

Analisis Penerapan dan Manfaat Blended Learning dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Triatmo Joko Purnomo*, Ittaqwa, Nasmay Lupita

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang, No. 5, Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

*Penulis korespondensi, email: triatmo.joko.2106148@students.um.ac.id

doi: 10.17977/um065.v5.i1.2025.5

Riwayat artikel

Diajukan: 19 Juni 2024

Direvisi: 15 Desember 2024

Disetujui: 15 Desember 2024

Diterbitkan: 16 Desember 2024

Kata kunci

Blended learning

Pendidikan jasmani

Abstrak

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan yang dilakukan melalui aktivitas jasmani dengan tujuan mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek kognitif yaitu kemampuan berfikir dalam pengetahuan tentang gerak. Aspek afektif yaitu sikap, rasa peduli, dan menghargai pentingnya melakukan aktivitas jasmani. Aspek psikomotorik yaitu ketrampilan gerak yang dimiliki siswa, berhubungan dengan fisiologis untuk pertumbuhan dan perkembangan. Pelaksanaan pembelajaran yang efektif tentunya memadukan teknologi yang ada. *Blended learning* yaitu metode belajar campuran dengan menggabungkan pembelajaran tatap muka, *offline* dan *online*. Penerapan pembelajaran gabungan akan bermanfaat dalam proses pembelajaran sehingga menambah wawasan dalam pengetahuan dan memecahkan permasalahan pembelajaran. Demikian penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dilakukan dengan *blended learning* akan memberikan manfaat bagi siswa, guru dan lembaga pendidikan sehingga tercapai tujuan pendidikan itu sendiri.

1. Pendahuluan

Pendidikan sebagai langkah konkret dalam mengembangkan kehidupan yang sudah menanti peserta didik. Peran dalam segi pengetahuan, keterampilan dan karakter sangat perlu untuk disiapkan sejak dini. Tertera pada Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 1 bahwasanya pendidikan merupakan usaha melalui kegiatan belajar agar peserta didik secara efektif mampu menggali dan mengembangkan potensi dirinya untuk dibutuhkan Masyarakat luas

Dalam dunia pendidikan, salah satu cara untuk menjaga kebugaran dan kesehatan pada peserta didik yaitu dengan dimasukkannya mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan atau yang sering disingkat PJOK. Menurut Rosdiani (2012) menjelaskan bahwa pendidikan melalui aktivitas gerak untuk mengembangkan ketrampilan jasmani dan psikologi peserta didik. Menurut Sudarsini (2013:94) tujuan pendidikan jasmani salah satunya ialah siswa berkembang dalam ketrampilan, kebugaran, kesehatan, melalui aktivitas-aktivitas pembelajaran fisik. Purnomo dkk (2021) kebugaran jasmani merupakan sebuah tujuan pembelajaran pendidikan. Pada hakikatnya, belajar gerak sebuah proses terciptanya perilaku meliputi psikomotor, kognitif dan afektif yang bersifat tetap (Triwanis Can & Baru, 2020).

Pendidikan jasmani selayaknya diintegrasikan dengan teknologi-teknologi, dimana dalam proses pembelajarannya selalu memanfaatkan itu. Kualitas tentunya harus diiringi dengan pengembangan pendekatan dan model saat pelaksanaan pembelajaran berlangsung. Penerapan gabungan antara pembelajar, pengajar dan sumber belajar akan menjadikan suasana belajar lebih bervariasi sehingga daya tarik tinggi. Penggabungan atau kolaborasi proses pembelajaran pada pendidikan jasmani tentu akan menjadi sangat efektif apabila memanfaatkan teknologi yang ada. Dijelaskan Sumintono dkk (2012) integrasi teknologi dalam kegiatan pembelajaran memberikan pengaruh kualitas proses pembelajaran maupun perolehan pengetahuan yang luas dan cepat. Burzycka (2020) Informasi yang dilakukan secara teknologi visual dapat mempengaruhi keakuratan dalam pembelajaran dan lebih efektif digunakan dari pada pembelajaran secara verbal tradisional.

Pemanfaatan media atau teknologi merupakan hal yang tidak terpisahkan dalam pembelajaran. Dalam memenuhi kebutuhan siswa untuk memperoleh pengetahuan secara luas dan mencapai tujuan pendidikan di Indonesia. Telah diterapkan integrasi antara teknologi dan pembelajaran yaitu pembelajaran campuran sering disebut *blended learning*, yaitu pelaksanaan kegiatan belajar memanfaatkan tatap muka, tatap maya dan penggunaan teknologi tanpa tersambung internet. Pembelajaran tersebut telah memberikan alternatif dalam dunia pendidikan di Indonesia.

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, sangat dibutuhkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pembelajaran gabungan, maka kajian berdasarkan teori-teori dari para ahli dan hasil-hasil penelitian

akan dikemas dalam bentuk artikel konsep. Tujuannya penulisan dan pembuatan artikel konsep yaitu mengetahui dan mengkaji penerapan dan manfaat atau peranan blended learning dalam pembelajaran pendidikan jasmani sehingga dapat dijadikan rujukan bagi pendidik atau guru PJOK untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kajian ini menggunakan metode atau pendekatan kepustakaan (library research), Studi pustaka sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Zed (2008) dalam penelitian studi pustaka setidaknya ada empat ciri utama yang penulis perlu perhatikan diantaranya: Pertama, bahwa penulis atau peneliti berhadapan langsung dengan teks atau data angka, bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan. Kedua, data pustaka bersifat siap pakai artinya peneliti tidak terjun langsung kelapangan karena peneliti berhadapan langsung dengan sumber data yang ada di perpustakaan. Ketiga, bahwa data pustaka umumnya adalah sumber sekunder, dalam arti bahwa peneliti memperoleh bahan atau data dari tangan kedua dan bukan data orisinal dari data pertama di lapangan. Keempat, bahwa kondisi data pustaka tidak dibatasi oleh ruang dan waktu Penelitian ini menggali berbagai referensi dari buku maupun artikel yang dimuat dalam jurnal nasional dan internasional terkait "blended learning; hibrid learning; dan physical education. Pengumpulan data menggunakan akses Google cendekia. Analisis data melalui beberapa pendapat yang mempunyai relevansi pada variabel atau tema. Reduksi data menggunakan temuan dari para ahli yang kemudian diuraikan menjadi kalimat singkat.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Penerapan Blended Learning

Blended learning atau hybrid ialah metode menggabungkan pelaksanaan kegiatan belajar tatap muka dikelas/tempat lainnya, tatap maya yaitu bertatap muka menggunakan bantuan teknologi, dan kegiatan belajar yang diakses melalui bantuan teknologi tanpa menggunakan jaringan internet. Blended learning sebagai model pembelajaran gabungan antara tradisional dan modern (Handoko, 2018). Menurut Thorne dalam Syahril dkk (2019) menerangkan blended learning ada perpaduan dari: teknologi multimedia, VCD, kelas maya atau virtual, penggunaan aplikasi. Dengan hal tersebut proses pembelajaran dilaksanakan memadukan teknologi yang ada.

Konsep terbagi dalam tiga jenis antaranya: (1) Pembelajaran tatap muka antara pendidik dan peserta didik di dalam suatu tempat dengan interaksi secara langsung/berhadapan. (2) Pembelajaran offline proses pemberian materi tidak menggunakan koneksi jaringan dan tidak dilaksanakan tatap muka. (3) Pembelajaran online proses belajar menggunakan koneksi jaringan, bisa dilakukan dengan tatap maya ataupun tidak.

Dwiyogo (2016) memaparkan secara jelas komposisi pembelajarannya yaitu 50 persen pembelajaran tatap muka, 25 persen pembelajaran tatap maya memanfaatkan aplikasi, dan 25 persen pembelajaran offline dengan pemberian materi tanpa mengakses jaringan internet. Mata pelajaran sebagai poros dasar dalam proses pembelajaran pendidikan, dan sudah menjadi keharusan bagi kita untuk peduli pada peserta didik dengan melatih mereka penggunaan teknologi pendidikan yang benar, dan mempersiapkan mereka untuk dapat belajar mandiri, tergantung pada diri sendiri, metode penelitian, dan penemuan dalam sarana teknologi modern ini (Wang et al 2022). Blended learning didefinisikan sebagai sistem terintegrasi yang dirancang untuk membantu siswa di setiap tahap studi mereka, menggabungkan pembelajaran klasik dan e-learning dalam berbagai format di kelas. (Abdel & Al-Hadidi, 2013). Porter dkk (2014) penerapan pembelajaran campuran harus memperhatikan seperti: visi misi, strategi, struktur kelembagaan, kebijakan, dukungan dari warga sekolah khususnya siswa, dan sarana prasarana baik yang dimiliki sekolah maupun siswa. Selain itu kemampuan personal siswa terkait fasilitas yang dimiliki harus diperhatikan dengan baik. Kemampuan dan kreativitas guru sangat penting dalam pendidikan jasmani untuk merancang program pembelajaran dan menilai pembelajaran campuran, guru perlu mempertimbangkan kompleksitas merancang dan memperhatikan kendala khususnya saat pembelajaran online dikarenakan tidak semua fasilitas belajar yang dimiliki siswa semua sama, (David, 2020).

Berdasarkan penjelasan tersebut penerapannya yaitu memadukan antara pembelajaran campuran dilakukan secara bergantian, serta menentukan sarana prasarana, pengelolaan waktu dan sumber daya manusia pada lembaga yang bersangkutan

Penerapannya dalam pendidikan jasmani dilakukan dengan memanfaatkan berbagai macam media dan teknologi serta pelaksanaan dirancang semenarik mungkin dengan media dan model-model yang tepat lebih tepatnya pembelajaran berdisferensiasi yaitu memenuhi kebutuhan peserta didiknya. Sebagai salah satu inovasi pendidik membentuk multimedia interaktif atau media audio visual untuk mencapai pembelajaran offline (Dwiyogo & Cholifah, 2016). Hasil penelitian dari Masgumelar dkk (2019) menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK dalam pendidikan olahraga dapat dibagi menjadi tiga aspek, antara lain: (1) Face to face, yaitu

pembelajaran tatap muka antara pengajar dan peserta didik bertemu di kelas atau tempat lainnya; (2) Offline dilaksanakan melalui sumber belajar multimedia interaktif yang dibuat oleh guru yaitu terdiri dari teks, video, audio, dan animasi serta dapat diakses tanpa menggunakan jaringan internet dan .(3) Online, yaitu dengan web belajar dapat melalui Google classroom atau edmodo. Baidhori (2017) memaparkan pendekatan yang dilakukan dalam pendidikan jasmani dapat memanfaatkan teknologi seperti berikut: bahan belajar mandiri secara offline disiapkan dalam bentuk digital, antara lain seperti dalam bentuk CD, MP4, file, sedangkan bahan belajar mandiri secara online disiapkan dalam bentuk website seperti edmodo dan lainnya.

3.2. Manfaat Blended Learning

Pembelajaran campuran yang telah diterapkan dengan struktur, sistematis, dan sesuai komposisi maupun kebutuhan yang akan dicapai akan berdampak atau membuahkan hasil. Berikut ini akan dijelaskan beberapa manfaat blended learning dalam dunia pendidikan secara umum dan pendidikan jasmani khususnya. Pembelajaran blended learning mampu menumbuhkan siswa aktif dalam belajar. Penelitian Giannousi dkk (2012) kinerja belajar siswa meningkat, lebih aktif dalam kegiatan mandiri, mampu mengeksplorasi hal yang mereka peroleh dari berbagai sumber belajar. Adanya peningkatan pada siswa, pertama menjadi lebih fokus, disiplin, inovatif, kreatif, dan interaktif dalam pembelajaran penjas, kedua siswa mampu melaksanakan pembelajaran yang aktif berpusat pada siswa pada pembelajaran penjas, ketiga, siswa termotivasi aktif dalam belajar menggunakan bahan ajar berbasis TIK (e-learning dalam bentuk LMS) dan sumber belajar digital untuk mencari bahan dalam belajar (Adi & Muhammad, 2020). Selaras hasil penelitian Vernadakis dkk (2014) perbandingan pembelajaran tradisional dengan campuran menunjukkan hasil yang berbeda, siswa dalam proses pembelajaran tradisional cenderung diam dan tidak aktif. Sedangkan dalam pembelajaran campuran siswa lebih aktif untuk mencari apa yang telah ditugaskan oleh guru pendidikan jasmani hal ini karena pembelajaran campuran memberikan pengalaman bagi siswa dengan penekanan pada pembelajaran aktif. Blended learning dapat membantu meningkatkan pemahaman belajar siswa dan blended learning dalam perguruan tinggi efektif digunakan untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa (Graham & Harison, 2013; Bernard dkk, 2014).

Peran blended learning dalam menghasilkan capaian kompetensi dasar dalam pendidikan jasmani juga terbukti menjadikan siswa meningkat dalam hasil belajar. Adi dan Fathoni (2019) memaparkan penerapan pembelajaran campuran dalam pendidikan jasmani menunjukkan siswa termotivasi sehingga meningkat hasil belajarnya. Fathoni (2018) peranan pembelajaran campuran dalam belajar gerak yaitu pembelajaran tatap muka dapat dimaksimalkan bagi siswa yang memiliki gaya belajar kinestetik/ unggul dalam psikomotornya, sedangkan pada online dan offline dikemas bentuk video dan audio sasarannya ditujukan pada peserta didik yang dominan gaya visual maupun auditorial. Qudah dkk (2018) pembelajaran campuran menunjukkan peningkatan hasil dalam kebugaran jasmani siswa, program pembelajaran kebugaran dilakukan dengan praktik langsung serta diberikan materi dalam bentuk video pembelajaran. Muszali dkk (2017) Pendekatan belajar mengajar daring pada model campuran menjadikan belajar mengajar efektif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa selain dari belajar mengajar tatap muka.

Blended learning berperan pada penelitian guru pendidikan jasmani dalam upaya menemukan pemecahan masalah. Pendidik atau guru pendidikan jasmani disarankan melakukan penelitian tindakan kelas dalam memadukan proses pembelajaran dengan teknologi yang ada, sehingga dapat mengetahui seberapa sukses dan meningkat pembelajaran yang telah dilakukan, serta publikasi untuk memberikan pengetahuan bagi yang lain, (Calderon dkk, 2020). Shi dan Zainuddin (2020) tinjauan penelitian mengenai pendidikan jasmani berbasis pembelajaran campuran menghasilkan yaitu memperjelas konsep dasar, mempromosikan pengembangan ilmiah, memperdalam tingkat penelitian teori dan penelitian lapangan sehingga dapat memperbaiki dan menjadi acuan dalam pembelajaran yang lain. Temuan penelitian yang telah dilakukan Kwon (2017) memperkuat bahwa pembelajaran campuran atau blended terkhusus pembelajaran pendidikan jasmani terbukti meningkatnya kualitas kurikulum disekolah. Aru Fantiro dkk (2022) yang menyebutkan bahwa blended learning merupakan pembelajaran yang secara positif dapat mengubah motivasi yang rendah menjadi tinggi

4. Simpulan

Blended Learning adalah pembelajaran gabungan tatap muka, maya, *offline* dan *online*. Teknologi dan berbagai macam media belajar dapat diintegrasikan sesuai kebutuhan peserta didik. Pada penerapannya pihak sekolah dan guru pendidikan jasmani harus memenuhi standar sarana dan prasarana terkait penggunaan teknologi dan kualitas jaringan. *Blended learning* diterapkan sesuai standar atau dengan komposisi yang telah memadai dapat memberikan peranan dan manfaat antara lain (1) Memberikan siswa hasil belajar pendidikan jasmani yang optimal. (2) Membantu guru pendidikan jasmani dalam menemukan dan memecahkan permasalahan. (3) Meningkatkan kualitas kurikulum pendidikan jasmani pada lembaga pendidikan. Dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran *blended learning* dalam pendidikan jasmani dapat menanamkan motivasi, minat, dan aktif dalam belajar mandiri sehingga terbukti hasil meningkat dalam hal pengetahuan dan kondisi jasmani siswa. Kemudian dalam penelitian bermanfaat bagi pendidik untuk memperbaiki kualitas pembelajaran dan kurikulum disekolah mengenai pendidikan jasmani.

Kontribusi Penulis

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

Pendanaan

Tidak ada dukungan pendanaan yang diterima.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan sehubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

Daftar Rujukan

- Abdel, M., & Al-Hadidi, R. (2013). Effect of the blended learning in students of the Faculty of Physical Education in the University of Jordan acquiring the skill of underhand passing of the volleyball. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3.
- Adi, R., & Muhammad, S. T. (2020). Technology innovation and learning media in industrial revolution era 4.0 (blended learning) in physical education. *The 2nd International Conference and Innovation Exhibition on Global Education (ICEGE)*, 120–122.
- Adi, S., & Fathoni, A. F. (2019). Development of learning model based on blended learning in sports school. *5th International Conference on Physical Education, Sport, and Health (ACPES 19)*. Atlantis Press.
- Aru Fantiro, F., Arifin, B., Muzakki, A., & Setiawan, E. (2022). Blended learning or full online: Increase student mood and motivation during the new normal era. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 8(1), 13–28. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v8i1.16527
- Baidhori, A. (2017). Pembelajaran pendidikan jasmani berbasis blended learning. *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 1(1), 242–250.
- Bernard, R. M., Borokhovski, E., Schmid, R. F., Tamim, R. M., & Abrami, P. C. (2014). A meta-analysis of blended learning and technology use in higher education: From the general to the applied. *Journal of Computing in Higher Education*, 26(1), 87–122. <https://doi.org/10.1007/s12528-013-9077-3>
- Burzycka-Wilk, D. (2010). Effectiveness of visual information in the process of teaching swimming motor activities. *Human Movement*, 11(2), 184–190. <https://doi.org/10.2478/v10038-010-0014-2>
- Calderon, A., et al. (2020). An integrated blended learning approach for physical education teacher education programmes: Teacher educators' and pre-service teachers' experiences. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1(1), 1–16.
- David, N. D. (2020). Thinking about hybrid or online learning in physical education? Start here! *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(1), 42–44. <https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1678135>
- Dwiyogo, W. D. (2016). *Pembelajaran berbasis blended learning: Model rancangan pembelajaran dan hasil belajar pemecahan masalah*. Malang: Wineka Media.
- Dwiyogo, W. D., & Cholifah, P. S. (2016). Continuing professional development (CPD) for physical education teacher in elementary school through blended learning. *International Conference on Education (ICE2) 2018: Education and Innovation in Science in the Digital Era*, 948–955.
- Fathoni, A. F. (2018). The role of blended learning on cognitive step in education of sport teaching by adjusting the learning style of the students. *The 4th International Seminar on Public Health Education (ISPHE) Advances in Health Science Research*, 12, 208–213.
- Graham, C. R., Woodfield, W., & Harrison, J. B. (2013). A framework for institutional adoption and implementation of blended learning in higher education. *The Internet and Higher Education*, 18, 4–14. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2012.09.003>
- Giannousi, M., et al. (2012). The impact of blended and traditional instruction on students' performance. *Democritus University of Thrace, Department of Physical Education and Sport Science*, 1(1), 439–443.
- Handoko. (2018). *Blended learning: Konsep dan penerapannya*. Padang: (LPTIK) Universitas Andalas.
- Kwon, E. H. (2017). How to reconceptualize physical education teacher education curriculum for successful training toward inclusion. *Research in Dance and Physical Education*, 1(1), 13–28.
- Masgumelar, N. K., & Mustafa. (2021). Pembelajaran pendidikan olahraga berbasis blended learning untuk sekolah menengah atas. *Jurnal Kejora: Jurnal Kesehatan Jasmani dan Olah Raga*, 6(1), 133–144.
- Masgumelar, N. K., et al. (2019). Modifikasi permainan menggunakan blended learning mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 4(7), 979–986.
- Muszali, R., Jani, J., & Nathan, S. (2017). B-Lead model approach in physical education teaching and learning. *Sci.Int.(Lahore)*, 29.
- Porter, W., et al. (2014). Blended learning in higher education: Institutional adoption and implementation. *Computers & Education*, 75, 185–195. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.02.013>

- Purnomo, T. J., Kurniawan, A. W., & Wahyudi, U. (2021). Perbandingan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas X jurusan agama madrasah aliyah berbasis pesantren dan madrasah aliyah reguler. *Sport Science and Health*, 3(6), 359–368.
- Qudah, A. H., et al. (2018). The impact of blended learning in improving fitness elements at sixth grade students in Jordan. *Journal of Entrepreneurship Education*, 21(4), 1–9.
- Rosdiani, D. (2012). *Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani dan kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Shi, S., & Zainuddin, Z. A. (2020). A review of the research on blended learning in physical education in China and international. *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 672–686.
- Sudarsini. (2013). *Pendidikan jasmani dan olahraga*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Sumintono, B., et al. (2012). Penggunaan teknologi informasi dan komunikasi dalam pengajaran: Survei pada guru-guru sains SMP di Indonesia. *Jurnal Pengajaran MIPA*, 17(1), 122–131.
- Syahril, et al. (2019). *Buku model blended learning*. Riau: Unilak Press.
- Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
- Vernadakis, N., et al. (2014). A comparison of student satisfaction between traditional and blended technology course offerings in physical education. *Turkish Online Journal of Distance Education (TOJDE)*, 13(1), 137–147.
- Wang, C., Dev, R. D. O., Soh, K. G., Nasiruddin, N. J. M., & Wang, Y. (2022). Effects of blended learning in physical education among university students: A systematic review. *Education Sciences*, 12(8), 530. <https://doi.org/10.3390/educsci12080530>
- Zed, M. (2008). *Metode penelitian kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.