

## Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Aplikasi Daring Pada Masa Pandemi

A. Apri Satriawan Chan<sup>1\*</sup>, Setilla Suka Ningsih<sup>1</sup>, dan Sihar Pardede<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Olah Raga, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

<sup>2</sup>Pendidikan Bahasa Inggris, STKIP Kusuma Negara, Indonesia

\*satria@stkipkusumanegara.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis bagaimana proses pembelajaran selama pandemi COVID-19 yang dilakukan dalam jaringan (daring), dan juga mengulas faktor-faktor dalam prosesnya pada siswa MTs. Al Khairiyah Koja Jakarta. Penelitian menggunakan penelitian kualitatif dengan desain fenomenologi. Teknik pengumpulan data menggunakan angket yang disebar melalui *google form* serta wawancara. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 54 siswa MTs. kelas VII dan VIII. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran di MTs. Al Khairiyah Koja Jakarta menggunakan aplikasi *e-learning* Madrasah dan *Google Classroom*. dapat disimpulkan bahwa penggunaan aplikasi daring yang paling efektif dalam pembelajaran PJOK adalah menggunakan aplikasi Google Classroom. Hal ini disebabkan karena Google Classroom memiliki fitur-fitur yang mudah diakses dan dipahami oleh siswa, serta tidak menyulitkan proses pembelajaran. Dengan demikian, disimpulkan penggunaan aplikasi Google Classroom diidentifikasi sebagai pilihan yang optimal untuk mendukung pembelajaran PJOK di MTs. Al Khairiyah Koja.

Kata kunci: Aplikasi daring, pandemi, pembelajaran penjaskes.

Dikirim: 15 Maret 2024

Direvisi: 10 April 2024  
Diterima: 22 April 2024

### Identitas Artikel:

Chan, A.A.S., Ningsih, S.S., & Pardede, S., (2024). Peningkatan Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Melalui Aplikasi Daring Pada Masa Pandemi. *Sportology Journal (S.J.)*, 1(1), 10-16.

## PENDAHULUAN

Pada awal merebaknya Corona Virus Diseases 2019 (COVID-19), sebuah virus baru yang belum pernah teridentifikasi sebelumnya pada manusia, dunia dihadapkan pada tantangan besar (Izzuddin, A., 2021). Gejala umum infeksi COVID-19 meliputi gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk, dan kesulitan bernapas. Masa inkubasi rata-rata virus ini adalah 5-6 hari, dengan beberapa kasus mencapai 14 hari. Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO menetapkan COVID-19 sebagai darurat kesehatan masyarakat global. Indonesia juga tidak luput dari dampaknya; pada tanggal 2 Maret 2020, negara ini melaporkan 2 kasus konfirmasi COVID-19, yang kemudian meningkat menjadi 10 kasus pada tanggal 16 Maret 2020. Praktis, penyebaran virus ini telah memengaruhi seluruh lapisan masyarakat di Indonesia.

Pada masa itu, wabah COVID-19 telah memberikan dampak yang luas di berbagai sektor, termasuk sosial, ekonomi, pariwisata, dan pendidikan, sebagaimana dilaporkan oleh Kompas pada tanggal 28 Maret 2020. Dalam upaya

untuk mencegah dan mengurangi penyebaran virus corona, terutama di sektor pendidikan, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Nadiem Anwar Makarim menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat COVID-19. Salah satu langkah yang diambil adalah penerapan pembelajaran jarak jauh (daring). Pembelajaran daring pada awalnya membingungkan bagi guru dan siswa, terutama pada pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjaskes).

Pembelajaran daring merupakan strategi pendidikan yang memanfaatkan jaringan internet dalam proses pembelajaran (Jayul, A., & Irwanto, E. (2020). Dengan pendekatan ini, siswa memiliki fleksibilitas waktu belajar, memungkinkan mereka untuk belajar kapanpun dan dimanapun. Interaksi antara siswa dan guru dilakukan melalui berbagai aplikasi, seperti *E-learning*, *google classroom*, *video conference*, telepon, *live chat*, *Zoom meeting*, dan *grup WhatsApp*. Pendekatan pembelajaran ini merupakan sebuah inovasi dalam dunia pendidikan yang menjawab tantangan akan ketersediaan sumber belajar yang beragam. Keberhasilan dari model atau media pembelajaran tertentu sangat tergantung pada karakteristik peserta didiknya (Abdul, H., 2020; Kirom, A., 2017).

Pendidikan jasmani merupakan lebih dari sekadar latihan fisik; maksudnya adalah sebuah proses pendidikan yang melalui aktivitas jasmani dengan tujuan yang luas. Tujuan utamanya adalah meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, memupuk sikap sportif, meningkatkan kecerdasan emosional, menyampaikan pengetahuan tentang kebugaran dan kesehatan, serta membentuk perilaku hidup sehat dan aktif (Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S., 2019). Namun, untuk mencapai tujuan tersebut, diperlukan rencana yang matang dalam proses pembelajaran.

Dalam konteks pembelajaran, pendidikan jasmani memerlukan pendekatan, strategi, dan model pembelajaran yang tepat (Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E., 2020). Pendekatan yang digunakan harus mempertimbangkan beragam aspek, seperti kemampuan fisik dan emosional siswa, serta keberagaman gaya belajar mereka (Septianti, N., & Afiani, R., 2020). Strategi pembelajaran yang efektif akan membantu memaksimalkan partisipasi siswa dan meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya aktivitas jasmani bagi kesehatan dan kesejahteraan.

Selain itu, pemilihan model pembelajaran yang tepat juga penting untuk mencapai tujuan pembelajaran. Model-model pembelajaran yang mungkin diterapkan dalam pendidikan jasmani antara lain pembelajaran berbasis masalah, pembelajaran kooperatif, atau pembelajaran berbasis proyek (Octavia, S. A., 2020). Dengan menggunakan model-model pembelajaran ini, guru dapat menciptakan pengalaman belajar yang menarik dan bermakna bagi siswa, serta meningkatkan efektivitas pembelajaran dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani.

Berdasarkan paparan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses kegiatan belajar mengajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan menggunakan model pembelajaran daring di tengah pandemi COVID-19.

## **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini, digunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologi. Fenomenologi dipilih karena memiliki kemampuan untuk menggali dan merekam

secara mendalam perspektif sosial dan psikologis para partisipan yang terlibat dalam penelitian ini. Pemilihan fenomenologi sebagai pendekatan penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam dan detail tentang pengalaman pribadi para peserta penelitian (Lodico, Spaulding, & Voegtle, 2010).

Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang kaya dan mendalam tentang bagaimana para peserta menafsirkan dan merespons fenomena yang diteliti. Hal ini akan memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi perspektif yang mungkin tidak terlihat atau diabaikan dalam penelitian dengan pendekatan lain. Dengan demikian, metode kualitatif dengan desain fenomenologi dipilih sebagai pendekatan yang sesuai untuk memahami dan merekam pengalaman pribadi para peserta penelitian dalam konteks yang diteliti

Subjek penelitian adalah siswa kelas VII dan VIII MTs. Al Khairiyah Koja Jakarta Utara. Data yang dikumpulkan berupa paparan dan penjelasan tentang pembelajaran daring di MTs. Al Khairiyah dan Faktor dalam proses pembelajaran daring. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara dan angket sebanyak 30 butir yang valid melalui media Whatsapp dan *google form*. Informan utama yang diwawancarai yaitu 54 siswa MTs. Al Khairiyah Koja Jakarta Utara.

Teknik analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi data reduction, data display, dan conclusion drawing/verification, sebagaimana dijelaskan oleh Sugiyono (2015). Teknik data *reduction* digunakan untuk menyederhanakan dan merangkum data yang diperoleh dari berbagai sumber menjadi bentuk yang lebih terkelola dan mudah dipahami. Selanjutnya, data *display* digunakan untuk menyajikan data secara visual melalui tabel, grafik, atau diagram, sehingga memudahkan peneliti dan pembaca untuk memahami pola atau tren yang muncul dari data. Terakhir, teknik *conclusion drawing/verification* digunakan untuk mengambil kesimpulan atau membuat interpretasi dari data yang telah dianalisis, serta melakukan verifikasi terhadap kebenaran dan keakuratan kesimpulan yang diambil. Dengan menerapkan teknik-teknik ini secara sistematis, diharapkan penelitian dapat menghasilkan temuan yang valid dan dapat dipercaya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis penelitian ini, diketahui bahwa siswa kelas VII dan VIII dalam penggunaan aplikasi daring saat proses pembelajaran pendidikan jasmani di masa pandemic di MTs. Al Khairiyah Koja Jakarta berdasarkan hasil survey menggunakan angket sebanyak 30 item yang terbagi menjadi 3 indikator yaitu, (1) pemahaman tentang *e-learning* Madrasah dan *Google Classroom*, (2) pembelajaran PJOK online menggunakan *e-learning* Madrasah, dan (3) pembelajaran PJOK online menggunakan *Google Classroom*. Diperkuat dari hasil wawancara dengan 6 siswa mewakili siswa yang hasil belajarnya tinggi, sedang, dan rendah. Dengan melihat persentase penggunaan sebagai berikut:

### 1. Pemahaman Tentang Aplikasi Daring

Berdasarkan hasil angket yang disebarakan melalui *google form* secara daring kepada 54 siswa kelas VII dan VIII, mengukur indikator pemahaman tentang aplikasi daring e-learning dan *Google Classroom* disajikan pada Tabel 1. Berikut ini:

**Tabel 1. Data Indikator Pemahaman Aplikasi Daring**

No.	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	80 - 100	Tinggi	22	41
2	60 - 79	Cukup	32	59
3	40 - 59	Rendah	0	0
4	0 - 39	Sangat Rendah	0	0
Total			54	100

Di tengah era teknologi yang semakin maju, ternyata siswa-siswa MTs. memiliki pemahaman yang cukup baik terhadap aplikasi daring. Dalam survei yang dilakukan, ditemukan bahwa pemahaman siswa terbagi ke dalam dua kategori utama: tinggi dan cukup. Sebanyak 41% siswa masuk dalam kategori tinggi, sedangkan 59% siswa masuk dalam kategori cukup.

Fakta ini menunjukkan bahwa kemampuan teknologi siswa MTs. secara otodidak sudah mencapai tingkat yang baik, terutama dalam penggunaan aplikasi di ponsel pintar mereka. Keterampilan ini membawa dampak positif dalam proses pembelajaran daring, di mana guru dapat memanfaatkannya secara efektif.

Meskipun demikian, dari hasil wawancara, masih ditemukan bahwa 29% siswa mendapat bantuan dari orang tua atau anggota keluarga lainnya saat menghadapi pembelajaran daring. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kemampuan teknologi siswa meningkat, masih ada sebagian kecil siswa yang memerlukan bantuan tambahan untuk mengakses dan memahami materi pembelajaran daring.

Namun demikian, secara keseluruhan, kemampuan teknologi siswa MTs yang mampu belajar secara mandiri memberikan kontribusi yang signifikan dalam mendukung penggunaan pembelajaran daring di sekolah. Hal ini mengindikasikan adopsi yang semakin luas terhadap teknologi dalam pendidikan, serta potensi besar yang dimiliki siswa dalam menghadapi tantangan teknologi masa depan

## 2. Pembelajaran PJOK Online Menggunakan E-learning Madrasah

Berdasarkan hasil angket untuk mengukur indikator pemahaman tentang aplikasi daring e-learning dan *Google Classroom* disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2. Data Indikator Kemampuan Menggunakan E-learning Madrasah Dalam Proses Pembelajaran PJOK**

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	80 - 100	Sangat Tinggi	11	20
2	60 - 79	Cukup	30	56
3	40 - 59	Rendah	12	22
4	0 - 39	Sangat Rendah	1	2
Total			54	100%

Sebagian besar responden telah memperoleh pemahaman yang baik mengenai penggunaan *E-learning* Madrasah dan *Google Classroom* sebagai alat pembelajaran daring. Kedua aplikasi ini memberikan manfaat yang besar bagi proses pembelajaran di rumah.

Namun, dari hasil analisis terhadap jawaban responden, terlihat adanya kecenderungan yang menunjukkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap cara penggunaan *Google Classroom* yaitu sebesar 56% pada kategori cukup dibandingkan dengan *E-learning* Madrasah. Faktor-faktor yang menyebabkan hal ini antara lain:

1. *Google Classroom*: Aplikasi ini dianggap mudah digunakan karena menyajikan fitur-fitur yang intuitif dan tidak sulit dipahami oleh pengguna.
2. *E-learning Madrasah*: Sebaliknya, aplikasi ini dinilai lebih rumit karena beberapa fiturnya, seperti proses pengunggahan tugas, pengunduhan video pembelajaran, serta pengunduhan materi ajar yang memerlukan ruang penyimpanan yang cukup besar. Selain itu, penggunaan aplikasi ini juga sangat bergantung pada koneksi internet yang stabil untuk menjalankannya dengan lancar.

Hasil analisis pada penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Elfa Yuliana & Saepul Bahri (2020), hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) strategi belajar dengan memanfaatkan *e-learning* pada masa pandemi di Sekolah Dasar Negeri 2 Kembang Kerang didasari atas ketidakbolehan dalam melakukan pembelajaran secara langsung pada masa pandemi covid 19 atau virus corona (2) Faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan strategi belajar dengan pemanfaatan *e-learning* pada masa pandemi, adapun faktor pendorong strategi belajar dengan memanfaatkan *e-learning* pada masa pandemi yaitu: motivasi dalam penggunaan dan pengaplikasian internet sangat besar dalam melakukan pembelajaran, baik dari kepala sekolah, guru, maupun siswa, sarana prasarana yang dimiliki sudah lumayan untuk penerapan *e-learning*. Faktor penghambat: terbatasnya kemampuan guru dalam mengaplikasikan pembelajaran *e-learning* di sekolah, sumber daya manusia yang belum optimal dalam penerapan strategi belajar dengan memanfaatkan *e-learning*, belum adanya *website e-learning*, dan kesadaran semua pihak dalam pentingnya pembelajaran *e-learning* dalam memajukan pendidikan di sekolah masih sedikit.

### 3. Pembelajaran PJOK Online Menggunakan Google Classroom

Jumlah seluruh siswa yang pembelajaran PJOK online menggunakan *Google Classroom* dengan persentase tertinggi yaitu 63% dengan kategori sangat tinggi seperti tampak pada Tabel 3.

**Tabel 3. Data Indikator Kemampuan Menggunakan *Google Classroom* Dalam Proses Pembelajaran PJOK**

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	80 - 100	Sangat Tinggi	34	63%
2	60 - 79	Cukup	20	37%
3	40 - 59	Rendah	0	0%
4	0 - 39	Sangat Rendah	0	0%
Total			54	100%

Meskipun demikian, pemahaman yang meningkat terhadap kedua aplikasi ini menunjukkan kesadaran akan pentingnya teknologi dalam pendidikan, serta upaya

untuk mengadaptasi diri terhadap perkembangan teknologi yang semakin pesat. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan penggunaan kedua aplikasi ini dapat ditingkatkan secara efektif dalam mendukung proses pembelajaran di masa mendatang. Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Dewi, W. A. F. (2020), menunjukkan bahwa dampak covid terhadap implementasi pembelajaran daring di Sekolah Dasar dapat terlaksanakan dengan cukup baik. Implementasi pembelajaran daring di SD dapat terlaksana dengan cukup baik apabila adanya kerjasama antara guru, siswa dan orang tua dalam belajar dirumah.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil survei, analisis data, dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan aplikasi daring dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) untuk kelas VII dan VIII di MTs Al Khairiyah Koja menunjukkan adanya aplikasi yang efektif.

Dari hasil perhitungan, ditemukan bahwa penggunaan aplikasi *E-learning* Madrasah dalam pembelajaran PJOK mencapai persentase sebesar 56%, sedangkan penggunaan aplikasi *Google Classroom* mencapai persentase 63%. Berdasarkan analisis ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan aplikasi daring yang paling efektif dalam pembelajaran PJOK adalah menggunakan aplikasi *Google Classroom*. Hal ini disebabkan karena *Google Classroom* memiliki fitur-fitur yang mudah diakses dan dipahami oleh siswa, serta tidak menyulitkan proses pembelajaran. Dengan demikian, penggunaan aplikasi *Google Classroom* diidentifikasi sebagai pilihan yang optimal untuk mendukung pembelajaran PJOK di MTs. Al Khairiyah Koja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan efisiensi dan efektivitas pembelajaran serta memberikan pengalaman pembelajaran yang lebih baik bagi siswa disaat pandemi.

## REFERENSI

- Abdul, H. (2020). Strategi penggunaan e-learning sebagai media pembelajaran di masa pandemi covid-19. *Jurnal Agriwidya*, 1(3), 3-10.
- Dewi, W. A. F. (2020). Dampak Covid-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55-61.
- Elfa Yuliana & Saepul Bahri (2020). Strategi belajar dengan memanfaatkan e-learning pada masa pandemi di SDN 2 Kembang Kerang Aikmel. *BADA'A: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. 2(2), 219-228.
- Izzuddin, A. (2021). Implementasi pendekatan saintifik pada pembelajaran daring selama masa pandemi COVID-19 di Lembaga Pendidikan Dasar. *AS-SABIQUN*, 3(1), 45-63.
- 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.
- Kirom, A. (2017). Peran guru dan peserta didik dalam proses pembelajaran berbasis multikultural. *Jurnal Al-Murabbi*, 3(1), 69-80.
- Lodico, M. G., Spaulding, D. T., & Voegtle, K. H. (2010). *Methods in Educational*

- Research From Theory to Practice (Second Edition)*. San Fransisco: Jossey-bass.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI. (2020). Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID-19), Pub. L. No. Surat Edaran Nomor 4. Jakarta. Retrieved from [https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/SE Menteri Nomor 4 Tahun 2020 cap.pdf](https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/SE_Menteri_Nomor_4_Tahun_2020_cap.pdf)
- Nopiyanto, Y. E., & Raibowo, S. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Bengkulu: El Markazi.
- Octavia, S. A. (2020). *Model-model Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Raibowo, S., & Nopiyanto, Y. E. (2020). Evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga & kesehatan pada SMP Negeri se-kabupaten Mukomuko melalui pendekatan Model Context, Input, Process & Product (CIPP). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(2), 146-165.
- Septianti, N., & Afiani, R. (2020). Pentingnya memahami karakteristik siswa sekolah dasar di SDN Cikokol 2. *As-sabiqun*, 2(1), 7-17.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.