran nyata mengenai kondisi pembelajaran yang berlangsung di sekolah, sekaligus menjadi dasar dalam menentukan aspek yang perlu diperbaiki.

Dalam konteks tersebut, SDN Bunulrejo 3 Kota Malang menjadi lokasi yang relevan untuk mengkaji hambatan pelaksanaan pembelajaran senam lantai. Penelitian ini diarahkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat hambatan yang dialami siswa berdasarkan faktor internal siswa, faktor guru, faktor sarana dan prasarana, serta faktor proses pembelajaran. Melalui pendekatan kuantitatif deskriptif, penelitian ini diharapkan dapat mengidentifikasi faktor yang paling dominan menghambat pelaksanaan pembelajaran senam lantai. Hasil penelitian diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi guru pendidikan jasmani dan pihak sekolah dalam mengevaluasi pelaksanaan pembelajaran, meningkatkan kualitas strategi pengajaran, mengoptimalkan pemanfaatan fasilitas, serta menciptakan lingkungan pembelajaran senam lantai yang aman, efektif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar.

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan objektif mengenai kondisi atau fenomena yang terjadi di lapangan tanpa memberikan perlakuan tertentu terhadap subjek penelitian. Desain penelitian ini digunakan untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan berbagai hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran senam lantai pada siswa di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang. Fokus penelitian diarahkan pada empat faktor utama, yaitu faktor internal siswa, faktor guru, faktor sarana dan prasarana, serta faktor proses pembelajaran. Melalui desain tersebut, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat hambatan pada setiap faktor serta menentukan faktor yang paling dominan dalam menghambat pelaksanaan pembelajaran senam lantai.

Penelitian dilaksanakan di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang, Jawa Timur. Subjek penelitian berjumlah 35 siswa yang telah mengikuti pembelajaran senam lantai dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria subjek meliputi siswa yang terdaftar sebagai peserta didik di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang, telah memperoleh materi pembelajaran senam lantai, serta bersedia mengikuti seluruh tahapan pengumpulan data. Pemilihan siswa yang telah memiliki pengalaman mengikuti pembelajaran senam lantai dimaksudkan agar respon yang diberikan benar-benar berdasarkan pengalaman belajar yang pernah mereka alami.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik, yaitu angket, observasi, dan dokumentasi. Penelitian dilaksanakan melalui beberapa tahapan sebagai berikut: Tahap persiapan: melakukan observasi awal, mengidentifikasi permasalahan pembelajaran senam lantai, menyusun instrumen penelitian, dan mengurus izin penelitian. Tahap pengumpulan data: membagikan angket kepada 35 siswa, melakukan observasi pelaksanaan pembelajaran, serta mengumpulkan dokumentasi pendukung. Tahap pengolahan data: melakukan pemeriksaan kelengkapan jawaban, memberikan skor pada setiap butir angket, dan menghitung persentase hambatan berdasarkan masing-masing faktor. Tahap interpretasi: mengidentifikasi faktor dengan tingkat hambatan tertinggi serta menginterpretasikan hasil berdasarkan data angket, observasi, dan dokumentasi. Tahap pelaporan: menyusun hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan, dan rekomendasi berdasarkan temuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis data terhadap 35 siswa di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang, diketahui bahwa pelaksanaan pembelajaran senam lantai masih menghadapi sejumlah hambatan. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata persentase hambatan mencapai 65,47%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran senam lantai belum sepenuhnya berjalan optimal karena masih terdapat berbagai kendala yang memengaruhi keterlibatan dan pengalaman belajar siswa.

Hambatan paling dominan ditemukan pada faktor sarana dan prasarana dengan persentase sebesar 76,14%, yang termasuk kategori tinggi. Tingginya persentase tersebut menunjukkan bahwa ketersediaan dan kondisi fasilitas pembelajaran menjadi aspek yang

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

perlu mendapatkan perhatian. Dalam pembelajaran senam lantai, sarana seperti matras dan ruang gerak yang memadai memiliki peran penting untuk menunjang keamanan serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan latihan secara optimal. Keterbatasan fasilitas berpotensi mengurangi kesempatan siswa dalam mempraktikkan dan mengulang gerakan sehingga proses penguasaan keterampilan menjadi kurang maksimal.

Faktor internal siswa menempati urutan kedua dengan persentase hambatan sebesar 72,57%, yang juga termasuk kategori tinggi. Faktor ini berkaitan dengan kondisi dan kesiapan siswa dalam mengikuti pembelajaran senam lantai, seperti minat, motivasi, keberanian, kepercayaan diri, rasa takut, serta kemampuan motorik. Karakteristik gerakan senam lantai yang membutuhkan keseimbangan, koordinasi, kelentukan, dan keberanian dapat menjadi tantangan bagi siswa yang belum memiliki kesiapan fisik maupun psikologis yang memadai. Kondisi tersebut dapat memengaruhi partisipasi siswa, khususnya ketika melakukan gerakan yang dianggap sulit atau berisiko.

Selanjutnya, faktor proses pembelajaran memperoleh persentase hambatan sebesar 64,86%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran juga menghadapi kendala dalam aspek pengorganisasian kegiatan, tahapan penyampaian materi, alokasi waktu, kesempatan praktik, dan pemberian bimbingan kepada siswa. Pembelajaran senam lantai membutuhkan proses latihan yang sistematis dan bertahap agar siswa dapat memahami serta menguasai gerakan sesuai dengan tingkat kemampuan masing-masing. Oleh karena itu, pengelolaan pembelajaran yang kurang optimal berpotensi membatasi kesempatan siswa untuk memperoleh pengalaman praktik dan memperbaiki kesalahan gerakan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan pelaksanaan pembelajaran senam lantai di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang berada dalam kategori tinggi dengan persentase rata-rata sebesar 65,47%. Faktor sarana dan prasarana merupakan hambatan yang paling dominan, diikuti faktor internal siswa dan proses pembelajaran. Temuan ini memperlihatkan bahwa hambatan pembelajaran senam lantai tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individual siswa dalam melakukan gerakan, tetapi juga dipengaruhi oleh ketersediaan fasilitas serta bagaimana proses pembelajaran diselenggarakan di sekolah. Dengan demikian, upaya perbaikan pembelajaran perlu memperhatikan keterpaduan antara kesiapan siswa, dukungan sarana dan prasarana, serta pengelolaan proses pembelajaran yang efektif dan aman.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata hambatan pelaksanaan pembelajaran senam lantai pada siswa SDN Bunulrejo 3 Kota Malang mencapai 65,47% dan termasuk dalam kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelaksanaan pembelajaran senam lantai masih menghadapi berbagai kendala yang memengaruhi efektivitas proses pembelajaran. Hambatan tersebut tidak dapat dipandang sebagai persoalan tunggal, melainkan merupakan hasil keterkaitan antara kesiapan siswa, dukungan fasilitas, dan pengelolaan pembelajaran oleh guru. Hasil penelitian ini sejalan dengan Meikahani et al. (2021) yang mengidentifikasi bahwa hambatan pembelajaran senam di sekolah dasar berasal dari beberapa aspek, yaitu siswa, sarana dan prasarana, guru, lingkungan, serta kurikulum. Demikian pula, Mahmudah dan Darmawan (2023) menemukan bahwa kesulitan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan berada pada kategori tinggi dan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Nisrina dan Darmawan (2026) juga menunjukkan bahwa faktor eksternal, meliputi peran guru,

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

metode pembelajaran, sarana dan prasarana, serta lingkungan belajar, memiliki peran penting dalam keberhasilan pembelajaran gerak dasar senam lantai. Hal ini memperlihatkan bahwa keberhasilan pembelajaran senam lantai membutuhkan dukungan berbagai komponen pembelajaran secara terpadu.

Berdasarkan hasil penelitian, faktor sarana dan prasarana merupakan hambatan paling dominan dengan persentase sebesar 76,14% dan termasuk kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa ketersediaan dan kondisi fasilitas pembelajaran merupakan aspek penting yang perlu mendapatkan perhatian dalam pelaksanaan senam lantai. Senam lantai merupakan aktivitas gerak yang membutuhkan ruang praktik dan alas yang sesuai, terutama matras, untuk mendukung keamanan siswa ketika melakukan gerakan berguling, bertumpu, maupun perubahan posisi tubuh. Keterbatasan sarana dan prasarana dapat berdampak pada berkurangnya kesempatan siswa untuk melakukan latihan secara berulang. Apabila jumlah matras tidak sebanding dengan jumlah siswa, kegiatan praktik berpotensi dilakukan secara bergantian sehingga waktu aktif belajar menjadi terbatas. Kondisi tersebut dapat mengurangi intensitas latihan dan kesempatan siswa untuk memperbaiki kesalahan gerakan. Temuan ini sejalan dengan Meikahani et al. (2021) yang menunjukkan bahwa sarana dan prasarana merupakan salah satu aspek penghambat pembelajaran senam di sekolah dasar. Selain itu, penelitian Yadi et al. (2026) mengenai modifikasi peralatan pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah dasar dengan keterbatasan fasilitas menunjukkan bahwa penggunaan peralatan alternatif berbahan sederhana dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan ketersediaan fasilitas, partisipasi, dan motivasi siswa. Dengan demikian, sekolah perlu melakukan evaluasi terhadap ketersediaan dan kelayakan matras, kondisi ruang praktik, serta kemungkinan penggunaan media pembelajaran alternatif yang aman dan sesuai dengan karakteristik gerakan senam lantai.

Selain sarana dan prasarana, faktor internal siswa juga menunjukkan persentase hambatan yang tinggi, yaitu sebesar 72,57%. Hasil ini mengindikasikan bahwa kesiapan fisik dan psikologis siswa masih menjadi salah satu tantangan dalam pembelajaran senam lantai. Faktor internal tersebut berkaitan dengan minat, motivasi, keberanian, kepercayaan diri, rasa takut, serta kemampuan motorik siswa. Senam lantai memiliki karakteristik gerakan yang membutuhkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelentukan, kekuatan, dan kontrol gerak. Pada usia sekolah dasar, kemampuan tersebut masih berkembang sehingga terdapat kemungkinan perbedaan tingkat penguasaan keterampilan antarsiswa. Siswa yang belum memiliki kemampuan motorik memadai atau merasa takut melakukan gerakan tertentu cenderung mengalami kesulitan dalam mengikuti kegiatan praktik. Hasil penelitian ini sejalan dengan Dandi dan Jusuf (2025) yang mengidentifikasi bahwa minat, kepercayaan diri, dan motivasi merupakan faktor internal yang berkaitan dengan partisipasi siswa dalam pembelajaran senam lantai. Aspek kepercayaan diri juga diperkuat oleh penelitian Sujiasno et al. (2026) yang menunjukkan bahwa penggunaan matras bidang miring efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa sekolah dasar dalam mempelajari gerakan guling belakang. Sementara itu, Ridhiaz et al. (2026) menemukan hubungan positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan keterampilan guling depan, dengan koefisien korelasi sebesar 0,624. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kesiapan psikologis memiliki keterkaitan dengan keterampilan gerak yang ditampilkan siswa. Selanjutnya, Mubarok et al. (2026) menunjukkan bahwa penggunaan media bola karet dalam pembelajaran guling depan dapat membantu meningkatkan hasil belajar siswa. Oleh karena itu, hambatan internal siswa perlu ditangani melalui pemberian motivasi, latihan secara bertahap, pendampingan yang sesuai dengan kemampuan siswa,

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

serta penggunaan media pembelajaran yang dapat meningkatkan rasa aman dan kepercayaan diri.

Faktor proses pembelajaran memperoleh persentase hambatan sebesar 64,86% dan termasuk kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran senam lantai masih menghadapi kendala yang berkaitan dengan pengorganisasian kegiatan, penyampaian materi, alokasi waktu, kesempatan praktik, dan pemberian bimbingan kepada siswa. Pembelajaran senam lantai membutuhkan tahapan pengajaran yang sistematis dan progresif. Guru perlu memulai pembelajaran dari pengenalan gerakan dasar, demonstrasi teknik yang benar, latihan bagian per bagian, hingga praktik gerakan secara utuh. Apabila tahapan pembelajaran tidak disesuaikan dengan kemampuan siswa, siswa berpotensi mengalami kesulitan dalam memahami dan menguasai gerakan. Selain itu, keterbatasan waktu praktik dapat mengurangi kesempatan siswa untuk melakukan pengulangan gerakan dan memperoleh umpan balik dari guru. Penelitian Kurniawan et al. (2025) menunjukkan bahwa penerapan gaya mengajar latihan (*practice teaching style*) mampu meningkatkan hasil belajar guling depan pada siswa kelas IV sekolah dasar, dengan persentase ketuntasan belajar meningkat dari 51,72% menjadi 89,65%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pengorganisasian kegiatan latihan yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk berpraktik, disertai umpan balik guru, dapat mendukung penguasaan keterampilan gerak. Penelitian Hardiyanti et al. (2023) juga menunjukkan bahwa aktivitas pembelajaran keseimbangan mampu meningkatkan hasil belajar gerakan sikap lilin pada siswa sekolah dasar. Ketuntasan belajar meningkat dari 31% pada tahap prasiklus menjadi 85% pada siklus kedua. Selain itu, Hilman et al. (2026) menemukan hubungan positif antara kemampuan gerak lokomotor dasar dan hasil belajar senam lantai dengan koefisien korelasi sebesar 0,603. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa pengembangan kemampuan gerak dasar dan pemilihan aktivitas latihan yang sesuai perlu menjadi bagian dari perencanaan pembelajaran senam lantai.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan pembelajaran senam lantai di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang berada dalam kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 65,47%. Faktor sarana dan prasarana menjadi hambatan paling dominan, diikuti faktor internal siswa dan proses pembelajaran. Temuan ini menegaskan bahwa penyelesaian hambatan pembelajaran senam lantai tidak cukup hanya dilakukan melalui peningkatan kemampuan gerak siswa, tetapi juga membutuhkan perbaikan fasilitas dan pengelolaan pembelajaran. Sekolah perlu memperhatikan kecukupan dan kelayakan fasilitas, terutama matras dan ruang praktik yang aman. Guru juga perlu mengembangkan strategi pembelajaran yang memperhatikan perbedaan kemampuan motorik dan kesiapan psikologis siswa. Kegiatan pembelajaran sebaiknya dilaksanakan secara bertahap dengan memberikan kesempatan praktik yang cukup, demonstrasi yang jelas, serta umpan balik secara langsung. Penggunaan media pembelajaran alternatif juga dapat dipertimbangkan untuk membantu siswa memahami gerakan dan meningkatkan keberanian dalam melakukan aktivitas senam lantai. Dengan demikian, pembelajaran senam lantai yang efektif membutuhkan sinergi antara kesiapan siswa, kompetensi guru, ketersediaan sarana dan prasarana, serta pengelolaan proses pembelajaran. Upaya perbaikan secara terpadu diharapkan dapat mengurangi hambatan pembelajaran sekaligus menciptakan pengalaman belajar senam lantai yang lebih aman, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar.

KESIMPULAN

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

AL-MUDARRIS : journal of education, Vol. 9. No. 2 Oktober 2026
Homepage. : https://e-journal.staima-alhikam.ac.id/al-mudarris/index
ISSN. : 2620-5831 (print), ISSN: 2620-4355(online)
Article type. : Original Research Article

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa hambatan pelaksanaan pembelajaran senam lantai pada siswa di SDN Bunulrejo 3 Kota Malang berada dalam kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 65,47%. Hambatan paling dominan berasal dari faktor sarana dan prasarana sebesar 76,14%, diikuti faktor internal siswa sebesar 72,57%, serta faktor proses pembelajaran sebesar 64,86%. Temuan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran senam lantai masih menghadapi kendala yang berkaitan dengan ketersediaan fasilitas, kesiapan fisik dan psikologis siswa, serta pengelolaan kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, diperlukan upaya perbaikan secara terpadu melalui peningkatan kelayakan sarana dan prasarana, pengembangan motivasi dan kepercayaan diri siswa, serta penerapan pembelajaran yang sistematis, bertahap, dan memberikan kesempatan praktik yang memadai agar pembelajaran senam lantai dapat berlangsung lebih aman, efektif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa sekolah dasar.

REFERENSI

Dandi, E. N. R., & Jusuf, J. B. K. (2025). Exploring barriers to female students' participation in floor gymnastics at elementary schools in Samarinda. *Tarbiyah wa Ta'lim: Jurnal Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran, 12*(2), 229–238. https://doi.org/10.21093/twt.11261

Ferawati, Syahruddin, Jamaluddin, & Suarlin. (2025). Digital pedagogical needs in physical education: Mapping teacher and student perspectives on multimedia gymnastics learning. *Proceeding of International Seminar on Humanity, Education, and Language, 1*(1), 351–359. https://doi.org/10.21009/ishel.v1i1.56724

Hardiyanti, Mujriah, & Zainuddin, F. (2023). Improving students' learning outcomes in the candle position through balance learning activities in floor gymnastics among fourth-grade students at SDN 37 Mataram. *Musamus Journal of Physical Education and Sport, 6*(1), 305–312. https://doi.org/10.35724/mjpes.v6i1.7602

Hilman, A., Subroto, T., & Ilsya, M. N. F. (2026). The relationship between basic locomotor movement ability and learning outcomes in floor gymnastics. *Journal of Physical Education, Health and Sport, 13*(1). https://doi.org/10.15294/jpehs.v13i1.42334

Kantaqa, M., Dinangsit, D., & Sudirjo, E. (2026). Analysis of constraints and teachers' adaptive teaching strategies in elementary school physical education with limited facilities. *Journal of Physical Education, Health and Sport, 13*(1), 704–713.

Kurniawan, P., Sihombing, H., & Keliat, P. (2025). The application of practice teaching style to improve learning outcomes of forward roll floor gymnastics in fourth grade elementary school students. *Educational Sciences Journal, 2*(1). https://doi.org/10.55081/esj.v2i1.4953

Kusuma, I. P. G. L., Yudaparmita, I. G. N. A., & Adnyana, K. S. (2026). Identification and analysis of learning outcome obstacles in floor gymnastics rolling material for fifth-grade elementary school students. *Literasi: Jurnal Pendidikan Guru Indonesia, 5*(3). https://doi.org/10.58218/literasi.v5i3.3327

Mahmudah, I., & Darmawan, A. (2023). Survei tingkat kesulitan siswa dalam pembelajaran senam lantai guling depan se-Dabin Talang Kabupaten Tegal tahun ajaran 2021/2022. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport, 4*(Edisi Khusus 1), 29–36. https://doi.org/10.15294/inapes.v4ikhusus.60850.

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Meikahani, R., Sukoco, P., Mulyaningsih, F., & Iswanto, A. (2021). Hambatan dalam pembelajaran senam di Sekolah Dasar. *Majalah Ilmiah Olahraga, 27*(1), 18–21. https://doi.org/10.21831/majora.v27i1.39288.

Mubarok, B. M. A., Ramadhan, N., & Putri, W. S. K. (2026). The effectiveness of rubber ball media in teaching forward rolls in floor gymnastics to primary school students. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga, 18*(1). https://doi.org/10.26858/cpjok.v18i1.576

Nisrina, S., & Darmawan, A. (2026). Factors influencing success in implementing basic floor gymnastics movement learning Phase B. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation, 15*(2). https://doi.org/10.15294/active.v15i2.48946.

Ridhiaz, M. A., Aldapit, E., Bhakti, Y. H., & Suhariyanti, M. (2026). The relationship between self-confidence levels and forward roll skill in students at elementary school. *Journal of Physical Education, Health and Sport, 13*(1). https://doi.org/10.15294/jpehs.v13i1.44484.

Sujiasno, H., Kristyandaru, A., Febriyanti, I., & Yuer, W. (2026). The effectiveness of inclined mats on elementary school students' self-confidence levels. *Jurnal Ilmu Keolahragaan, 9*(1). https://doi.org/10.26418/jilo.v9i1.104253

Susanti, R., & Raharjo, H. P. (2026). Development of Android-based physical education e-module teaching materials for elementary school floor gymnastics material. *Journal of Physical Education and Sports*. https://doi.org/10.15294/jpes.vi.32012

Peer reviewed under reponsibility of STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang
©2024 STAI Ma'had Aly Al-Hikam Malang, All right reserved, This is an open access article under
This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.