



Peran Guru PJOK dalam Meningkatkan Kemampuan Kerja Sama Murid ADHD Melalui Permainan Bola Voli

Hendra Hardiansyah, Ari Iswanto

Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Email: Hendrahardiansyah.2025@student.uny.ac.id

Article History

Received : August 9th 2026

Revision : September 13th 2026

Publication : October 30th 2026

Abstract

This study aims to describe the role of Physical Education, Sports, and Health (PJOK) teachers in improving the teamwork skills of students with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) through modified volleyball games. The research focuses on the teacher's role in planning, implementing, and evaluating learning activities, as well as identifying supporting and inhibiting factors in PJOK learning for students with ADHD. This study employed a qualitative approach with a case study design. The research subject was one eighth-grade student with ADHD at SMP Negeri 5 Sangatta Utara, with research informants consisting of the PJOK teacher, homeroom teacher, and principal. Data were collected through participatory observation and semi-structured interviews, then analyzed using the Miles and Huberman interactive model. Data validity was ensured through source triangulation. The results showed that PJOK teachers play an important role as learning designers, facilitators, and evaluators by modifying equipment, rules, methods, and assessment strategies according to the needs of students with ADHD. The implementation of demonstrations, games, and cooperative learning strategies improved students' communication, group involvement, role-sharing abilities, and adherence to game rules. Supporting factors included school support, facilities, teachers, families, and peers, while inhibiting factors involved limited learning time, a large number of students, and difficulties in maintaining students' attention. In conclusion, the success of inclusive PJOK learning is strongly influenced by teachers' ability to create adaptive learning processes and responsive learning environments.

Keywords: *PJOK teacher; Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD); teamwork; modified volleyball games; inclusive learning.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peran guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam meningkatkan kemampuan kerja sama murid Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) melalui permainan bola voli yang dimodifikasi. Fokus penelitian meliputi peran guru dalam perencanaan, pelaksanaan, evaluasi pembelajaran, serta faktor pendukung dan penghambat pembelajaran PJOK bagi murid ADHD. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian adalah satu murid ADHD kelas VIII SMP Negeri 5 Sangatta Utara, dengan informan guru PJOK, wali kelas, dan kepala sekolah. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif dan wawancara semi-terstruktur, kemudian dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa guru PJOK berperan penting sebagai perancang,



fasilitator, dan evaluator pembelajaran melalui modifikasi alat, aturan, metode, serta penilaian yang sesuai dengan kebutuhan murid ADHD. Penerapan demonstrasi, permainan, dan pembelajaran kooperatif mampu meningkatkan komunikasi, keterlibatan kelompok, pembagian peran, dan kepatuhan terhadap aturan permainan. Faktor pendukung meliputi dukungan sekolah, fasilitas, guru, keluarga, dan teman sebaya, sedangkan hambatan meliputi keterbatasan waktu, jumlah peserta didik, serta kesulitan menjaga fokus murid ADHD. Kesimpulannya, keberhasilan pembelajaran PJOK inklusif sangat dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam menciptakan pembelajaran adaptif dan lingkungan belajar yang responsif.

Kata Kunci: Guru PJOK; Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD); Kerja Sama; Permainan Bola Voli Modifikasi; Pembelajaran Inklusif.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses fundamental dalam pengembangan kualitas sumber daya manusia yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian kemampuan akademik, tetapi juga mencakup perkembangan aspek sosial, emosional, karakter, serta keterampilan hidup peserta didik. Melalui pendidikan, setiap individu memperoleh kesempatan untuk mengembangkan potensi dirinya sesuai dengan kemampuan, kebutuhan, dan karakteristik masing-masing. Oleh karena itu, penyelenggaraan pendidikan harus didasarkan pada prinsip kesetaraan dan keberagaman, termasuk memberikan layanan yang sesuai bagi peserta didik berkebutuhan khusus (ABK). Pendidikan bagi ABK tidak hanya dimaknai sebagai pemenuhan hak memperoleh pembelajaran, tetapi juga sebagai upaya menciptakan lingkungan pendidikan yang mampu mendukung perkembangan individu secara utuh (Bahri, 2021; Afrizal et al., 2023).

Prinsip pendidikan inklusif menegaskan bahwa setiap peserta didik, termasuk peserta didik dengan hambatan perkembangan tertentu, memiliki hak untuk memperoleh layanan pendidikan yang bermutu dalam lingkungan belajar yang mampu mengakomodasi keberagaman kebutuhan mereka. Dalam konteks ini, peserta didik berkebutuhan khusus tidak dipandang berdasarkan keterbatasannya semata, melainkan sebagai individu yang memiliki potensi untuk berkembang apabila memperoleh dukungan pembelajaran yang tepat. Oleh karena itu, sekolah memiliki tanggung jawab untuk menyediakan strategi pembelajaran yang adaptif, fleksibel, dan responsif terhadap karakteristik peserta didik (Afrizal et al., 2023; Delphie, 2019).

Salah satu kelompok peserta didik berkebutuhan khusus yang membutuhkan perhatian dalam layanan pendidikan adalah peserta didik dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). ADHD merupakan gangguan perkembangan neurobiologis yang ditandai oleh karakteristik utama berupa kesulitan mempertahankan perhatian (*inattention*), perilaku hiperaktif (*hyperactivity*), dan kecenderungan bertindak impulsif (*impulsivity*) (Barkley, 2021; Faraone et al., 2021). Karakteristik tersebut dapat memberikan dampak terhadap kemampuan



peserta didik dalam mengikuti instruksi, mengatur perilaku, mempertahankan konsentrasi, serta membangun hubungan sosial dengan teman sebaya. Hambatan tersebut tidak berkaitan dengan kemampuan intelektual, tetapi lebih berhubungan dengan fungsi eksekutif dan kemampuan regulasi diri (Arnsten, 2015; Barkley, 2021).

Dalam lingkungan sekolah, hambatan regulasi perilaku dan interaksi sosial pada murid ADHD dapat memengaruhi keterlibatan mereka dalam aktivitas pembelajaran yang membutuhkan kerja sama kelompok. Murid ADHD sering mengalami kesulitan dalam mengikuti aturan permainan, menunggu giliran, memahami peran dalam kelompok, serta mempertahankan keterlibatan dalam aktivitas bersama (Azhimah et al., 2024; Nurfadhillah et al., 2021). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa layanan pendidikan bagi murid ADHD tidak cukup hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga perlu memberikan perhatian terhadap pengembangan keterampilan sosial, kemampuan komunikasi, dan kemampuan bekerja sama sebagai bagian penting dari keberhasilan adaptasi mereka dalam lingkungan sekolah maupun kehidupan sehari-hari (Faraone et al., 2021).

Salah satu mata pelajaran yang memiliki peluang besar dalam mengembangkan aspek sosial murid ADHD adalah Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK). Pembelajaran PJOK tidak hanya bertujuan meningkatkan kemampuan fisik dan keterampilan motorik peserta didik, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter, pengembangan keterampilan sosial, serta penanaman nilai kerja sama, disiplin, tanggung jawab, dan sportivitas. Melalui aktivitas fisik yang terstruktur, peserta didik memperoleh pengalaman belajar yang melibatkan interaksi langsung dengan lingkungan dan teman sebaya (Donnelly et al., 2016; Pesce et al., 2016).

Dalam konteks pendidikan inklusif, pembelajaran PJOK memiliki tantangan tersendiri karena aktivitas olahraga sering kali melibatkan kemampuan koordinasi, komunikasi, kepatuhan terhadap aturan, serta kerja sama antaranggota kelompok. Bagi murid ADHD, aktivitas permainan beregu dapat menjadi kesempatan untuk mengembangkan kemampuan sosial, tetapi pada saat yang sama dapat menjadi hambatan apabila pembelajaran tidak disesuaikan dengan karakteristik mereka. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran PJOK bagi murid ADHD sangat bergantung pada kemampuan guru dalam melakukan adaptasi pembelajaran, baik melalui modifikasi metode, strategi pengelolaan kelas, maupun penyesuaian bentuk aktivitas permainan (Andika & Cahyo, 2023; Lieberman et al., 2018).

Salah satu bentuk aktivitas PJOK yang memiliki relevansi dalam mengembangkan kemampuan kerja sama adalah permainan bola voli. Permainan bola voli merupakan olahraga beregu yang menuntut adanya komunikasi, koordinasi gerak, pembagian peran, serta tanggung jawab antaranggota tim. Setiap pemain tidak hanya dituntut memiliki kemampuan teknik dasar, tetapi juga harus



mampu bekerja bersama untuk mencapai tujuan kelompok. Karakteristik permainan tersebut menjadikan bola voli sebagai media pembelajaran yang potensial untuk melatih kemampuan kerja sama murid ADHD (Dyson et al., 2016; Gillies, 2016).

Namun demikian, penerapan permainan bola voli bagi murid ADHD tidak dapat dilakukan dengan pendekatan yang sama seperti peserta didik pada umumnya. Kompleksitas aturan permainan, tuntutan koordinasi gerak, serta kebutuhan untuk mempertahankan perhatian selama permainan berlangsung dapat menjadi tantangan bagi murid ADHD. Oleh karena itu, diperlukan peran guru PJOK yang mampu merancang pembelajaran secara adaptif melalui modifikasi permainan, seperti penyesuaian alat, aturan, jumlah pemain, maupun ukuran lapangan, sehingga aktivitas pembelajaran dapat memberikan kesempatan yang lebih besar bagi murid ADHD untuk berpartisipasi secara aktif (Metzler, 2017; Andika & Cahyo, 2023).

Guru PJOK dalam konteks pendidikan inklusif memiliki peran yang lebih luas daripada sekadar menyampaikan keterampilan olahraga. Guru berperan sebagai perencana pembelajaran, fasilitator interaksi sosial, motivator, sekaligus evaluator perkembangan peserta didik. Kemampuan guru dalam memahami karakteristik murid ADHD dan mengembangkan strategi pembelajaran yang sesuai menjadi faktor penting dalam menciptakan pengalaman belajar yang bermakna (Mulyasa, 2017; Lieberman et al., 2018). Melalui pengelolaan pembelajaran yang tepat, permainan bola voli dapat menjadi sarana untuk membantu murid ADHD meningkatkan kemampuan komunikasi, interaksi sosial, serta kerja sama dalam kelompok.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMP Negeri 5 Sangatta Utara Kabupaten Kutai Timur, ditemukan adanya murid ADHD yang mengalami hambatan dalam mengikuti pembelajaran permainan kelompok, khususnya permainan bola voli. Murid tersebut menunjukkan kecenderungan bermain secara individual, mengalami kesulitan mengikuti instruksi secara konsisten, serta mudah kehilangan perhatian selama kegiatan pembelajaran berlangsung. Kondisi tersebut menyebabkan keterlibatan murid dalam aktivitas kerja sama kelompok belum berkembang secara optimal.

Selain hambatan yang berasal dari karakteristik murid ADHD, guru PJOK juga menghadapi berbagai tantangan dalam pelaksanaan pembelajaran inklusif, seperti keberagaman karakteristik peserta didik dalam satu kelas, keterbatasan waktu pembelajaran, jumlah peserta didik yang relatif banyak, serta kebutuhan akan strategi pembelajaran yang lebih adaptif. Situasi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan kerja sama murid ADHD melalui permainan bola voli bukan hanya berkaitan dengan pemilihan aktivitas olahraga, tetapi juga berkaitan erat dengan bagaimana guru merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi pembelajaran.



Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan kajian yang lebih mendalam mengenai peran guru PJOK dalam meningkatkan kemampuan kerja sama murid ADHD melalui permainan bola voli. Penelitian ini penting dilakukan karena dapat memberikan gambaran mengenai praktik pembelajaran PJOK adaptif yang mampu menjawab kebutuhan peserta didik dengan karakteristik khusus. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pendidikan jasmani inklusif, khususnya dalam memahami strategi guru dalam menciptakan pembelajaran yang lebih efektif, humanis, dan berorientasi pada pengembangan potensi sosial murid ADHD.

Dengan demikian, penelitian mengenai “Peran Guru PJOK dalam Meningkatkan Kemampuan Kerja Sama Murid ADHD melalui Permainan Bola Voli di SMP Negeri 5 Sangatta Utara Kabupaten Kutai Timur” menjadi penting untuk dilakukan guna memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana guru PJOK menjalankan perannya dalam menciptakan pembelajaran yang adaptif dan mendukung perkembangan kemampuan kerja sama murid ADHD.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam peran guru Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam meningkatkan kemampuan kerja sama murid *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) melalui permainan bola voli yang dimodifikasi. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada eksplorasi proses, pengalaman, strategi, serta tindakan guru dalam mengelola pembelajaran bagi murid ADHD pada konteks alami sekolah, bukan pada pengukuran perubahan secara statistik (Creswell, 2016). Desain studi kasus digunakan karena penelitian mengkaji fenomena tertentu secara mendalam dengan mempertimbangkan karakteristik subjek, lingkungan sekolah, strategi pembelajaran, serta faktor yang memengaruhi pelaksanaan pembelajaran inklusif (Ebneyamini & Sadeghi Moghadam, 2018). Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 5 Sangatta Utara Kabupaten Kutai Timur dengan subjek utama satu murid ADHD kelas VIII yang dipilih secara purposif sesuai fokus penelitian. Informan penelitian terdiri atas guru PJOK, wali kelas, dan kepala sekolah untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pelaksanaan pembelajaran PJOK inklusif.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif dan wawancara semi-terstruktur. Observasi digunakan untuk memperoleh gambaran mengenai proses pembelajaran, strategi guru, bentuk interaksi sosial, serta perkembangan kemampuan kerja sama murid selama kegiatan permainan bola voli berlangsung, sedangkan wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman dan pandangan informan terkait perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, serta faktor pendukung dan penghambat pembelajaran (Bengtsson, 2016). Data dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Keabsahan data diuji melalui



triangulasi sumber dengan membandingkan informasi dari guru PJOK, wali kelas, kepala sekolah, serta hasil observasi lapangan untuk memperoleh data yang kredibel dan menggambarkan fenomena penelitian secara objektif (Elo et al., 2016; Nowell et al., 2017).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perencanaan Pembelajaran PJOK Adaptif untuk Mendukung Partisipasi Murid ADHD

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perencanaan pembelajaran PJOK di SMP Negeri 5 Sangatta Utara Kabupaten Kutai Timur telah mempertimbangkan karakteristik dan kebutuhan khusus murid dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Guru PJOK tidak hanya menyusun pembelajaran yang berorientasi pada penguasaan keterampilan motorik permainan bola voli, tetapi juga memasukkan tujuan pengembangan kemampuan sosial, khususnya kemampuan berkomunikasi, mengikuti aturan kelompok, menerima pembagian peran, dan membangun kerja sama dengan teman sebaya. Temuan ini menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK bagi murid ADHD perlu dirancang secara adaptif agar mampu mengakomodasi perbedaan karakteristik peserta didik. Pendekatan tersebut sejalan dengan prinsip pembelajaran bagi anak berkebutuhan khusus yang menekankan pentingnya penyesuaian strategi, lingkungan, dan aktivitas pembelajaran sesuai kebutuhan individu (Bahri, 2021; Delphie, 2019).

Perencanaan pembelajaran dilakukan melalui penyusunan aktivitas yang bertahap, dimulai dari pengenalan keterampilan dasar bola voli hingga permainan yang telah dimodifikasi. Guru menyusun kegiatan dengan mempertimbangkan kemampuan murid dalam memahami instruksi dan mengikuti aktivitas kelompok. Dalam konteks murid ADHD, penyusunan pembelajaran secara bertahap menjadi penting karena karakteristik gangguan ADHD berkaitan dengan kesulitan mempertahankan perhatian, mengontrol impulsivitas, serta mengatur perilaku dalam situasi tertentu (Barkley, 2021; Faraone et al., 2021). Oleh karena itu, pembelajaran yang memiliki struktur jelas dan tahapan aktivitas yang terorganisasi dapat membantu murid lebih mudah memahami tuntutan kegiatan.

Hasil penelitian juga menunjukkan adanya modifikasi terhadap beberapa komponen pembelajaran, meliputi penggunaan alat, aturan permainan, jumlah pemain, dan ukuran lapangan. Guru menggunakan bola yang lebih lunak, menyederhanakan aturan permainan, mengurangi jumlah pemain, serta memperkecil area permainan agar murid ADHD memiliki kesempatan lebih besar untuk terlibat secara aktif. Modifikasi tersebut menunjukkan penerapan prinsip pembelajaran PJOK inklusif yang menempatkan akses dan partisipasi peserta didik sebagai bagian penting dalam proses pembelajaran. Lieberman et al. (2018) menjelaskan bahwa strategi inklusi dalam pendidikan jasmani perlu memberikan fleksibilitas melalui adaptasi aktivitas agar seluruh peserta didik dapat berpartisipasi sesuai kemampuan masing-masing.



Selain modifikasi aktivitas, guru juga melakukan penyesuaian dalam penyampaian instruksi pembelajaran. Instruksi diberikan secara singkat, jelas, dan dilakukan secara berulang untuk membantu murid memahami urutan kegiatan. Strategi tersebut sesuai dengan karakteristik pembelajaran bagi murid ADHD yang membutuhkan dukungan dalam mempertahankan perhatian dan memahami informasi yang diberikan. Kemampuan guru dalam mengelola kelas, memberikan arahan yang sesuai, serta menciptakan struktur pembelajaran yang konsisten menjadi faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran inklusif (Azhimah et al., 2024; Mulyasa, 2017). Dengan demikian, perencanaan pembelajaran tidak hanya berfungsi sebagai dokumen administratif, tetapi menjadi dasar strategi guru dalam menciptakan pengalaman belajar yang sesuai dengan kebutuhan murid.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa perencanaan pembelajaran PJOK bagi murid ADHD membutuhkan pendekatan yang lebih fleksibel dibandingkan pembelajaran reguler. Guru tidak hanya mempertimbangkan aspek keterampilan olahraga, tetapi juga memperhatikan perkembangan sosial dan kemampuan kerja sama sebagai bagian dari tujuan pembelajaran. Perencanaan yang adaptif memungkinkan murid ADHD memperoleh pengalaman belajar yang lebih bermakna karena aktivitas yang diberikan sesuai dengan kemampuan dan kebutuhan mereka. Hal ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan pendidikan inklusif sangat dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam melakukan adaptasi pembelajaran dan menciptakan lingkungan belajar yang responsif terhadap keberagaman peserta didik (Afrizal et al., 2023; Andika & Cahyo, 2023).

Implementasi Permainan Bola Voli Modifikasi sebagai Media Pengembangan Kerja Sama Murid ADHD

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran PJOK melalui permainan bola voli yang dimodifikasi memberikan ruang bagi murid ADHD untuk terlibat dalam aktivitas kelompok secara lebih terarah. Proses pembelajaran diawali dengan kegiatan pemanasan, pengenalan teknik dasar, latihan dalam kelompok, permainan yang telah disesuaikan, serta pemberian umpan balik dari guru. Tahapan pembelajaran tersebut memberikan kesempatan kepada murid untuk memahami aturan permainan, mengenali peran dalam kelompok, serta membangun interaksi dengan teman sebaya. Pendekatan pembelajaran berbasis aktivitas dan pengalaman langsung menjadi penting bagi murid ADHD karena keterlibatan fisik dapat membantu meningkatkan perhatian, kontrol perilaku, dan kemampuan interaksi sosial (Hartanto et al., 2016; Pesce et al., 2016).

Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru menggunakan strategi demonstrasi, pembelajaran berbasis permainan, dan aktivitas kooperatif. Guru memberikan contoh gerakan secara langsung, menyampaikan instruksi menggunakan bahasa sederhana, serta melakukan pengulangan ketika murid mengalami kesulitan memahami tugas yang diberikan. Strategi tersebut menunjukkan bahwa guru tidak



hanya berperan sebagai penyampai materi olahraga, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu murid memahami tuntutan sosial dalam permainan. Pendekatan pembelajaran kooperatif dinilai efektif dalam mengembangkan kemampuan interaksi dan kerja sama karena peserta didik diberikan kesempatan untuk berpartisipasi, berbagi tanggung jawab, serta saling membantu dalam mencapai tujuan kelompok (Gillies, 2016; Johnson & Johnson, 2017).

Modifikasi permainan bola voli menjadi salah satu strategi utama yang diterapkan guru dalam meningkatkan keterlibatan murid ADHD. Penyesuaian terhadap peralatan, aturan, jumlah pemain, dan ukuran lapangan dilakukan agar tuntutan permainan sesuai dengan kemampuan murid. Dalam penelitian ini, guru mengurangi kompleksitas permainan dengan membatasi jumlah pemain, menggunakan peralatan yang lebih mudah digunakan, serta memberikan aturan yang lebih sederhana. Strategi tersebut memungkinkan murid ADHD untuk lebih mudah mengikuti alur permainan dan mengurangi hambatan akibat kompleksitas aktivitas olahraga. Pendekatan modifikasi seperti ini sesuai dengan konsep pembelajaran PJOK adaptif yang menekankan pentingnya penyesuaian aktivitas agar setiap peserta didik memperoleh kesempatan belajar yang optimal (Andika & Cahyo, 2023; Metzler, 2017).

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendampingan dan modifikasi pembelajaran, murid dengan inisial TPV cenderung bermain secara individual dan memiliki keterbatasan dalam berinteraksi dengan anggota kelompok. Namun, setelah guru memberikan arahan yang lebih terstruktur serta pembagian peran yang jelas, TPV mulai menunjukkan perubahan perilaku selama permainan berlangsung. Perubahan tersebut terlihat melalui kemampuan mengoper bola kepada teman, mengikuti instruksi permainan, dan mulai melakukan komunikasi sederhana selama aktivitas kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan pembelajaran yang terstruktur dapat menjadi sarana untuk melatih keterampilan sosial murid ADHD secara bertahap (Barkley, 2021; Nurfadhillah et al., 2021).

Meskipun demikian, perkembangan kemampuan kerja sama yang terlihat dalam proses pembelajaran perlu dipahami sebagai proses yang berlangsung secara bertahap dan belum dapat dianggap sebagai perubahan perilaku yang bersifat permanen. Permainan bola voli memberikan kesempatan bagi murid ADHD untuk berlatih komunikasi, mengikuti aturan, dan memahami peran dalam kelompok, tetapi keberlanjutan kemampuan tersebut tetap membutuhkan dukungan dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Oleh karena itu, keberhasilan pembelajaran PJOK inklusif tidak hanya ditentukan oleh aktivitas olahraga yang digunakan, tetapi juga oleh kemampuan guru dalam menciptakan pembelajaran yang konsisten, adaptif, dan mendukung perkembangan sosial peserta didik (Lieberman et al., 2018; Afrizal et al., 2023).



Perkembangan Kemampuan Kerja Sama Murid ADHD melalui Pembelajaran PJOK Inklusif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perkembangan kemampuan kerja sama murid ADHD melalui pembelajaran PJOK berlangsung secara bertahap melalui proses interaksi yang terjadi selama permainan bola voli modifikasi. Evaluasi pembelajaran tidak hanya berfokus pada kemampuan teknik permainan, tetapi juga memperhatikan aspek sosial seperti kemampuan berkomunikasi, mengikuti arahan, terlibat dalam kelompok, serta kesediaan menjalankan peran dalam permainan. Pendekatan evaluasi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK bagi murid ADHD perlu melihat perkembangan peserta didik secara menyeluruh, tidak hanya berdasarkan capaian keterampilan motorik, tetapi juga berdasarkan perkembangan perilaku sosial yang mendukung keberhasilan adaptasi mereka dalam lingkungan sekolah (Delphie, 2019; Lieberman et al., 2018).

Pada aspek komunikasi, hasil penelitian menunjukkan bahwa TPV mulai menunjukkan perkembangan melalui interaksi sederhana selama kegiatan pembelajaran. Murid mulai mampu menyampaikan kebutuhan, memberikan respons kepada teman, serta terlibat dalam komunikasi ketika permainan berlangsung. Meskipun kemampuan komunikasi yang ditunjukkan masih berada pada tingkat sederhana, perubahan tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterlibatan sosial dibandingkan kondisi awal ketika murid cenderung bermain secara individual. Temuan ini sejalan dengan karakteristik ADHD yang sering mengalami hambatan dalam regulasi perilaku dan fungsi eksekutif, sehingga dukungan lingkungan belajar yang terstruktur diperlukan untuk membantu perkembangan kemampuan sosial mereka (Barkley, 2021; Faraone et al., 2021).

Selain komunikasi, perkembangan kemampuan kerja sama juga terlihat melalui kemampuan murid dalam menerima dan menjalankan peran dalam kelompok. Pada awal pembelajaran, TPV menunjukkan kecenderungan ingin menguasai bola dan belum sepenuhnya memahami pentingnya memberikan kesempatan kepada anggota kelompok lainnya. Melalui arahan guru, pembagian peran, serta aturan permainan yang disederhanakan, murid mulai belajar menunggu giliran, mengoper bola kepada teman, dan mengikuti kesepakatan kelompok. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permainan beregu dapat menjadi media pembelajaran sosial karena peserta didik belajar memahami tanggung jawab individu dalam mencapai tujuan bersama (Dyson et al., 2016; Gillies, 2016).

Kemampuan kerja sama kelompok juga berkembang melalui aktivitas interaksi dengan teman sebaya selama permainan berlangsung. Guru memberikan kesempatan kepada murid untuk terlibat dalam kelompok dan mendorong teman yang lebih mampu untuk membantu murid ADHD selama aktivitas. Strategi tersebut menciptakan lingkungan belajar yang mendukung inklusi sosial, di mana murid ADHD tidak hanya menjadi penerima bantuan, tetapi juga menjadi bagian aktif dari kelompok. Pembelajaran kooperatif memberikan pengalaman sosial yang



memungkinkan peserta didik belajar mengenai komunikasi, saling membantu, dan tanggung jawab bersama dalam suatu aktivitas (Johnson & Johnson, 2017).

Meskipun terdapat perkembangan positif, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kemampuan kerja sama murid ADHD masih membutuhkan pendampingan secara berkelanjutan. Murid masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian, mudah terdistraksi, serta memiliki kecenderungan memilih teman tertentu dalam aktivitas kelompok. Oleh karena itu, perkembangan kemampuan kerja sama tidak dapat dilihat hanya berdasarkan perubahan perilaku dalam satu kegiatan pembelajaran, tetapi perlu diamati secara konsisten dalam berbagai situasi. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran PJOK inklusif membutuhkan proses yang berkelanjutan melalui strategi pembelajaran adaptif, dukungan guru, serta lingkungan sosial yang mendukung perkembangan peserta didik (Azhimah et al., 2024; Afrizal et al., 2023).

Faktor Pendukung dan Hambatan dalam Pelaksanaan Pembelajaran PJOK bagi Murid ADHD

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberhasilan pelaksanaan pembelajaran PJOK bagi murid ADHD dipengaruhi oleh berbagai faktor pendukung yang berasal dari lingkungan sekolah, guru, fasilitas, keluarga, dan teman sebaya. Dukungan sekolah terlihat melalui adanya perhatian terhadap kebutuhan pembelajaran adaptif, penyediaan fasilitas yang mendukung kegiatan olahraga, serta koordinasi antar pihak yang terlibat dalam proses pendidikan inklusif. Dukungan tersebut menjadi aspek penting karena pembelajaran bagi murid ADHD tidak hanya menjadi tanggung jawab guru PJOK, tetapi membutuhkan keterlibatan seluruh lingkungan sekolah dalam menciptakan suasana belajar yang mampu mengakomodasi keberagaman peserta didik (Afrizal et al., 2023; Bahri, 2021).

Peran guru PJOK menjadi salah satu faktor utama yang mendukung keberhasilan pembelajaran. Guru tidak hanya bertindak sebagai pengajar keterampilan olahraga, tetapi juga sebagai fasilitator yang memahami karakteristik murid ADHD dan menyesuaikan strategi pembelajaran berdasarkan kebutuhan mereka. Dalam penelitian ini, guru menunjukkan kemampuan melakukan modifikasi aktivitas, memberikan instruksi yang lebih sederhana, melakukan pendampingan selama permainan, serta memberikan penguatan terhadap perilaku positif murid. Kemampuan guru dalam mengelola pembelajaran secara fleksibel menjadi faktor penting karena karakteristik ADHD membutuhkan pendekatan yang mempertimbangkan aspek perhatian, pengendalian perilaku, dan regulasi diri (Mulyasa, 2017; Barkley, 2021).

Selain dukungan guru, keterlibatan teman sebaya juga menjadi faktor yang membantu perkembangan kemampuan sosial murid ADHD. Dalam permainan bola voli modifikasi, teman sebaya memiliki peran dalam membantu murid mengikuti aturan permainan, memahami pembagian peran, dan membangun interaksi selama aktivitas kelompok. Lingkungan sosial yang positif dapat memberikan kesempatan kepada murid ADHD untuk mengalami proses belajar bersama dan



mengembangkan kemampuan kerja sama. Hal ini sesuai dengan prinsip pembelajaran kooperatif yang menekankan bahwa interaksi antarpeserta didik dapat meningkatkan kemampuan komunikasi, tanggung jawab, dan keterampilan sosial dalam kelompok (Gillies, 2016; Johnson & Johnson, 2017).

Meskipun terdapat berbagai faktor pendukung, penelitian ini juga menemukan beberapa hambatan dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK bagi murid ADHD. Hambatan tersebut meliputi keterbatasan waktu pembelajaran, jumlah peserta didik yang cukup banyak dalam satu kelas, serta kesulitan guru dalam mempertahankan fokus murid ADHD selama kegiatan berlangsung. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran inklusif dalam kelas reguler memiliki tantangan tersendiri karena guru harus mampu memenuhi kebutuhan individu murid ADHD sekaligus mengelola keberagaman karakteristik peserta didik lainnya. Oleh karena itu, diperlukan strategi manajemen kelas yang efektif agar pembelajaran dapat berjalan secara optimal (Emmer & Sabornie, 2015; Evertson & Weinstein, 2016).

Berdasarkan temuan tersebut, dapat dipahami bahwa keberhasilan pembelajaran PJOK inklusif tidak hanya bergantung pada metode atau aktivitas olahraga yang digunakan, tetapi juga dipengaruhi oleh kesiapan sistem pendukung di sekitar murid ADHD. Pembelajaran bola voli modifikasi dapat menjadi media yang efektif untuk mengembangkan kemampuan kerja sama apabila didukung oleh guru yang kompeten, lingkungan sekolah yang inklusif, serta keterlibatan pihak lain seperti keluarga dan teman sebaya. Dengan demikian, pengembangan pembelajaran PJOK bagi murid ADHD perlu diarahkan pada pendekatan yang adaptif, kolaboratif, dan berkelanjutan agar mampu mendukung perkembangan kemampuan sosial maupun keterampilan motorik peserta didik (Lieberman et al., 2018; Andika & Cahyo, 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa guru PJOK memiliki peran penting dalam mendukung perkembangan kemampuan kerja sama murid *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) melalui pembelajaran bola voli yang dimodifikasi. Peran tersebut terlihat melalui kemampuan guru dalam merancang pembelajaran adaptif, melaksanakan strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik murid, serta melakukan evaluasi berdasarkan perkembangan keterlibatan sosial dan perilaku kerja sama. Modifikasi permainan melalui penyesuaian alat, aturan, jumlah pemain, dan ukuran lapangan memberikan kesempatan yang lebih besar bagi murid ADHD untuk berpartisipasi dalam aktivitas kelompok. Melalui proses pembelajaran yang terstruktur, murid menunjukkan perkembangan dalam aspek komunikasi, penerimaan peran, keterlibatan kelompok, dan kemampuan mengikuti aturan permainan.

Keberhasilan pembelajaran PJOK inklusif bagi murid ADHD tidak hanya dipengaruhi oleh strategi pembelajaran yang diterapkan guru, tetapi juga oleh dukungan lingkungan sekolah, fasilitas, keluarga, dan teman sebaya. Meskipun



terdapat perkembangan positif, kemampuan kerja sama murid ADHD masih membutuhkan pendampingan secara berkelanjutan karena karakteristik perhatian dan regulasi perilaku yang menjadi tantangan dalam proses pembelajaran. Oleh karena itu, pembelajaran PJOK bagi murid ADHD perlu terus dikembangkan melalui pendekatan yang adaptif, fleksibel, dan kolaboratif agar mampu menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan kemampuan sosial serta potensi peserta didik secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal, et al. (2023). Pendidikan inklusif bagi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 15(2), 120–130.
- Andika, & Cahyo. (2023). Pembelajaran PJOK adaptif untuk anak ADHD. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 19(1), 45–56.
- Arnsten, A. F. T. (2015). Stress weakens prefrontal networks: Molecular insults to higher cognition. *Nature Neuroscience*, 18(10), 1376–1385. <https://doi.org/10.1038/nn.4087>
- Azhimah, R. N., Lestari, A. S., Samara, D., & Suparmi. (2024). Peranan guru dalam penanganan perilaku anak ADHD-ADD dalam proses pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 3(2), 1600–1610. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/1088>
- Bahri, S. (2021). Hak pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Pendidikan Inklusif*, 10(1), 1–10.
- Barkley, R. A. (2021). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (5th ed.). Guilford Press.
- Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2, 8–14. <https://doi.org/10.1016/j.npls.2016.01.001>
- Creswell, J. W. (2016). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Delphie, B. (2019). *Pembelajaran adaptif bagi anak berkebutuhan khusus*. PT Refika Aditama.
- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., Lambourne, K., & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: A systematic review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197–1222. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000901>
- Dyson, B., Linehan, N. R., & Hastie, P. A. (2016). The ecology of cooperative learning in elementary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 35(1), 1–12. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2015-0060>
- Ebneyamini, S., & Sadeghi Moghadam, M. R. (2018). Toward developing a framework for conducting case study research. *International Journal of Qualitative Methods*, 17(1), 1–11. <https://doi.org/10.1177/1609406918817954>
- Elo, S., Kajula, O., Tohmola, A., & Kääriäinen, M. (2016). Qualitative content analysis: A focus on trustworthiness. *SAGE Open*, 6(4), 1–10. <https://doi.org/10.1177/2158244016651912>



- Emmer, E. T., & Sabornie, E. J. (2015). *Handbook of classroom management* (2nd ed.). Routledge.
- Evertson, C. M., & Weinstein, C. S. (2016). *Handbook of classroom management*. Routledge.
- Faraone, S. V., Banaschewski, T., Coghill, D., Zheng, Y., Biederman, J., Bellgrove, M. A., ... Wang, Y. (2021). The World Federation of ADHD international consensus statement: 208 evidence-based conclusions about the disorder. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 128, 789–818. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.01.022>
- Gillies, R. M. (2016). Cooperative learning: Review of research and practice. *International Journal of Educational Research*, 76, 1–2. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2015.11.006>
- Hartanto, T. A., Krafft, C. E., Iosif, A. M., & Schweitzer, J. B. (2016). A trial-by-trial analysis reveals more intense physical activity is associated with better cognitive control performance in attention-deficit/hyperactivity disorder. *Child Neuropsychology*, 22(5), 618–626. <https://doi.org/10.1080/09297049.2015.1044511>
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2017). Cooperative learning and teaching citizenship. *International Journal of Educational Research*, 64, 1–12.
- Lieberman, L. J., Grenier, M., & Vickerman, P. (2018). *Strategies for inclusion: Physical education for all*. Human Kinetics.
- Metzler, M. W. (2017). *Instructional models in physical education*. Routledge.
- Mulyasa, E. (2017). *Standar kompetensi dan sertifikasi guru*. PT Remaja Rosdakarya.
- Nurfadhillah, S., Oktavia, A., Hadisumarno, R., Kusumawati, N. I., Fauziah, S., & Ismawati, S. (2021). Analisis peranan guru kelas dalam menangani siswa ADHD di SDN Tanah Tinggi 3.
- Nowell, L. S., Norris, J. M., White, D. E., & Moules, N. J. (2017). Thematic analysis: Striving to meet the trustworthiness criteria. *International Journal of Qualitative Methods*, 16(1), 1–13. <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Pesce, C., Crova, C., Cereatti, L., Casella, R., & Bellucci, M. (2016). Benefits of physical activity for cognitive development: A review from a motor control perspective. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 734. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00734>