



ANALISIS PRAKTIK PEMBELAJARAN BERDIFERENSIASI PADA MATA PELAJARAN PJOK DI SD NEGERI KECAMATAN GUNUNGPATI KOTA SEMARANG

Amalinta Jibalul Ilma^{1*} & Wahyu Ragil Kurniawan²

^{1&2}Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Semarang, Jalan Raya Banaran, Semarang, Jawa Tengah 50229,
Indonesia

*Email: amalintajibalulilmaa@students.unnes.ac.id

Submit: 15-05-2026; Revised: 22-05-2026; Accepted: 25-05-2026; Published: 29-07-2026

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan menganalisis praktik pembelajaran berdiferensiasi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Informan penelitian terdiri atas guru PJOK dan siswa pada 18 Sekolah Dasar Negeri yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara *semi-terstruktur*, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan simpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman guru PJOK terhadap pembelajaran berdiferensiasi masih berada pada tingkat yang beragam, yaitu kategori baik, cukup, dan terbatas. Guru dengan pemahaman baik telah menerapkan diferensiasi konten, proses, dan produk melalui penyesuaian tingkat kesulitan materi, penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi, serta penilaian berdasarkan perkembangan siswa. Namun, sebagian besar implementasi masih didominasi oleh diferensiasi proses, sedangkan diferensiasi produk dan penggunaan asesmen diagnostik belum dilakukan secara optimal. Identifikasi kebutuhan belajar siswa umumnya dilakukan melalui pengamatan langsung selama pembelajaran dan belum didukung oleh asesmen yang sistematis. Hambatan utama yang ditemukan meliputi keterbatasan waktu pembelajaran, jumlah siswa yang relatif banyak, serta belum meratanya pemahaman guru mengenai konsep pembelajaran berdiferensiasi. Simpulan penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran berdiferensiasi pada PJOK di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati telah mulai diterapkan dan mengarah pada pemenuhan kebutuhan belajar siswa yang beragam, namun implementasinya belum berlangsung secara sistematis dan konsisten. Oleh karena itu, diperlukan penguatan kompetensi guru, pemanfaatan asesmen diagnostik, serta dukungan sekolah untuk meningkatkan kualitas implementasi pembelajaran berdiferensiasi dalam PJOK.

Kata Kunci: Kebutuhan Belajar Siswa, Kurikulum Merdeka, Pembelajaran Berdiferensiasi, PJOK, Sekolah Dasar.

ABSTRACT: This study aims to analyze the practice of differentiated learning in Physical Education, Sports, and Health (PJOK) subjects in Public Elementary Schools in Gunungpati District, Semarang City. The study used a qualitative method with a descriptive approach. The research informants consisted of PJOK teachers and students at 18 Public Elementary Schools selected using a *purposive sampling* technique. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and documentation, then analyzed using the Miles, Huberman, and Saldaña model which includes data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that PJOK teachers' understanding of differentiated learning was still at various levels, namely good, sufficient, and limited categories. Teachers with a good understanding had implemented differentiation of content, process, and product through adjusting the level of material difficulty, using varied learning methods, and assessment based on student development. However, most implementations were still dominated by process differentiation, while product differentiation and the use of diagnostic assessments had not been carried out optimally. Identification of student learning needs was generally carried out through direct observation during learning and had not been supported by systematic assessment. The main obstacles identified included limited learning time, a relatively large student population, and teachers'



unequal understanding of the concept of differentiated learning. The study's conclusions indicate that differentiated learning in Physical Education (PJOK) in public elementary schools in Gunungpati District has begun to be implemented and is aimed at meeting the diverse learning needs of students, but its implementation has not been systematic and consistent. Therefore, strengthening teacher competencies, utilizing diagnostic assessments, and providing school support are needed to improve the quality of differentiated learning implementation in PJOK.

Keywords: *Student Learning Needs, Independent Curriculum, Differentiated Learning, PJOK, Elementary Schools.*

How to Cite: Ilma, A. J., & Kurniawan, W. R. (2026). Analisis Praktik Pembelajaran Berdiferensiasi pada Mata Pelajaran PJOK di SD Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang. *Panthera : Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan*, 6(3), 2021-2033. <https://doi.org/10.36312/panthera.v6i3.1447>



Panthera : Jurnal Ilmiah Pendidikan Sains dan Terapan is Licensed Under a CC BY-SA Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Pendidikan berfungsi sebagai medium untuk memaksimalkan potensi setiap individu sehingga mereka dapat hidup dan memberikan kontribusi secara komprehensif dalam masyarakat. Hal ini mencakup kemajuan dalam aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan tidak hanya sekadar proses pengajaran, namun juga berfokus pada pembentukan karakter, kesehatan fisik, dan keterampilan sosial siswa (Maskur, 2023). Salah satu pelajaran yang sangat berpengaruh dalam aspek ini adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Melalui PJOK, siswa dapat mengasah kebugaran fisik, keterampilan gerak, sikap sportif, serta mengadopsi gaya hidup sehat sejak usia dini. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan secara keseluruhan (Isyani *et al.*, 2023).

Pembelajaran berdiferensiasi adalah metode mengajar yang disesuaikan dengan bakat dan cara belajar setiap siswa. Dalam menerapkan strategi ini, guru memperhatikan empat aspek yaitu konten, proses, hasil, dan lingkungan belajar (Azizah *et al.*, 2023). Proses pembelajaran berdiferensiasi dalam konsep pembelajaran motorik serta beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pembelajaran berdiferensiasi menghasilkan prestasi yang lebih baik dibandingkan dengan metode tradisional di berbagai cabang olahraga (Mehan *et al.*, 2023). Kegiatan pendidikan membantu siswa berkembang sendiri, yaitu pengembangan segala kemungkinan, kemampuan, dan kualitas kepribadian menuju arah yang baik untuk diri sendiri dan lingkungannya. Pendidikan memiliki fungsi dalam mengembangkan dan meningkatkan potensi yang ada pada siswa, bukan hanya sebatas pengetahuan atau nilai (Gultom & Hendrawan, 2021).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan atau disebut PJOK merupakan mata pelajaran yang wajib diajarkan di jenjang sekolah dasar. Tujuan PJOK adalah memberikan kemampuan kepada siswa dalam pembelajaran berdiferensiasi untuk mengembangkan kesehatan fisik, mental, kognitif, serta keterampilan motorik dan sosial (Prabawanata *et al.*, 2025). Tujuan utama dari



pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah membantu anak-anak memahami bagaimana membuat keputusan yang baik dalam kehidupan sehari-hari dan untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik) (Warda *et al.*, 2021), sehingga mereka mampu menjalani gaya hidup sehat sepanjang hidupnya. Tujuan utama pembelajaran PJOK adalah mengembangkan kemampuan fisik, keterampilan motorik, minat belajar, dan konsentrasi peserta didik. PJOK juga berperan dalam meningkatkan kebugaran jasmani dan membentuk sikap positif terhadap gaya hidup sehat serta aktif (Arifin, 2023; Mulyana *et al.*, 2024).

PJOK tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk meningkatkan kebugaran jasmani, tetapi juga sebagai jembatan untuk membentuk individu yang memiliki karakteristik tangguh, kreatif, dan bertanggung jawab (Angga & Sari, 2025). Kurikulum PJOK dirancang secara menyeluruh dengan mencakup berbagai aspek, seperti penguasaan kemampuan gerak, pemahaman tentang gizi, serta kesadaran akan pentingnya olahraga dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun memiliki peran yang penting, pelaksanaan pembelajaran PJOK sering menghadapi berbagai kendala, seperti kurangnya sarana dan prasarana, waktu yang tidak cukup, serta tantangan dalam menerapkan teknologi modern dalam proses belajar. Oleh karena itu, diperlukan pembaruan kurikulum serta pengembangan metode pembelajaran yang kreatif dan inovatif agar tujuan pendidikan jasmani dapat tercapai secara optimal, baik dari segi edukatif maupun kesehatan. Selain menjaga kebugaran fisik, pembelajaran PJOK juga berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan motorik dan kemampuan lainnya yang mendukung perkembangan anak secara menyeluruh (Saleh *et al.*, 2025).

Pembelajaran PJOK menuntut guru untuk mampu mengajarkan berbagai teknik, kemampuan gerak, serta strategi permainan olahraga, sekaligus menanamkan nilai-nilai sportivitas seperti kejujuran, saling menghargai, dan kerja sama tim. Guru juga membiasakan siswa menjalani pola hidup sehat. Proses pembelajaran ini tidak hanya berfokus pada teori di dalam kelas, tetapi lebih menekankan pada aktivitas yang melibatkan aspek jasmani, rohani, kognitif, emosional, dan sosial secara terpadu. PJOK membantu peserta didik mengembangkan kebugaran jasmani melalui berbagai bentuk aktivitas fisik seperti latihan gerak dasar, berbagai macam aktivitas olahraga dan keterampilan gerak lainnya (Yuliawan *et al.*, 2025). Kemampuan gerak menjadi inti dari mata pelajaran PJOK di semua jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar hingga menengah, sehingga siswa diharuskan aktif bergerak sepanjang masa pembelajaran. Kemampuan gerak dasar anak dapat ditingkatkan melalui latihan (Komaini, 2017; Ma'rifat *et al.*, 2024).

Tingkat sekolah dasar mengajarkan berbagai kemampuan yang mencakup gerak lokomotor, *non-lokomotor*, manipulatif, permainan, aktivitas pengembangan, kegiatan ritmik, senam, olahraga air, serta kegiatan di luar ruangan. Membiasakan gerak sejak usia dini menjadi dasar dalam membentuk kemampuan fisik anak yang bisa digunakan sebagai persiapan sebelum mereka memilih atau mendalami cabang olahraga sesuai minatnya. Perkembangan kognitif dan motorik adalah dua aspek yang sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Kemampuan kognitif seperti berpikir, memecahkan masalah, dan



mengingat informasi sangat menentukan keberhasilan anak dalam belajar dan adaptasi sosial (Siswati & Suratno, 2023). Anak yang memiliki perkembangan kognitif yang baik cenderung lebih siap menghadapi tantangan pendidikan dan memiliki keterampilan sosial serta emosional yang lebih matang (Ferdiana *et al.*, 2025).

Proses belajar mengajar PJOK di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang masih menggunakan cara yang umum, sehingga kebutuhan dan kemampuan setiap siswa kemungkinan belum sepenuhnya terpenuhi. Penerapan prinsip pembelajaran berdiferensiasi bisa meningkatkan kualitas pembelajaran dan memberikan pengalaman belajar yang lebih ramah dan efektif bagi semua siswa. Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan, diperoleh gambaran bahwa pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang masih belum sepenuhnya mengakomodasi kebutuhan belajar siswa yang beragam. Hal ini terlihat dari masih dominannya penggunaan metode pembelajaran konvensional yang berpusat pada guru, di mana kegiatan pembelajaran lebih menekankan pada pemberian instruksi secara langsung tanpa adanya variasi strategi pembelajaran yang mampu menyesuaikan karakteristik siswa.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa pemahaman guru terhadap konsep pembelajaran berdiferensiasi masih belum merata. Meskipun sebagian guru telah mengenal konsep tersebut, penerapannya dalam pembelajaran PJOK belum dilakukan secara sistematis, baik pada aspek konten, proses, maupun produk. Pembelajaran masih cenderung diberikan secara seragam tanpa mempertimbangkan perbedaan kesiapan belajar, minat, serta kemampuan fisik dan motorik siswa. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara konsep ideal pembelajaran berdiferensiasi dalam Kurikulum Merdeka dengan praktik yang berlangsung di sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis praktik pembelajaran berdiferensiasi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang.

METODE

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan desain deskriptif. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara mendalam melalui pengumpulan data dalam konteks alamiah (Creswell & Poth, 2018). Metode ini semakin banyak digunakan dalam berbagai disiplin ilmu karena mampu menjelaskan tidak hanya hasil suatu fenomena, tetapi juga proses yang memengaruhi terjadinya fenomena tersebut (Busetto *et al.*, 2020). Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan kuesioner, kemudian dianalisis untuk memperoleh gambaran mengenai penerapan pembelajaran berdiferensiasi pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa



sekolah tersebut telah menerapkan pembelajaran berdiferensiasi dalam proses pembelajaran PJOK. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh secara langsung melalui hasil wawancara dengan *informan* penelitian, sedangkan data sekunder diperoleh dari dokumen sekolah, catatan hasil observasi, dan berbagai dokumen pendukung yang relevan dengan penelitian. *Informan* penelitian terdiri atas guru PJOK dan siswa yang terlibat dalam pelaksanaan pembelajaran berdiferensiasi.

Penentuan *informan* dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pemilihan sampel yang dilakukan secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai tujuan penelitian (Sugiyono, 2021). *Informan* dipilih karena memiliki keterlibatan langsung dan pemahaman yang memadai mengenai penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam mata pelajaran PJOK sehingga dapat memberikan informasi yang relevan dan mendalam.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi, wawancara *semi*-terstruktur, dan penyebaran kuesioner. Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung proses pembelajaran yang berlangsung di kelas. Wawancara dilakukan kepada guru PJOK dan siswa guna memperoleh informasi yang lebih mendalam mengenai pelaksanaan pembelajaran berdiferensiasi. Kuesioner digunakan untuk melengkapi data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model Miles *et al.* (2014), yang meliputi tiga tahapan, yaitu: 1) reduksi data, yaitu proses memilih, memfokuskan, menyederhanakan, dan mengorganisasi data yang diperoleh dari lapangan; 2) penyajian data, yaitu menyusun data dalam bentuk narasi, tabel, atau matriks sehingga mudah dipahami; dan 3) penarikan simpulan serta verifikasi, yaitu proses menginterpretasikan temuan penelitian dan memastikan konsistensi data yang diperoleh. Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode dengan membandingkan data hasil observasi, wawancara, dan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pembelajaran Berdiferensiasi

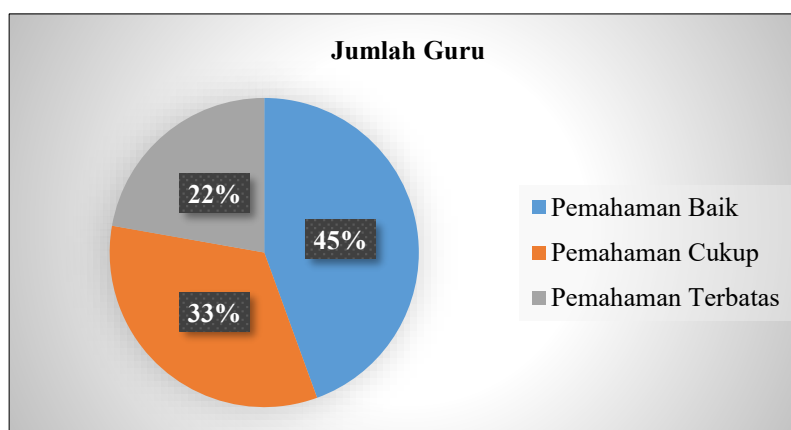
Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pembelajaran berdiferensiasi di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang masih bervariasi. Sebagian guru telah memahami konsep pembelajaran berdiferensiasi dengan baik dan mulai menerapkannya dalam proses pembelajaran PJOK, terutama dalam penyesuaian materi dan aktivitas berdasarkan kemampuan siswa. Namun, sebagian guru lainnya masih memahami pembelajaran berdiferensiasi secara umum dan belum menerapkannya secara menyeluruh dalam aspek diferensiasi konten, proses, dan produk. Salah satu guru PJOK menyampaikan:

“Pembelajaran berdiferensiasi itu pembelajaran yang menyesuaikan kemampuan siswa supaya semua siswa bisa mengikuti pembelajaran sesuai kemampuannya.”

Terdapat juga guru yang menyampaikan bahwa:

“Saya sudah mencoba memberikan pembelajaran yang berbeda kepada siswa, tetapi kadang masih kesulitan membagi aktivitas sesuai kemampuan siswa.”

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi terhadap guru PJOK dari 18 Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang, tingkat pemahaman guru terhadap pembelajaran berdiferensiasi dapat dikategorikan menjadi tiga kategori, yaitu pemahaman baik, pemahaman cukup, dan pemahaman terbatas.



Gambar 1. Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pembelajaran Berdiferensiasi.

Berdasarkan hasil analisis dan kategorisasi data wawancara, sebagian besar guru PJOK telah mulai memahami pembelajaran berdiferensiasi, meskipun kedalaman pemahaman masih berbeda-beda. Guru dengan kategori pemahaman baik mampu menjelaskan konsep diferensiasi konten, proses, dan produk serta mulai menerapkannya dalam pembelajaran PJOK. Guru dengan pemahaman cukup memahami konsep dasar namun belum sepenuhnya menerapkannya secara optimal. Sedangkan guru dengan pemahaman terbatas masih memahami pembelajaran berdiferensiasi secara sederhana.

Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Praktik PJOK

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam pembelajaran PJOK telah mulai dilakukan oleh guru, meskipun tingkat penerapannya masih berbeda-beda. Guru mulai menyesuaikan materi, metode pembelajaran, dan bentuk penilaian berdasarkan kemampuan serta kebutuhan siswa. Pada aspek diferensiasi konten, guru memberikan variasi tingkat kesulitan gerakan sesuai kemampuan motorik siswa. Siswa yang memiliki kemampuan lebih baik diberikan tantangan gerak yang lebih kompleks, sedangkan siswa yang masih mengalami kesulitan diberikan latihan dasar terlebih dahulu. Pada aspek diferensiasi proses, guru menggunakan berbagai metode pembelajaran seperti permainan, demonstrasi, praktik langsung, dan kerja kelompok agar siswa lebih aktif mengikuti pembelajaran. Guru juga mulai menyesuaikan pembelajaran dengan gaya belajar siswa. Sedangkan pada aspek diferensiasi produk, sebagian guru mulai memberikan penilaian berdasarkan proses dan perkembangan siswa selama pembelajaran berlangsung, meskipun bentuk penilaian yang digunakan masih relatif sederhana. Salah satu siswa menyampaikan:



“Kalau pelajaran PJOK biasanya ada permainan dan praktik jadi lebih mudah dipahami dan tidak membosankan.”

Salah satu guru juga menyampaikan:

“Saya biasanya menilai dari usaha dan perkembangan siswa juga, bukan hanya hasil akhirnya.”

Untuk memperjelas bentuk penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam praktik PJOK, hasil penelitian dirangkum pada Tabel 1.

Tabel 1. Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Praktik PJOK.

Aspek Diferensiasi	Bentuk Penerapan	Temuan Umum
Diferensiasi Konten	Penyesuaian materi dan tingkat kesulitan gerakan	Guru mulai menyesuaikan materi sesuai kemampuan siswa
Diferensiasi Proses	Penggunaan permainan, demonstrasi, dan praktik langsung	Pembelajaran lebih variatif dan melibatkan siswa
Diferensiasi Produk	Penilaian berdasarkan proses dan perkembangan siswa	Penilaian masih sederhana dan belum bervariasi
Identifikasi Kebutuhan Siswa	Pengamatan langsung selama pembelajaran	Belum menggunakan asesmen diagnostik secara maksimal

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam PJOK pada 18 Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang sudah mulai mengarah pada pembelajaran yang menyesuaikan kebutuhan siswa, namun implementasinya belum sepenuhnya sistematis dan konsisten pada seluruh proses pembelajaran.

Peran Guru PJOK dalam Mengenali Kebutuhan Belajar Siswa

Guru PJOK memiliki peran penting dalam mengenali kesiapan belajar, minat, serta kemampuan fisik dan motorik siswa sebagai dasar penerapan pembelajaran berdiferensiasi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, guru mengenali kebutuhan belajar siswa melalui pengamatan langsung selama proses pembelajaran berlangsung. Guru memperhatikan kemampuan siswa saat melakukan aktivitas gerak, tingkat keaktifan siswa, serta minat siswa terhadap aktivitas olahraga tertentu. Guru juga memberikan motivasi dan bimbingan kepada siswa yang mengalami kesulitan dalam pembelajaran. Salah satu kepala sekolah menyampaikan:

“Guru PJOK sudah mulai memahami bahwa kemampuan siswa berbeda-beda sehingga pembelajaran perlu disesuaikan.”

Namun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa guru masih mengalami kendala dalam melakukan identifikasi kebutuhan belajar siswa secara mendalam karena keterbatasan waktu pembelajaran dan jumlah siswa yang cukup banyak. Kondisi ini dapat memengaruhi efektivitas penerapan pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik masing-masing siswa.

Tabel 2. Peran Guru PJOK dalam Mengenali Kebutuhan Belajar Siswa.

Aspek yang Diamati	Temuan Penelitian
Identifikasi Kemampuan Siswa	Dilakukan melalui pengamatan langsung
Pemberian Motivasi	Dilakukan secara aktif selama pembelajaran
Bimbingan Siswa yang Mengalami Kesulitan	Sudah dilakukan oleh guru
Asesmen Kebutuhan Belajar	Belum dilakukan secara maksimal



Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru PJOK telah berupaya mengenali kebutuhan belajar siswa, namun proses identifikasi masih dilakukan secara sederhana dan belum menggunakan asesmen yang terstruktur.

Pembahasan

Tingkat Pemahaman Guru PJOK terhadap Pembelajaran Berdiferensiasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman guru PJOK terhadap pembelajaran berdiferensiasi masih bervariasi. Sebagian guru telah memahami konsep pembelajaran berdiferensiasi dengan baik dan mulai menerapkannya dalam pembelajaran PJOK, sedangkan sebagian lainnya masih memahami konsep tersebut secara umum. Pembelajaran berdiferensiasi telah memberikan dampak berarti terhadap peningkatan kualitas pembelajaran siswa karena guru memberikan berbagai kemungkinan pembelajaran berdasarkan latar belakang, kesiapan, minat, dan profil siswa (Blegur, 2024). Pembelajaran berdiferensiasi sangat penting karena setiap siswa memiliki kemampuan fisik dan motorik yang berbeda.

Porta & Todd (2022) mencatat guru dapat menggunakan strategi kolaborasi dan refleksi untuk membantu mereka mengatasi tantangan saat menerapkan pembelajaran berdiferensiasi. Guru yang memiliki pemahaman baik mampu menyesuaikan pembelajaran dengan kemampuan siswa sehingga siswa dapat mengikuti pembelajaran dengan lebih nyaman dan aktif. Sebaliknya, guru yang memiliki pemahaman terbatas masih cenderung menggunakan pembelajaran yang sama untuk seluruh siswa. Perbedaan tingkat pemahaman tersebut dipengaruhi oleh pengalaman mengajar, pelatihan yang diikuti, serta pemahaman guru terhadap implementasi Kurikulum Merdeka.

Kasmawati (2020) menyatakan bahwa pelatihan yang efektif harus mengedepankan pengalaman langsung dan kolaborasi antar guru untuk berbagi praktik terbaik. Guru yang aktif mengikuti pelatihan cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik terkait pembelajaran berdiferensiasi. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan kompetensi guru melalui pelatihan dan pendampingan masih sangat diperlukan agar penerapan pembelajaran berdiferensiasi dapat berjalan secara optimal.

Penerapan Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Praktik PJOK

Penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam PJOK terlihat dari upaya guru menyesuaikan materi, proses pembelajaran, dan penilaian berdasarkan kemampuan siswa. Guru mulai memberikan variasi aktivitas gerak sesuai kemampuan motorik siswa sehingga siswa dapat mengikuti pembelajaran sesuai tingkat kemampuannya. Pada aspek diferensiasi proses, guru menggunakan metode pembelajaran yang lebih variatif, seperti permainan dan praktik langsung, agar siswa lebih aktif dan tertarik mengikuti pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan pendapat Gultom & Hendrawan (2021) yang menyatakan bahwa strategi pembelajaran berdiferensiasi dapat meningkatkan hasil belajar peserta didik karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar sesuai kebutuhan dan kemampuannya. Dalam konteks penelitian ini, penggunaan aktivitas gerak yang bervariasi dan pembelajaran berbasis praktik menunjukkan adanya upaya guru mengakomodasi perbedaan karakteristik siswa, sehingga partisipasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran PJOK menjadi lebih baik.



Pembelajaran PJOK yang melibatkan aktivitas fisik secara langsung pada dasarnya sangat mendukung penerapan pembelajaran berdiferensiasi karena memungkinkan guru menyesuaikan tingkat kesulitan tugas dan bentuk aktivitas sesuai kemampuan peserta didik. Namun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran masih didominasi oleh metode instruksi langsung sehingga pembelajaran belum sepenuhnya berpusat pada siswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa implementasi diferensiasi proses masih belum optimal, karena siswa belum memperoleh kesempatan yang cukup untuk mengeksplorasi pembelajaran secara mandiri dan sesuai profil belajarnya.

Diferensiasi produk juga masih terbatas karena guru belum menggunakan bentuk penilaian yang beragam untuk mengakomodasi perbedaan kemampuan dan gaya belajar siswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa meskipun penerapan pembelajaran berdiferensiasi dalam PJOK telah mulai berkembang, masih diperlukan penguatan pada aspek asesmen diagnostik, pengembangan strategi pembelajaran yang lebih berpusat pada siswa, serta variasi bentuk penilaian agar prinsip-prinsip pembelajaran berdiferensiasi dapat diterapkan secara lebih komprehensif.

Peran Guru PJOK dalam Mengenali Kebutuhan Belajar Siswa

Guru PJOK memiliki peran penting dalam mengenali kebutuhan belajar siswa sebagai dasar penerapan pembelajaran berdiferensiasi. Guru berupaya memahami kesiapan belajar, minat, dan kemampuan fisik siswa melalui pengamatan langsung selama pembelajaran berlangsung. Menurut Munasiah *et al.* (2025), guru perlu memiliki pengetahuan yang memadai mengenai teori dan praktik pembelajaran berdiferensiasi agar mampu merancang pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa guru telah berupaya menerapkan prinsip tersebut melalui pengamatan terhadap kondisi dan kemampuan siswa sebelum melaksanakan pembelajaran. Namun, identifikasi yang dilakukan masih bersifat informal dan belum didukung oleh asesmen yang sistematis, sehingga informasi mengenai kebutuhan belajar siswa belum tergambar secara menyeluruh.

Kemampuan guru dalam memahami karakteristik siswa sangat menentukan keberhasilan pembelajaran PJOK. Sutomo & Aini (2024) menegaskan bahwa pemahaman terhadap karakteristik peserta didik menjadi landasan dalam penyusunan strategi pembelajaran yang efektif. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa guru telah menyesuaikan aktivitas pembelajaran dan memberikan bimbingan kepada siswa yang mengalami kesulitan. Temuan tersebut menunjukkan adanya upaya guru untuk mengakomodasi perbedaan kemampuan siswa, meskipun penyesuaian yang dilakukan masih berdasarkan pengalaman dan pengamatan langsung, bukan hasil asesmen diagnostik yang terstruktur.

Safnowandi (2016) menyatakan bahwa aktivitas fisik yang dirancang sesuai kemampuan peserta didik dapat meningkatkan efektivitas proses pembelajaran. Hasil penelitian ini mendukung temuan tersebut, karena pemberian motivasi dan pendampingan oleh guru selama aktivitas PJOK membantu siswa tetap terlibat dalam pembelajaran sesuai tingkat kemampuannya. Akan tetapi, belum optimalnya proses identifikasi kebutuhan belajar menyebabkan diferensiasi yang diterapkan belum sepenuhnya mampu mengakomodasi keberagaman peserta



didik. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang lebih sistematis dalam mengenali karakteristik dan kebutuhan belajar siswa agar pembelajaran dapat berlangsung lebih efektif dan inklusif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru telah memiliki kesadaran akan pentingnya memahami kebutuhan belajar siswa sebagai dasar pembelajaran berdiferensiasi. Temuan ini sejalan dengan pandangan Munasiah *et al.* (2025) dan Sutomo & Aini (2024) mengenai pentingnya kompetensi guru dalam mengenali karakteristik peserta didik. Namun, implementasinya masih memerlukan penguatan melalui pelatihan guru, penggunaan asesmen diagnostik yang lebih sistematis, serta pengembangan strategi pembelajaran yang berbasis data kebutuhan siswa agar prinsip pembelajaran berdiferensiasi dapat diterapkan secara lebih optimal.

SIMPULAN

Pemahaman guru PJOK terhadap pembelajaran berdiferensiasi di Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang masih beragam, sehingga berdampak pada variasi kualitas implementasinya. Pembelajaran berdiferensiasi telah diterapkan melalui penyesuaian materi, proses, dan penilaian sesuai karakteristik siswa, tetapi belum dilakukan secara sistematis karena identifikasi kebutuhan belajar siswa belum berbasis asesmen yang terstruktur. Oleh sebab itu, peningkatan kompetensi guru dan dukungan sekolah menjadi faktor penting dalam mengoptimalkan implementasi pembelajaran berdiferensiasi pada mata pelajaran PJOK.

SARAN

Pembelajaran berdiferensiasi disarankan untuk diterapkan secara lebih optimal pada mata pelajaran PJOK dengan menyesuaikan kemampuan, minat, dan kebutuhan belajar siswa agar proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan menyenangkan. Guru PJOK perlu menggunakan metode pembelajaran yang lebih bervariasi, seperti permainan, praktik langsung, dan kerja kelompok, sehingga siswa dapat lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran. Penggunaan asesmen diagnostik dan bentuk penilaian yang lebih beragam juga perlu ditingkatkan agar kemampuan siswa dapat teridentifikasi dengan lebih baik.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah subjek penelitian, menambah teknik pengumpulan data, serta mengkaji penerapan pembelajaran berdiferensiasi pada materi PJOK lainnya agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif. Hambatan yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi keterbatasan waktu pembelajaran, jumlah siswa yang cukup banyak, serta belum maksimalnya pemahaman guru terhadap pembelajaran berdiferensiasi, sehingga diperlukan pelatihan guru dan dukungan sarana pembelajaran yang lebih memadai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar yang telah memberikan dukungan akademik, fasilitas pembelajaran, selama proses perkuliahan hingga penyusunan



artikel penelitian ini. Guru PJOK di seluruh Sekolah Dasar Negeri Kecamatan Gunungpati Kota Semarang, yang telah menjadi *informan* utama dalam penelitian ini, serta Kepala Sekolah di Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang, yang telah memberikan dukungan, izin, dan fasilitas yang memungkinkan penelitian ini terlaksana.

DAFTAR RUJUKAN

- Angga, P. D., & Sari, A. J. (2025). *Deep Learning: Bagaimana Implementasinya pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK)?* *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(2), 1373-1391. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i2.3227>
- Arifin, A. (2023). Implementasi Model Pembelajaran Pengajaran Langsung untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Pembelajaran PJOK Materi Gerak Spesifik Permainan Bola Basket di Kelas VII-G Semester 1 SMPN 1 Bolo Tahun Pelajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Indonesia (JPPI)*, 3(1), 69-82. <https://doi.org/10.53299/jppi.v3i1.311>
- Azizah, M., Budiman, M. A., & Widyaningrum, A. (2023). Analisis Kesulitan Guru Sekolah Dasar dalam Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi pada Kurikulum Merdeka. In *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (SNHP)* (pp. 199-208). Semarang, Indonesia: LPPM Universitas PGRI Semarang.
- Blegur, J. (2024). Pelatihan Pembelajaran Berdiferensiasi *Project-Based Learning* dalam Pendidikan Jasmani. *Jurnal Abdimas Prakasa Dakara*, 4(2), 107-124. <https://doi.org/10.37640/japd.v4i2.2073>
- Busetto, L., Wick, W., & Gumbinger, C. (2020). How to Use and Assess Qualitative Research Methods. *Neurological Research and Practice*, 2(14), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s42466-020-00059-z>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among Five Approaches*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Ferdiana, F., Robandi, B., Rusdiana, A., Mulyana, H. A. P., & Prasetyo, G. A. (2025). Analisis Bibliometrik : Tren Penelitian Aktivitas Fisik untuk Mendukung Perkembangan Motorik dan Kognitif Anak. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 1204-1218. <https://doi.org/10.37985/murhum.v6i1.1034>
- Gultom, I., & Hendrawan, D. (2021). Minat Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga di SMP Negeri 45 Medan Tahun 2020. *Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 1(2), 80-87. <https://doi.org/10.55081/jumper.v1i2.492>
- Isyani, I., Permadi, A. G., & Lubis, M. R. (2023). Profil Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Negeri se-Kota Mataram. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(1), 716-724. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.4766>
- Kasmawati, Y. (2020). Peningkatan Kompetensi melalui Kolaborasi : Suatu Tinjauan Teoritis terhadap Guru. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 8(2), 136-142. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v8i2.3377>
- Komaini, A. (2017). Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar (*Fundamental Motor*



- Skills*) Anak melalui Pendekatan Bermain Murid Taman Kanak-kanak Kota Padang. *Jurnal Sains Keolahragaan dan Kesehatan*, 2(2), 54-56. <https://doi.org/10.5614/jskk.2017.2.2.6>
- Ma'rifat, R. A., Suraharta, I. M., & Jaya, I. I. (2024). Analisis Penentuan Armada dan Rute dalam Pengiriman Barang PT Semen Gresik Indonesia. *Scientica: Jurnal Ilmiah Sains dan Teknologi*, 2(11), 306-312.
- Maskur, M. (2023). Dampak Pergantian Kurikulum Pendidikan terhadap Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Keguruan dan Ilmu Pendidikan (JKIP)*, 1(3), 190-203. <https://doi.org/10.61116/jkip.v1i3.172>
- Mehan, R. Y., Sumerjana, K., & Suweca, I. W. (2023). Pendekatan Pembelajaran Berdiferensiasi pada Materi Teknik Vokal *Chest Voice* di Amabile Music Studio. *Melodious : Journal of Music*, 1(2), 74-84. <https://doi.org/10.59997/melodious.v1i2.2177>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Mulyana, A., Lestari, D., Pratiwi, D., Rohmah, N. M., Tri, N., Agustina, N. N. A., & Hefty, S. (2024). Menumbuhkan Gaya Hidup Sehat Sejak Dini melalui Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 2(2), 321-333. <https://doi.org/10.55606/jubpi.v2i2.2998>
- Munasiah, M., Heriyati, H., Zikriah, Z., & Irwansyah, N. (2025). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi dalam Pembelajaran. *Jurnal PkM (Pengabdian kepada Masyarakat)*, 8(3), 382-388. <https://doi.org/10.30998/jurnalpkm.v8i3.27918>
- Porta, T., & Todd, N. (2022). Differentiated Instruction within Senior Secondary Curriculum Frameworks: A Small-Scale Study of Teacher Views from an Independent South Australian School. *Curriculum Journal*, 33(4), 570-586. <https://doi.org/10.1002/curj.157>
- Prabawanata, I. K. A., Lesmana, K. Y. P., & Satyawan, I. M. (2025). A Literature Analysis of Differentiated Instruction as a Learning Management Strategy in Physical Education. *Journal of Physical Education, Health and Sport*, 12(2), 661-666. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v12i2.39967>
- Safnowandi, S. (2016). Penggunaan Metode *Role Playing* terhadap Minat dan Hasil Belajar Biologi Siswa Kelas X MA Addinul Qayyim Kapek Gunungsari Tahun Pelajaran 2010/2011. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 2(2), 133-139. <http://dx.doi.org/10.58258/jime.v2i2.89>
- Saleh, M. S., Syafir, M. I., Syahrudin, S., & Saleh, M. S. (2025). The Effectiveness of Differentiated Learning in Physical Education, Sports, and Health Subject on Long Jump Material. *Jurnal Speed (Sport, Physical Education, Empowerment)*, 8(02 November), 79-88.
- Siswati, B. H., & Suratno, S. (2023). The Contribution of Cognitive Ability and Critical Thinking Skills on the Problem Solving Skills of Biology Education Profession Students Using Case Method Learning. *Biosfer: Jurnal Pendidikan Biologi*, 16(2), 419-426. <https://doi.org/10.21009/biosferipb.34633>
- Sugiyono, S. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.



- Sutomo, F. G., & Aini, M. R. Q. (2024). Pemahaman Karakteristik Peserta Didik dalam Mengoptimalkan Pembelajaran. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Kebudayaan*, 2(4), 60-72. <https://doi.org/10.59031/jkppk.v2i4.499>
- Warda, O. U., Damrah, D., & Pitnawati, P. (2021). The Influence of Learning Discipline, Nutritional Status, Physical Fitness and Parenting Patterns on Learning Outcomes of Students' Sports and Health Education (PJOK) in the New Normal Period at SMP Negeri 2 Airpura. *Sport Science*, 21(2), 146-154. <https://doi.org/10.24036/SOPJ.70>
- Yuliawan, E., Andini, I. P., Muhammad, A., Pratama, J. D., & Sapitri, N. (2025). Review Literatur: Pengaruh Aktivitas Kebugaran Jasmani terhadap Perkembangan Motorik dan Kesehatan Fisik Peserta Didik. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 510-524. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i4.38014>