



Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Berbasis *Blended Learning* di Era Pandemi Covid 19

Muhamad Ichsan Sabillah¹, Ahmad Nasrulloh^{1*}

¹ Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Yogyakarta, Indonesia.

*Corresponding Author. Email: ahmadnasrulloh@uny.ac.id

Received: 26 Januari 2022; Revised: 22 Juni 2022; Accepted: 24 Juni 2022

Abstrak: Tujuan dalam penulisan artikel ini adalah untuk mengkaji pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan berbasis *blended learning* di era pandemi covid 19. Penelusuran artikel ini menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui studi kepustakaan yang bersumber dari referensi yang relevan untuk dikaji secara konseptual dan disimpulkan dari hasil bahasan. Hasil dari pengkajian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan pembelajaran PJOK berbasis *blended learning* di era pandemi covid 19 dapat membantu proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan efisien. Perpaduan memperoleh ilmu dalam PJOK dapat dibagi menjadi 3 aspek, antara lain: (1) tatap muka, khususnya memperoleh ilmu yang mempertemukan para pengajar dan mahasiswa di satu tempat, khususnya di sekolah; (2) offline, melalui multimedia interaktif memperoleh pengetahuan tentang aset yang dibuat dengan bantuan guru, yang meliputi teks, video, audio, dan animasi dan dapat diakses tanpa jaringan web; dan (3) secara online, khususnya untuk mendapatkan pengetahuan tentang internet provider secara online, melalui *Moodle, Quipper, Yahoo Groups, Edmodo, Google Classroom, Zoom*, atau lainnya untuk mendapatkan pengetahuan tentang layanan internet. Keuntungan dari pembelajaran berbasis campuran berbasis total untuk lembaga pendidikan atau akademik meliputi peningkatan variasi dalam memperoleh pengetahuan/pendidikan, kemudahan pelaksanaan, efisiensi harga, hasil yang paling efektif, menyesuaikan dengan berbagai kebutuhan siswa, dan menumbuhkan keindahan belajar.

Kata Kunci: Pembelajaran PJOK, *Blended Learning*

Abstract: The purpose of writing this article is to examine the implementation of blended learning-based physical education and health sports in the era of the covid 19 pandemic. This article search uses a qualitative descriptive method through literature studies sourced from relevant references to be studied conceptually and concluded from the results of the discussion. The results of this study show that the implementation of blended learning-based PJOK learning in the era of the COVID-19 pandemic can help the learning process become more effective and efficient. The combination of gaining knowledge in PJOK can be divided into 3 aspects, among others: (1) face-to-face, especially gaining knowledge that brings together teachers and students in one place, especially in schools; (2) offline, through interactive multimedia gaining knowledge about assets created with the help of teachers, which include text, video, audio, and animation and can be accessed without a web network; and (3) online, specifically to gain knowledge about internet providers online, through *Moodle, Quipper, Yahoo Groups, Edmodo, Google Classroom, Zoom*, or others to gain knowledge about internet services. The advantages of total-based mixed-based learning for educational or academic institutions include increased variety in acquiring knowledge/education, ease of implementation, cost efficiency, most effective results, adapting to various student needs, and fostering the beauty of learning.

Keywords: PJOK Learning, *Blended Learning*

How to Cite: Sabillah, M. I., & Nasrulloh, A. (2022). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Berbasis Blended Learning di Era Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1). <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.47652>



PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki pengaruh besar pada kemajuan kerajaan. Hal ini sejalan dengan Pasal 1 ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia. 20 Tahun 2003 menyatakan bahwa: "Pendidikan adalah usaha sadar dan sengaja untuk menciptakan pengetahuan tentang ekosistem dan pengetahuan teknik agar



ulama secara aktif meningkatkan kapasitasnya untuk memiliki kekuatan agama non sekuler, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan kompetensi yang mereka butuhkan, masyarakat, kerajaan dan negara". Pendidikan bukan tanpa masalah, pendidikan di Indonesia masih mengalami banyak kendala. Mulai dari faktor biaya, jarak, waktu dan berbagai unsur yang muncul di Indonesia Oleh karena itu, dengan adanya generasi masa kini dan kemajuan teknologi yang sangat pesat, hal tersebut memberikan pengaruh yang besar pada sektor pelatihan.

Seiring dengan perkembangan teknologi ini, tidak hanya berdampak pada kehidupan yang menguntungkan tetapi juga pada dunia pendidikan yang ditandai dengan produk dan penggunaan teknologi informasi (Darmawan, 2011). Penggunaan teknologi aplikatif agar para sarjana dapat lebih mengeksplorasi materi dengan gaya literasi yang bervariasi (Barlex & Trebell, 2008; Christensen, 2014; Kavita, Sharma, & Tiwari, 2011). Pendidikan tidak hanya diperlukan untuk menyesuaikan diri dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, tetapi yang terpenting pundi-pundi manusia juga dapat berkembang sejalan dengan kemajuan perkembangan tersebut. Pendidikan merupakan sarana untuk menyeimbangkan kemajuan perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan dengan warna-warni perubahan cara literasi sesuai dengan kondisi dan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai sehingga menghasilkan generasi bangsa yang baik dan berdaya saing tinggi. Perencanaan penugasan sangat penting dalam membantu pembimbing untuk menghasilkan, mengatur, dan mengatur literasi. Rencana pembelajaran akan berbeda tergantung pada jenis literasi yang akan dilakukan (literasi tatap muka atau jarak jauh), materi yang akan dipelajari oleh para sarjana, instalasi dan media literasi yang tersedia, medan literasi, serta kondisi otak dan hubungan ulama.

Kenyataannya, literasi tidak semulus yang diharapkan. Tentu saja masih ada kendala yang dilakukan selama literasi yang berdampak pada sarjana tidak menyelesaikan prestasi fakultasnya (Mustafa & Winarno, 2020, p.2). Hambatan ini disebabkan oleh faktor warna-warni, termasuk perlengkapan yang rumit, instalasi akademi yang tidak berdasar, karakteristik murid, kemampuan guru sekolah untuk mendidik, dan faktor lainnya. Untuk mengatasi kendala tersebut, pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi kekinian dalam literasi sangat diperlukan. Namun dalam literasi tentunya juga diimbangi dengan variasi pembelajaran yang dapat membantu kebosanan dalam literasi, sehingga porsi antara literasi konvensional dan sangat diperlukan harus seimbang (Mustafa, Winarno, & Asim, 2016, p.173). Dalam situasi di mana pendidikan olahraga digunakan secara luas, diperlukan adaptasi yang efektif dan efektif dengan maksud agar para sarjana lebih energik dan berprofesi dalam bergerak (Mustafa & Sugiharto, 2020, p.199; Ranti, Hermanzoni, & Mardela, 2020, p.1020).

Pada bulan Februari 2020 terjadi bencana besar di Indonesia, yaitu wabah virus corona aduan 2019 (COVID-19). COVID-19 merupakan keluhan yang menyerang sistem pernapasan dan dapat ditularkan melalui kontak fisik dan tetesan (slaver splash) (Setiawan, 2020, p.29). Untuk menghindari tertular COVID-19 yang mematikan, maka perlu berperilaku baik dengan protokol kesehatan dengan memakai masker, mencuci tangan dengan bersih, menjaga jarak dan menghindari keramaian (Zukmadini, Karyadi, & Kasrina, 2020, p.68). Salah satu elemen yang benar-benar pedih adalah dunia pendidikan, pembelajaran videlicet tidak bisa diterapkan seperti biasa dengan datang ke seminari atau tempat di universitas. Mengingat lingkungan COVID-19, fokus khusus harus diberikan pada ketidakfleksibelan pendekatan literasi yang saling terkait untuk melumasi akses bagi semua pelajar untuk menghindari ancaman penyempitan COVID-19 (Selwyn & Jandrić, 2020, p.1004). Pembimbing menghadapi beberapa pertanyaan sehubungan dengan epidemi COVID-19 saat ini, namun, temuan dari penelitian telah menunjukkan bahwa Pembimbing Pendidikan Olahraga bersedia memikul isyarat jaringan transnasional dan konformasi komunitas praktik yang bermakna (O'Brien et al., 2020, p.518 – 519).

Salah satu pengaruh yang terlihat dalam dunia pendidikan adalah munculnya model literasi berbasis Blended learning. Menurut (Dwiyogo, 2016, p.45) Blended Learning mengacu pada literasi yang memadukan atau memadukan literasi tatap muka (face to face = f2f) dan literasi berbasis komputer (online dan offline). Dengan literasi Blended Learning ini, permasalahan yang dialami negara ini akan teratasi, termasuk dalam dunia pendidikan khususnya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Dibutuhkan tenaga pengajar yang cocok untuk menerapkan dan menerapkan literasi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan secara menarik dan inovatif. Hal tersebut untuk membangkitkan semangat cendekiawan melalui proses literasi yang menggugah dan menggugah, khususnya pembelajaran gerak (motorik).

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan merupakan pengkondisian pembelajaran dengan mengutamakan aktivitas fisik atau gerakan dalam proses literasi (Dwiyo, 2016, p.45 : Nopembri, 2011; Gandasari, 2019). Proses literasi PJOK akan lebih baik menggunakan Blended learning, karena dengan kolaborasi tatap muka, online dan offline, sangat efektif dalam mencapai prestasi pembelajaran sehingga isu literasi gerakan akan maksimal. Dwiyo (2014) Literasi berbasis literasi campuran adalah pilihan gaya untuk meningkatkan efektivitas, efektivitas, dan daya tarik yang lebih rendah dalam berinteraksi antar manusia di lingkungan literasi yang berbeda. Oleh karena itu, model Blended Learning diharapkan dapat menjadi model literasi yang sangat diperlukan sebagai akibat dari permasalahan yang ada. Oleh karena itu, sangat penting bagi kita untuk mengetahui seperti apa tindakan dan operasi gabungan literasi dalam Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan.

Pelaksanaan blended learning sebagai pusat pendidikan adalah pilihan yang sangat diperlukan yang terus meningkat secara eksponensial selama epidemi COVID-19 (Calderón, Scanlon, MacPhail, & Moody, 2020, p.1). Selain itu, hasil review komposisi yang dilakukan oleh Mujiono & Gazali (2020, p.60) bahwa kemauan lain dengan pemilihan literasi online memberikan kemudahan dan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang dapat memberikan ilmu pengetahuan yang pernah ada dengan platform latihan dan lain-lain. operasional pendukung, dan literasi online tetap bisa melakukan aktivitas fisik meski online.

Hasil eksplorasi dari Anggita, Rahayu, Ali, Castyana, & Blume (2020, p.699) menyatakan bahwa pandangan para pembina olahraga di seminari tentang literasi amalgamasi mudah digunakan dan dapat meningkatkan pemahaman, kreativitas, dan semangat para sarjana. Hasil komposisi dari Killian, Kinder, & Woods (2019, p.110) memberikan gambaran bahwa literasi online dan gabungan telah muncul sebagai gaya les yang populer di lingkungan pendidikan abad ke-21, dengan karakteristik asinkron dari gaya ini mewakili kemungkinan untuk menambah bukaan literasi dalam pendidikan jasmani. Juga dari eksplorasi dan pengembangan modul elektronik berbasis online yang dikumpulkan oleh Purwaningtyas & Hariyadi (2017, p.128) memberikan pembuktian bahwa melalui literasi online dalam pendidikan jasmani memberikan celah bagi para sarjana untuk berkreasi dan mengakomodir hewani peliharaan literasi yang berbeda. Selain itu, rasa malu dapat dihindari bagi para sarjana yang dalam literasi konvensional ingin bersusah payah mengungkapkan argumen.

Memang dengan situasi tatap muka offline yang dapat dilakukan di dalam kelas seperti pada pendidikan formal pada umumnya, pembelajaran dengan model literasi amalgamasi dalam proses literasi bukanlah kendala besar dalam melaksanakan pembelajaran jika para pengajar mengetahui bagaimana strategi yang dilakukan. harus diterapkan dalam memulai proses literasi literasi terpadu tersebut. Dengan demikian diharapkan dengan mencampurkan teknologi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dapat memperbaiki aspek kognitif berupa pengetahuan pada ulama, karena jika pengetahuannya benar maka gerakan yang mereka lakukan juga benar (Prasetyo, 2017). Dengan semakin canggih dan canggihnya teknologi di abad ini, pengoperasian amalgamasi literasi di bidang pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi kemauan dalam menjalankan proses literasi.

Tujuan penulisan artikel literatur review ini adalah untuk mengetahui perbuatan atau bagian dari perpaduan pembelajaran pendidikan jasmani dan pembelajaran olahraga yang dapat menjadi kemauan literasi di masa wabah covid 19 ini. Komposisi ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang pelaku dan pelaku blended learning serta dapat dijadikan acuan bagi para pembina dan pembina yang juga menerapkan pembelajaran dalam bentuk geliat mengenai perbuatan dan pengoperasian model blended learning untuk meningkatkan kualitas, pembelajaran khususnya di bidang pendidikan jasmani dan olahraga.

METODE

Penelitian ini menggunakan model penelitian deskriptif kualitatif yang bersifat studi kepustakaan yang menggunakan berbagai kajian pustaka dalam memperkuat analisis penelitian. Penelitian ini diawali dengan mengumpulkan beberapa *literature*, selanjutnya melakukan *review* terhadap beberapa istilah penting dalam penelitian, kemudian mengumpulkan *literature* hasil penelitian yang relevan, selanjutnya melakukan analisis berdasarkan semua *literature* yang telah didapat dengan menyusun pembahasan, lalu menyusun kesimpulan berdasarkan hasil yang telah dianalisis dan mengajukan saran berdasarkan kesimpulan-kesimpulan yang didapat.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan data sekunder. Sugiyono (2015) menyatakan bahwa data sekunder merupakan data yang diambil secara tidak langsung yang dapat memberikan informasi kepada pelaku pengumpul data. Sumber data yang didapatkan tersebut berupa laporan ilmiah asli yang berasal dari artikel ilmiah yang diterbitkan dan jurnal yang telah terakreditasi serta terindeks, baik secara cetak maupun tidak cetak yang saling berkaitan dalam model penerapan *blended learning* dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah metode dokumentasi. Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data dengan menggali dan mencari data dari literatur yang terkait dengan apa yang ada dalam rumusan masalah. Data yang telah di dapatkan dari berbagai literatur kemudian dikumpulkan sebagai kesatuan dokumen yang akan digunakan dalam menjawab permasalahan yang telah dirumuskan.

Teknik penelusuran artikel dalam penelitian ini yaitu melalui web akses mendeley, google scholar, dan science direct maupun pada akses pencarian jurnal berupatsi lainnya dengan kata kunci model pembelajaran, *blended learning*, dan pendidikan jasmani olahraga kesehatan. Artikel atau jurnal yang sesuai dengan kriteria kemudian diambil untuk selanjutnya dianalisis dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, rancangan studi, tujuan penelitian, sampel, instrumen, dan ringkasan hasil atau temuan. Ringkasan jurnal penelitian tersebut dimasukkan ke dalam tabel diurutkan sesuai alfabel dan tahun terbit jurnal dan sesuai dengan format tersebut diatas. Literatur review ini menggunakan literatur yang dapat di akses *fulltext* dalam format pdf dan *scholarly (peer reviewed Journal)*. Untuk lebih memperjelas abstrack dan full test jurnal dibaca dan dicermati. Ringkasan jurnal tersebut dilakukan analisis terhadap isi yang terdapat dalam tujuan penelitian dan hasil/temuan penelitian. Metode analisis yang digunakan analisis isi jurnal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kajian literatur review ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas dan efesiensi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan berbasis *blended learning* di era pandemi covid 19. Literatur yang terkumpul dianalisis dengan tabel *critical Appraisal* untuk menjawab tujuan pengukuran dibandingkan dengan hasil pengukuran sederhana. Terdapat sebanyak 15 literatur yang membahas terkait model pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan berbasis *blended learning*, semua jurnal tersebut adalah jurnal yang terakreditasi nasional maupun jurnal yang berupatsi internasional yang dilakukan pencarian di portal google scholar, mendeley, science direct.com dengan mengetik kata kunci “model pembelajaran PJOK berbasis *blended learning*” yang kemudian dianalisis menggunakan analisis *critical apparsial* untuk menganalisis dari inti jurnal, serta hasil atau temuan dari jurnal-jurnal tersebut. Berikut ini adalah tabel analisis *critical apparsial* dari 15 jurnal:

Tabel 1. Hasil penelitian

No	Peneliti	Judul Artikel	Hasil Penelitian
1.	Shi, S dkk (2020).	<i>a Review of the Exploration on Blended Literacy in Physical Education in China And International.</i>	Riset ini mengkaji mengenai menganalisis karakteristik dari pembelajaran campuran yang ada di china dengan tinjauan beberapa artikel yang sudah ada sebelumnya. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa macam model pembelajaran dianggap sangat penting karena dapat menentukan pengetahuan pada masa yang akan datang salah satunya penerapan model pembelajar campuran ini.
2.	Chen, Q., & Li, Q (2016).	<i>The Blended Literacy of Physical Education and Computer Class in Physical Colleges</i>	Riset ini mengkaji mengenai merancang pembelajaran pendidikan jasmani mengombinasikan teknologi yang ada seperti komputer dalam pelaksanaannya. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa dengan adanya pembelajaran <i>blended learning</i> pendidik di tuntut untuk dapat merancang pembelajaran berbasis aplikasi yang mampu meningkatkan minat siswa terhadap proses pembelajaran.

No	Peneliti	Judul Artikel	Hasil Penelitian
3.	Vohle, F. (2017).	<i>Social Video Learning with a Blended Learning Framework in German Soccer Trainer Education</i>	Riset ini mengkaji mengenai penerapan pembelajaran baru campuran di pendidikan lanjutan pelatih sepakbola di Jerman. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa implementasi pembelajaran blended learning layak digunakan dan mampu mendukung pembelajaran latihan sepakbola bagi para pelatih di Jerman.
4.	Fathoni, A. F. (2018).	<i>The Role of Blended Learning on Cognitive Step in Education of Sport Teaching by Adjusting the Learning Style of the Students</i>	Riset ini mengkaji mengenai mengetahui tingkat kelayakan yang ditawarkan BL sebagai pembelajaran yang memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran penjas. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa penerapan pembelajaran <i>blended learning</i> dan pendukungnya menjadi daya tarik siswa dan efektivitas pembelajaran meningkat.
5.	Adi, S., & Fathoni, A. F. (2019).	<i>Development of Learning Model Based on Blended Learning in Sports School</i>	Riset ini mengkaji mengenai spesifikasi dan komponen dalam BL online dan offline di sekolah olahraga di Indonesia: Palembang, Jakarta, Sidoarjo, Makassar, dan Samarinda. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa motivasi belajar siswa dengan penerapan pembelajaran <i>blended learning</i> adalah positif termotivasi.
6.	Yildiz, T., & Ocak, M. (2016).	<i>Effects of Blended Learning Environment on Professional Competence and Motivation Levels of Coach Candidates</i>	Riset ini mengkaji tentang pengaruh pembelajaran campuran terhadap motivasi dan kompetensi profesional calon pelatih. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa tingkat motivasi pelatih peserta pelatihan dalam pembelajaran campuran meningkat secara signifikan lebih tinggi daripada peserta pelatihan dalam pembelajaran tatap muka tradisional.
7.	Al Qudah, A. H dkk (2018).	<i>Comparison Study Blended Learning and Conventional Learning in Improving Students' Cognitive in the Fitness Element</i>	Riset ini mengkaji mengenai perbandingan model pembelajaran konvensional dan campuran terhadap peningkatan kemampuan pengetahuan siswa dalam kebugaran jasmani. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa Penggunaan BL memberi pengaruh yang positif dan signifikan dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kebugaran jasmani siswa.
8.	Khoiroh, N. 2017	<i>The effect of the blended learning model and learning motivation on the learning outcomes of class VIII SMPN 1 Gumukmas students.</i>	Riset ini mengkaji mengenai pengaruh model pembelajaran blended learning dan motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa kelas VIII SMPN 1 Gumukmas Hasil riset ini mengungkapkan bahwa hasil belajar siswa pada ranah kognitif dengan motivasi belajar tinggi akan lebih maksimal dengan menggunakan blended learning sedangkan hasil belajar siswa dengan motivasi rendah akan lebih maksimal menggunakan MPL.
9.	Keogh, J. W dkk (2017).	<i>Perceptions of Sport Science Students on The Potential Applications and Limitations of Blended Learning in their Education</i>	Riset ini mengkaji mengenai persepsi mahasiswa ilmu olahraga terhadap manfaat dan potensi penerapan BL. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa mahasiswa setelah diberi pengenalan pembelajaran BL dapat lebih memahami lebih baik dan merespon dengan cepat informasi yang telah diperoleh dari penerapan pembelajaran campuran.
10.	Aida, A. A. (2019).	<i>Students' Satisfaction with Blended Learning Programmes in the faculty of physical education.</i>	Riset ini mengkaji mengenai penerapan BL di fakultas ilmu olahraga di yordania yang telah mengembangkan kursus pembelajaran campuran tatap muka dan online berdasarkan platform virtual. Hasil riset mengungkapkan bahwa Program <i>blended learn</i> memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dalam proses pembelajaran motorik dan pengetahuan pemahaman, serta dapat melaksanakan pembelajaran secara mandiri.

No	Peneliti	Judul Artikel	Hasil Penelitian
11.	Vohle, F., & Reinmann, G. (2014).	<i>Social Video Learning and Social Change in German Sports Trainer Education</i>	Riset ini mengkaji mengenai penerapan BL yang lebih fokus terhadap pembelajaran video sosial yang menjadi unggulan bagi pelatihan pelatih di Jerman dan internasional. Hasil riset mengungkapkan bahwa melalui BL seorang pelatih dan peserta didik mampu mengkolaborasi antara video pembelajaran dengan praktik, dengan adanya motivasi lebih serta adanya inovasi dan keunggulan media digital masih menjadi unggulan pelatih di Jerman.
12.	Mylsidayu, A., (2019).	<i>Children Circuit Model for Kids Physical Activity Based Blended Learning</i>	Riset ini dibahas untuk mengetahui apakah model sirkuit anak dalam BL berbasis aktivitas fisik anak dapat berpengaruh terhadap daya tahan tubuh anak. Model aktivitas sirkuit yang diterapkan dalam BL mampu meningkatkan daya tahan tubuh anak melalui kolaborasi aktivitas fisik di rumah di dampingi orang tua sebagai pemandu gerak lewat penayangan materi di Edmodo dengan mempraktikkan aktivitas yang sudah disajikan dan tersedia sebelumnya.
13.	Masgumelar, N. K., Dwiyo, W. D., & Nurrochmah, S. (2019).	<i>Game Modification using Blended Learning Subjects of Physical Education, Sports, and Health</i>	Riset ini dibahas mengenai pengembangan modifikasi permainan menggunakan blended learning dan menguji keefektifannya mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Hasil riset mengungkapkan bahwa produk yang dihasilkan adalah buku cetak dilengkapi dengan QR code, multimedia interaktif, dan Edmodo.
14.	Mardikaningsih, A., & Kurniasari, P. (2019)	<i>Development of Learning Model Blended Learning (Synchronous and Asynchronous) Physical Education Health and Recreation.</i>	Riset ini membahas mengenai pengembangan model pembelajaran <i>blended learning (synchronous vs asynchronous)</i> pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Hasil riset ini mengungkapkan bahwa model pembelajaran blended learning (<i>synchronous vs asynchronous</i>) setelah diterapkan pada mahasiswa jurusan pendidikan olahraga IKIP Budi Utomo mempunyai dampak yang signifikan untuk dapat dikembangkan lebih lanjut.
15.	George, K., & Spyros, P. (2016).	<i>Blended Learning in K-12 Education: a Case Study for Teaching Athletics in Physical Education</i>	Riset ini yang dibahas mengenai pembelajaran model campuran aplikasi pembelajaran di bidang atletik dalam penjas. Riset ini mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan yang jelas dalam mendukung <i>blended learning</i> pada bidang kognitif pada mata pelajaran atletik. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang juga menyimpulkan bahwa penerapan blended learning memberikan hasil yang lebih baik dari pembelajaran tradisional.

Pembahasan

Dari hasil studi literatur 15 artikel yang telah direview dan dipaparkan sebelumnya terdapat beberapa bahasan yang berkaitan yang saling berkesinambungan, didasari oleh beberapa faktor yang mempengaruhi atau yang menjadi daya ikat *blended learning*, yaitu model pembelajaran campuran mempunyai daya tarik sendiri. Sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya Wardani dkk (2018) menyimpulkan bahwa *blended learning* merupakan salah satu model pembelajaran yang mempunyai daya ikat tersendiri yaitu dengan tidak meninggalkan pertemuan tatap muka namun juga menggabungkan pembelajaran *e-learning* dengan pembelajaran tatap muka. Karena dalam pelaksanaannya *blended learning* menggabungkan beberapa sumber belajar dan mengkolaborasi menjadikan peserta didik tidak jenuh dan tidak cepat bosan akan cenderung mempunyai motivasi belajar yang lebih tinggi. Misalnya penayangan media bahan ajar berbentuk video dalam pembelajaran selanjutnya siswa dapat mempraktikkan apa yang telah ditampilkan sebelumnya.

Selain masih ada daya tarik pembelajaran contoh ini bisa menghipnotis motivasi, & output belajar dibandingkan menggunakan pembelajaran konvensional atau tradisional, Sjukur (2012) menyimpulkan bahwa (1) masih ada disparitas motivasi belajar antara murid yg menerapkan contoh pembelajaran blended learning dibandingkan murid menggunakan pembelajaran konvensional; (2) masih ada disparitas output belajar antara murid yg menerapkan pembelajaran blended learning dibandingkan

murid menggunakan pembelajaran konvensional; (3) masih ada peningkatan motivasi belajar murid yg ditentukan penerapan contoh pembelajaran campuran; (4) masih ada peningkatan output belajar murid ditentukan penerapan contoh pembelajaran campuran. Peningkatan motivasi belajar & output belajar nir terlepas berdasarkan beberapa komponen yg terdapat & yg sudah diterapkan pada proses pembelajaran menggunakan contoh blended learning yg sudah dilaksanakan ini.

Karena dalam pelaksanaan pembelajaran model *blended learning* tidak hanya mengandalkan tatap muka atau via *online* saja, namun ada beberapa unsur-unsur pembelajaran yang terdapat didalamnya yaitu mengkombinasikan antara tatap muka dan tatap maya melalui teknologi yang sudah berkembang saat ini, Amin (2017) sampai pada kesimpulan bahwa ada beberapa elemen model pembelajaran BL yang dapat digabungkan, yaitu enam elemen, yaitu: (a) pengajaran di kelas (b) pembelajaran mandiri, (c) penerapan, (d) tutorial, (e) kerjasama, dan (f) evaluasi. Kelebihan model pembelajaran ini adalah efisiensi waktu, efisiensi biaya, serta pembelajaran lebih efektif dan efisien. Dalam hal ini strategi pendidik untuk mengantisipasi tuntutan pembelajaran di masa yang akan datang dapat menerapkan pembelajaran dengan model *Blended Learning* ini. Dari hasil studi literatur artikel terdapat hasil yang hampir mirip yaitu adanya pengembangan atau pemanfaatan media belajar online dengan tatap muka di dalam pembelajaran model *blended learning* ini. Seperti pemanfaatan situs aplikasi dan web *u-link* dengan pemanfaatan video sebagai bahan ajar dan sebagainya.

Untuk bidang pendidikan jasmani khususnya acara blended learning menaruh kesempatan buat membuat keterampilan pada pembelajaran motorik & pengetahuan pemahaman & bisa melaksanakan pembelajaran secara mandiri. Selaras menggunakan pendapat berdasarkan Kavita dkk (2012) menyimpulkan bahwa keterlibatan pemanfaatan & penerapan teknologi personal komputer pada proses pembelajaran pendidikan jasmani bisa menaikkan minat & motivasi anak didik pada berolahraga dibandingkan pedagogi menggunakan contoh tradisional atau konvensional.

Dengan adanya pendapat tadi bisa menguatkan bahwa contoh BL membuahkan murid ataupun mahasiswa keliru satunya sebagai berdikari menggunakan belajar melalui materi ajar yg diperoleh beragam menurut banyak sekali asal yg sudah tersedia. Sedangkan menurut Dwiyo, (2014, p.33) dalam merencanakan sistem pembelajaran yang optimal, terdapat delapan faktor yang saling berinteraksi, antara lain: pembelajar, isi, tujuan, lingkungan belajar, pembelajar, sumber belajar, strategi, evaluasi. Sumber belajar dan strategi *e-learning* termasuk dalam komponen yang ada dalam model pembelajaran *blended learning*.

Dalam pelaksanaan BL akan meningkatkan kualitas pembelajaran, karena dalam metode BL pembelajaran tidak menonton seperti hanya belajar di dalam kelas. Namun, metode BL bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja. Salah satu contoh dalam kasus tahun ini yaitu Indonesia sedang di serang pandemic covid-19 yang dimana seluruh *stake holder* masyarakat dianjurkan untuk berada dirumah. Ini memberikan dampak anti sosial dimana masyarakat tidak diperbolehkan berkumpul dalam satu tempat. Blended learning hadir dalam proses pembelajaran yang menggabungkan proses belajar mengajar dilakukan berbasis online, jadi dosen atau guru maupun mahasiswa/siswa mau tidak mau, siap tidak siap harus mengikuti perkembangan zaman dan harus bisa beradaptasi dengan kondisi lingkungan sekitar saat ini, dimana saat masa pandemic seluruh nusantara menggunakan fasilitas online. Ini secara tidak langsung meningkatkan kualitas pembelajaran diseluruh Indonesia yang mana sebelumnya khalayak tidak tahu mengaplikasikan teknologi atau platform media belajar seperti *zoom*, *google meet*, *google classroom*, *yahoo*, *E-learning* dan lain-lain menjadi tahu bahkan terampil dan handal.

Sebelum melaksanakan pembelajaran menggunakan menerapkan blended learning, pendidik wajib menyiapkan dulu seluruh kebutuhan pembelajarannya terutama penggunaan platform teknologi yg akan dipakai pada pembelajaran yg akan dipakai tanpa melaksanakan tatap muka. Beberapa platform yg bisa dipakai pada pembelajaran menggunakan blended learning misalnya *Group Mailing List (Milis, misalnya Yahoo groups, Google classroom, & lain-lain)*, Web Blog Guru, Social Media (*Facebook, Twitter, Instagram, Path, & lain-lain*), Aplikasi-pelaksanaan Learning Management Systems atau LMS (misalnya *Moodle, Edmodo, Quipper, Kelase, & lainnya*) & sebagainya. Selanjutnya, bagaimana platform-platform yg telah dipengaruhi sang pendidik diterapkan pada pembelajaran menggunakan sebelumnya disusun terlebih dahulu pada langkah-langkah pembelajaran yg dirancang. Sehingga bisa dikatakan sebelum merancang PBBL pengajar perlu melakukan analisis kebutuhan & potensi yg bisa dimanfaatkan pada lingkungan belajar (Masgumelar & Dwiyo, 2020, p.96). Dalam era pandemi covid 19 ini pembelajaran pendidikan olahraga dituntut buat memanfaatkan device buat dibuatkan isi bahan

ajar menurut pengajar, jadi nir hanya melakukan kegiatan fisik saja tetapi perlu memberdayakan teknologi masa sekarang menjadi asal belajar (Mustafa & Dwiyo, 2020, p.422). Hasil penelitian menurut Masgumelar, Dwiyo, & Nurrochmah (2019, p. 985) menerangkan bahwa pembelajaran PJOK pada jenjang Sekolah Menengah Atas bisa dikemas melalui blended learning, lantaran bisa mempermudah siswa pada mengakses materi PJOK menggunakan mudah, sebagai akibatnya pembelajaran sebagai efektif & efisien. *Blended learning* pada pendidikan olahraga bisa dibagi sebagai 3 aspek, antara lain: (1) face to face, yaitu pembelajaran yg menghadirkan pengajar & siswa buat bertemu pada satu loka yaitu dalam sekolah; (2) offline, melalui asal belajar multimedia interaktif yg dibentuk sang pengajar yaitu terdiri menurut teks, video, audio, & animasi dan bisa diakses tanpa jaringan internet; & (3) online, yaitu menggunakan penyedia web belajar online, bisa melalui *google classroom*, *zoom*, atau *edmodo* atau penyedia jasa web pembelajaran lainnya. Melalui pembelajaran online ini, memungkinkan siswa buat mengakses menggunakan bebas asal belajar yg diunggah sang pengajar pada kelas online yg tentunya membutuhkan jaringan internet. Tiga komponen tadi saling melengkapi, sinkron menggunakan kebutuhan pada lapangan, tentunya pengajar perlu merancang bagaimana supaya porsi tatap muka, offline, & online tadi efektif & efisien

Jadi dari berbagai bahasan telah diperoleh bahwa *blended learning* merupakan pembelajaran yang terpadu dan relevan untuk diterapkan pada era pandemi covid 19 dalam bidang pendidikan khususnya dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang telah terbukti dari berbagai manfaat dan hasil yang sudah dipaparkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwasanya pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan rekreasi berbasis *blended learning* di era pandemi covid 19 dapat membantu proses pembelajaran menjadi lebih efektif dalam meningkatkan minat siswa terhadap proses pembelajaran selama di era pandemi covid 19 serta efisien dari segi waktu dan biaya karena bentuk pembelajaran ini bisa dilakukan dimana saja dan kapan saja. Selain itu dari aspek kognitif model pembelajaran *blended learning* di era pandemi covid 19 dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Dari aspek keterampilan pembelajaran *blended learning* dapat menaruh kesempatan buat membunatkan keterampilan pada pembelajaran motorik & pengetahuan pemahaman & bisa melaksanakan pembelajaran secara mandiri.

Di era covid 19 pembelajaran via offline menjadi terhenti karena perlunya *social distancing*, maka dari itu pembelajaran via *online* adalah salah satu solusi dalam pemecahan masalah pembelajaran saat proses pembelajaran *offline*/tatap muka tidak dapat dilakukan. Bahkan, pembelajaran via *online* tersebut membuat para pelajar menjadi lebih dekat dengan teknologi dalam mengoptimalkan pembelajaran bersama guru maupun diskusi dengan teman-temannya lewat media belajar platform online seperti *moodle*, *quipper*, *edmodo*, *zoom*, *google meet*, *google classroom*, *youtube*, *yahoo groups*, *e-learning*, dan jasa web pembelajaran lainnya. Diharapkan penerapan contoh pembelajaran ini bisa diterapkan pada proses pembelajaran khususnya buat pendidikan jasmani & olahraga pada lingkup pendidikan formal berdasarkan para pendidik atau pengajar juga instruktur olahraga.

Dalam perangkat lunak *Blended elearning*, pendidik harus dapat memastikan bahwa masing-masing kontributor memiliki pusat dan infrastruktur yang baik, sehingga selama pengenalan yang tidak bias melalui online tidak ada banyak keterbatasan karena pusat dan infrastruktur yang tidak memadai. Selain itu, pendidik telah menyusun jawaban yang berkualitas dalam mengatasi masalah yang mungkin muncul. Bagian materi pengenalan harus dialokasikan dengan baik, mengingat kandungan materi materi pembinaan, selain tujuan mengenal, yang mana di antaranya harus disebutkan secara tatap muka, atau dapat dipelajari secara mandiri. Dalam mengatur pembelajaran, pendidik juga harus menyusun jadwal yang sudah disiapkan untuk pertemuan tatap muka dan tidak memihak di awal, sehingga para sarjana mengenali dengan pasti jadwal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S., & Fathoni, A. F. (2019). Development of Learning Model Based on Blended Learning in Sports School. In *5th International Conference on Physical Education, Sport, and Health (ACPES 19)*. Atlantis Press.

- Aida, A. A. (2019). Students' satisfaction with Blended Learning Programmes in The Faculty of Physical Education. *Science for Education Today*, 9(5).
- Al Qudah, A. H., Abd Rashid, S., Iffah, D., & Al Ani, N. A. (2018). Comparison Study Blended Learning and Conventional Learning in Improving Students' cognitive in The Fitness Element. *Journal of Entrepreneurship Education*, 21(4), 1-6.
- Anggita, G. M., Rahayu, T., Ali, M. A., Castyana, B., & Blume, A. (2020). Tingkat pengetahuan dan persepsi guru penjas terhadap metode blended learning. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(3), 699–712. https://doi.org/https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v7i1.14815.
- Barlex, D. M., & Trebell, D. (2008). Design- without-make: challenging the conventional approach to teaching and learning in a design and technology classroom. *International Journal of Technology and Design Education*, 18(2), 119–138. <https://doi.org/10.1007/s10798-007-9025-5>.
- Calderón, A., Scanlon, D., MacPhail, A., & Moody, B. (2020). An integrated blended learning approach for physical education teacher education programmes: teacher educators' and pre-service teachers' experiences. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1823961>.
- Chen, Q., & Li, Q. (2016). The Blended Learning of Physical Education and Computer Class in Physical Colleges. In *International Conference on Education, Management and Computing Technology (ICEMCT-16)* (pp. 277-280). Atlantis Press.
- Darmawan, D. (2011). *Teknologi Pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dwiyogo, W.D. 2014. Analisis Kebutuhan Pengembangan Model Rancangan Pembelajaran Berbasis Blended Learning (PBBL) Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pemecahan Masalah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. 20(1): 71-78.
- Dwiyogo, W. D. (2016). *Pembelajaran Berbasis Blended learning: Model Rancangan Pembelajaran dan Hasil Belajar Pemecahan Masalah*. Malang: Wineka Media.
- 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. In *International Seminar on Public Health and Education 2018 (ISPHE 2018)*. Atlantis Press.
- Gandasari, M. F. (2019). Pengembangan model pembelajaran tematik Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 22-27.
- George, K., & Spyros, P. (2016). Blended Learning in K-12 Education: A Case Study for Teaching Athletics in Physical Education. In *The 1st International Association for Blended Learning Conference: Blended Learning for the 21st Century Learner* (pp. 36-43).
- Kavita, V., Sharma, J. P., & Tiwari, R. K. (2011). Use of Information Technology in Physical Education and Sport. *International Journal in Multidisciplinary and Academic Research*, 2(4), 1–6.
- Keogh, J. W., Gowthorp, L., & McLean, M. (2017). Perceptions of Sport Science Students on the Potential Applications and Limitations of Blended Learning in Their Education: A Qualitative Study. *Sports biomechanics*, 16(3), 297-312.
- Killian, C. M., Kinder, C. J., & Woods, A. M. (2019). Online and Blended Instruction in K–12 Physical Education: A Scoping Review. *Kinesiology Review*, 8(2), 110–129. <https://doi.org/10.1123/kr.2019-0003>.
- Khoiroh, N. 2017. Pengaruh Model Pembelajaran Blended Learning dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Siswa kelas VIII SMPN 1 Gumukmas. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 10(2), 97-110.
- Mardikaningsih, A., & Kurniasari, P. 2019. Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning (Synchronous vs Asynchronous) Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. *Madrosatuna: Journal of Islamic Elementary School*, 3(1), 27-36.

- Masgumelar, N. K., Dwiyoogo, W. D., & Nurrochmah, S. (2019). Modifikasi Permainan menggunakan Blended Learning Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(7), 979–986.
- Mujiono, M., & Gazali, N. (2020). Literature review: Physical education in the covid-19 pandemic. *JUARA : Jurnal Olahraga*, 6(1), 50–63. <https://doi.org/10.33222/juara.v6i1.1054>
- 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). Pengembangan Buku Ajar Pengajaran Remedial dalam Pendidikan Jasmani untuk Mahasiswa S1 Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Universitas Negeri Malang. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 1–
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.7629>.
- Mustafa, P. S., Winarno, M. E., & Asim. (2016). Pengembangan Variasi Latihan Service Atas untuk Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli di SMK Negeri 4 Malang. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 26(1), 159–175. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/pj.v26i1.7740>.
- Mylsidayu, A., Tangkudung, J., Hanif, S., Bujang., Abidin, D. (2019). Children Circuit Model for Kids Physical Activity Based Blended Learning. *International Journal of Engering and Advenced Technology (IJEAT)*, 8(5) 1473-1479.
- Nopembri, N. S. U. S. (2011). Pandangan Guru Pendidikan Jasmani Smaterhadap Penerapan Model Pembelajaran teaching Games For Understanding. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 8(1).
- O'Brien, W., Adamakis, M., O'Brien, N., Onofre, M., Martins, J., Dania, A., ... Costa, J. (2020). Implications for European Physical Education Teacher Education during the COVID-19 pandemic: a cross-institutional SWOT analysis. *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 503–522. <https://doi.org/10.1080/02619768.2020.1823963>.
- Prasetyo, M. T. (2020). Mengoptimalkan Pembelajaran Pendidikan Olahraga Melalui Blended Learning di Papua. *Seminar & Conference Nasional Keolahragaan*, 5–12.
- Purwaningtyas, W. D. D., & Hariyadi, I. (2017). Pengembangan Modul Elektronik Berbasis Online dengan Program Edmodo. *Jurnal Pendidikan*, 2(1), 123, 121–129.
- Ranti, S., Hermanzoni, H., & Mardela, R. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. *Jurnal Patriot*, 2(4), 1019- 1035.
- Selwyn, N., & Jandrić, P. (2020). Postdigital Living in the Age of Covid-19: Unsettling What We See as Possible. *Postdigital Science and Education*, 2(3), 989–1005. <https://doi.org/10.1007/s42438-020-00166-9>.
- Setiawan, A. R. (2020). Lembar Kegiatan Literasi Sainifik untuk Pembelajaran Jarak Jauh Topik Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 28–37.
- Shi, S., & Zainuddin, Z. A. B. (2020). a Review of The Research on Blended Learning In Physical Education in China and International. *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 672-686.
- Sjukur, S. B. (2012). Pengaruh Blended Learning terhadap Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Siswa di Tingkat SMK. *Jurnal pendidikan vokasi*, 2(3).
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Vohle, F., & Reinmann, G. (2014). Social Video Learning and Social Change in German Sports Trainer Education. *International Journal of Excellence in Education*, 184(1793), 1-11.
- Vohle, F. (2017). Social Video Learning with a Blended Learning Framework in German Soccer Trainer Education. *International Journal of Advanced Corporate Learning (iJAC)*, 10(1), 15- 21.

- Wardani, D. N., Toenlio, A. J., & Wedi, A. (2018). Daya tarik pembelajaran di era 21 dengan Blended Learning. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 1(1), 13-18.
- Yildiz, T., & Ocak, M. (2016). Effects of Blended Learning Environment on Professional Competence and Motivation Levels of Coach Candidates. *Journal of Learning and Teaching in Digital Age*, 1(1), 3-11.
- Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Covid-19 kepada Anak-anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1), 68–76. <https://doi.org/https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i1.440>.