

Pembelajaran Penjas masa Pandemi Covid-19

Wahyu Eko Widiyanto^{1*}, Soegiyanto KS¹, M. Furqon Hidayatullah², Donny Wira Yudha

Kusuma¹

¹Pendidikan Olahraga, Sekolah Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Jl. Kelud Utara III Semarang, Indonesia

²Ilmu Keolahragaan, Sekolah Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir. Sutami 36 A Surakarta, Indonesia

*Corresponding Author: widiyanto@students.unnes.ac.id

Abstrak. Covid-19 memaksa semua kegiatan harus dilakukan dari rumah saja guna memutus penyebaran Covid-19. Aktivitas yang terdampak dari adanya Covid-19 salah satunya adalah sektor pendidikan. Mengalami perubahan sistem pembelajaran yang awalnya dilakukan secara tatap muka langsung harus dilakukan dari rumah secara online. Tujuan penelitian untuk mengetahui dampak Covid-19 terhadap pendidikan jasmani. Hal ini dibutuhkan untuk mengetahui implementasi dan dampak pembelajaran pendidikan jasmani di masa pandemi Covid-19, dengan harapan dapat memberikan informasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur review. literatur review adalah desain penelitian yang digunakan dalam mengumpulkan sumber data yang berkaitan dengan suatu topik. Pengumpulan data untuk literatur review dilakukan dengan alat pencarian database yang sebagai tahapan pencarian sumber literatur. Pengumpulan data menggunakan metode PRISMA. Mesin pencari yang digunakan menentukan artikel adalah *Google Scholar*, *Eric*, dan *Science Direct*. Untuk waktu menggunakan batas waktu 3 tahun, mulai tahun 2019 sampai 2021. Berdasarkan hasil analisis dari artikel diperoleh kesimpulan bahwa terdapat dampak negatif dan positif, dampak negatif terkendalanya proses evaluasi atau umpan balik, sarana prasarana penunjang pembelajaran berupa jaringan internet belum mendukung, sedangkan dampak positif yang ditimbulkan tidak ada batasan ruang dan waktu dalam pelaksanaan pembelajaran.

Kata kunci: Pendidikan Jasmani, Online, Media.

Abstract. Covid-19 forces all activities to be carried out from home to limit the spread of Covid-19. These activities include those from the education sector. Students and teachers had to experience a crucial change; the learning system had to shift from a face-to-face learning to online learning. The research objective was to determine the impact of Covid-19 on physical education. This is needed to find out the implementation and impact of physical education learning during the pandemic, with the hope of providing information. The method used in this study is a literature review study, in which data were collected related to a topic then studied in depth. Data collection for literature review was carried out using a database search tool which served as a literature search stage. Data collection uses the PRISMA method. The search engines used to collect relevant articles published between 2019 to 2021 are Google Scholar, ERIC, and Science Direct. Based on the results of the analysis of the article, it can be concluded that there are negative and positive impacts. The former includes obstacles to the evaluation or feedback process, learning support infrastructure in the form of internet networks is not yet supportive. While the positive impact is that there is no space and time limit in the implementation of learning.

Key words: Physical Education, Online, Media.

How to Cite: Widiyanto, W. E., KS, Soegiyanto, Hidayatullah, M. F., & Kusuma, D. W. Y. (2023). Pembelajaran Penjas masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 2023, 883-888.

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020 tepatnya bulan maret sistem pembelajaran di Indonesia beralih yang awalnya dilakukan secara tatap muka menjadi pembelajaran jarak jauh atau daring. Peralihan tersebut sesuai dengan terbitnya edaran Pemerintah melalui Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia dengan nomor 4 tahun 2020 dalam ruang lingkup kebijakan pendidikan masa darurat Covid-19 (Kemendikbud, 2020). Covid-19 bukan hanya merubah sistem pembelajaran, namun juga berdampak pada kesehatan, ekonomi, dan banyak sektor lainnya (Rundle dkk., 2020).

Tenaga pendidik atau guru secara tidak

langsung harus mengikuti instruksi ataupun kebijakan yang dikeluarkan oleh pemerintah. Pembelajaran daring saat ini dirasa menjadi solusi paling efektif dalam memutus rantai penyebaran Covid-19. Pembelajaran daring /dalam jaringan merupakan pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet/online. Pembelajaran daring yang dilakukan dari rumah secara keseluruhan sama dengan pembelajaran yang dilakukan secara langsung atau tatap muka tanpa harus merubah tujuan pembelajaran. Perbedaannya hanya terletak pada sistem atau metode pembelajarannya secara online. Pembelajaran online merupakan proses pembelajaran yang dilaksanakan dengan memanfaatkan jaringan internet.

Pembelajaran online diterapkan oleh semua

mata pelajaran ditingkat dasar hingga perguruan tinggi (Kurniawan, 2020). Tidak terkecuali mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Penjas). Pembelajaran Penjas yang dilaksanakan secara online dapat memanfaatkan aplikasi berbasis *synchronus* dan *asynchronus*. Untuk *synchronus* seperti aplikasi *Zoom*, *Google*, *Microsoft Teams*, atau *WhatsApps Video*, sedangkan *asynchronus* bisa menggunakan aplikasi *WhatsApps Group*, *Edmodo*, dan *Google Clasroom*. Pembelajaran Penjas yang dilaksanakan secara online pasti menemui hambatan, namun juga berdampak positif.

Proses perubahan metode pembelajaran yang belum disiapkan secara baik bisa menjadi salah satu hambatan. Misalnya perangkat atau *divice* dan jaringan internet yang mendukung bisa menjadi penyebabnya. Untuk dampak positif pembelajaran yang dilaksanakan dengan media online atau elektronik bisa membantu dan berguna baik siswa maupun guru dalam berinteraksi saat pelaksanaan pembelajaran (Rahmatullah, 2019). Media memang menjadi salah satu kunci keberhasilan pembelajaran yang dilaksanakan secara online.

Dengan demikian harus mampu merancang dan mendesain pembelajaran daring yang efektif dengan memanfaatkan media yang tepat dan sesuai terhadap materi yang akan disampaikan. Media sederhana yang bisa dimanfaatkan oleh guru adalah aplikasi *WhatsApp*. Aplikasi *WhatsApp* dirasa relatif paling mudah, karena memang sudah terbiasa digunakan sebelumnya. Keberhasilan guru dalam melaksanakan pembelajaran daring adalah kemampuan berinovasi dalam merancang materi dan metode serta menentukan materi yang sesuai dengan kebutuhan. Pembelajaran mempunyai inovasi yang baik jika ada sentuhan teknologi dalam media pembelajarannya (Almusawi dkk., 2021; Syofian dan Gazali, 2021).

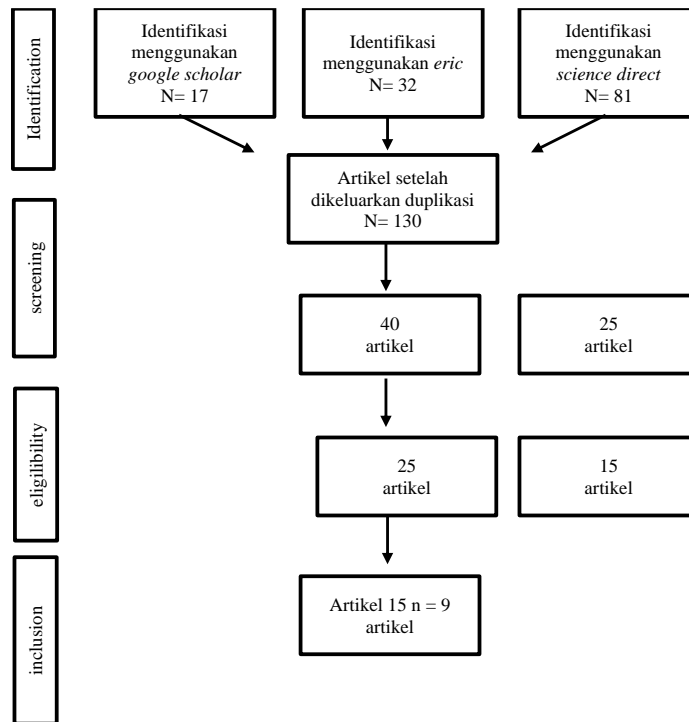
Dari permasalahan mengenai adanya perubahan sistem pembelajaran yang disebabkan Covid-19 pada pembelajaran penjas yang dilaksanakan secara online. Penelitian ini bertujuan

untuk melakukan review terhadap dampak Covid-19 pada pembelajaran penjas. Peneliti berharap hasil penelitian ini bisa memberikan gambaran mengenai pembelajaran penjas serta media yang sesuai dan efektif dalam pelaksanaan pembelajaran penjas saat masa pandemi Covid-19.

METODE

Penulisan artikel ini menggunakan literatur review. Artikel literatur review merupakan publikasi ilmiah berdasarkan research artikel yang telah diterbitkan oleh jurnal nasional atau internasional. Penulisan artikel ini dengan cara membandingkan artikel dengan topik *pembelajaran pendidikan jasmani online* yang telah terbit dan dimuat dari mesin pencari *Google Scholar*, *Eric*, dan *Science Direct*. Artikel yang dipilih dari rentang waktu 5 tahun, mulai tahun 2016 sampai dengan 2021. Artikel yang dipilih dengan kriteria pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada masa pandemi Covid-19 yang menggunakan metode online.

Dari rentang waktu 2016 sampai 2021, penulis menentukan kriteria artikel dengan tema Covid-19. Jadi diperoleh artikel yang dijadikan sumber literatur mulai tahun 2019 sampai dengan 2021. Adapun kata kunci yang digunakan penulis dalam menyeleksi artikel diantaranya *Learning Physical Education Online* dan *Covid-19*. Selanjutnya artikel yang sudah terpilih disesuaikan dengan kriteria inklusi, untuk mesin pencari *google scholar* kriteria yang digunakan artikel yang dipublikasikan ke dalam jurnal yang terakreditasi Sinta. Sedangkan kriteria inklusi dengan mesin pencari *eric* dan *science direct*, artikel yang sudah terpublikasi dalam jurnal yang terindeks scopus. Untuk metode analisis menggunakan PRISMA dengan langkah-langkah: 1. Identifikasi (*Identification*), 2. Seleksi (*Screening*), 3. *Eligibility*, dan 4. *Inclusion*. Adapun hasil analisis yang diperoleh dengan metode PRISMA digambarkan dalam bagan berikut.



Gambar 1. Alur Prisma

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang akan disajikan dalam tabel di bawah ini. Tabel berisikan penulis, jenis terbitan, metode, karakteristik sampel, jumlah sampel, variabel, dan hasil penelitian. Untuk mempermudah melihat hasil penelitian akan disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1. Ringkasan Artikel

No.	Authors/ Tahun	Pengindeks Jurnal	Metode	Karakteristik Sampel	N	Variabel Pengukur	Hasil atau pemuan penelitian
1	Luqmanul Hakim dan Rico Susanto/2021	Sinta 4	Kuantitatif	Siswa SD	12	Pembelajaran PJOK	Mayoritas sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran, namun terdapat kendala dalam pelaksanaan evaluasi hasil belajar dan ketersediaan sarana internet.
2	I Nengah Wiraguna, I Gusti Lanang Agung Parwata, dan I Ketut Semarayasa/ 2020	Sinta 5	Kuantitatif	Siswa SMA	225	Motivasi	Hasil penelitian menunjukan bahwa motivasi mengikuti pembelajaran PJOK peserta didik SMA di Kecamatan Bangli dalam pembelajaran daring berada dalam kategori sangat tinggi.
3	Rahayu Prasetyo dan Ilmul Ma'arif/2021	Sinta 5	Kuantitatif	Siswa SD	22	Berpikir kritis	63,63 % siswa mempunyai kemampuan berpikir kritis kurang, dan 31,8 % siswa berada pada kategori kritis pada pembelajaran PJOK pada saat daring.
4	Jos'e F Torneroa- Aguileraa, Alejandro Rubio-	Scopus Q2	Kuantitatif	Siswa SMA	72	Pendidikan Jasmani	Pengaruh masker dalam aktivitas jasmani

No.	Authors/ Tahun	Pengindeks Jurnal	Metode	Karakteristik Sampel	N	Variabel Pengukuran	Hasil atau pemuan penelitian
5	Zarapuz, dan Vicente J Clemente- Su´arez/2021 Jieun Yu and Yongseok Jee/2021	Scopus Q2	Kuantitatif	Guru dan Murid	15	Pendidikan Jasmani	Umpan balik yang tepat waktu dan berkualitas harus disediakan untuk keberhasilan pelaksanaan
6	Hande Baba Kaya/2021	Scopus Q3	Kualitatif	Guru Penjas	20	Pendidikan Jasmani	Dampak positif pembelajaran penjas jarak jauh adalah tidak terbatas ruang dan waktu. Dampak negatif yang muncul adalah tidak dapat memberikan kesempatan yang sama kepada semua siswa
7	Alejandro Almonacid- Fierro, Rodrigo Vargas- Vitoria, Ricardo Souza De Carvalho, dan Manuel Almonacid Fierro/2021	Scopus Q4	Kualitatif	Guru Penjas	14	Pendidikan Jasmani	Dampak kualitas hidup guru dan siswa karena masa pandemi.
8	Eun Hye Kwon dan Martin E. Block/2019	Scopus Q2	Kuantitatif	Guru Penjas	75	Pendidikan jasmani	Pemberdayaan e-learning
9	Julia Yu- Fong Chang, Feng-Chou Cheng, Ling- Hsia Wang, Tzu- ChiangLin, dan Chun- Pin Chiang/2021	Scopus Q3	Kuantitatif	Siswa	34	Pendidikan jasmani	Efektivitas pembelajaran antara kelas fisik dan pembelajaran kelas online

Pada pembahasan ini akan menyampaikan hasil dari analisis kepada artikel yang sudah dipaparkan pada tabel hasil penelitian. Pembahasan ini akan menyampaikan dampak dan media yang digunakan adanya Covid-19 pada pelaksanaan pembelajaran penjas. Dampak negatif yang diperoleh dari pembelajaran masa pandemi Covid-19 pada proses evaluasi peserta didik. Pembelajaran penjas yang sejatinya menitik beratkan pada ketarampilan atau gerakan. Guru harus bisa berinovasi dalam menggunakan media pembelajaran dalam merakam pengalaman belajar siswa yang dilakukan di rumah (Mariati dan Asmara, 2017; Qomarrullah, 2015). Dari sini proses evaluasi dan umpan balik tidak bisa dilakukan secara langsung ketika siswa mempraktikkan gerakan tersebut (Hakim dkk., 2021; Yu dan Jee, 2021).

Sarana dan prasarana merupakan faktor penghambat dalam melaksanakan pembelajaran

penjas secara online. Perangkat yang memadai menjadi alat utama dalam mengikuti pembelajaran secara online. Selain itu juga membutuhkan jaringan internet yang stabil guna mendukung terlaksananya pembelajaran. Namun juga perlu didukung kemampuan dalam mengoperasikan aplikasi ataupun media yang digunakan (Hutami, 2021).

Dampak positif yang ditimbulkan dengan adanya peralihan metode pembelajaran dari tatap muka secara langsung dialihkan dengan pembelajaran jarak jauh atau online, membuat guru untuk dituntut berinovasi dalam merancang dan menyusun perangkat pembelajaran (Qomarrullah, 2015). Tidak terbatasnya ruang dan waktu juga memberikan kelonggaran dalam melaksanakan proses belajar mengajar tanpa harus menghilangkan tujuan yang akan dicapai. Secara umum motivasi siswa mengikuti pembelajaran cukup tinggi, meskipun ada

kendala pada perangkat atau pengeoperasian media yang digunakan (Anas dan Fitriani, 2019; Hutami, 2021; Wiraguna dkk., 2021). Guru juga dituntut bijak dalam memilih media yang digunakan.

Media merupakan penunjang terlaksananya proses pembelajaran. Media *whatapps* dan *google classroom* dirasa paling mempermudah dalam menunjang pembelajaran. Covid-19 memberikan dampak pada pembelajaran penjas dimana proses pembelajaran dengan online berjalan efektif. *Google classroom* menjadi media yang efektif dengan menggunakan penugasaan secara individu (Kusumadewi dkk., 2020). Pembelajaran yang saat ini membuat guru harus menggunakan beberapa media aplikasi yang bisa digunakan untuk menunjang proses pembelajaran. Dimana *google classroom* merupakan aplikasi yang efektif digunakan sehingga membawa dampak yang positif. Pembelajaran penjas memiliki potensi untuk terus berjalan di masa pandemi seperti ini dengan segala keterbatasan yang ada. Dampak dari Covid-19 memang sangat berdampak bagi dunia pendidikan, namun semua ada jalan jika mau berusaha. Setiap pembelajaran baik penjas maupun pembelajaran yang lain memiliki potensi untuk terus berjalan. Sehingga membuat tujuan pembelajaran tetap bisa dilakukan walaupun ada kendala dalam prosesnya.

Dari pembahasan hasil penelitian diatas dapat diperoleh kesamaan kendala atau hambatan dalam melaksanakan pembelajaran penjas secara online. Secara umum hambatan dalam proses pembelajaran penjas dalam memberikan evaluasi atau umpan balik tidak bisa secara langsung dan sarana prasarana yang mendukung pembelajaran secara online tidak mendukung. Selain hambatan yang dtimbulkan ada pula dampak positif, tidak terbatas waktu dan tempat dalam proses pembelajaran serta guru dituntut inovatif dalam mendesain pembelajaran.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan dari hasil penelitian kajian literatur ini dapat diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada masa pandemi Covid-19 terdapat dampak negatif dan positif. Dampak negatif yang muncul adalah terkendalanya proses evaluasi atau umpan balik keterampilan kepada siswa tidak bisa secara langsung dan sarana prasarana penunjang pembelajaran berupa jaringan internet belum mendukung. Selain

dampak negatif, ada pula dampak positif yang dimana tidak ada batasan ruang dan waktu saat proses pembelajaran.

REFERENSI

- Almusawi, H. A., Durugbo, C. M., & Bugawa, A. M. (2021). Innovation in physical education: Teachers' perspectives on readiness for wearable technology integration. *Computers and Education*, 167(October 2020), 104185. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104185>
- Anas, A., & Fitriani, A. (2019). Dampak Media E-Learning Terhadap Kedisiplinan Dalam Mengerjakan Tugas Dan Motivasi. *Pedagogy: P-ISSN: 2502-3802 e-ISSN: 2502-3799*, 4(1), 74–82.
- Hakim, L., Susanto, R., Pgri, U., & Buana, A. (2021). *MULTILATERAL: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan di tengah darurat Covid-19 di Surabaya , dapatkah diterapkan? Physical education learning throughout the Covid-19 outbreak in Surabaya , is it im.* 20(3), 237–252.
- Hutami, E. R. (2021). Kendala Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pandemi Bagi Siswa Sd, Guru, Dan Orangtua. *Jurnal Ilmiah WUNY*, 3(1), 51–61. <https://doi.org/10.21831/jwuny.v3i1.40706>
- Kemendikbud. (2020). *Surat Edaran No. 4 Mendikbud.*
- Kurniawan, M. T. A. (2020). Artikel Review: Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pendidikan Di Indonesia. *Seminar & Conference Nasional ...*, 111–117. <http://conference.um.ac.id/index.php/fik/article/view/453>
- Kusumadewi, R. F., Yustiana, S., & Nasihah, K. (2020). Menumbuhkan Kemandirian Siswa Selama Pembelajaran Daring sebagai Dampak Covid-19 di SD. *JRPD (Jurnal Riset Pendidikan Dasar)*, 1(1), 7–13.
- Mariati, P., & Asmara, B. (2017). Pengembangan Model Pembelajaran Inovatif Gerak dan Lagu Tematik bagi Guru Pos PAUD Terpadu (PPT) di Kota Surabaya. *PEDAGOGI: Jurnal Anak Usia Dini Dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(3a), 9–20.
- Qomarrullah, R. (2015). Model Aktivitas Belajar Gerak Berbasis Permainan Sebagai Materi Ajar Pendidikan Jasmani. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 2(2),

- 76–88.
<https://doi.org/10.15294/jpehs.v2i2.4591>
- Rahmatullah, M. I. (2019). Pengembangan Konsep Pembelajaran Literasi Digital Berbasis Media E-Learning Pada Mata Pelajaran PJOK di SMA Kota Yogyakarta. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 1(2), 56. <https://doi.org/10.31258/jope.1.2.56-65>
- 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. *Physiology & Behavior*, 28(6), 139–148. <https://doi.org/10.1002/oby.22813>. COVID-19
- Syofian, M., & Gazali, N. (2021). Kajian Literatur: Dampak Covid-19 terhadap Pendidikan Jasmani. *Journal of Sport Education (JOPE)*, 3(2), 93–102.
- Wiraguna, I. N., Agung Parwata, I. G. L., & Semarayasa, I. K. (2021). Motivasi Mengikuti Pembelajaran Pjok Peserta Didik Sma Di Kecamatan Bangli Dalam Pembelajaran Daring. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(3), 185. <https://doi.org/10.23887/jiku.v8i3.30672>
- Yu, J., & Jee, Y. (2021). Analysis of online classes in physical education during the covid-19 pandemic. *Education Sciences*, 11(1), 1–14. <https://doi.org/10.3390/EDUCSCI11010003>