



Implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran PJOK kelas IX sekolah menengah pertama

Implementation of online learning class IX study lesson physical education junior high school

Hegen Dadang Prayoga¹, Ari Tri Fitrianto¹, Muhammad Habibie¹,
Pinton Setya Mustafa²

¹ Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari, Indonesia

² Universitas Islam Negeri Mataram, Indonesia

Email: hegendadang-prayoga@gmail.com¹, aritritfitrianto17@gmail.com¹,
habibiem789@gmail.com¹, pintonsetyamustafa@uinmataram.ac.id²

ABSTRAK

Permasalahan penelitian ini adalah pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dalam materi sekolah dan tugas yang dilakukan oleh guru tidak sesuai dengan harapan, atau jika diberikan tugas hanya untuk mengumpulkan. Penghapusan bagian sosial dan emosional pembelajaran PJOK membuatnya tidak maksimal dalam penilaian psikomotor, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan dan implementasi pembelajaran PJOK secara daring di SMP di Banjarmasin siswa kelas IX. Penelitian ini menggunakan pendekatan metode kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran yang cukup jelas tentang masalah yang sedang dipelajari. Data yang diperoleh menggunakan kuesioner tertutup yang telah dicetak. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan persentase. Sampel penelitian ini adalah SMP di Banjarmasin yang memiliki sarana dan prasarana olahraga yang baik. Teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling* yang terdiri dari 4 sekolah dengan jumlah responden sebanyak 80 siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran PJOK secara daring hanya dapat mencapai 69,02% (cukup), dimana pada aspek kognitif dapat mencapai 71,42% (baik); aspek afektif mencapai 64,74% (cukup); kemudian pada ranah psikomotor mencapai 68,93% (cukup). Kesimpulan dari penelitian implementasi pembelajaran daring PJOK cukup baik, terutama meningkatkan kemampuan kognitif siswa, tetapi kemampuan afektif dan psikomotor siswa belum berjalan baik.

Kata kunci: pembelajaran; daring; PJOK; SMP.

The problem of this research is that the learning in school materials and tasks performed by teachers are not in line with expectations, or if given assignments just to collect. Elimination of the social and emotional part of PE learning makes it not maximal in psychomotor assessment, the purpose of this study is to know the application and implementation of PE online learning in junior high school in Banjarmasin grade IX students. This study uses a descriptive quantitative method approach that aims to provide a fairly clear picture of the problem being studied. The data obtained using a closed questionnaire that has been printed. Data analysis using descriptive quantitative with percentages. The sample of this research is junior high school in Banjarmasin which has good sports facilities and infrastructure. The data collection technique used purposive sampling consisting of 4 schools with a total of 80 students as respondents. The results of this study indicate that the implementation of online PE learning can only reach 69.02% (enough), where in the cognitive aspect it can reach 71.42% (good); affective aspect reached 64.74% (enough); then in the psychomotor domain it reached 68.93% (enough). The conclusion from the research on the implementation of online learning PE is passably, especially improving students' cognitive abilities but the students' affective and psychomotor abilities have not gone well.

Key words: learning; online; physical education; junior high school.

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima : 20 Mei 2021
Disetujui : 23 September 2021

Alamat Korespondensi:

Hegen Dadang Prayoga
Program Studi Pendidikan Olahraga, FKIP,



PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 yang telah menjadi pandemi dunia saat ini menuntut pemerintah melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) dengan adanya surat edaran nomor 3 Tahun 2020 tentang pencegahan Covid-19 pada satuan pendidikan perihal pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka mencegah Covid-19 bagi guru dan bagi siswa untuk semua jenjang di seluruh Indonesia. Keadaan yang memaksa pengambilan keputusan *stakeholder* saat ini serta fenomena pandemi yang akibatnya luar biasa, sangat cepat memforsir dunia pembelajaran mengganti pola kerja pelayanan dari cara lama jadi pelayanan berbasis daring.

Pembelajaran jarak jauh merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran (Fikri et al., 2021). Pendidikan daring ialah sistem pembelajaran yang jarak dan tempat tidak dalam satu lingkungan dimana ada kegiatan pelaksanaan proses belajar yang terpisah dari kegiatan belajar. Tenaga pengajar juga dituntut lebih berinovasi dalam penyajian materi pendidikan secara daring ialah dengan membuat video pendidikan, mengoptimalkan pemakaian *google classroom*, *whatsapp group* serta aplikasi *video conferencing* semacam *zoom* ataupun *skype*. Proses belajar ini akan bertumpu pada proses komunikasi, dimana guru wajib senantiasa mencermati pertumbuhan anak didiknya ialah dengan kepastian hak belajar yang senantiasa berjalan walaupun dengan perantara teknologi. Akan tetapi pembelajaran daring ini merupakan pembelajaran baru bagi sekolah yang sudah terbiasa dengan pembelajaran konvensional yang mengandalkan tatap muka, apalagi Sekolah Menengah Pertama di Banjarmasin sekolah *full day* dimana guru jarang memberikan tugas yang banyak kepada muridnya.

Salah satu mata pelajaran yang banyak melakukan aktivitas fisik adalah PJOK, menurut Mashud (2016) PJOK ialah bagian yang berkesinambungan dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan guna meningkatkan aspek kebugaran jasmani, keahlian gerak, keahlian berpikir kritis, keahlian sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat serta pendekatan lingkungan bersih lewat kegiatan jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang disusun secara sistematis dalam rangka menggapai tujuan pembelajaran nasional. Memerlukan pengawasan untuk setiap proses yang dilakukan, dalam pengamatan atau observasi selama beberapa minggu dimana pemberian tugas dalam bentuk *file* melalui daring tetapi hasilnya kurang memuaskan, peneliti mengamati serta berdiskusi dengan guru-guru PJOK bahwa pembelajaran PJOK

menggunakan belajar jarak jauh atau daring merupakan kebijakan yang tergesa-gesa, menurut [Worrel, et al, dalam Nuriawati, et al, \(2020\)](#) pembelajaran PJOK yang efektif dan efisien berpotensi meningkatkan tumbuh kembang siswa paling utama pada ranah pengetahuan, keterampilan, serta perilaku. Dengan kondisi sekarang dengan data yang didapat penulis di lapangan membuat pembelajaran PJOK berpotensi tidak seefektif masa pembelajaran tatap muka, seperti yang dikatakan "[Kooiman, et al, \(2017\)](#) dalam jurnalnya *secondary school OLPE courses focus on the cognitive pieces of the curriculum and to a lesser degree fitness for life.*" [Kooiman et al. \(2017\)](#) mengatakan kurikulum daring sekolah berfokus pada nilai kognitif, bagian-bagian pembelajaran pada tingkat yang lebih rendah untuk kehidupan. Penghilangan bagian sosial dan emosional dari pembelajaran PJOK membuat tidak maksimal dalam penilaian psikomotor, ini mengakibatkan kurangnya pembelajaran psikomotor yang menjadi bagian terbaik dari pembelajaran PJOK di sekolah. Sementara itu penting untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang kesehatan di masa pandemi ini sependapat dengan itu ([Priadana, Saifuddin, & Prakoso, 2021](#)) mengatakan bahwa semakin tinggi nilai pengetahuan dan pemahaman tentang aktivitas fisik mereka, maka semakin baik pengetahuan dan pemahaman mereka tentang apa, bagaimana, dan kapan mereka akan melakukan aktivitas fisik.

Pada kenyataan dibuktikan dengan pengerjaan soal atau tugas yang dikerjakan tidak sesuai harapan, atau hanya sekedar mengumpulkan. Selain itu dalam pengumpulan tugas sebagian siswa terlambat dari waktu yang ditentukan, dalam hal ini terlihat guru tidak siap untuk menghadapi perubahan dari luring ke daring sedangkan siswa tidak bisa beradaptasi dengan proses belajar PJOK yang menekankan tugas yang bersifat tertulis. Dalam pengamatan selama beberapa minggu dimana pemberian tugas dalam bentuk *file* melalui daring tetapi hasilnya kurang memuaskan, Peneliti mengamati serta berdiskusi dengan guru-guru bahwa pembelajaran PJOK menggunakan pembelajaran daring merupakan kebijakan yang tergesa-gesa. Seperti yang dikatakan [Siahaan \(2003\)](#), secara garis besar, menjelaskan ada beberapa pandangan mengenai fungsi pembelajaran berbasis elektronik, yaitu sebagai suplemen, pelengkap atau pengganti, dalam masa pandemi Covid-19 metode yang banyak digunakan oleh guru-guru PJOK adalah secara *e-learning*, dimana guru harus mengemas pembelajaran PJOK secara efektif dan efisien secara daring, menurut [Mandono & Irianto \(2019\)](#) kreativitas guru dalam kegiatan pembelajaran maupun dalam menciptakan sebuah materi pembelajaran sangat dibutuhkan agar dapat berjalan efektif dan efisien.

Keadaan ini juga beresiko terhadap kebiasaan gaya hidup pasif terhadap anak padahal menurut [Sánchez-López, et al. \(2019\)](#) aktif secara aktivitas fisik dan aktif bermain selama satu tahu ajaran di sekolah meningkatkan kognisi dan

perubahan dalam kebugaran fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui SMP di Banjarmasin yang memiliki sarana dan prasarana fasilitas olahraga dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK secara daring di sekolah negeri dan swasta yang ditinjau dari ranah kognitif, afektif, dan psikomotor.

METODE

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2011). Metode penelitian yang digunakan pada penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6, 11 dan Sekolah Menengah Pertama Swasta Al Zam-Zami dan Ukhuwah Kota Banjarmasin. Metode ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang cukup jelas atas masalah yang diteliti. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang mana sampel sudah ditentukan oleh peneliti, dalam penelitian ini penulis memperoleh data dengan menggunakan kuesioner tertutup yang mengacu pada capaian pembelajaran PJOK yang telah diberi skor antara 1 sampai 4 yang diklasifikasikan dengan domain kognitif, afektif, dan psikomotor dengan jumlah butir pertanyaan sebanyak 24 butir. Sebanyak 11 butir pertanyaan pada aspek kognitif, 6 pertanyaan pada aspek afektif, serta 7 pertanyaan pada aspek psikomotor.

Penelitian ini dilakukan pada siswa di SMP yang berada di Kota Banjarmasin dengan jumlah responden sebanyak 80 orang. Responden penelitian terdistribusi atas 4 sekolah, yaitu: (1) SMPN 6 Banjarmasin, (2) SMPN 11 Banjarmasin, (3) SMP-IT Ukhuwah, dan (4) SMP Al Zam-Zami sejumlah 9 Orang. Adapun rincian jumlah responden yang dipilih untuk mengisi angket dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi rincian responden berdasarkan sekolah

Nama Sekolah	Jumlah Responden	Persentase (%)
SMPN 6 Banjarmasin	13	16,25
SMPN 11 Banjarmasin	29	36,25
SMP-IT Ukhuwah	29	36,25
SMP Al Zam-Zami	9	11,25
Jumlah	80	100

Dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner kemudian dianalisis dengan rumus deskriptif kuantitatif untuk memperoleh persentase dalam implementasi pembelajaran PJOK yang ditinjau dari domain kognitif, afektif, dan psikomotor. Hasil dari analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase kemudian diklasifikasikan berdasarkan Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Klasifikasi hasil analisis deskriptif persentase

No.	Persentase (%)	Kategori
1	80 – 100	Sangat Baik
2	70 – 79	Baik
3	60 – 69	Cukup
4	50 – 59	Kurang
5	... < 50	Sangat Kurang

(Sumber: [Arikunto & Jabar, 2009](#))

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Setelah dianalisis dengan deskriptif kuantitatif persentase diperoleh hasil dalam implementasi pembelajaran PJOK secara daring pada domain kognitif mencapai 71,42% (baik). Adapun rincian hasil analisisnya setiap sekolah dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil analisis implementasi pembelajaran PJOK berdasarkan domain kognitif tiap sekolah

No.	Nama Sekolah	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase (%)
1	SMPN 6 Banjarmasin	445	572	77,80
2	SMPN 11 Banjarmasin	830	1276	65,05
3	SMP-IT Ukhuwah	951	1276	74,53
4	SMP Al Zam-Zami	288	396	72,73
Total		2514	3520	71,42

Kemudian hasil analisis dengan deskriptif kuantitatif persentase diperoleh hasil dalam implementasi pembelajaran PJOK secara daring pada domain afektif 64,74% (cukup). Adapun rincian hasil analisisnya setiap sekolah dapat dilihat pada Tabel 4 berikut.

Tabel 4. Hasil analisis implementasi pembelajaran PJOK berdasarkan domain afektif tiap sekolah

No.	Nama Sekolah	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase (%)
1	SMPN 6 Banjarmasin	216	312	69,23
2	SMPN 11 Banjarmasin	449	696	64,51
3	SMP-IT Ukhuwah	426	696	61,21
4	SMP Al Zam-Zami	152	216	70,37
Total		1243	1920	64,74

Adapun hasil analisis dengan deskriptif kuantitatif persentase diperoleh hasil dalam implementasi pembelajaran PJOK secara daring pada domain psikomotor 68,93% (cukup). Adapun rincian hasil analisisnya setiap sekolah dapat dilihat pada Tabel 5 berikut.

Tabel 5. Hasil analisis implementasi pembelajaran PJOK berdasarkan domain psikomotor tiap sekolah

No.	Nama Sekolah	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase (%)
1	SMPN 6 Banjarmasin	264	364	72,53
2	SMPN 11 Banjarmasin	522	812	64,29
3	SMP-IT Ukhuwah	589	812	72,54
4	SMP Al Zam-Zami	169	252	67,06
	Total	1544	2240	68,93

Sedangkan apabila dianalisis secara keseluruhan dengan jumlah responden 80 siswa melalui analisis deskriptif kuantitatif persentase diperoleh tingkat terlaksana pembelajaran PJOK secara daring hanya mencapai 69,02% dengan kategori cukup. Adapun hasil analisisnya dapat dilihat pada Tabel 6 berikut.

Tabel 6. Hasil analisis implementasi pembelajaran PJOK berdasarkan domain kognitif, afektif, dan psikomotor (n=80)

No.	Aspek	Skor Hasil	Skor Maksimal	Persentase (%)	Kategori
1	Kognitif	2514	3520	71,42	Baik
2	Afektif	1243	1920	64,74	Cukup
3	Psikomotor	1544	2240	68,93	Cukup
	Total	5301	7680	69,02	Cukup

Dari hasil data yang telah dianalisis menunjukkan bahwa pada pembelajaran PJOK secara daring hanya dapat berjalan dengan kategori baik pada ranah kognitif. Sedangkan pada ranah afektif dan psikomotor menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK melalui daring masih dalam kategori cukup.

Kegiatan pembelajaran mata pelajaran PJOK dari keempat sekolah tersebut dilakukan secara daring seperti penyampaian materi berupa pertemuan melalui *google classroom* dan *zoom meeting*, pemberian tugas oleh guru yang dikumpulkan melalui media *whatsapp*, dan beberapa kegiatan olahraga yang dapat dilakukan secara *online* seperti mengisi LKS, analisa video dan senam virtual di rumah masing-masing. Tugas-tugas yang diberikan oleh guru berupa latihan-latihan soal, dan tugas foto siswa yang sedang melakukan kegiatan olahraga. Sulitnya untuk proses evaluasi dan penilaian hasil belajar pada ranah psikomotor siswa.

Pembahasan

Penerapan pembelajaran PJOK secara daring pada aspek kognitif

Penyampaian mata pelajaran PJOK yang bersifat teoretis disampaikan melalui *google classroom*, *zoom meeting*, dan aplikasi *whatsapp* untuk pengumpulan tugas. Adapun materi pelajaran yang diberikan adalah materi tentang permainan bola besar, kesehatan olahraga, dan kebugaran jasmani.

Dari data yang didapat diketahui bahwa melalui pembelajaran daring penyampaian materi ke arah kognitif lebih dominan. Aspek kognitif para siswa menyatakan memahami tujuan pembelajaran, menguasai materi, dan dapat menjawab soal yang disampaikan secara daring. Pembelajaran PJOK yang berkualitas memiliki ciri yang efektif dalam manajemen waktu ketika penyampaian materi, sehingga tujuan dari kompetensi yang diharapkan dapat dicapai oleh siswa (Mustafa & Winarno, 2020).

Adapun keterkaitan pengetahuan antar individu (kepandaian atau pemahaman) yang ditunjukkan dengan siswa mendapatkan hasil dari pembelajaran yang dilakukan. Wujud evaluasi kognitif mempresentasikan bahwa tujuan pencapaian pembelajaran, umumnya uji yang dilaksanakan oleh guru berbentuk tes untuk mengetahui pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan (Ratnawulan & Rusdiana, 2015). Pada hasil penelitian ini diketahui bahwa siswa menyatakan dapat mencapai semua tujuan pembelajaran. Hal tersebut dibuktikan bahwa nilai mata pelajaran PJOK yang dapatkan dari metode pembelajaran daring cenderung bagus pada aspek kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian juga diketahui bahwa siswa dapat menghadiri kegiatan pembelajaran daring secara tepat waktu. Akan tetapi siswa cenderung mendengarkan ceramah dari guru PJOK. Sehingga dapat dikatakan selama pembelajaran daring siswa kurang aktif. Sebenarnya pembelajaran daring jika dilakukan dengan baik, dapat meningkatkan komunikasi antar siswa melalui sosial media mereka (Victoria, Mustafa, & Ardiyanto, 2021). Guru perlu menyajikan formula pembelajaran PJOK yang dapat mendukung agar siswa diberikan kesempatan untuk saling berinteraksi satu sama lain.

Penerapan pembelajaran PJOK secara daring pada aspek afektif

Aspek atau ranah afektif adalah ranah yang berhubungan dengan sikap dan nilai. Sikap dan nilai seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor, baik dari faktor internal maupun faktor eksternal (Ratnawulan & Rusdiana, 2015). Dalam kebijakan Kurikulum Nasional di Indonesia penilaian sikap dalam mata pelajaran PJOK dilakukan secara tidak langsung serta sebagai pengiring pembelajaran (Mustafa, 2021). Akan tetapi, pada pembelajaran yang dilakukan secara *daring*, peneliti tetap memasukkan ranah afektif berdasarkan pertimbangan untuk menilai keberhasilan pengelolaan kelas pada saat pembelajaran banyak faktor eksternal yang turut mempengaruhi sikap siswa, saat kegiatan belajar melalui *google classroom* ataupun *zoom meeting*, faktor-faktor seperti ketertiban, kedisiplinan dan tanggung jawab. Dari data yang didapat bahwa tujuan dari aspek afektif dalam pembelajaran PJOK melalui daring masih dalam kategori cukup. Aspek afektif para siswa menyiapkan, menghadiri, dapat berinteraksi, dan tepat waktu mengumpulkan tugas yang disampaikan secara daring belum optimal.

Dari pemahaman siswa terhadap materi pelajaran penting juga untuk memberikan pemahaman sikap akan hidup sehat, makan sehat dan mental yang sehat selama pandemi dan belajar di rumah bukan berarti tidak melakukan kegiatan olahraga secara mandiri menurut [Maugeri et al. \(2020\)](#) menjaga rutinitas olahraga secara teratur menjadi kunci kesehatan fisik dan mental. Pembelajaran PJOK sebaiknya dapat memberikan sikap aktif kepada siswa untuk terus berolahraga sebagai gaya hidup. Oleh sebab itu siswa perlu adanya rasa senang tanpa ada tekanan dalam diri siswa ketika pembelajaran PJOK berlangsung ([Mustafa & Roesdiyanto, 2021](#)).

Berdasarkan hal di atas, diketahui bahwa metode pembelajaran secara daring mata pelajaran PJOK sedikit kurang berhasil jika dilihat dari sisi afektif, yaitu cukup banyak siswa dengan afektif yang kurang memenuhi ekspektasi ketika pembelajaran yang dilakukan di rumah masing-masing atau jarak jauh. Selain itu juga membuat siswa sulit untuk dikontrol oleh seorang guru dalam memandu sebuah pembelajaran.

Penerapan pembelajaran PJOK secara daring pada aspek psikomotor

Penilaian psikomotor yang dilakukan adalah berupa penilaian kemampuan siswa dalam meniru dan melakukan gerakan-gerakan olahraga secara benar, seperti gerakan-gerakan dalam permainan bola besar, dan gerakan-gerakan dalam latihan kebugaran jasmani. Dalam belajar keterampilan gerak dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal ([Mustafa & Sugiharto, 2020](#)). Faktor internal merupakan kemampuan dari diri siswa tersebut, sedangkan pada faktor eksternal salah satunya adalah perlakuan guru dalam memberikan layanan pembelajaran.

Dalam penelitian ini untuk mencapai aspek psikomotor, materi yang dapat disampaikan dengan baik adalah kebugaran jasmani. Hal tersebut dapat dilakukan lebih baik dari materi lain karena tidak memerlukan peralatan olahraga yang spesifik. Diketahui bahwa siswa belum bisa mendapatkan nilai yang maksimal ketika mempraktikkan gerakan olahraga dikarenakan setiap siswa memiliki kondisi peralatan dan fasilitas olahraga yang beragam. Siswa yang memiliki peralatan olahraga yang lebih bagus, cenderung mendapatkan nilai praktik yang baik. Selain itu, mereka juga mengikuti ekstrakurikuler olahraga baik di sekolah maupun melalui klub luar sekolah. Adanya kondisi lingkungan sosial serta keberadaan fasilitas yang mendukung dalam berolahraga memang mempengaruhi hasil dalam melakukan aktivitas fisik dalam keseharian ([Ardiyanto & Mustafa, 2021](#)). Agar siswa dapat dengan optimal dalam pembelajaran gerak secara daring, maka diperlukan sumber belajar yang mudah diakses serta perlu pemantauan secara berkala ([Masgumelar & Mustafa, 2021](#)).

Hasil temuan di lapangan mengungkap bahwa penilaian aspek psikomotor untuk mata pelajaran PJOK terbatas pada kegiatan-kegiatan olahraga tertentu

saja, seperti senam, dan beberapa latihan-latihan kebugaran jasmani yang tidak memerlukan sarana olahraga. Ketika sekolah melakukan pembelajaran jarak jauh, maka pendidikan jasmani semestinya menjadi prioritas, guru harus merancang dan membuat pendekatan inovatif pembelajaran PJOK di rumah (Rundle, Park, Herbstman, Kinsey, & Wang, 2020).

Implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran PJOK kelas IX SMP di Banjarmasin

Pada dasarnya pembelajaran PJOK di sekolah yang dominan akan kegiatan aktivitas bergerak, pembelajarannya dilakukan di ruang terbuka, serta metode pembelajarannya dengan pemberian tugas, demonstrasi dan lainnya (Supriyadi, 2018). Untuk itu, beberapa murid mengharapkan walaupun pembelajaran dilakukan secara daring, tetapi sesekali dilakukan pembelajaran tatap muka langsung secara *shifting* dan tetap menerapkan protokol kesehatan, terutama pengambilan nilai praktik dan psikomotor siswa.

Jumadi, Laksana, & Prananta (2021) pemberian tugas dan ujian secara daring memang membuat siswa tetap bisa mengerjakan tugas, akan tetapi membuat mereka kurang semangat. Sari & Sutapa (2020) menyatakan bahwa selama pembelajaran PJOK secara daring hanya sedikit mendapatkan kebermanfaatan fisik dalam pembelajaran, sehingga dapat dikatakan tidak efektif. Pembelajaran secara luring dibandingkan dengan pembelajaran daring (penugasan gerak, pemberian video, dan penugasan LKS) tidak seefektif pembelajaran luring yang dilakukan secara tatap muka dalam hal hasil belajar (Ketaren, Kanca, & Lesmana, 2021). Dari penelitian yang sudah dilakukan, maka pada penelitian ini berfokus terhadap ketiga aspek, yaitu: kognitif, psikomotor, dan afektif untuk mencari informasi lebih dalam agar bisa dikembangkan ke penelitian model pengembangan bahan ajar.

Implementasi pembelajaran daring pada penelitian ini dinilai berdasarkan evaluasi dari hasil aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Metode pembelajaran daring dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada siswa kelas IX SMP di Banjarmasin hanya dapat berjalan dengan baik terhadap aspek kognitif saja. Tingkat penerapan suatu pembelajaran juga berbeda-beda terhadap masing-masing individu, tergantung tingkat kecerdasan serta kemampuan adaptasi siswa terhadap metode pembelajaran yang baru. Pada penelitian ini, jika siswa dapat mencapai lebih dari 70%, maka tujuan pembelajaran, maka dapat dikatakan metode pembelajaran daring yang selama ini dilakukan dapat berjalan dengan baik bagi siswa. Sedangkan jika siswa hanya dapat mencapai 60-69% dari tujuan pembelajaran, maka dikatakan masih tergolong cukup. Dan jika siswa hanya mencapai tujuan pembelajaran kurang dari 60%, maka pembelajaran daring yang dilakukan kurang berjalan sebagaimana tujuan pembelajaran bagi siswa tersebut. Selama mencari tingkat

terlaksana pembelajaran, tentunya ada acuan kurikulum yang digunakan. Adapun fungsi kurikulum salah satunya adalah integrasi dimaksudkan bahwa kurikulum harus dapat mengembangkan pribadi siswa secara utuh (kognitif, afektif, dan psikomotor) (Arifin, 2013).

Dari data yang didapat maka masing-masing sekolah tidak jauh berbeda, masing-masing sekolah memiliki tingkat terlaksana dengan cukup. Secara umum, implementasi pembelajaran daring untuk mata pelajaran PJOK pada siswa kelas IX SMP di Banjarmasin, dapat dikatakan cukup. Namun, jika dilihat dan dipelajari lebih lanjut, peningkatan pemahaman yang dapat mencapai tujuan dalam pembelajaran daring ini dalam aspek kognitif saja, sebaliknya peningkatan pemahaman siswa- siswi dalam bidang afektif serta psikomotor selama pembelajaran jarak jauh ini belum terlaksana dengan baik. Metode pembelajaran ini tidak dapat dipungkiri masih ada faktor penghambat maupun pendukung guna mencapai sebuah tujuan dari pembelajaran yang optimal. Sehingga dalam pelaksanaannya perlu dilakukan evaluasi lebih lanjut supaya mendapatkan tata cara perbaikan terhadap masalah yang dihadapi (Sutini et al., 2020).

Terdapat faktor pendukung dan faktor penghambat. Faktor pendukung yang ada seperti guru dan siswa sudah memiliki *gadget* atau laptop sehingga memungkinkan untuk pembelajaran daring (Mashud et al., 2021). Adapun faktor penghambat terutama untuk belajar jarak jauh mata pelajaran PJOK, yaitu kurang lengkapnya fasilitas olahraga di rumah siswa untuk melatih *skill* dalam peningkatan kemampuan psikomotor (Pebriyandi, Warni, & Mashud, 2021). Selain itu, kendala jaringan internet yang terkadang kurang maksimal juga dapat menghambat proses pembelajaran daring. Pelaksanaan pembelajaran daring membutuhkan adanya fasilitas sebagai penunjang, yaitu seperti *smartphone*, laptop, ataupun tablet yang dapat digunakan untuk mengakses informasi dimanapun dan kapanpun (Gikas & Grant, 2013).

Potensi pengalihan konsentrasi anak belajar di rumah akan lebih banyak dihadapi seperti tidak adanya aturan yang dibuat di rumah batas penggunaan *gadget*, sehingga berdampak pada fokus dalam proses pembelajaran. Sebagian siswa yang memiliki fasilitas secara baik di rumah bukan berarti tidak ada hambatan. Menurut Amelia & Ramdani (2019) bahwa anak yang menghabiskan waktu di depan layar *gadget* dan sejenisnya selama dua jam cenderung mengalami kesulitan tidur dan waktu tidur yang menjadi berkurang. Kegiatan yang rutin seperti ini di masa sekolah atau belajar dari rumah pasti akan berdampak terhadap fokus anak dalam belajar dan beraktivitas fisik. Sependapat akan hal di atas menurut Fatoni, Suroto, & Indahwati (2021) perangkat elektronik yang terkoneksi dengan internet berdampak pada aktivitas yang tidak secara langsung menyebabkan seorang menjadi tidak aktif bergerak.

Minimnya komunikasi yang efisien antara guru, siswa, dan pihak lainnya menimbulkan proses penerapan belajar dari rumah akan menimbulkan rasa bosan dalam belajar. Pendapat dari [Kurniasari et al. \(2020\)](#) minat dan motivasi siswa belajar mandiri di rumah sangat berpengaruh terhadap kesuksesan pemahaman dalam belajar. Menurut [Mashud \(2021\)](#) bahwa faktor budaya masyarakat dan sarana prasarana mempengaruhi kebiasaan peserta didik untuk belajar. Sependapat dengan itu [Coelho, et al, \(2020\)](#) bahwa penurunan tingkat partisipasi siswa menunjukkan setelah 4 bulan belajar jarak jauh siswa mengalami penurunan motivasi dan kegiatan terkait akademik maupun non akademik.

Hasil penelitian ini mayoritas responden menyatakan bahwa mereka lebih mudah memahami pembelajaran olahraga yang disampaikan menggunakan media video. Hal ini dapat dipahami karena pada mata pelajaran PJOK siswa dapat melihat dan mendapatkan penjelasan mengenai cara melakukan gerakan-gerakan olahraga secara visual dan suara. Modul pembelajaran yang sudah dipersiapkan dengan baik adalah modul pembelajaran dalam format *Portable Document Format* (PDF), *Power Point* (PPT) atau media audio visual pembelajaran yang memudahkan agar siswa lebih cepat menguasai materi dan membantu agar supaya mendapatkan pembelajaran daring secara maksimal ([Widayati, Hotimah, & Rakhmawati, 2020](#)). Implementasi pembelajaran daring perlu dilakukan evaluasi terus menerus oleh guru atau pengajar, guna peningkatan mutu pendidikan sepanjang pandemi Covid-19. Adapun pemberian modul pembelajaran hendaknya diinformasikan secara ringkas. Pemilihan media berupa video dapat dipertimbangkan dengan memakai bahasa yang mudah dimengerti, serta selalu membagikan modul saat sebelum penugasan. Tetapi dalam pemberian tugas sebaiknya tidak sekaligus dengan jumlah yang banyak atau dalam batas normal. Serta soal sebaiknya lebih variatif, dan pemberian tugas wajib disertakan dengan instruksi yang jelas ([Kurniasari et al., 2020](#)).

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, apa yang dikemukakan diatas tadi sudah seharusnya perlu dihayati bukan hanya sebatas pengetahuan saja. Menurut [Mashud \(2016\)](#) keberhasilan pendidikan jasmani berawal dari tertanamnya kesenangan siswa terhadap berbagai aktivitas fisik. Sebuah tantangan baru untuk tenaga pendidik dalam melakukan pengajaran di masa pandemi yang semua serba *online* selain harus profesional dan dituntut selalu bisa mengemas inovasi pembelajaran yang menarik dan tidak membosankan pada saat pembelajaran *online*.

SIMPULAN

Pembelajaran PJOK melalui daring pada siswa kelas IX SMP di Kota Banjarmasin masih belum dikatakan sangat baik, terutama untuk mencapai tujuan pada ranah afektif dan psikomotor. Pembelajaran daring dalam PJOK

hanya dapat berjalan dengan baik untuk mencapai ranah kognitif saja. Secara umum implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran PJOK siswa kelas IX SMP di Kota Banjarmasin dalam kategori cukup. Penerapan pembelajaran *online* pada mata pelajaran PJOK siswa kelas IX SMP di Kota Banjarmasin dilakukan dengan cara: *virtual learning*, pemberian tugas oleh guru, dan beberapa kegiatan olahraga yang dapat dilakukan secara *online*. Media yang digunakan berupa *google classroom*, *zoom meeting*, dan aplikasi *whatsapp* untuk pengumpulan tugas. Selain itu pembelajaran dilakukan dengan media bantu seperti buku pelajaran dan LKS, materi *power point*, foto dan video-video terkait materi-materi yang memerlukan contoh gerakan. Evaluasi terhadap pembelajaran harus terus-menerus dilakukan untuk pengembangan metode belajar saat pandemi, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, V. L., & Ramdani, M. L. (2019). Screen Time Activity and Its Impact to Sleep Duration of School-Aged. *Medisains*, 17(1), 3–7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30595/medisains.v17i1.4823>
- Ardiyanto, D., & Mustafa, P. S. (2021). Upaya Mempromosikan Aktivitas Fisik dan Pendidikan Jasmani via Sosio-Ekologi. *Jurnal Pendidikan: Riset Dan Konseptual*, 5(2), 169–177. https://doi.org/https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v5i2.331
- Arifin, Z. (2013). *Konsep dan Model Pengembangan Kurikulum*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, S., & Jabar, C. S. A. (2009). *Evaluasi Program Pendidikan: Pedoman Teoretis Praktis bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Coelho, C. G, Xavier, F. V. F, & Marques, A. C. G. (2020). Educação Física Escolar Em Tempos de Pandemia da Covid-19: A Participação Dos Alunos de Ensino Médio no Ensino Remoto. *Intercontinental Journal on Physical Education*, 2(3). <https://doi.org/e2020018>, <http://www.ijpe.periodikos.com.br/article/5f87ba8e0e882579783901ab>
- Fatoni, R. A., Suroto, S., & Indahwati, N. (2021). Pengaruh Aktivitas Fisik Program Gross Motor Skill Terhadap Indeks Massa Tubuh dan Tingkat Kebugaran Jasmani. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(1), 1–10. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v20i1.9539>.
- Fikri, M., Ananda, M. Z., Faizah, N., Rahmani, R., Elian, S. A., & Suryanda, A. (2021). Kendala Dalam Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19: Sebuah Kajian Kritis. *Jurnal Education and Development*, 9(1), 145–148.
- Gikas, J., & Grant, M. M. (2013). Mobile Computing Devices in Higher Education: Student Perspectives on Learning with Cellphones, Smartphones & Social

Media. *Internet and Higher Education*, 19.
<https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2013.06.002>

- Jumadi, F., Laksana, A. A. N. P., & Prananta, I. G. N. A. C. (2021). Efektivitas Pembelajaran PJOK pada Teknik Dasar Passing Bawah Permainan Bolavoli Melalui Media Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Rekreasi*, 7(2), 423–440.
- Ketaren, A. M. A., Kanca, I. N., & Lesmana, K. Y. P. (2021). Efektivitas Proses Pembelajaran Luring Peserta Didik yang Tinggal di Asrama dan Daring bagi Peserta Didik di Luar Asrama terhadap Hasil Belajar PJOK. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 9(1), 29–40.
- Kooiman, B. J., Sheehan, D. P., Wesolek, M., & Retegui, E. (2017). Moving Online Physical Education from Oxymoron to Efficacy. *Sport, Education and Society*, 22(2), 230–246.
<https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1015978>
- Kurniasari, A., Pribowo, F. S. P., & Putra, D. A. (2020). Analisis Efektivitas Pelaksanaan Belajar dari Rumah (BDR) Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Hasil Penelitian*, 6(3), 246–253.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26740/jrpd.v6n3.p246-253>
- Mandono, D., & Irianto, T. (2019). Analisis Pembelajaran Kecepatan Berlari dalam Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (Pjok) Sekolah Dasar di Kabupaten Banjar. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1), 41–45. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i1.6566>
- Masgumelar, N. K., & Mustafa, P. S. (2021). Pembelajaran Pendidikan Olahraga Berbasis Blended Learning untuk Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1), 133–144.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1222>
- Mashud. (2021). *Physical Literacy: Study of Implementation in Schools Located in Wetland Environment*. Prosiding. International Webinar on Physical Literacy Bandung; 22-30.
- Mashud, M. (2016). Model Sekolah Berwawasan Kebugaran jasmani. *Multilaeral*, 14(1), 75–85.
- Mashud, M. (2018). Analisis Masalah Guru PJOK dalam Mewujudkan Tujuan Kebugaran Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Olahraga*, 17(2), 77–85. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v17i2.5704>
- Mashud, M., Warni, H., Arifin, S., Ferry, M., Pebriyandi, P., & Kristiyandaru, A. (2021). The Application of Discord As an Effort to Increase Students' Wellbeing in Physical Education Learning During The COVID-19 Emergency. *Journal Sport Area*, 6(3), 335–348.
[https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6\(3\).6612](https://doi.org/10.25299/sportarea.2021.vol6(3).6612)
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A., ... Musumeci, G. (2020). The Impact of Physical Activity on Psychological Health During Covid-19 Pandemic in Italy. *Heliyon*, 6(6), e04315.

<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04315>

- Mustafa, P. S. (2021). Problematika Rancangan Penilaian Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan dalam Kurikulum 2013 pada Kelas XI SMA. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 5(1), 184–195. <https://doi.org/https://doi.org/10.33487/edumaspul.v5i1.947>
- Mustafa, P. S., & Roesdiyanto, R. (2021). Penerapan Teori Belajar Konstruktivisme melalui Model PAKEM dalam Permainan Bolavoli pada Sekolah Menengah Pertama. *Jendela Olahraga*, 6(1), 50–65. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6255>
- Mustafa, P. S., & Sugiharto, S. (2020). Keterampilan Motorik pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup. *Sporta Saintika*, 5(2), 199–218. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.133>
- Mustafa, P. S., & Winarno, M. E. (2020). Penerapan Pendekatan Saintifik dalam Aktivitas Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Penjakora*, 7(2), 78–92.
- Nuriawati, I., Suroto, S., Tuasikal, A. R. S., & Setyorini, S. (2020). Efektivitas Model Permainan Target Berbasis Goal Orientation pada Pendidikan Jasmani. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 13–22. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8313>
- Pebriyandi, P., Warni, H., & Mashud, M. (2021). Efektifitas Pembelajaran PJOK Menggunakan Aplikasi Whatsapp pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 1–169. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26418/jilo.v4i2.50262>
- Priadana, B. W., Saifuddin, H., & Prakoso, B. B. (2021). Kelayakan Pengukuran Aspek Pengetahuan pada Instrumen Physical Literacy untuk Siswa Usia 8-12 Tahun. *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 20(1), 21–32. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v20i1.9675>
- Ratnawulan, E., & Rusdiana. (2015). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: Pustaka Setia.
- Rundle, A. G., Park, Y., Herbstman, J. B., Kinsey, E. W., & Wang, Y. C. (2020). COVID-19-Related School Closings and Risk of Weight Gain Among Children. *Obesity*, 28(6). <https://doi.org/10.1002/oby.22813>
- Sánchez-López M, et al. (2019). Impact of A Multicomponent Physical Activity Intervention on Cognitive Performance: The MOVI-KIDS study. *Scand J Med Sci Sports*, 29((5)), 766–775. <https://doi.org/10.1111/sms.13383>
- Sari, D. P., & Sutapa, P. (2020). Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh dengan Daring selama Pandemi Covid-19 Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). *Seminar Nasional Olahraga*, 2(1).
- Siahaan, S. (2003). E-Learning (Pembelajaran Elektronik) Sebagai Salah Satu Alternatif Kegiatan Pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 9(42), 303–321.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung:

Alfabeta.

- Supriyadi, M. (2018). Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Dasar. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(2), 64–73.
- Sutini, S., Mushofan, M., Ilmia, A., Yanti, A. D., Rizky, A. N., & Lailiyah, S. (2020). Efektivitas Pembelajaran Daring dengan Menggunakan *E-learning* Madrasah Terhadap Optimalisasi Pemahaman Matematika Siswa. *JRPM (Jurnal Review Pembelajaran Matematika)*, 5(2), 124–136. <https://doi.org/https://doi.org/10.15642/jrpm.2020.5.2.124-136>
- Victoria, A., Mustafa, P. S., & Ardiyanto, D. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga berbasis *Blended Learning* di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(2), 170–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.4659619>
- Widayati, S., Hotimah, N., & Rakhmawati, N. I. S. (2020). Respon Mahasiswa pada Proses Pembelajaran Mata Kuliah Daring. *Child Education Journal*, 2(1), 48–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.33086/cej.v2i1.1506>