

Pembelajaran PJOK Online Siswa Kelas IX SMPN 3 Malang Semester Gasal 2020/2021

Akhmad Valda Maulana*, M. E. Winarno

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: akhmadvalda25@gmail.com

Paper received: 23-7-2021; revised: 13-8-2021; accepted: 20-8-2021

Abstract

The purpose of this study was to determine the implementation of online PJOK learning at SMPN 3 Malang odd semester 2020/2021. The research method used a descriptive survey method with the research subjects of grade IX students totaling 127 students from four classes. The research instrument used was a questionnaire using content validity, which was validated by the supervisor, the data analysis technique used was the percentage. The results of the analysis of the implementation of online PJOK learning were obtained from two aspects, namely the readiness of a maximum score of 12192 with a score of 9687 and a percentage of 79 percent, the assignment of a maximum score of 4064, a score of 3471 and a percentage of 85 percent. The conclusion of the research on the implementation of online learning at SMPN 3 Malang is in the very good category in PJOK subjects for the delivery of cognitive material or knowledge the percentage is eighty one percent, but for learning motion or skills the implementation of activities has not been able to be controlled in the home environment of each student.

Keywords: learning; physical education; online

Abstrak

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran PJOK *online* di SMPN 3 Malang semester gasal 2020/2021. Metode Penelitian menggunakan metode deskriptif survei dengan subjek penelitian siswa kelas IX sejumlah 127 siswa dari empat kelas. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket/kuesioner menggunakan validitas isi, yang divalidasi oleh pembimbing, teknik analisis data yang digunakan adalah persentase. Hasil analisis pelaksanaan pembelajaran PJOK *online* yang diperoleh dari dua aspek yaitu kesiapan skor maksimal 12192 skor hasil 9687 dan memperoleh persentase 79 persen, penugasan skor maksimal 4064 skor hasil 3471 dan memperoleh persentase 85 persen. Simpulan hasil penelitian pelaksanaan pembelajaran secara *online* di SMPN 3 Malang masuk dalam kategori sangat baik pada mata pelajaran PJOK untuk penyampaian materi kognitif atau pengetahuan persentase delapan puluh satu persen, namun untuk pembelajaran gerak atau keterampilan belum mampu dikontrol pelaksanaan kegiatannya di lingkungan rumah masing-masing siswa.

Kata kunci: pembelajaran; pendidikan jasmani; *online*

1. Pendahuluan

Pembelajaran normal/offline adalah pembelajaran yang adanya tatap muka langsung antara guru dengan siswa. Pendidikan jasmani sendiri untuk siswa dari zaman sebelum adanya pandemic ini dilakukan secara normal melakukan gerak yang dilakukan oleh semua peserta didik di satu tempat yang sama. Menurut (Kristiyandaru, 2013) pendidikan jasmani adalah bagian dari keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Sebuah upaya peningkatan pengetahuan, psikologi, kesehatan untuk mutu sumber daya penerus bangsa Indonesia kelak nantinya. Dengan adanya baik akan menggunakan *online*.

Sekolah dilakukan secara online dan tidak dilakukan seperti pembelajaran sebelumnya pembelajaran normal/offline, tentunya kali ini sangatlah berbeda dengan zaman sebelumnya dan mengharuskan pendidik dan peserta didik siap tidak siap harus dilakukan pembelajaran secara online. Pembelajaran PJOK di SMPN 3 Malang sebelum adanya pandemi Covid-19 ini dilakukan normal seperti biasanya yang pembelajaran dilakukan di lapangan, aula, dll.

Perkembangan teknologi yang ada saat ini dapat juga dimanfaatkan sebagai media pengantar materi pembelajaran PJOK. Saat ini SMPN 3 Malang telah melaksanakan *online* memanfaatkan aplikasi *Zoom*, *Schoology* dan *website* SMPN 3 Malang. Terdapat fitur *E-Chat* yang merupakan fitur percakapan dalam *website* milik SMPN 3 Malang yang digunakan untuk peserta didik dan pendidik dalam melaksanakan pembelajaran. Selain *E-Chat* yang berada di *website* resmi ada aplikasi lain yang digunakan dalam pembelajaran yaitu *Schoology*. Untuk waktu pembelajaran sendiri disaat adanya pandemi Covid-19 ini tetap dilakukan 3 jam pembelajaran akan tetapi tidak seperti biasanya saat normal dikarenakan 2 jam materi dan belum tentu 1 jam digunakan untuk praktik.

Pembelajaran PJOK *Online* dikatakan berhasil apabila siswa mampu memberikan umpan balik kepada pendidik berupa pemahaman materi yang baik yang dituangkan atau dipraktikkan dalam bentuk tugas gerak yang diberikan. Selain itu, keberhasilan pembelajaran Pendidikan Jasmani juga dapat dilihat dari segi pemahaman kognitif peserta didik. Selama ini tidak ada contoh pembelajaran *online* untuk pendidikan jasmani sendiri maupun mata pelajaran lainnya karena sebelumnya tidak ada musibah sebesar tahun 2020, sehingga diperlukan dengan sistem baru yaitu pembelajaran online dengan memanfaatkan gadget atau handphone, laptop yang digunakan sehari-harinya. Masalah dalam penelitian ini adalah pembelajaran *online* dapat mempermudah siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK.

Menurut (Trianto, 2013) menyatakan bahwa proses terjadi melalui banyak cara baik disengaja maupun tidak disengaja dan berlangsung sepanjang waktu dan menuju pada suatu perubahan pada diri pembelajar. (Komsiyah, 2014) menurut psikologis merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Menurut (Sagala, 2013) menyatakan sebagai suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat dari pengalaman dan upaya untuk memperoleh kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan, dan sikap-sikap.

Menurut (Baselman & Mappa, 2014) menjelaskan bahwa pembelajaran merupakan interaksi melalui informasi (materi, kegiatan, dan pengalaman) yang dapat memberikan hasil bagi seseorang. Menurut (Saefuddin, 2016) menyatakan bahwa secara harfiah berarti proses yang dimaknai sebagai proses penambahan pengetahuan dan wawasan melalui rangkaian aktivitas yang dilakukan secara sadar oleh seseorang dan mengakibatkan perubahan dalam tubuh, sehingga terjadi pergantian yang sifatnya baik dan pada prose akhir akan dapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru.

Menurut (Arifin, 2017) Pembelajaran merupakan suatu kegiatan yang bersifat sistematis, komunikatif dan interaktif antara peserta didik dengan pendidik, antara sumber belajar dengan lingkungan sekitar dengan tujuan tercapainya kompetensi yang telah ditentukan dalam bentuk tindakan belajar oleh peserta didik baik di kelas atau luar kelas, serta ada tidaknya pengawasan langsung oleh guru. Menurut (Rosdiani, 2015) menjelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dijadikan sebagai penyediaan pengalaman belajar dalam proses tujuan merangsang pertumbuhan dan

perkembangan fisik, keterampilan berpikir, keterampilan motorik, sosial, moral, serta emosional. Menurut (Hartono, 2013) dapat dikatakan proses yang menggunakan aktivitas fisik olahraga untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional.

Namun pembelajaran PJOK tidak dapat dilakukan seperti pada umumnya dikarenakan dunia sedang mengalami pandemi yang sangat berbahaya yang disebut sebagai penyakit yang mengharuskan warga untuk stay at home dan menjaga hidup sehat melalui protokol kesehatan.

Pembelajaran *online* adalah yang dimanfaatkan pendidik dalam menyampaikan materi yang diajar dengan melalui internet dan media digital. Menurut (Riyana, 2019) menyatakan bahwa *online learning* merupakan suatu sistem yang dapat memfasilitasi siswa belajar lebih luas, lebih banyak, dan bervariasi. Menurut (Shabrina & Abidin, 2020) Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang menggunakan media internet tanpa ada batasan ruang dan waktu dalam menjalankan proses pembelajaran.

Berdasarkan dari semua pendapat ahli bahwa pembelajaran *online* merupakan pentingnya memudahkan murid mengakses materi dari pendidik. Karena dengan dunia sedang terjadi ini dengan adanya pandemi Covid pembelajaran *online* sangat dimanfaatkan oleh pendidik dalam melakukan pengajaran dengan peserta didik.

Menurut (Paturusi, 2015) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses pendidikan yang melibatkan aktivitas kegiatan jasmani dan olahraga yang bertujuan untuk memberikan langkah bagi peserta didik dalam mengembangkan potensi maupun bakat yang dimiliki, sehingga dapat meningkatkan aspek sosial, mental, moral, fisik dan kebugaran jasmani dengan baik. Menurut Wiradihardja, (2017) jasmani dan kesehatan merupakan aktivitas pembelajaran melalui gerak yang dirangkai atau dimodifikasi untuk meningkatkan kebugaran jasmani, perkembangan keterampilan dalam gerak, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, aktif, mental yang kuat dan kestabilan emosi. Menurut (Dewi, 2020) hasil penelusuran di masa pandemi *covid-19*, penggunaan *platform* pembelajaran daring melalui aplikasi (*google classroom, form, docs, spreadsheet*) dengan melakukan penelusuran daring terhadap pelaksanaan pembelajaran di masa *covid-19*. Menurut (Sutisna, 2016) bentuk lain dari metode ini adalah tatap maya dimana pendidik dan peserta didik tidak berada pada satu tempat yang sama yang melakukan interaksi untuk melakukan pembelajaran.

Namun dengan adanya pembelajaran PJOK *online* ini pendidik bisa memanfaatkan dengan model yang baru dan bisa mempunyai gambaran menggunakan dengan metode *online*. Pembelajaran PJOK *online* seharusnya dilakukan sistem tetap dengan cara ada dimana waktu melaksanakan offline dikarenakan adanya kekurangan sarana dan prasarana setiap siswa berbeda disaat melakukan pembelajaran PJOK *online* dirumah, dan bisa dilakukan tetap 1 minggu sekali offline dibagi menjadi beberapa kelompok.

2. Metode

Penelitian ini termasuk jenis deskriptif dengan menggunakan metode survei. Subjek saya ambil dilakukan pada siswa SMPN 3 Malang yakni pada siswa kelas IX.1, IX.2, IX.6, IX.7 berjumlah 127 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket menggunakan validitas isi, yang divalidasi oleh pembimbing skripsi yaitu Prof. Dr. M.E. Winarno, M.Pd. Teknik

pengumpulan data model *skala likert*. Cara analisis data yang digunakan persentase, data diperoleh menggunakan angket/kuesioner yang sudah disebarakan kepada siswa.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

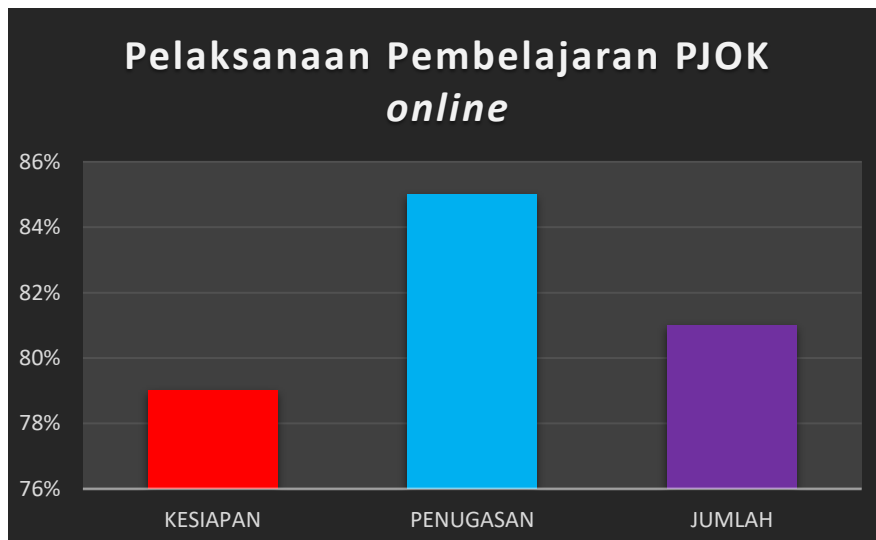
Deskripsi hasil ini dimaksudkan untuk menguraikan hasil data terkumpul tentang jawaban respond subjek dari 4 berjumlah 127 siswa atas kuesioner/*google form* yang dibagikan pada responden yang telah ditentukan. Untuk mengetahui jawaban dari rumusan masalah diajukan di penelitian ini yaitu indikator yang bisa dijadikan parameternya dapat dideskripsi dalam bentuk tabel sebagai berikut.

Tabel 1. Data Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Online Kelas IX SMPN 3 Malang

No.	Aspek	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase %	Kategori
1	Kesiapan	12192	9687	79%	Baik
2	Penugasan	4064	3471	85%	Sangat baik
	Jumlah	16256	13158	81%	Sangat baik

Dengan hasil yang diperoleh peneliti pada 2 variabel diatas variabel kesiapan mendapat skor maskimal 12192 skor hasil 9687 dan dipersentasekan menjadi 79% masuk dalam kategori baik, variabel penugasan mendapat skor maskimal 4064 skor hasil 3471 dan dipersentasekan menjadi 85% masuk dalam kategori sangat baik.

Hasil analisis data penelitian pembelajaran *online* pjok siswa kelas IX SMPN 3 Malang semester gasal 2020/2021 digambarkan pada diagram batang dari tabel diatas dan dipaparkan sebagai berikut.



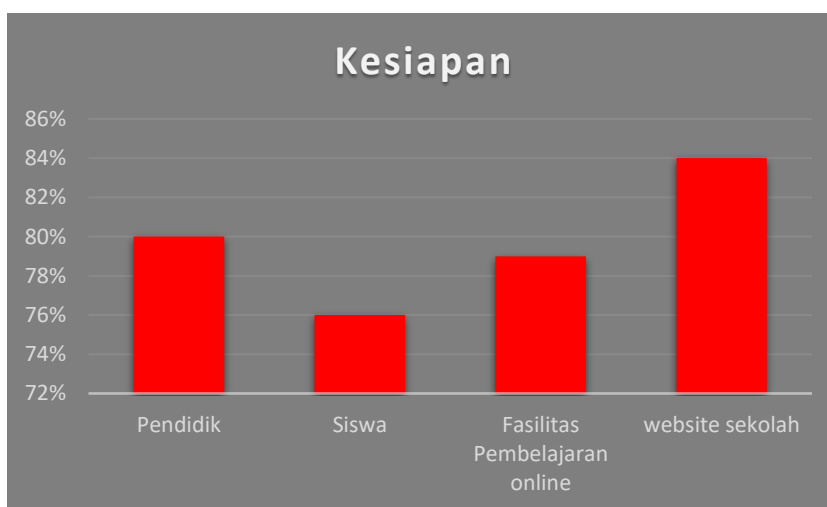
Gambar 1. Diagram Pelaksanaan Pembelajaran PJOK *online* Kelas IX SMPN 3 Malang

Sedangkan pada indikator dari 2 variabel kesiapan, dan penugasan dan menjadi beberapa indikator. Variabel kesiapan terdapat 4 indikator yaitu pendidik, siswa, fasilitas pembelajaran *online*, *website* sekolah, sedangkan variabel penugasan terdapat 3 indikator yaitu sikap, pengetahuan, keterampilan. Digambarkan pada tabel dibawah sebagai berikut.

Tabel 2. Data Hasil Variabel Kesiapan PJOK Online Kelas IX SMPN 3 Malang

No.	Indikator	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase %	Kategori
1	Pendidik	3556	2851	80%	Baik
2	Siswa	4046	3101	76%	Baik
3	Fasilitas Pembelajaran <i>online</i>	2032	1597	79%	Baik
4	<i>Website</i> sekolah	2540	2136	84%	Sangat Baik
Jumlah		12192	9687	79%	Baik

Hasil analisis data penelitian variabel kesiapan dengan 4 indikator pendidik skor hasil 2851 dan skor maskimal 3556 dengan persentase sebesar 80%, pada indikator siswa memiliki skor hasil sebesar 3101 dengan skor maksimal 4046 dengan persentase sebesar 76%, pada indikator fasilitas pembelajaran *online* memiliki skor hasil 1597 dan skor maksimal 2032 dengan persentase 79%, pada indikator *website* sekolah memiliki skor hasil 2136 dan skor maksimal 2540 dengan persentase 84%.

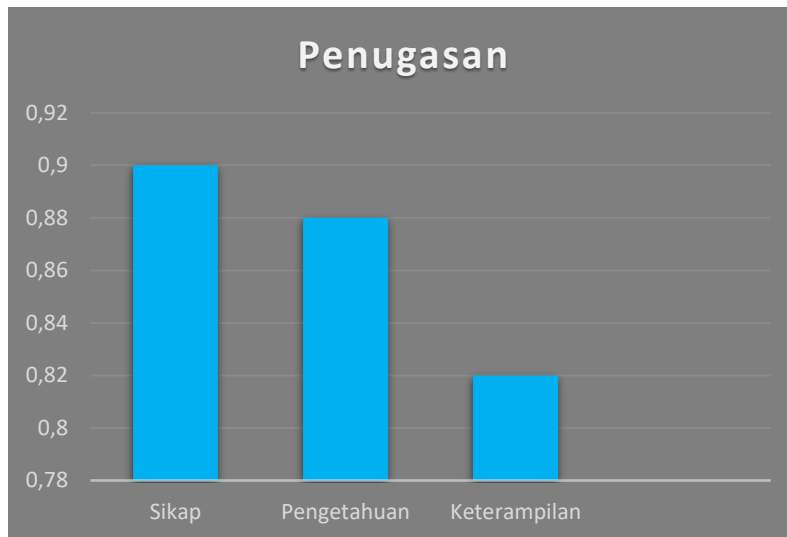


Gambar 2. Diagram Variabel Kesiapan PJOK Online Kelas IX SMPN 3 Malang

Tabel 3. Data Hasil Variabel Penugasan PJOK *online* Kelas IX SMPN 3 Malang

No.	Indikator	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase %	Kategori
1	Sikap	508	455	90%	Sangat baik
2	Pengetahuan	1524	1345	88%	Sangat baik
3	Keterampilan	2032	1671	82%	Sangat baik
Jumlah		4046	3471	85%	Sangat baik

Hasil analisis data penelitian variabel penugasan dengan 3 indikator sikap memiliki skor hasil 455 dan skor maksimal 508 dengan persentase sebesar 90%, pada indikator pengetahuan memiliki skor hasil 1345 dan skor maksimal 1524 dengan persentase sebesar 88%, dan pada indikator keterampilan memiliki skor hasil 1671 dan skor maksimal 2032 dengan persentase sebesar 82%.



Gambar 3. Diagram Variabel Penugasan PJOK *online* Kelas IX SMPN 3 Malang

3.2. Pembahasan

Dari hasil penelitian peneliti diperoleh variabel kesiapan mendapat skor hasil 9687 skor maksimal 12192 dipersentasekan menjadi 79% masuk dalam kategori baik, variabel penugasan mendapat skor hasil 3471 skor maksimal 4064 dipersentasekan menjadi 85% masuk dalam kategori sangat baik.

Penelitian (Jayul & Irwanto, 2020) Mendapatkan hasil pada dasarnya merupakan suatu proses interaksi pendidik dengan peserta didik, maupun tidak langsung (kegiatan pembelajaran dengan menggunakan media pembelajaran dalam aplikasi web). Pada penelitian yang dilakukan (Pertwi, 2016) dinyatakan bahwa keterlaksanaan pembelajaran jasmani dan kesehatan di sekolah inklusi di Surabaya Pusat mencapai 86,86% dan tergolong dalam kategori baik.

Pada penelitian (Herlina & Suherman, 2020) Mendapatkan hasil peserta bahkan untuk menggunakan perangkat hp sebagai salah satu alternatif media. Keterbatasan sarana dan prasarana penunjang pembelajaran yang terkoneksi ke jaringan internet seperti laptop, notebook, dan (Personal Computer) juga menjadi suatu kondisi faktual. penelitian (Simbolon 2021) bahwasannya pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah dasar kepulauan Bangka Belitung pada saat *covid 19*, 60,2% mengatakan pembelajaran secara *online* dan 13,6% mengatakan luring dan 26,2% mengatakan *blended learning*, mengatakan pembelajaran *online* sudah terlaksana baik dan mempunyai fasilitas pendukung untuk melakukan pembelajaran *online*.

Pada penelitian (Victorian et al., 2021) mengemukakan hanya pada saat terjadi kejadian luar biasa (pandemi) penerapan e-learning menjadi prioritas untuk dilakukan, tetapi apabila

keadaan kembali normal, mahasiswa lebih menginginkan pembelajaran tatap muka. Hal ini terjadi dikarenakan mahasiswa terbiasa melakukan praktek di lapangan sebagai calon guru Pendidikan Jasmani. Penelitian (Agustina 2020) pelaksanaan pembelajaran *online* pendidikan jasmani di SMPN 1 Paguyangan dilakukan secara *asynchronous* dengan aplikasi pendukung seperti *google classroom*, dan tiga aspek yang dinilai yakni sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

Dengan demikian pembelajaran PJOK *online* yang dilakukan hanya sebatas menambah wawasan pengetahuan siswa dikarenakan yang dilakukan selama pembelajaran hanya melalui teori-teori yang disampaikan melalui media yang digunakan seperti *zoom*, *schoolology*, dll. Tugas gerak juga diberikan tetapi untuk mengontrol aktivitas geraknya juga kurang efisien belum menyentuh esensi pembelajaran PJOK tidak seperti pembelajaran Offline yang dilakukan dengan aktivitas gerak. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan *online* kelas IX di SMPN 3 Malang ditinjau melalui pelaksanaan pembelajaran termasuk dalam kategori sangat baik menambah wawasan pengetahuan siswa berdasarkan kriteria yang berkisar antara 81%-100%.

4. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian sudah dipaparkan maka dari itu dapat ditarik kesimpulan, pelaksanaan pembelajaran siswa kelas IX dalam melaksanakan pembelajaran PJOK *online* pada semester gasal 2020/2021 termasuk kategori sangat baik pada mata pelajaran PJOK untuk penyampaian materi kognitif atau pengetahuan, namun untuk pembelajaran gerak atau keterampilan belum mampu dikontrol dengan baik dalam pelaksanaan pembelajaran online, di lingkungan rumah masing-masing siswa. Pembelajaran PJOK dilaksanakan satu minggu sekali rata-rata jam pelajaran PJOK dilakukan 1 jam perminggu dan siswa hanya belajar seminggu sekali, menyimpulkan bahwasannya pelaksanaan pembelajaran PJOK *online* di SMPN 3 Malang dari hasil persentase kedua variabel kesiapan, penugasan mendapat delapan puluh satu persen sehingga hasil pelaksanaan pembelajaran PJOK *online* sebatas bertambahnya pada pengetahuan peserta didik serta masih belum menyentuh esensi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, yang dilakukan melalui aktivitas jasmani pada semester gasal 2020/2021.

Daftar Rujukan

- Arifin, Z. (2017). *Evaluasi Pembelajaran: Prinsip Teknik Prosedur, Cetakan ke-10*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Agustina, E. (2020). Proses pembelajaran penjasorkes dalam situasi pandemi covid-19 pada siswa kelas xi sma n 1 paguyangan. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(2), 568–573.
- Baselman, A., & Mappa, S. (2014). *Teori belajar orang dewasa*. PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak Covid-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55–61.
- Hartono, S. (2013). *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (COVID)-19 di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1–7.
- Jayul, A., & Irwanto, E. (2020). *Model Pembelajaran Daring Sebagai Alternatif Proses Kegiatan Belajar Pendidikan Jasmani di Tengah Pandemi Covid-19*. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 190–199.
- Komsiyah, I. (2014). *Belajar dan pembelajaran*. Yogyakarta: Teras.
- Kristiyandaru, A. (2013). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.

- Paturusi, A. (2015). *Manajemen pendidikan jasmani dan olahraga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pertiwi, R. M. (2016). Survei Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Inklusi Smp Negeri Di Surabaya Pusat (Studi Kelas VII). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 4(2).
- Riyana, C. (2019). Produksi Bahan Pembelajaran Berbasis Online. Universitas Terbuka.
- Rosdiani, D. (2015). *Kurikulum Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Rakhman, A. R. A., Nurhalimah, N., Eka, M. E. M. S. M., & Simbolon, M. (2021). Dampak Pandemic Covid-19 Terhadap Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Sekolah Dasar Kepulauan Bangka Belitung. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 2(1), 74–83.
- Saefuddin, H. (2016). *Asis. Ika Berdiati, Pembelajaran Efektif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sagala, S. (2013). *Supervisi Pembelajaran dalam Proses Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Shabrina, F., & Abidin, Z. (2020). Pembelajaran Daring dengan Menggunakan Metode Information Search Mata Pelajaran Al-Islam di SMP Muhammadiyah 2 Surakarta pada Kondisi Covid-19. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sutisna, A. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning pada Pendidikan Kesetaraan Program Paket C dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar. *JTP-Jurnal Teknologi Pendidikan*, 18(3), 156–168.
- Trianto, M. P. (2013). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif: Konsep, Landasan dan Implementasinya pada kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)*. Jakarta: Kencana.
- Victorian, A. R., Aryanti, S., Yusfi, H., Solahuddin, S., & Bayu, W. I. (2021). Perspektif calon guru pendidikan jasmani terhadap pembelajaran online selama pandemi Covid-19. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 6(1), 94–106.
- Wiradihardja, S. (2017). *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta. Balitbang Kemendikbud.