



Kondisi Psikologis Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas Pada Kelas Tatap Muka Terbatas

Yahya Eko Nopiyanto, Dian Pujiyanto, Ibrahim

Pendidikan Jasmani

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu

E-mail: yahyaekonopiyanto@unib.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini berusaha untuk mengungkapkan kondisi psikologi siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Seluruh siswa kelas 6 menjadi populasi dan sampel penelitian dengan jumlah 27 siswa. Instrumen yang digunakan berupa angket yang sebariskan menggunakan secara online kepada siswa. Instrumen ini berisi 25 pertanyaan yang terdiri dari 5 indikator yaitu motivasi, minat, kecemasan, konsentrasi, dan stress. Tingkat validitas instrumen yang digunakan adalah 0,6 sedangkan reliabilitasnya sebesar 0,836. Guna mengetahui kondisi psikologis maka data dianalisis dari nilai mean ideal dan standar deviasi. Hasil analisis tersebut kemudian dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologis siswa berada dalam kategori sedang dengan nilai rerata sebesar 77,5.

Kata Kunci: Psikologis, Siswa, Penjas

ABSTRACT

This study seeks to reveal the psychological condition of grade 6 elementary school students at SD Negeri 38 Bengkulu City using quantitative descriptive methods. All 6th grade students became the population and research sample with a total of 27 students. The instrument used was in the form of a questionnaire which was distributed online to students. This instrument contains 25 questions consisting of 5 indicators, namely motivation, interest, anxiety, concentration, and stress. The level of validity of the instrument used is 0.6 while the reliability is 0.836. In order to determine the psychological condition, the data were analyzed from the ideal mean value and standard deviation. The results of the analysis can then be concluded that the psychological condition of students is in the moderate category with an average value of 77.5.

Keywords: Psychological, Student, Physical Education



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

©2021 by author

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 yang terus bergulir di Kota Bengkulu menyebabkan proses pembelajaran belum dapat dilaksanakan secara normal. Pembelajaran daring maupun online menjadi alternatif untuk diterapkan pada masa pandemi. Sebagian metode pembelajaran tersebut dinilai efektif tetapi banyak juga yang mengalami kendala atau hambatan. Dari hasil kajian diketahui bahwa pembelajaran penjas pada masa pandemi di Kota Bengkulu dinilai kurang efektif (Raibowo & Nopiyanto, 2020). Hambatan tersebut dirasakan oleh siswa dan guru, terutama guru yang kurang menguasai teknologi pembelajaran (Nopiyanto, 2020). Demi mengurai hambatan yang dirasakan siswa dan gurur maka pemerintah Kota Bengkulu menerapkan pembelajaran tatap muka terbatas.

Pembelajaran tatap muka terbatas harus dilaksanakan dengan penuh persiapan supaya proses pembelajaran dapat optimal dan tetap terjaga dengan baik dari kondisi psikologis para siswa maupun guru (Limbong, Tambunan, & Limbong, 2021). Namun, pembelajaran tatap muka terbatas faktanya menimbulkan beberapa masalah psikologis bagi siswa. Berdasarkan hasil kajian ditemukan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran pada kelas tatap muka terbatas mengalami gangguan psikologis seperti stress (Bahrodin & Widiyati, 2021), kecemasan (Mutiara, 2021), turunnya minat belajar siswa (Pramana & Syafei, 2021), mengalami kejenuhan belajar (Pawicara & Conilie, 2020), adanya gangguan konsentrasi siswa dalam mengikuti pembelajaran (Winata, 2021).

Gangguan psikologis yang dialami oleh siswa harus segera diatasi karena akan berpengaruh terhadap keberhasilan belajar siswa (Barseli, Ahmad, & Ifdil, 2018). Kondisi psikologis siswa sangat berdampak signifikan untuk hasil akademik siswa, dilaporkan bahwa siswa yang memiliki hasil akademik baik diketahui mempunyai kondisi psikologis yang baik (Stevani, Andriani, & Fijriani, 2019). Mengingat begitu pentingnya kondisi psikologis siswa maka perlu dilakukan penelitian yang komprehensif pada pembelajaran tatap muka terbatas.

Penelitian sebelumnya telah membahas kondisi psikologis siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas pada pembelajaran tatap muka terbatas, seperti (Bahrodin & Widiyati, 2021) yang mengkaji level stress siswa mengikuti pembelajaran tatap muka terbatas. Namun, dalam penelitian tersebut hanya

membahas satu variabel saja. Sehingga dalam penelitian ini peneliti akan membahas secara komprehensif mengenai psikologis siswa yang terdiri dari motivasi, minat, kecemasan, konsentrasi, dan stress akademik yang dialami oleh siswa. Oleh sebab itu, kondisi psikologis siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas perlu dianalisis sebagai persiapan mengikuti pembelajaran pada semester genap dan ujian nasional kelulusan. Melalui penelitian ini diharapkan mampu menggambarkan kondisi psikologis siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas, dan sebagai referensi guru dalam memilih metode pembelajaran sehingga mampu meningkatkan hasil belajar penjas.

METODE PENELITIAN

Deskriptif kuantitatif digunakan sebagai metode dalam penelitian ini. Seluruh siswa kelas 6 menjadi populasi dan sampel penelitian dengan jumlah 27 siswa. Instrumen yang digunakan berupa angket yang sebarakan menggunakan secara online kepada siswa. Instrumen ini berisi 25 pertanyaan yang terdiri dari 5 indikator yaitu motivasi, minat, kecemasan, konsentrasi, dan stress. Tingkat validitas instrumen yang digunakan adalah 0,6 sedangkan reliabilitasnya sebesar 0,836. Penelitian ini dilakukan dengan prosedur diantaranya adalah 1) merancang penelitian, 2) membentuk tim penelitian, 3) menyiapkan instrumen penelitian, 3) menguji coba dan memvalidasi instrumen, 4) mengurus surat izin penelitian, 5) melakukan penelitian, 6) analisis data, 7) menyusun artikel hasil penelitian. Teknik analisis data menggunakan formula dari (Wagiran, 2015). yang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Rumus Penentuan Kriteria

Interval	Kategori
$> (Mi + 1,8SD) \text{ s.d. } (Mi + 3SD)$	Sangat Tinggi
$> (Mi + 0,6) \text{ s.d. } (Mi + 1,8SD)$	Tinggi
$> (Mi - 0,6SD) \text{ s.d. } (Mi + 0,6SD)$	Sedang
$> (Mi - 1,8SD) \text{ s.d. } (Mi - 0,6SD)$	Rendah
$(Mi - 3SD) \text{ s.d. } (Mi - 1,8SD)$	Sangat Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi psikologis siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas tatap muka terbatas disajikan pada tabel 2.

Tabel 2. Kondisi Psikologis Siswa Secara Keseluruhan

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
107-125	1	4 %	Sangat Tinggi
86-106	9	33 %	Tinggi
66-85	12	44 %	Sedang
45-65	5	19 %	Rendah
24-44	0	0 %	Sangat Rendah

Berdasarkan pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologis siswa secara keseluruhan dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas tatap muka terbatas berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 44%.

Tabel 3. Kondisi Psikologis Siswa Putra

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
107-125	0	0 %	Sangat Tinggi
86-106	4	33 %	Tinggi
66-85	8	67 %	Sedang
45-65	0	0 %	Rendah
24-44	0	0 %	Sangat Rendah

Untuk mendapatkan hasil lebih komprehensif maka peneliti juga menganalisis mengenai kondisi psikologis siswa putra dan putri. Berdasarkan pada tabel 3 dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologis siswa putra dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas tatap muka terbatas berada dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 67%.

Tabel 4. Kondisi Psikologis Siswa Putri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
107-125	1	7 %	Sangat Tinggi
86-106	2	13 %	Tinggi
66-85	8	53 %	Sedang
45-65	4	27 %	Rendah
24-44	0	0 %	Sangat Rendah

Peneliti juga menganalisis kondisi psikologis siswa putri yang ada dalam tabel 4 yang menyatakan bahwa kondisi psikologis siswa putri dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas berada pada kategori sedang. Kondisi psikologis siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas pada masing-masing aspek dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Kondisi Psikologis Siswa Ditinjau dari Setiap Aspek

Aspek	Kategori	
	Putra	Putri
Motivasi	Sedang	Sedang
Minat	Sedang	Sedang
Kecemasan	Rendah	Rendah
Konsentrasi	Sedang	Sedang
Stress	Rendah	Rendah

Berdasarkan pada tabel 5 diketahui bahwa ditinjau dari masing-masing aspek psikologis tidak terdapat perbedaan antara kondisi psikologis siswa putra dan putri. Hal tersebut dapat diketahui bahwa tingkat motivasi, minat, dan konsentrasi pada kategori sedang. Sedangkan kecemasan dan stress pada kategori rendah.

Motivasi adalah kondisi psikologis siswa yang berfungsi untuk mendorong dirinya dalam mencapai prestasi belajar (Winarni, Anjariah, & Romas,

2016). Motivasi belajar siswa sangat erat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan (Darmawan, 2018). Artinya, jika kondisi lingkungannya bersifat positif dan mendukung dirinya untuk berprestasi maka siswa akan mencapai prestasi yang optimal. Begitu juga sebaliknya jika kondisi lingkungan tidak mendukung atau menghambat maka siswa tidak akan mencapai prestasi belajar. Terlebih lagi pembelajaran penjas dengan melakukan sistem kelas terbatas diterapkan di SD Negeri 38 Kota Bengkulu. Dalam proses pembelajarannya setiap siswa yang ada di kelas 6 dibagi menjadi dua kelompok belajar. Sebanyak 81% siswa mengaku tidak suka belajar penjas dilaksanakan secara terbatas karena siswa belajar hanya dengan sedikit peserta didik. Artinya siswa belajar di lingkungan belajar yang terbatas. Dukungan dari lingkungan sekitar mempunyai korelasi yang positif dengan tingkat motivasi belajar siswa (Ulfah & Ariati, 2018). Kondisi belajar yang dilakukan pada masa pandemi memberikan dampak pada turunnya motivasi belajar siswa (Syafei, Abduloh, & Nasution, 2021).

Minat seseorang terhadap sesuatu akan sangat mempengaruhi hasil akhir dari apa yang dilakukan (Nopiyanto, Sutisyana, Raibowo, & Yarmani, 2021). Artinya, semakin tinggi minat seseorang maka akan semakin baik hasil yang didapatnya. Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat minat belajar siswa seperti pendekatan, teknik, dan strategi dari guru dalam mengelola kelas (Simbolon, 2014). Oleh sebab itu, guru sebaiknya mempunyai kompetensi untuk membangkitkan minat belajar siswa melalui berbagai pendekatan belajar yang menyenangkan. Namun, pada masa pembelajaran penjas pada kelas tatap muka terbatas siswa merasa bahwa pembelajaran penjas yang disajikan kurang menyenangkan karena hanya sedikit siswa yang terlibat dalam pembelajaran sehingga memberikan kontribusi terhadap penurunan minat belajar siswa (Setiawan, Abduloh, & Nasution, 2021). Hal tersebut disebabkan karena sulitnya mencari media dan referensi pembelajaran, lingkungan belajar yang kurang mendukung, siswa merasa kesulitan untuk mengikuti pembelajaran pada kelas tatap muka terbatas karena banyak materi yang harus dipelajari namun waktu untuk belajar sangat singkat, siswa tidak dapat berkomunikasi secara intens dengan teman sebaya maupun gurunya sehingga siswa merasa bosan (Febrianti, Nursafwa, Arifin, Hayati, & Zailani, 2021; Sari, 2020).

Kecemasan adalah kondisi psikologis yang bersifat negatif ditandai dengan rasa cemas dan khawatir terhadap suatu kondisi yang tidak menyenangkan (Nova, Gani, & Julianti, 2021). Siswa yang merasa cemas dalam mengikuti pembelajaran akan mempengaruhi hasil belajarnya (Apriliana, Suranata, & Dharsana, 2019). Banyak faktor yang memicu terjadinya kecemasan siswa dalam mengikuti pembelajaran diantaranya adalah kesulitan memahami materi dari guru, kesulitan mengerjakan materi maupun tugas belajar, dan khawatir akan tugas selanjutnya yang diberikan oleh guru (Oktawirawan, 2020). Tingkat kecemasan siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas dalam kategori rendah. Artinya, siswa telah mampu memahami dengan baik cara pencegahan virus pada masa pandemi. Selain itu, guru penjas telah memberikan teras berupaya untuk mencegah penyebaran virus dengan menjaga jarak dan terus menerapkan protokol kesehatan selama proses pembelajaran penjas. Guru juga tidak membebani siswa dengan tugas rumah yang terlalu berat dan berlebihan. Artinya guru memberikan tugas rumah sesuai dengan kesiapan belajar siswa.

Aspek keempat yang menjadi bagian dari penelitian ini adalah konsentrasi. Konsentrasi adalah tingkat fokus dan perhatian siswa selama mengikuti proses pembelajaran penjas pada kelas tatap muka terbatas. Tingkat konsentrasi siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas berada dalam kategori sedang. Artinya terdapat beberapa hal yang mempengaruhi tingkat konsentrasi siswa seperti kondisi kesehatan siswa dan kondisi lingkungan sekitar. Pada masa pandemi Covid-19 banyak pemberitaan yang negatif. Hal tersebut tentu akan mengganggu konsentrasi belajar siswa.

Proses pembelajaran yang dilakukan pada masa pandemi dapat menyebabkan stress akademik (Lubis, Ramadhani, & Rasyid, 2021). Stress akademik yang tidak diatasi dengan baik akan memberikan dampak negatif seperti sulit untuk fokus belajar, lambat dalam mengingat materi pembelajaran, berpikir negatif terhadap situasi yang sedang terjadi, menunda tugas sekolah, dan dapat malas untuk berangkat ke sekolah (Norma, Widiyanti, & Hartiningsih, 2021; Lestari, & Yusufi, 2021). Tingkat stress siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota

Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas berada dalam kategori rendah. Artinya, siswa mampu mengingat materi pembelajaran dengan baik dan guru tidak memberikan tugas yang terlalu membebani siswa.

KESIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah kondisi psikologis siswa sekolah dasar kelas 6 di SD Negeri 38 Kota Bengkulu dalam mengikuti pembelajaran penjas pada kelas terbatas berada pada kategori sedang. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih mempunyai keterbatasan seperti penggunaan instrumen tunggal yaitu angket. Oleh sebab itu, disarankan kepada peneliti selanjutnya dapat menggunakan kombinasi dari beberapa instrumen penelitian dan melibatkan jumlah sampel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliana, I. P. A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2019). Mereduksi kecemasan siswa melalui konseling cognitive behavioral. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(1), 21-30. <https://doi.org/10.30653/001.201931.46>
- Bahrodin, A., & Widiyati, E. (2021). Tingkat Stres Akademik Siswa Kelas Vi Pada Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas. *SAINSTEKNOPAK*, 5(1).
- Barseli, M., Ahmad, R., & Ildil, I. (2018). Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 40-47. <https://doi.org/10.29210/120182136>
- Darmawan, S. (2018). Pengaruh lingkungan sekolah, peran guru dan minat belajar siswa terhadap motivasi belajar penjas SD Inpres Buttatianang I Makassar. *Jurnal Muara Pendidikan*, 3(2), 103-111.
- Febrianti, S., Nursafwa, H., Arifin, B., Hayati, I., & Zailani, Z. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Pada Mata Kuliah Penulisan Karya Ilmiah di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Al-Ulum: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 48-57.
- Lestari, E. P., & Yusufi, A. (2021). Tingkat Stres Akademik Selama Pandemi Covid-19 Siswa Sd Negeri Sridadi 04 Kecamatan Sirampog Kabupaten Brebes. *Jurnal Tawadhu*, 5(2), 128-142. <https://doi.org/10.52802/twd.v5i2.228>
- Limbong, O. P., Tambunan, W., & Limbong, M. (2021). Kesiapan Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka Di Smk Negeri 2 Toraja Utara Pada Masa Pandemi. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 10(1), 37-45. <https://doi.org/10.33541/jmp.v10i1.3265>
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi Covid 19. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 31-39. DOI: 10.30872/psikostudia
- Mutiara, D. N. E. (2021). Dampak COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) Terhadap Proses Pembelajaran dan Psikologis Bagi Siswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan*

- dan *Kebudayaan*, 11(3), 200-207. Retrieved from <https://ejournal.uksw.edu/scholaria/article/view/4196>
- Nopiyanto, Y. E. (2020). Hambatan Guru Pendidikan Jasmani Generasi 80-an dalam Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Sporta Sainika*, 5(2), 139-148.
- Nopiyanto, Y. E., Sutisyana, A., Raibowo, S., & Yarmani, Y. (2021). Blended Learning with Jigsaw in Increasing Interest, Motivation, and Learning Outcomes in Sports Sociology Learning. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(1), 26-34. <https://doi.org/10.33369/jk.v5i1.13905>
- Norma, N., Widiarti, E., & Hartiningsih, S. S. (2021). Faktor Penyebab, Tingkat Stres dan Dampak Stres Akademik pada Mahasiswa dalam Sistem Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 625-634. <https://doi.org/10.32583/pskm.v11i4.1656>
- Nova, P., Gani, R. A., & Julianti, R. R. (2021). Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Telagasari dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menghadapi Pertemuan Tatap Muka di Sekolah Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(5), 292-300. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5541025>
- Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor pemicu kecemasan siswa dalam melakukan pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541-544. [10.33087/jiubj.v20i2.932](https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932)
- Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis Pembelajaran Daring terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di Tengah Pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29-38. <https://doi.org/10.35719/alveoli.v1i1.7>
- Pramana, R. A., & Syafei, M. M. (2021). Survei Minat Belajar Penjas dan Tingkat Kesegaran Jasmani Siswa Kelas X di SMK Pamor Cikampek Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(4), 362-372. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5155262>
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Proses Belajar Mengajar Pjok Di Masa Pandemi Covid-19. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 112-119. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i2.2774>
- Sari, A. K. (2021). Kurangnya Minat Belajar Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SMP Negeri 2 Kampung Rakyat. *Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial (JPIPS)*, 13(2), 175-179.
- Setiawan, Y., Abduloh, A., & Nasution, H. N. (2021). Minat Siswa dalam Pembelajaran Penjas pada Masa Pandemi Covid-19 di SMPN 1 Telukjambe Barat Karawang. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(5), 301-309. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5541056>
- Simbolon, N. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi minat belajar peserta didik. *Elementary School Journal Pgsd Fip Unimed*, 1(2). <https://doi.org/10.24114/esjpgsd.v1i2.1323>
- Stevani, H., Andriani, R., & Fjiriani, F. (2019). Analisis Kondisi Psikologis Siswa Serta Implikasinya Terhadap Program Bimbingan Dan Konseling. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 62-67. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1343>

- Syafei, M., Abduloh, A., & Nasution, N. S. (2021). Motivasi Belajar Siswa dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Kelas XI SMK Bina Karya 1 Karawang di masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(8), 435-439. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5773972>
- Ulfah, A. N., & Ariati, J. (2018). Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Motivasi Berprestasi Pada Santri Pesantren Islam Al-Irsyad, Kecamatan Tenganan, Kabupaten Semarang. *Jurnal Empati*, 6(4), 297-301.
- Winarni, M., Anjariah, S., & Romas, M. Z. (2016). Motivasi belajar ditinjau dari dukungan sosial orangtua pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 2(1).
- Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1), 13.