

**KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI  
SE-KECAMATAN GANDRUNGMANGU KABUPATEN CILACAP**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :

Dedi Siswanto Saputra

176042224045

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2021**

**KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI  
SE-KECAMATAN GANDRUNGMANGU KABUPATEN CILACAP**

**Oleh :**

Dedi Siswanto Saputra  
NIM. 17604224045

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *one shot case study* menggunakan metode survei. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Sampel dalam Penelitian ini yaitu seluruh guru PJOK SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu, berjumlah 24 guru, instrumen dalam penelitian ini berupa kuisisioner *online* menggunakan *google form* yang berisi 15 pertanyaan. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap termasuk kedalam kategori terlaksana dengan baik. Hal ini dapat dijelaskan dari setiap kategori, dalam aspek perencanaan pembelajaran dalam kategori sangat baik 12,50%, baik 41,67%, cukup baik 20,83%, dan sangat kurang baik 25%. Pada aspek pelaksanaan pembelajaran dalam kategori baik 37,50%, cukup baik 29,17%, kurang baik 20,83% dan sangat kurang baik 12,5%. Dan dalam aspek evaluasi pembelajaran dalam kategori baik 25%, cukup baik 50%, kurang baik 12,5% dan sangat kurang baik 12,5%.

**Kata kunci:** *keterlaksanaan, pembelajaran jarak jauh, PJOK*

# **IMPLEMENTATION OF PHYSICAL EDUCATION DISTANT LEARNING IN ELEMENTARY SCHOOLS LOCATED IN GANDRUNGMANGGU DISTRICT, CILACAP REGENCY**

## **Abstract**

This research aims to determine and analyze the implementation of Physical Education distant learning in elementary schools located in Gandrungmangu District, Cilacap Regency.

This research used a descriptive quantitative research design with one shot case study approach using a survey method. The sampling technique used the total sampling. The research sample was all Physical Education teachers at elementary schools located in Gandrungmangu District, with the total of 24 teachers. The research instrument was an online questionnaire with Google Form containing 15 question items. The data analysis technique used the descriptive quantitative analysis with percentage data.

The results show that the implementation of Physical Education distant learning in elementary schools located in Gandrungmangu District, Cilacap Regency is in the well implemented category. It can be described from each category: in the aspect of learning plan in the very good category at 12.50%, in the good category at 41.67%, in the good enough category at 20.83%, and in the very poor category at 25%. In the aspect of learning implementation in the good category at 37.50%, in the good enough category at 29.17%, in the poor category at 20.83% and in the very poor category at 12.5%. And in the aspect of learning evaluation in the good category at 25%, in the good enough category at 50%, in the poor category at 12.5% and in the very poor category at 12.5%.

**Keywords:** *implementation, distant learning, Physical Education*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dedi Siswanto Saputra

NIM : 17604224045

Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Judul TAS : Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan  
Gandrungmangu Kabupaten Cilacap

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 5 Juli 2021

Yang menyatakan,



Dedi Siswanto Saputra  
Nim. 17604224045

## **PERSETUJUAN**

Tugas Akhir Skripsi

### **KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KECAMATAN GANDRUNGMANGU KABUPATEN CILACAP**

Disusun oleh :

Dedi Siswanto Saputra  
NIM. 17604224045

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan

Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 7 Juli 2021

Mengetahui,  
Koordinator Program Studi



Dr. Hari Yulianto, M. Kes  
NIP. 19670701 199412 1 001

Disetujui,  
Dosen Pembimbing



Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M. Or  
NIP. 19820522 2009121 0 006



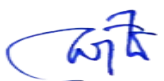
**HALAMAN PENGESAHAN**

Tugas Akhir Skripsi  
**KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH PENDIDIKAN  
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI  
SE-KECAMATAN GANDRUNGMANGU KABUPATEN CILACAP**

Disusun Oleh:  
Dedi Siswanto Saputra  
Nim. 17604224045


Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi  
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 22 Juli 2021

**TIM PENGUJI**

Nama/jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or Ketua Penguji/Pembimbing		29 Juli 2021 .....
Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or Sekretaris Penguji		29 Juli 2021 .....
Dr. Hari Yulianto, M.Kes Penguji		29 Juli 2021 .....

Yogyakarta, 30 Juli 2021  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



  
Prof. Wawan Sundawan Suherman, M. Ed  
NIP 19640707 198812 1 001

## **MOTTO**

“Apa yang kamu pikirkan, kamu wujudkan.  
Apa yang kamu rasakan, kamu pikat.  
Dan apa yang kamu imajinasikan, kamu buat”  
(Gautama Buddha)

“Kuatkanlah dan teguhkanlah hatimu, janganlah takut dan gemetar,  
Sebab Tuhan, Allahmu. Dialah yang berjalan menyertai engkau dan tidak akan  
meninggalkan engkau” (Ulangan 31:6)

## **PERSEMBAHAN**

Puji Syukur atas Kehadirtat Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan karunia-Nya yang telah mempermudah langkah saya dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Surip dan Ibu Ema Yanti Dewi yang atas segala doa dan dukungan, serta dengan sabar membimbing dan selalu memberikan motivasi, dukungan secara moral maupun material.
2. Adik-adik saya yang selalu memberikan dukungan semangat dan doanya.
3. Teman-teman yang senantiasa membantu, memberikan samangat, serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan karunianya-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap” dapat diselesaikan dengan lancar. Selesaiannya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or, selaku Pembimbing Tugas Akhir Skripsi saya, yang telah dengan ikhlas membimbing dan selalu memberikan semangat, dorongan dan kesabaran dalam selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ibu Nur Sita Utami, S.Pd., M.Or. selaku sekretaris dan Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes. selaku penguji yang telah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Dr. Hari Yulianto, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Koordinator Prodi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan, kelancaran dan masukan dalam melaksanakan penelitian.
4. Bapak Prof. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.

5. Seluruh Dosen dan Staff Pendidikan Olahraga yang telah membimbing dan memberikan informasi yang bermanfaat.
6. Seluruh Kepala Sekolah dan Guru Penjasorkes SD se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap yang telah mengizinkan dan membantu pengambilan data penelitian.
7. Kedua orang tua dan keluarga besar saya, yang telah mendukung penuh dan mendoakan saya.
8. Teman-teman dan para sahabat yang telah memberikan bantuan dan dukungan sehingga saya bisa menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 5 Juli 2021

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Dedi Siswanto Saputra', enclosed within a hand-drawn rectangular box.

Dedi Siswanto Saputra

Nim. 17604224045

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTACT</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang Masalah</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Identifikasi Masalah</b> .....	<b>5</b>
<b>C. Batasan Masalah</b> .....	<b>6</b>
<b>D. Rumusan Masalah</b> .....	<b>6</b>
<b>E. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>6</b>
<b>F. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>7</b>
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>8</b>
<b>A. Kajian Teori</b> .....	<b>8</b>
<b>1. Hakikat Pembelajaran</b> .....	<b>8</b>
<b>2. Hakikat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran</b> .....	<b>9</b>
<b>3. Hakikat Pelaksanaan Pembelajaran</b> .....	<b>15</b>
<b>4. Kurikulum Darurat Covid-19</b> .....	<b>18</b>
<b>5. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan</b> .....	<b>22</b>
<b>6. Media Pembelajaran</b> .....	<b>24</b>
<b>7. Pembelajaran Jarak Jauh</b> .....	<b>25</b>
<b>8. Covid-19</b> .....	<b>28</b>

B. Kajian Penelitian yang Relevan.....	30
C. Kerangka Berfikir.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Desain Penelitian.....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	36
1. Instrumen Penelitian.....	36
2. Teknik Pengumpulan Data.....	37
F. Pembuktian Validasi dan Realibilitas Instrumen.....	40
G. Teknik Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>44</b>
A. Hasil penelitian.....	44
B. Pembahasan.....	51
C. Keterbatasan Penelitian.....	55
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>56</b>
A. Simpulan.....	56
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	56
C. Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>61</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian Keterlaksanaan Perencanaan PJJ .....</b>	<b>46</b>
<b>Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Keterlaksanaan Pelaksanaan PJJ .....</b>	<b>49</b>
<b>Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Keterlaksanaan Evaluasi PJJ .....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1. Kisi – Kisi Uji Coba Instrumen.....</b>	<b>38</b>
<b>Tabel 2. Skor Alternatif Jawaban Instrumen .....</b>	<b>39</b>
<b>Tabel 3. Kisi – Kisi Instrumen Penelitian .....</b>	<b>40</b>
<b>Tabel 4. Realibility Statistics.....</b>	<b>41</b>
<b>Tabel 5. Skor Baku Kategori .....</b>	<b>42</b>
<b>Tabel 6. Hasil Penelitian Keterlaksanaan Perencanaan PJJ .....</b>	<b>46</b>
<b>Tabel 7. Hasil Penelitian Keterlaksanaan Pelaksanaan PJJ.....</b>	<b>48</b>
<b>Tabel 8. Hasil Penelitian Keterlaksanaan Evaluasi PJJ.....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian .....</b>	<b>62</b>
<b>Lampiran 2. Surat Keterangan Uji Instrumen .....</b>	<b>63</b>
<b>Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian.....</b>	<b>64</b>
<b>Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir .....</b>	<b>65</b>
<b>Lampiran 5. Instrumen Penelitian .....</b>	<b>66</b>
<b>Lampiran 6. Expert Judgement.....</b>	<b>69</b>
<b>Lampiran 7. Hasil Pembuktian Reliabilitas .....</b>	<b>70</b>
<b>Lampiran 8. Data Hasil Penelitian .....</b>	<b>71</b>
<b>Lampiran 9. Hasil Penelitian .....</b>	<b>72</b>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang beda dengan yang lainnya, manusia diberi akal budi untuk berilmu pengetahuan. Salah satu insting manusia adalah cenderung ingin mengetahui segala sesuatu di sekelilingnya yang belum diketahuinya. Manusia dengan beraktivitas mendapatkan pengalaman, dengan pengalaman manusia dapat belajar dan berfikir, sehingga manusia dapat bertindak bijaksana dan benar serta mempengaruhi pula budi pekertinya.

Manusia memiliki akal budi yang dapat dikembangkannya dengan cara dibekali atau dipersiapkan dengan suatu spesialisasi tertentu. Hal ini sesuai dengan UU Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 1 ayat 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa: Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Maka oleh karena itu, manusia dapat mengembangkan potensi dirinya sendiri dengan cara memperoleh pendidikan setelah umur mereka dianggap sudah cukup untuk mengenyam pendidikan. Pendidikan dapat diartikan sebagai usaha sadar serta

sistematis untuk mencapai kehidupan yang lebih baik. Secara sederhana, pengertian pendidikan dapat disebutkan sebagai proses pembelajaran bagi peserta didik untuk dapat mengerti, memahami, dan membuat manusia tersebut dapat lebih kritis dalam berpikir.

Pendidikan dapat diperoleh oleh peserta didik baik secara formal maupun non formal. Pendidikan secara formal sendiri diperoleh dengan berbagai program acara yang sudah direncanakan, terstruktur oleh sebuah insitusi, departemen suatu negara. Seperti halnya sekolah akan tetapi pendidikan juga memerlukan sebuah kurikulum untuk melaksanakan perencanaan pengajaran. Sedangkan pendidikan non formal adalah pengetahuan yang diperoleh berdasarkan kehidupan sehari-hari dari berbagai pengalaman baik yang dialami atau dipelajari dari orang lain.

Akhir tahun 2019 dunia telah dikejutkan dengan adanya virus Covid-19 yang menyerang imun tubuh dan sistem pernapasan yang bermula berasal dari kota Wuhan China dan menyebar ke seluruh dunia. Di Indonesia juga mengalami dampak adanya Covid-19 pada akhir Februari 2019 sampai sekarang dengan masih terjadi peningkatan jumlah pasien yang terkena Covid-19. Virus ini membuat terjadinya pembatasan sosial (*social distancing*), dan mengharuskan masyarakat berkerja dan belajar dari rumah. Sehingga mempengaruhi berbagai bidang di masyarakat, seperti ekonomi, transportasi, kesehatan maupun pendidikan.

Terkait panduan pembelajaran di rumah selama masa pandemi mengharuskan guru untuk menyampaikan pembelajaran sesuai dengan kemampuan siswa dan juga tidak membebani peserta didik. Dengan adanya pandemi Covid-19 pembelajaran bisa

dilakukan dari rumah masing-masing (*study from home*). Salah satu alternatif agar pembelajaran tetap berlangsung dimasa pandemi yaitu dengan pembelajaran yang dilakukan secara *online* atau pembelajaran dalam jaringan (Handarini &Wulandari, 2020).

Kebijakan dari pemerintah yang mengatur tentang hal tersebut yaitu Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2020 mengenai pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *coronavirus disease* (Covid-19). Dalam surat edaran tersebut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia poin dua mengintruksikan dimana belajar dilaksanakan dari rumah dengan pembelajaran daring/jarak jauh (PJJ) dengan memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik, tanpa terbebani tuntutan kurikulum serta pembelajaran dapat dilakukan dengan bervariasi serta lebih memfokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemi Covid-19. Pembelajaran jarak jauh (PJJ)/daring merupakan pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka secara langsung, tetapi dengan menggunakan jaringan internet seperti media *online* atau aplikasi yang bisa diakses seperti whatsapp, youtube, zoom, google meet, edmodo, classroom dan lain-lain.

Menurut Rahayu (2013 : 3) pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap peserta didik. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa dan dapat

memberikan perhatian yang proporsional dan memadai dalam aspek psikomotor, kognitif, dan afektif.

Pandemi Covid-19 ini, membuat pola pembelajaran di rumah pastinya memiliki tantangan tersendiri tak terkecuali guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang identik dengan aktivitas yang dominan dilakukan melalui aktivitas fisik di luar ruangan. Saat pandemi Covid 19 ini pembelajaran dilaksanakan dengan pembelajaran jarak jauh, pembelajaran hanya dipandu melalui lembar kerja atau modul atau instruksi dari WA atau media lainnya, hal ini tentu menuntut peserta didik memiliki kesadaran, tanggung jawab dan kejujuran dalam melaksanakan pembelajaran jauh lebih besar ketimbang pembelajaran langsung. Kondisi pandemi Covid-19 ini juga, bisa menjadi ruang bagi guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk kreatif dan inovatif. Mengingat situasi dan kondisi yang mengharuskan pembelajaran dari rumah bahkan banyak slogan “Di Rumah Saja”, khusus pembelajaran PJOK melakukan pembelajaran di rumah atau halaman rumah tanpa ada interaksi dengan Guru, teman atau orang lain selain dengan Ayah/Ibu atau keluarga yang tinggal satu rumah, tentu memiliki keterbatasan, baik ruang gerak, sarana prasarana atau kawan/lawan bermain. Dalam proses penyampaian pembelajaran jarak jauh (PJJ) ke siswa harus tetap dilakukan melalui berbagai media walaupun banyak hambatan oleh berbagai hal seperti internet maupun yang lainnya.

Kondisi pandemi Covid-19 pendidikan harus dilaksanakan dengan pembelajaran jarak jauh, berdasarkan observasi peneliti pada saat melaksanakan Praktik Kependidikan (PK) di SD Negeri Bulusari 01 pada bulan Juli-November

2020. Proses pembelajaran Penjasorkes tidak bisa dilaksanakan dengan runtut dan lengkap. Guru yang memiliki usia lanjut terkendala dalam pembelajaran melalui daring atau *online*, dan juga terdapat siswa maupun orang tua siswa yang belum mempunyai *smartphone* maupun yang sudah punya tetapi kurang mengerti cara menggunakan berbagai aplikasi pembelajaran daring dan juga internet, sehingga pembelajaran Penjasorkes baik itu penyampaian materi atau penugasan siswa tidak bisa mengakses dan mendapatkan pembelajaran tersebut. Maka dari itu, berdasarkan latar belakang dan masalah yang telah diuraikan di atas tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Proses pembelajaran PJOK tidak bisa dilaksanakan dengan runtut dan lengkap.
2. Dalam pembelajaran jarak jauh (PJJ) guru terkendala dengan penguasaan teknologi untuk pembelajaran melalui daring atau *online*.
3. Peserta didik masih banyak terkendala fasilitas dan penguasaan terhadap pembelajaran jarak jauh (PJJ)

4. Belum diketahui bagaimana pelaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan diatas, maka batasan masalah penelitian yaitu, “Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.”

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah di atas maka didapatkan rumusalan masalah sebagai berikut: “Seberapa terlaksananya Pembelajaran Jarak Jauh PJOK di SD Negeri Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang berkaitan, yaitu:

1. Manfaat teoritis
  - a. Diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.
  - b. Menjadi kajian teori untuk penelitian sejenis tentang keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.
2. Manfaat praktis
  - a. Dapat digunakan sebagai masukan bagi calon guru dan guru PJOK untuk mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.
  - b. Memberi referensi bagi peneliti maupun penelitian selanjutnya tentang sumber yang dapat digunakan dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK pada masa pandemi Covid-19.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Hakikat Pembelajaran**

Pembelajaran adalah proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik supaya peserta didik memperoleh ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Proses pembelajaran dialami sepanjang hayat seorang manusia serta dapat berlaku di manapun dan kapanpun.

Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 20 dinyatakan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Menurut Suprihatiningrum (2013: 75) pembelajaran adalah serangkaian kegiatan yang melibatkan informasi dan lingkungan yang disusun secara terencana untuk memudahkan siswa dalam belajar. Lingkungan yang dimaksud tidak hanya berupa tempat, tetapi juga metode, media, dan peralatan yang diperlukan untuk menyampaikan informasi. Menurut Hamalik (2015: 57) pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun meliputi unsur-unsur manusiawi, material, fasilitas, perlengkapan, dan prosedur yang saling mempengaruhi mencapai tujuan

pembelajaran. Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran merupakan aktifitas interaksi edukatif antara pendidik dengan peserta didik dengan didasari oleh adanya tujuan baik berupa pengetahuan, sikap maupun ketrampilan.

Menurut Sukintaka (2004: 29-30), untuk dapat mencapai hasil yang maksimal dalam usaha pembelajaran itu seorang guru perlu sekali mendalami interaksi edukatif. Seorang guru juga harus merencanakan pembelajaran yang memuat hal-hal interaksi edukatif yaitu:

- a. Tujuan, (guna menjawab pertanyaan untuk apa?)
- b. Bahan, (dengan materi yang mana?)
- c. Pelajaran, (ditunjukkan kepada siapa?)
- d. Guru, (diselenggarakan oleh siapa?)
- e. Metode, (bagaimana caranya?)
- f. Situasi (dalam keadaan yang bagaimana?).

Jadi untuk mencapai hasil yang maksimal dalam proses pembelajaran, keenam ciri tersebut harus dapat ditampilkan atau ditunjukkan dalam proses pelaksanaan pembelajaran.

## **2. Hakikat Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

### **a. Definisi Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

RPP merupakan hal yang sangat diperlukan ketika pembelajaran akan dilakukan, karena RPP sebagai acuan dalam kegiatan pembelajaran yakni sebagai

upaya pencapaian suatu kompetensi dasar. Oleh karena itu menurut Permendikbud No 22 tahun 2016 tentang proses pendidikan dasar dan menengah menyatakan bahwa: Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) adalah rencana kegiatan pembelajaran tatap muka untuk satu pertemuan atau lebih. RPP dikembangkan dari silabus untuk mengarahkan kegiatan pembelajaran peserta didik dalam upaya mencapai Kompetensi Dasar (KD). Setiap pendidik pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis agar pembelajaran berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, efisien, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. RPP disusun berdasarkan KD atau subtema yang dilaksanakan kali pertemuan atau lebih.

Menurut Majib (2014: 226) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) adalah rencana yang menggambarkan prosedur dan pengorganisasian pembelajaran untuk mencapai satu kompetensi dasar yang ditetapkan dalam standar isi dan telah dijabarkan dalam silabus. Menurut Hojanah (2014: 39) bahwa Rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) merupakan persiapan yang harus dilakukan guru sebelum mengajar. Persiapan disini dapat diartikan persiapan tertulis maupun persiapan mental, situasi emosional yang ingin dibangun, lingkungan belajar yang produktif, termasuk meyakinkan pembelajar untuk mau terlibat secara penuh". Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan RPP adalah perangkat yang wajib ada ketika seorang guru akan melaksanakan pembelajaran, karena perencanaan pelaksanaan

pembelajaran ini mengandung berbagai hal yang akan di laksanakan saat proses pembelajaran dari awal kegiatan sampai kegiatan penutup untuk mencapai tujuan pembelajaran yang tercantum pula dalam rencana pelaksanaan pembelajaran.

#### **b. Desain Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)**

Berdasarkan Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 tentang standar proses Pendidikan dasar dan menengah menyatakan bahwa Perencanaan pembelajaran dirancang dalam bentuk Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yang mengacu pada Standar Isi. Perencanaan pembelajaran meliputi penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran dan penyiapan media dan sumber belajar, perangkat penilaian pembelajaran, dan skenario pembelajaran. Penyusunan Silabus dan RPP disesuaikan pendekatan pembelajaran yang digunakan.

##### **1) Silabus**

Silabus merupakan acuan penyusunan kerangka pembelajaran untuk setiap bahan kajian mata pelajaran. Silabus paling sedikit memuat:

- a) Identitas mata pelajaran (khusus SMP/MTs/SMPLB/Paket B dan SMA/MA/SMALB/SMK/Paket C/Paket C Kejuruan).
- b) Identitas sekolah meliputi nama satuan pendidikan dan kelas.
- c) Kompetensi inti, merupakan gambaran secara kategorial mengenai kompetensi dalam aspek sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang harus dipelajari peserta didik untuk suatu jenjang sekolah, kelas dan mata pelajaran.
- d) Kompetensi dasar, merupakan kemampuan spesifik yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang terkait muatan atau mata pelajaran.

- e) Tema (khusus SD/MI/SDLB/Paket A).
- f) Materi pokok, memuat fakta, konsep, prinsip, dan prosedur yang relevan, dan ditulis dalam bentuk butir-butir sesuai dengan rumusan indikator pencapaian kompetensi.
- g) Pembelajaran, yaitu kegiatan yang dilakukan oleh pendidik dan peserta didik untuk mencapai kompetensi yang diharapkan.
- h) Penilaian, merupakan proses pengumpulan dan pengolahan informasi untuk menentukan pencapaian hasil belajar peserta didik.
- i) Alokasi waktu sesuai dengan jumlah jam pelajaran dalam struktur kurikulum untuk satu semester atau satu tahun.
- j) Sumber belajar, dapat berupa buku, media cetak dan elektronik, alam sekitar atau sumber belajar lain yang relevan.

## **2) Rencana Pelaksanaan Pembelajaran**

Rencana pelaksanaan pembelajaran dalam Permendikbud Nomor 22 tahun 2016 tentang standar proses pendidikan dasar dan menengah menyatakan bahwa: Setiap pendidik pada satuan pendidikan berkewajiban menyusun RPP secara lengkap dan sistematis agar pembelajaran berlangsung secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, efisien, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik. RPP disusun berdasarkan KD atau subtema yang dilaksanakan dalam satu kali pertemuan atau lebih.

Komponen RPP dalam Permendikbud Nomor 22 tahun 2016 tentang standar proses pendidikan dasar dan menengah terdiri atas:

- a) Identitas sekolah yaitu nama satuan pendidikan;
- b) Identitas mata pelajaran atau tema/subtema;
- c) Kelas/semester;
- d) Materi pokok;
- e) Alokasi waktu ditentukan sesuai dengan keperluan untuk pencapaian KD dan beban belajar dengan mempertimbangkan jumlah jam pelajaran yang tersedia dalam silabus dan KD yang harus dicapai.
- f) Tujuan pembelajaran yang dirumuskan berdasarkan KD, dengan menggunakan kata kerja operasional yang dapat diamati dan diukur, yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan.
- g) Kompetensi dasar dan indikator pencapaian kompetensi.
- h) Materi pembelajaran, memuat fakta, konsep, prinsip, dan prosedur yang relevan, dan ditulis dalam bentuk butir-butir sesuai dengan rumusan indikator ketercapaian kompetensi.
- i) Metode pembelajaran, digunakan oleh pendidik untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik mencapai KD yang disesuaikan dengan karakteristik peserta didik dan KD yang akan dicapai.
- j) Media pembelajaran, berupa alat bantu proses pembelajaran untuk menyampaikan materi pelajaran.

- k) Sumber belajar, dapat berupa buku, media cetak dan elektronik, alam sekitar, atau sumber belajar lain yang relevan.
- l) Kegiatan Pembelajaran atau langkah-langkah pembelajaran dilakukan melalui tahapan pendahuluan, inti, dan penutup.
- m) Penilaian hasil pembelajaran. Prosedur dan instrument penilaian proses dan hasil belajar disesuaikan dengan indicator pencapaian kompetensi dan mengacu kepada standar penilaian.

Prinsip Penyusunan RPP berdasarkan Permendikbud nomor 22 tahun 2016 tentang standar proses pendidikan dasar dan menengah menyatakan bahwa dalam menyusun RPP hendaknya memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut:

- a) Perbedaan individual peserta didik antara lain kemampuan awal, tingkat intelektual, bakat, potensi, minat, motivasi belajar, kemampuan sosial, emosi, gaya belajar, kebutuhan khusus, kecepatan belajar, latar belakang budaya, norma, nilai, dan/atau lingkungan peserta didik.
- b) Partisipasi aktif peserta didik.
- c) Berpusat pada peserta didik untuk mendorong semangat belajar, motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, inovasi dan kemandirian.
- d) Pengembangan budaya membaca dan menulis yang dirancang untuk mengembangkan kegemaran membaca, pemahaman beragam bacaan, dan berekspresi dalam berbagai bentuk tulisan.
- e) Pemberian umpan balik dan tindak lanjut RPP memuat rancangan program pemberian umpan balik positif, penguatan, pengayaan, dan remedi.

- f) Penekanan pada keterkaitan dan keterpaduan antara KD, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indicator pencapaian kompetensi, penilaian, dan sumber belajar dalam satu keutuhan pengalaman belajar.
- g) Mengakomodasi pembelajaran tematik-terpadu, keterpaduan lintas mata pelajaran, lintas aspek belajar, dan keragaman budaya.
- h) Penerapan teknologi informasi dan komunikasi secara terintegrasi, sistematis, dan efektif sesuai dengan situasi dan kondisi.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa desain perencanaan pembelajaran memiliki dua aspek yaitu silabus dan RPP yang mengacu pada standar isi dan disesuaikan dengan pendekatan pembelajaran yang digunakan. Perencanaan pembelajaran meliputi penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran dan penyiapan media dan sumber belajar, perangkat penilaian pembelajaran, dan skenario pembelajaran.

### **3. Hakikat Pelaksanaan Pembelajaran**

#### **a. Pelaksanaan Pembelajaran**

Pelaksanaan pembelajaran adalah suatu kegiatan yang bernilai edukatif, nilai edukatif mewarnai interaksi yang terjadi antara guru dan siswa (Bahri & Zain, 2010). Interaksi yang bernilai edukatif dikarenakan pelaksanaan pembelajaran yang dilakukan diarahkan untuk mencapai tujuan tertentu yang telah dirumuskan sebelum pelaksanaan pembelajaran dimulai. Menurut Sudjana (2010: 136) pelaksanaan

pembelajaran adalah proses yang diatur sedemikian rupa menurut langkah-langkah tertentu agar pelaksanaan mencapai hasil yang diharapkan.

Pelaksanaan pembelajaran merupakan kegiatan proses belajar mengajar sebagai unsur inti dari aktifitas pembelajaran yang dalam pelaksanaannya disesuaikan dengan rambu-rambu yang telah disusun dalam perencanaan sebelumnya (Majid, 2014: 1). Berdasarkan beberapa sumber di atas maka dapat disimpulkan bahwa, pelaksanaan pembelajaran adalah proses yang didalamnya terdapat kegiatan interaksi antara guru dan peserta didik dan komunikasi timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan belajar. Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru dan peserta didik merupakan dua komponen yang tidak dapat dipisahkan.

#### **b. Tahap-Tahap Pelaksanaan Pembelajaran**

Dalam pelaksanaan pembelajaran, guru melakukan beberapa tahap pelaksanaan pembelajaran, sebagai berikut:

##### **1) Kegiatan awal**

Kegiatan Pembuka pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk menciptakan suasana pembelajaran yang memungkinkan peserta didik siap secara mental untuk mengikuti kegiatan pembelajaran. Pada kegiatan ini guru harus memperhatikan dan memenuhi kebutuhan peserta didik serta menunjukkan adanya kepedulian yang besar terhadap keberadaan peserta didik. Pembukaan pelajaran guru biasanya membuka dengan salam dan presensi peserta didik, dan menanyakan tentang materi sebelumnya, tujuan membuka pelajaran sebagai berikut:

a) Menimbulkan perhatian dan memotifasi peserta didik.

- b) Menginformasikan cakupan materi yang akan dipelajari dan batasan-batasan tugas yang akan dikerjakan peserta didik.
- c) Memberikan gambaran mengenai metode atau pendekatan-pendekatan yang akan digunakan maupun kegiatan pembelajaran yang akan dilakukan peserta didik.
- d) Melakukan apersepsi, yakni mengaitkan materi yang telah dipelajari dengan materi yang akan dipelajari.
- e) Mengaitkan peristiwa aktual dengan materi baru.

## **2) Kegiatan inti**

Penyampaian materi pembelajaran merupakan inti dari suatu proses pelaksanaan pembelajaran. Penyampaian materi guru menyampaikan materi berurutan dari materi yang paling mudah terlebih dahulu, untuk memaksimalkan penerimaan peserta didik terhadap materi yang disampaikan guru maka guru menggunakan metode mengajar yang sesuai dengan materi dan menggunakan media sebagai alat bantu penyampaian materi pembelajaran. Tujuan penyampaian materi pembelajaran sebagai berikut:

- a) Membantu peserta didik memahami dengan jelas semua permasalahan dalam kegiatan pembelajaran.
- b) Membantu peserta didik untuk memahami suatu konsep atau dalil.
- c) Melibatkan peserta didik untuk berpikir.
- d) Memahami tingkat pemahaman peserta didik dalam menerima pembelajaran.

### **3) Kegiatan Akhir**

Kegiatan menutup pelajaran adalah kegiatan yang dilakukan guru untuk mengahiri kegiatan inti pembelajaran. Kegiatan ini guru melakukan evaluasi terhadap materi yang telah disampaikan. Tujuan kegiatan menutup pelajaran sebagai berikut:

- a) Mengetahui tingkat keberhasilan peserta didik dalam mempelajari materi pembelajaran.
- b) Mengetahui tingkat keberhasilan guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran.
- c) Membuat rantai kompetensi antara materi sekarang dengan materi yang akan datang.

Maka dari itu, agar pembelajaran bisa berjalan lebih efektif seorang guru harus merencanakan kegiatan pembelajaran dengan membuat rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) untuk mencapai tujuan pembelajaran.

### **4. Kurikulum Darurat Covid-19**

Dalam masa pandemi Covid-19, pemerintah mengeluarkan kebijakan dibidang pendidikan. Melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menerbitkan Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 719/P/2020 tentang Pedoman Pelaksanaan Kurikulum pada Satuan Pendidikan dalam Kondisi Khusus. Satuan pendidikan dalam kondisi khusus dapat menggunakan kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran peserta didik.

Kurikulum pada satuan pendidikan dalam kondisi khusus memberikan fleksibilitas bagi sekolah untuk memilih kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan pembelajaran siswa. Dalam rangka meringankan kesulitan pembelajaran di masa pandemi Covid-19. Pemerintah menyiapkan dukungan kebijakan pelaksanaan kurikulum di masa khusus, yakni satuan pendidikan dapat memilih beberapa opsi untuk menerapkan kurikulumnya:

1. Tetap mengacu pada kurikulum nasional yaitu kurikulum 2013;
2. Menggunakan kurikulum darurat; atau
3. Melakukan penyederhanaan kurikulum secara mandiri.

Dari opsi kurikulum yang dipilih, catatannya adalah siswa tidak dibebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan, dan pelaksanaan kurikulum berlaku sampai akhir tahun ajaran. Kurikulum darurat (dalam kondisi khusus) yang disiapkan oleh Kemendikbud merupakan penyederhanaan dari kurikulum nasional. Pada kurikulum tersebut dilakukan pengurangan kompetensi dasar untuk setiap mata pelajaran sehingga guru dan siswa dapat berfokus pada kompetensi esensial dan kompetensi prasyarat untuk kelanjutan pembelajaran di tingkat selanjutnya.

Kemendikbud juga menyediakan modul-modul pembelajaran untuk Sekolah Dasar (SD). Kemendikbud mengharapkan dapat membantu proses belajar dari rumah dengan mencakup uraian pembelajaran berbasis aktivitas untuk guru, orang tua, dan peserta didik. Untuk jenjang pendidikan SD modul belajar mencakup rencana

pembelajaran yang mudah dilakukan secara mandiri oleh pendamping baik orang tua maupun wali.

Menurut Kemendikbud (2020: 3), pembelajaran PJOK mempunyai tahapan yaitu pendahuluan, inti, penutup, namun sebelum sampai pada tahapan pembelajaran PJOK peserta didik dapat menyiapkan beberapa hal:

1. Pastikan peserta didik dalam keadaan sehat (tidak sedang sakit)
2. Pastikan peserta didik dalam keadaan siap mengikuti kegiatan pembelajaran
3. Siapkan sarana dan pra sarana pembelajaran sesuai dengann materi pembelajaran seperti:
  - a) Siapkan tempat untuk melakukan aktivitas pembelajaran PJOK
  - b) Siapkan alat yang di butuhkan, jika tidak ada alat yang dibutuhkan coba cari alternatif alat yang dapat digunakan dapat dilihat dari petunjuk modul atau saran Guru/orang tua
  - c) Pemilihan tempat harus memperhatikan keamanan dan keselamatan
  - d) Selalu berdoa sebelum melakukan pembelajara
  - e) Baca dengan teliti materi, tujuan, proses serta penilaian yang akan diberikan
  - f) Baca dengan teliti teknik pembelajaran yang akan dilakukan
  - g) Tanyakan hal hal yang belum dipahami kepada Ayah/Ibu atau keluarga yang tinggal satu rumah, atau kepada Guru melalui telpon atau media lainnya
  - h) Coba gerakan yang akan dilakukan sebelum melakukan aktivitas pembelajaran yang sebenarnya

4. Setelah melakukan persiapan seperti di atas lakukan pembelajaran dengan tahapan pendahuluan dapat diisi dengan melakukan pemanasan berupa peregangan; pemanasan dengan dinamis baru kegiatan dilanjutkan dengan inti pembelajaran sesuai dengan yang terdapat dalam modul, setelah itu tutup kegiatan pembelajaran dengan melakukan pendinginan seperti yang ada di modul atau yang lainnya berdoa sebagai wujud syukur terhadap segala nikmat yang Tuhan berikan.

5. Biasakan untuk merapikan kembali sarana dan prasarana yang sudah di gunakan

Untuk membantu siswa yang terdampak pandemi dan berpotensi tertinggal, Mendikbud mengimbau guru perlu melakukan asesmen diagnostik. Asesmen diagnostik adalah asesmen yang dilakukan secara spesifik untuk mengidentifikasi kompetensi, kekuatan, kelemahan peserta didik, sehingga pembelajaran dapat dirancang sesuai dengan kompetensi dan kondisi peserta didik (Direktorat Sekolah Dasar, 2020: 1). Asesmen dilakukan di semua kelas secara berkala untuk mendiagnosis kondisi kognitif dan non-kognitif siswa sebagai dampak pembelajaran jarak jauh.

1. Asesmen non-kognitif ditujukan untuk mengukur aspek psikologis dan kondisi emosional siswa, seperti kesejahteraan psikologi dan sosial emosi siswa, kesenangan siswa selama belajar dari rumah, serta kondisi keluarga siswa.
2. Asesmen kognitif ditujukan untuk menguji kemampuan dan capaian pembelajaran siswa. Hasil asesmen digunakan sebagai dasar pemilihan strategi

pembelajaran dan pemberian remedial atau pelajaran tambahan untuk peserta didik yang paling tertinggal.

Pemerintah menyiapkan dukungan kebijakan pelaksanaan kurikulum di masa khusus dan menyediakan modul-modul pembelajaran Sekolah Dasar (SD) yang diharapkan membantu proses belajar dari rumah dengan mencakup uraian pembelajaran berbasis aktivitas untuk guru, orang tua, dan peserta didik.

## **5. Hakikat Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

### **a. Pengertian**

Menurut Akhiruyanto (2008:42), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang mengaktualisasikan potensi-potensi manusia berupa sikap, tindakan, dan karya yang diberi bentuk, isi, dan arah untuk menuju kebulatan kepribadian manusia dengan cita – cita kemanusiaan. Menurut Husdarta (2011:18), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktifitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Menurut Sukintaka (2001:5), pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktifitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses belajar mengajar melalui aktivitas jasmani untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan afektif, kognitif dan psikomotor secara menyeluruh. Pendidikan jasmani juga merupakan bagian dari

pendidikan secara keseluruhan yang tidak dapat dipisahkan dan ikut membantu terwujudnya pendidikan secara umum.

#### **b. Tujuan Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan peserta didik. Menurut Rahayu (2016: 19) bahwa mata pelajaran PJOK dirancang untuk memberikan bekal kepada siswa dengan kemampuan seperti:

- 1) Meletakkan dasar karakter yang kokoh melalui internalisasi nilai-nilai pendidikan jasmani.
- 2) Dalam konteks keberagaman budaya, suku dan agama, mampu membentuk dasar kepribadian yang kokoh, sikap damai, sosial dan toleransi.
- 3) Menumbuhkan kemampuan berpikir kritis melalui tugas pembelajaran.
- 4) Mengembangkan sportivitas, kejujuran, disiplin yang bertanggung jawab, kerja sama kepercayaan diri dan demokratis melalui kegiatan jasmani.
- 5) Mengembangkan keterampilan motorik dan teknis, serta berbagai permainan dan olahraga dalam bentuk strategi, kegiatan perkembangan, senam, aktivitas ritmik, aktivitas air, dan pendidikan aktivitas luar kelas.
- 6) Dapat meningkatkan keterampilan manajemen diri untuk mengembangkan dan memelihara perilaku hidup sehat melalui kegiatan jasmani.
- 7) Mengembangkan keterampilan untuk memastikan keamanan diri maupun orang lain.
- 8) Mengetahui dan memahami konsep aktivitas jasmani dan menggunakannya sebagai informasi untuk mencapai kesehatan, kebugaran dan gaya hidup sehat.

- 9) Mampu memanfaatkan waktu luang dengan melakukan aktivitas jasmani yang bersifat rekreatif.

## **6. Media Pembelajaran**

Media pembelajaran adalah salah satu alat bantu bagi pendidik untuk mengajar agar dapat menyampaikan materi pengajaran, meningkatkan kreatifitas siswa dan meningkatkan perhatian siswa dalam proses pembelajaran (Lautfer Ruth, 1999). Menurut Munadi (2013: 7) media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyampaikan dan menyalurkan pesan dari sumber belajar secara terencana sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif di mana penerimanya dapat melakukan proses belajar secara efisien dan efektif. Sedangkn menurut Rohman (2013: 156) media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat merangsang terjadinya proses belajar mengajar. Jadi dapat disimpulkan media pembelajaran adalah suatu alat yang dapat menyampaikan dan menyalurkan materi atau pesan sehingga dapat merangsang terjadinya proses belajar mengajar bagi peserta didik.

Media pembelajaran *online* merupakan suatu jenis belajar mengajar yang memungkinkan tersampainya bahan ajar ke siswa dengan menggunakan media internet. Media pembelajaran *online* sebagai sebuah alternatif pembelajaran yang berbasis elektronik memberikan banyak manfaat terutama terhadap proses pendidikan yang dilakukan dengan jarak jauh. Dalam membuat media pembelajaran *online* perlu mempertimbangkan tujuan dan harapan mereka dalam mengikuti media pembelajaran *online*, kecepatan dalam mengakses internet atau jaringan, serta penguasaan dan

pengetahuan yang menyangkut kesiapan dalam mengikuti pembelajaran (Putranti, 2013). Berdasarkan beberapa sumber diatas, media pembelajaran adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan ilmu atau pesan oleh pendidik kepada peserta didik agar tercipta lingkungan pembelajaran yang efektif, efisien dan kondusif. Maka dari itu, media pembelajaran *online* adalah suatu alat untuk menyalurkan materi atau bahan ajar melalui media elektroknik maupun internet.

## **7. Pembelajaran Jarak Jauh**

Sesuai dengan pasal 1 Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2012 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Jarak Jauh pada Pendidikan Tinggi menjelaskan Pendidikan jarak jauh yang selanjutnya disebut PJJ adalah pendidikan yang peserta didiknya terpisah dari pendidik dan pembelajarannya menggunakan berbagai sumber belajar melalui teknologi informasi dan komunikasi, dan media lain. Pembelajaran *online* atau yang sering disebut daring (dalam jaringan) adalah pembelajaran yang dilakukan dengan menggunakan teknologi dan jaringan internet, dan pembelajaran daring dilakukan dengan menggunakan aplikasi atau *platform* pembelajaran. Definisi pembelajaran Daring adalah metode belajar yang menggunakan model interaktif berbasis Internet dan *Learning Manajemen System* (LMS). Seperti menggunakan *Whatsapp*, *Zoom*, *Geogle Meet*, *Geogle Drive*, dan sebagainya. Kegiatan daring diantaranya Webinar, kelas *online*, dan seluruh kegiatan dilakukan menggunakan jaringan internet dan perangkat berupa HP, komputer, laptop, (Hasibuan, Simarmata, dan Sudirman, 2019).

Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka secara langsung, tetapi menggunakan *platform* yang dapat membantu dalam proses belajar mengajar walaupun dengan jarak jauh. Tujuan dari adanya pembelajaran daring yaitu memberikan layanan pembelajaran yang bermutu dalam jaringan yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau ruang belajar agar lebih banyak dan lebih luas (Sofyana & Abdul, 2019:82). Pembelajaran daring (dalam jaringan) mempunyai banyak manfaat, menurut Rohmah (2016: 12) manfaat *e-learning* yaitu:

- 1) Dengan adanya *e-learning* dapat mempersingkat waktu pembelajaran dan membuat biaya belajar lebih ekonomis
- 2) *E-learning* mempermudah interaksi antara peserta didik dengan sumber bahan materi,
- 3) Peserta didik dapat saling berbagi informasi dan dapat dengan mudah mengakses sumber-sumber belajar setiap saat dan berulang-ulang, dengan kondisi yang seperti itu peserta didik dapat lebih memantapkan penguasaannya terhadap materi pembelajaran
- 4) Dengan *e-learning* proses pengembangan pengetahuan tidak hanya terjadi di dalam ruangan kelas saja, tetapi dengan bantuan peralatan komputer dan jaringan, para siswa dapat secara aktif terlibat dalam proses belajar mengajar.

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan telah membuat aplikasi pembelajaran yang disebut “Rumah Belajar”, sebuah aplikasi untuk pembelajaran jarak jauh basis portal dan android. Akses portal rumah belajar dapat diakses di halaman

learning.kemdikbud.go.id. Berbagai macam fitur yang dapat digunakan oleh peserta didik dan pendidik. Penggunaan rumah belajar dapat dilakukan oleh pendidik dan peserta didik dari jenjang manapun. Aplikasi yang dapat digunakan selama situasi pembelajaran daring, sebagai berikut:

- 1) Sekolah mu: <https://www.sekolah.mu/belajar-tanpa-batas/>
- 2) *Google For Education*: <https://blog.google/outreachinitiatives/education/offline-access-covid19/>
- 3) Rumah Belajar: <https://belajar.kemdikbud.go.id>
- 4) Meja Kita: <https://mejakita.com/>
- 5) Ruangguru: <https://sekolahonline.ruangguru.com>
- 6) Kelas Pintar: <https://www.kelaspinar.id/>
- 7) Microsoft Office 365: <https://microsoft.com/idid/education/products/office>
- 8) Quipper School: <https://www.quipper.com/id/school/teachers/>
- 9) Zenius: <https://zenius.net/belajar-mandiri>
- 10) Whatsapp

Adanya pandemi Covid-19 yang sampai saat ini terus meningkat penyebarannya. Dengan itu, maka pemerintah di bidang pendidikan mewajibkan lembaga pendidikan baik pendidikan dasar, menengah sampai pendidikan tinggi agar pelayanan pendidikan terus berlangsung maka dapat dilaksanakan dengan *study from home* (SFH) dengan pembelajaran daring atau *online*. Yang dimana pembelajaran daring merupakan salah satu upaya untuk menekan penyebaran Covid-19.

## 8. Covid-19

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020: 11), *Coronavirus (CoV)* adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis *coronavirus* yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERSCoV)* dan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV)*. *Novel coronavirus (2019-nCoV)* adalah virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia dan belum diketahui hewan penular *2019-nCoV*.

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020: 11), gejala-gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, batuk kering, dan rasa lelah. Gejala lainnya yang lebih jarang dan mungkin dialami beberapa pasien meliputi rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, sakit kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, kehilangan indra rasa atau penciuman, ruam pada kulit, atau perubahan warna jari tangan atau kaki. Gejala-gejala yang dialami biasanya bersifat ringan dan muncul secara bertahap. Beberapa orang menjadi terinfeksi tetapi hanya memiliki gejala ringan. Covid-19 dapat menular dari manusia ke manusia melalui kontak erat dan droplet, tidak melalui udara. Orang yang paling berisiko tertular penyakit ini adalah orang yang kontak erat dengan pasien Covid-19 termasuk yang merawat pasien Covid-19.

Maka dari itu, untuk mencegah penyebaran Covid-19 pemerintah mengajak kepada semua masyarakat untuk menerapkan protokol kesehatan 5M yaitu memakai

masker, menjaga jarak, mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, menjauhi kerumunan, membatasi mobilitas dan interaksi. Menurut WHO untuk cara efektif untuk melindungi diri dan orang lain dari COVID-19 adalah:

1. Cuci tangan dengan teratur dan menyeluruh
2. Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut
3. Jalankan etika batuk dan bersin dengan cara menutup mulut dan hidung dengan siku terlipat atau tisu. Jika menggunakan tisu, segera buang setelah digunakan dan cuci tangan.
4. Jaga jarak fisik dengan orang lain setidaknya 1 meter.

Pandemi Covid-19 membuat terjadinya pembatasan sosial (*social distancing*), dan mengharuskan masyarakat berkerja dan belajar dari rumah. Maka dari itu, untuk menekan penyebaran Covid-19 pemerintah melakukan beberapa kebijakan seperti Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Peraturan Menteri Kesehatan No. 9 Tahun 2020 tentang Pedoman PSBB dalam rangka Percepatan Penanganan Covid-19, kebijakan PSBB antara lain:

1. Peliburan sekolah dan tempat kerja;
2. Pembatasan kegiatan keagamaan, sosial dan budaya;
3. Pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum;
4. Pembatasan moda transportasi; dan
5. Pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan

## **B. Kajian Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang relevan dalam penelitian ini sangat diperlukan untuk mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada kerangka berfikir. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dan penelitian yang relevan dengan penelitian ini diantaranya adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Angga Narendra P (2020) dengan judul “Implementasi Pembelajaran PJOK pada masa Pandemi Covid-19 di SD Negeri Se-Kecamatan Lendah Kabupaten Kulon Progo Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *one shot case study*. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah survai dengan instrument yang digunakan angket atau kuesioner secara *online*, dengan populasi sampel adalah guru PJOK Sekolah Dasar Negeri se- Kecamatan Lendah, Kabupaten Kulon Progo, dengan jumlah 18 GURU, dengan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian dapat diketahui bahwa implementasi pembelajaran PJOK pada masa pandemi COVID-19 di SD Negeri se-Kecamatan Lendah Kabupaten Kulon Progo Daerah Istimewa Yogyakarta dijelaskan dalam beberapa indikator yaitu 100% guru tetap memberikan pembelajaran PJOK, 66,7% guru menggunakan metode pembelajaran daring, 38,9% pembelajaran PJOK sesuai dengan RPP dan 38.9% sesuai RPP namun tidak runtut, 100% menggunakan media pembelajaran

*whatsapp group*, 94% peserta didik antusias dan berpartisipasi baik dalam pembelajaran, 100% guru bekerjasama dengan orang tua peserta didik agar proses pembelajaran PJOK tetap berlangsung, 61,1% guru mengatakan dalam implementasinya hanya sebagian pembelajaran yang sesuai RPP, 100% penilaian berdasarkan pengumpulan tugas dan ujian, 83,3% guru mengatakan penilaian pada pembelajaran daring tidak efektif, dan 50% kendala dalam pembelajaran PJOK daring yaitu kesulitan mengakses internet.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Herlina, Maman Suherman (2020) dengan judul “Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di tengah Pandemi *Corona Virus Disease (COVID)-19* di Sekolah Dasar”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan eksplanasi. Unit analisis dalam penelitian ini adalah SDN Sumari, dalam hal ini segala komponen yang terlibat pembelajaran Pendidikan Jasmani ditetapkan sebagai unit analisis melalui purposive sampling. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, melalui teknik pengumpulan data yakni wawancara, pengamatan dan penelusuran pustaka daring dengan analisis data kualitatif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK memiliki potensi untuk dikembangkan di tengah masa pandemi COVID-19 melalui model pembelajaran jarak jauh dengan pendekatan kolaboratif.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Septiawan Raibowo dan Yahya Eko Nopiyanto (2020) dengan judul “Proses Belajar Mengajar PJOK Di Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses belajar mengajar PJOK di

masa pandemi covid-19 Se- Kota Bengkulu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan survey. Subjek dalam penelitian ini adalah 45 orang guru PJOK di Sekolah Menengah Atas se-Kota Bengkulu. Teknik Pengumpulan data dengan menggunakan angket. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif persentase. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa, proses belajar mengajar di masa pandemi covid-19 tingkat SMA se-Kota Bengkulu berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8%, “rendah” sebesar 46%, “sedang” sebesar “15%, “tinggi” sebesar 26% dan “sangat tinggi” 5%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 79,59, porses belajar mengajar PJOK di masa pandemi covid-19 tingkat SMA se – Kota Bengkulu berada pada kategori “rendah”.

### **C. Kerangka Berfikir**

Pembelajaran merupakan aktifitas interaksi edukatif antara guru dengan peserta didik dengan didasari oleh adanya tujuan baik berupa pengetahuan, sikap maupun ketrampilan. Dan pada masa pandemi Covid-19 pembelajaran dilaksanakan tidak dengan bertatap muka langsung, melainkan pembelajaran dilaksanakan dengan *online* atau daring (dalam jaringan). Terkait dengan keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap, hal tersebut bermakna meneliti bagaimana pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi Covid-19.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan merupakan proses belajar mengajar melalui aktivitas jasmani untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan afektif, kognitif dan psikomotor. Yang dimana pembelajaran penjasorkes identik dengan aktivitas fisik yang biasanya dilakukan di lapangan, tetapi dalam masa pandemi Covid-19 hal tersebut tidak bisa dilaksanakan. Pemerintah pada masa pandemi Covid-19 mengajak agar masyarakat untuk melakukan pembatasan sosial (*social distancing*). Sehingga pemerintah melalui Kemendikbud mengeluarkan kebijakan agar pelayanan pendidikan terus berlangsung maka pembelajaran dilakukan secara *online* atau daring.

Pembelajaran PJOK dimasa pandemi Covid-19 menemui hambatan karena pembelajaran tidak dapat tersampaikan secara runtut dan lengkap dan juga pada aspek teknologi, internet ataupun kemampuan guru terhadap penguasaan dan pengetahuan teknologi. Terhadap media pembelajaran *online* melalui banyak aplikasi-aplikasi pembelajaran. Di desa-desa dari siswa maupun wali murid banyak yang belum mempunyai *smartphone* untuk menunjang pembelajaran daring. Dalam hal ini, maka peneliti sangat tertarik untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

## **BAB III METODE PENELITIAN**

### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *one shot case study* dengan satu kali pengumpulan data dan pengumpulan datanya menggunakan kuesioner. Dalam pandemi Covid-19, Metode yang digunakan adalah survei dengan menggunakan angket *google form*. Angket yang digunakan termasuk *closed-end questionere*, yaitu responden memilih alternatif jawaban yang telah disediakan dan pada masa pandemi Covid-19 pengambilan data tidak bisa dilaksanakan secara langsung, sehingga dilakukan dengan diberikan kuesioner secara *online*.

Menurut Arikunto (2016: 239), menyatakan sebagai berikut penelitian deskriptif kuantitatif merupakan penelitian non hipotesis tetapi hanya menggambarkan seperti apa adanya tentang suatu varibel, gejala, atau keadaan. Menurut Sugiyono (2015: 8) metode kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel. Analisis data bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Tempat penelitian adalah tempat yang digunakan untuk pengambilan data tentang pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap. Waktu penelitian Mei – Juni 2021.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2015: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah guru PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap yang berjumlah 24 guru PJOK.

### **2. Sampel**

Menurut Sugiyono (2015: 81). Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki dari populasi tersebut Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling*. Total sampling adalah teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono, 2015: 82). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu guru PJOK di SD se-Kecamatan Gandrungmangu yang berjumlah 24 guru.

#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Sugiyono (2015: 38) mengemukakan bahwa variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari agar memperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel penelitian ini adalah proses penerapan ide, konsep, kebijakan, atau inovasi dalam bentuk praktis yang dapat menimbulkan dampak dalam implementasi pembelajaran PJOK pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dengan menggunakan instrumen berupa angket/ kuesioner *online* melalui *google form*.

#### **E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian**

Data yang dikumpulkan menggunakan lembar observasi. Instrumen untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *online* yang berisi beberapa pertanyaan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap. Untuk mempermudah dalam membuat pernyataan disusunlah kisi-kisi berdasarkan indikator yang ada. Menurut Arikunto (2016: 177) ada tiga langkah dalam penyusunan instrumen yaitu:

**a. Mendefinisikan Konstrak**

Definisi konstrak dalam penelitian ini adalah Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

**b. Menyidik faktor**

Langkah kedua adalah menyidik faktor-faktor yang menyusun konstrak:

- 1) Perencanaan pembelajaran
- 2) Pelaksanaan pembelajaran
- 3) Evaluasi pembelajaran

**c. Menyusun butir-butir pertanyaan**

Langkah ketiga dengan menyusun butir-butir pertanyaan yang mengacu pada fungsi-fungsi pengelolaan yang berpengaruh pada penelitian ini, yaitu

- 1) Perencanaan pembelajaran,
- 2) Pelaksanaan pembelajaran,
- 3) Evaluasi pembelajaran

**2. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara menganalisis pelaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK pada masa pandemi Covid-19 di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap. Peneliti menyebarkan angket/ kuisisioner *online* menggunakan *google form* kepada guru PJOK yang mengajar pada SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

**Tabel 1, Kisi-kisi Uji Coba Instrumen**

<b>Konstak</b>	<b>Faktor</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor Butir</b>	<b>Jumlah Butir</b>
Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap	Perencanaan pembelajaran	1. RPP	1,2	2
		2. Metode dan Media Pembelajaran	3,4	2
	Pelaksanaan Pembelajaran	1. Materi Pembelajaran	5,6*,7	3
		2. Model Pembelajaran	8,9,10,11,12,13	6
3. Partisipasi Peserta Didik		14,15,16*	3	
Evaluasi	1. Sistem dan Proses penilaian pembelajaran	17, 18, 19, 20	4	
			<b>Jumlah</b>	<b>20</b>

Keterangan:

Tanda bintang (\*) pada nomor butir pertanyaan merupakan pertanyaan negatif.

Angket dalam penelitian ini berupa pernyataan-pernyataan tentang pelaksanaan pembelajaran jarak jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Angket dalam penelitian ini dilihat dari sudut pandang cara menjawab termasuk dalam angket tertutup. Skor yang digunakan dalam penelitian ini adalah berdasarkan Skala *Likert*. Menurut Sugiyono (2015: 93) pengertian Skala *Likert* adalah digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.” Skala *Likert* mempunyai lima jawaban, yaitu: sangat setuju/selalu, setuju/sering, ragu-ragu/kadang-kadang, tidak setuju/jarang dan sangat

tidak setuju/tidak pernah. Alternatif jawaban ragu-ragu dihilangkan agar jawaban lebih optimal. Total empat alternatif jawaban yang disediakan. Pemberian skor terhadap masing-masing jawaban adalah sebagai berikut:

**Tabel 2, Skor Alternatif Jawaban Instrumen Penelitian**

Alternatif Jawaban	Skor	
	(+)	(-)
SL	4	1
SR	3	2
J	2	3
TP	1	4

Sutrisno Hadi (1991: 20) menjelaskan bahwa modifikasi Skala *Likert* dengan meniadakan kategori jawaban yang di tengah berdasarkan tiga alasan, yaitu:

- 1) Kategori ragu-ragu (*undecided*) mempunyai arti ganda dan bisa diartikan belum dapat memutuskan dan memberi jawaban (menurut konsep aslinya)
- 2) Kategori di tengah akan menimbulkan kecenderungan menjawab ke tengah (*central tendency effect*), terutama bagi mereka yang ragu-ragu atas arah kecenderungan jawabannya.
- 3) Kategori kecenderungan SL – SR – J - TP adalah terutama untuk melihat kecenderungan pendapat responden, ke arah selalu atau ke arah tidak pernah. Kategori jawaban di tengah akan menghilangkan banyak data penelitian sehingga mengurangi banyak informasi yang dapat dijangkau dari para responden.

## F. Pembuktian Validasi dan Reliabilitas Instrumen

### 1. Pembuktian Validitas

*Expert Judgement* Pembuktian validitas untuk mengetahui apakah instrumen ini mampu mengukur apa yang hendak diukur dan selanjutnya dikonsultasikan dengan *Expert Judgement*. Penelitian ini memilih *Expert judgement* yaitu Dosen pembimbing Aris Fajar Pambudi S.Pd., M.Or.

Berikut tabel butir-butir pernyataan yang digunakan sebagai instrumen penelitian ini:

**Tabel 3, Kisi-kisi Instrumen**

<b>Konstak</b>	<b>Faktor</b>	<b>Indikator</b>	<b>Nomor Butir</b>	<b>Jumlah Butir</b>
Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di SD Negeri Se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap	Perencanaan pembelajaran	1. RPP	1,2	2
		2. Metode dan Media Pembelajaran	3,4	2
	Pelaksanaan Pembelajaran	1. Materi Pembelajaran	5, 7	4
		2. Model Pembelajaran	9,10,11,12,	2
		3. Partisipasi Peserta Didik	14,15,	2
	Evaluasi	1. Sistem dan Proses penilaian pembelajaran	17, 19, 20	3
			<b>Jumlah</b>	<b>15</b>

## 2. Pembuktian Reliabilitas

Menurut Sugiyono, (2015:268) Reliabilitas berkenaan dengan derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan uji Alpha Cronbach dengan kriteria pengujian:

- a) Jika koefisien Alpha Cronbach  $> 0,60$  maka variabel tersebut reliabel.
- b) Jika koefisien Alpha Cronbach  $< 0,60$  maka variabel tersebut tidak reliabel.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan *SPSS 26.0 for Windows Evaluation Version*. Didapatkan nilai *alpha cronbach* sebesar 0.812, sehingga dapat dikatakan bahwa instrumen yang telah dibuat termasuk kategori reliabel. Berikut merupakan tabel hasil uji reliabilitas:

**Tabel 4, Reliability Statistics**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.812	20

## G. Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan analisis deskriptif atau statistik deskriptif. Menurut Sugiyono (2015: 147), bahwa statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberi

gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku umum. Untuk memberikan makna skor yang ada, dibuat kategori kategori atau kelompok yaitu: sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian itu menggunakan *mean* (M) dan standar *deviasi* (SD), dengan pengkategorian sebagai berikut:

**Tabel 5. Skor Baku Kategori**

<b>NO.</b>	<b>Rentan Norma</b>	<b>Kategori</b>
<b>1</b>	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Baik
<b>2</b>	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
<b>3</b>	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup Baik
<b>4</b>	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang Baik
<b>5</b>	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang Baik

Keterangan:

M : Rata – rata hitung

X : Jumlah Subyek

SD : Standar Deviasi

Teknik analisis data dalam penelitian ini juga menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan data persentase yang digunakan untuk mengkaji variabel pada penelitian ini yaitu pelaksanaan pembelajaran jarak jauh (PJJ) PJOJ pada masa pandemi Covid-19. Rumus persentase yang digunakan sesuai dengan rumus Anas Sudijono (2011: 43) sebagai berikut:

$$p = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari

N = *Number Of Cases* (Jumlah frekuensi/banyaknya Individu)

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil penelitian**

Data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan hasil-hasil pengumpulan data yaitu tentang jawaban responden atas angket yang diberikan kepada responden. Penelitian ini dilaksanakan di Kecamatan Gandrungmangu dengan waktu pengambilan data pada bulan Mei 2021 sampai Juni 2021. Sampel penelitian ini adalah guru-guru PJOK se-Kecamatan Gandrungmangu yang berjumlah 24 guru. Data keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK diperoleh berdasarkan survei dengan menggunakan angket. Penghitungan statistik dengan menggunakan program computer *Microsoft Excel*. Hasil penelitian keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap adalah:

##### **1. Perencanaan Pembelajaran Jarak Jauh PJOK**

Penelitian diukur menggunakan 4 pernyataan dan 24 responden, rentang skor yang digunakan 1-4. Analisis data statistik yang diperoleh yaitu skor minimal = 10; skor maksimal = 16; mean = 14; median/nilai tengah = 15; mode = 15 dan standar deviasi = 1,72. Keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK dalam perencanaan pembelajaran diukur berdasarkan 4 pernyataan dan 24 responden serta rentang skor yang digunakan adalah 1-4, sehingga dapat didapatkan rentang skor ideal yaitu 4 - 16.

Hasil perhitungan dari penelitian perencanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat dikategorikan sebagai berikut:

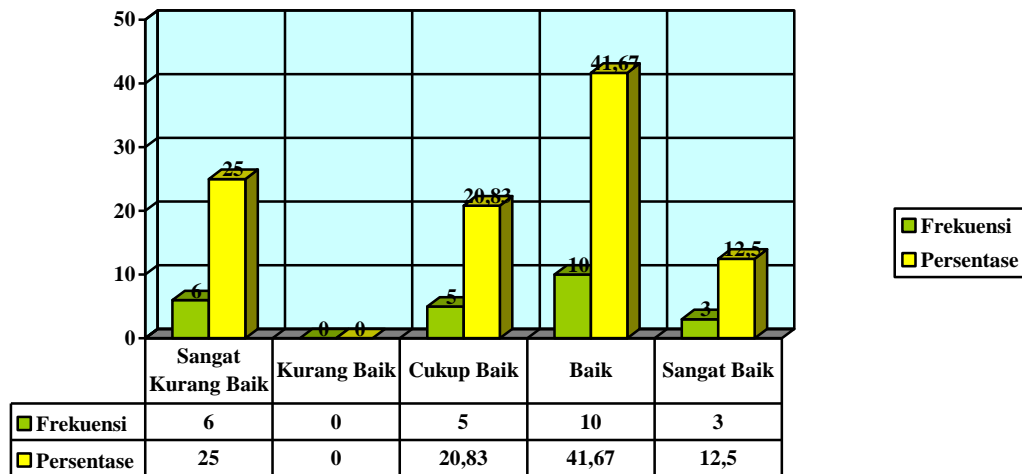
Terlaksana dengan sangat baik	$= X \geq M + 1,5 SD$ $= X \geq 14 + 1,5 \cdot 1,27$ $= X \geq 15,90$
Terlaksana dengan baik	$= M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$ $= 14 + 0,5 \cdot 1,27 \leq X < 14 + 1,5 \cdot 1,27$ $= 14,64 \leq X < 15,90$
Terlaksana dengan cukup baik	$= M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$ $= 14 - 0,5 \cdot 1,27 \leq X < 14 + 0,5 \cdot 1,27$ $= 13,37 \leq X < 14,64$
Terlaksana dengan kurang baik	$= M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$ $= 14 - 1,5 \cdot 1,27 \leq X < 14 - 0,5 \cdot 1,27$ $= 12,10 \leq X < 13,37$
Terlaksana dengan sangat kurang baik	$= X \leq M - 1,5 SD$ $= X \leq 14 - 1,5 \cdot 1,27$ $= X \leq 12,10$

Hasil Keterlaksanaan dalam perencanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat diklasifikasikan:

**Tabel 6. Hasil Penelitian Keterlaksanaan dalam perencanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap**

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 15,90$	Sangat Baik	3	12,50%
14,64 - 15,89	Baik	10	41,67%
13,37 - 14,63	Cukup Baik	5	20,83%
12,10 - 13,36	Kurang Baik	0	0%
$X \leq 12,10$	Sangat Kurang Baik	6	25%
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>100%</b>

Sesuai dengan tabel di atas dapat diketahui Keterlaksanaan dalam perencanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap yang berada dalam kategori sangat baik 12,50%, baik 41,67%, cukup baik 20,83%, kurang baik 0% dan sangat kurang baik 25%. Jika diubah menjadi bentuk grafik diagram yaitu:



**Gambar 1. Histogram Perencanaan Pembelajaran Jarak Jauh PJOK**

## 2. Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh PJOK

Penelitian diukur menggunakan 8 pernyataan dan 24 responden, rentang skor yang digunakan 1-4. Analisis data statistik yang diperoleh yaitu skor minimal = 23; skor maksimal = 32; mean = 27,92; median/nilai tengah = 28,5; mode = 31 dan standar deviasi = 3,04. Keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK dalam pelaksanaan pembelajaran diukur berdasarkan 8 pernyataan dan 24 responden serta rentang skor yang digunakan adalah 1-4, sehingga dapat didapatkan rentang skor ideal yaitu 8 - 32.

Hasil perhitungan dari penelitian pelaksanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat dikategorikan sebagai berikut:

$$\text{Terlaksana dengan sangat baik} = X \geq M + 1,5 \text{ SD}$$

$$= X \geq 27,92 + 1,5 \cdot 3,04$$

$$= X \geq 32,48$$

$$\text{Terlaksana dengan baik} = M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD}$$

$$= 27,92 + 0,5 \cdot 3,04 \leq X < 27,92 + 1,5 \cdot 3,04$$

$$= 29,44 \leq X < 32,48$$

$$\text{Terlaksana dengan cukup baik} = M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD}$$

$$= 27,92 - 0,5 \cdot 3,04 \leq X < 27,92 + 0,5 \cdot 3,04$$

$$= 26,40 \leq X < 29,44$$

$$\text{Terlaksana dengan kurang baik} = M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD}$$

$$= 27,92 - 1,5 \cdot 3,04 \leq X < 27,92 - 0,5 \cdot 3,04$$

$$= 23,36 \leq X < 26,40$$

Terlaksana dengan sangat kurang =  $X \leq M - 1,5 SD$

$$= X \leq 27,92 - 1,5 \cdot 3,04$$

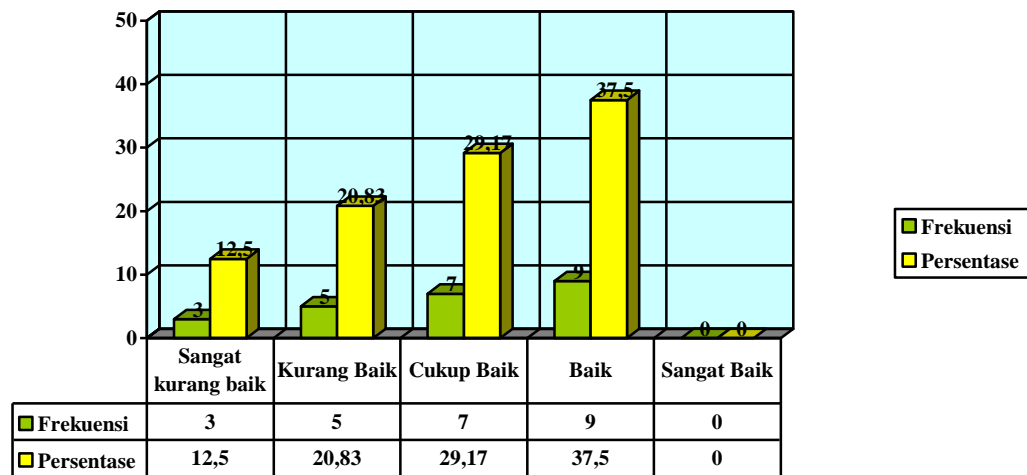
$$= X \leq 23,36$$

Hasil Keterlaksanaan dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat diklasifikasikan:

**Tabel 7. Hasil Penelitian Keterlaksanaan dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap**

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 32,48$	Sangat Baik	0	0%
29,44 - 32,47	Baik	9	37,50%
26,40 - 29,43	Cukup Baik	7	29,17%
23,36 - 26,39	Kurang Baik	5	20,83%
$X \leq 23,36$	Sangat Kurang Baik	3	12,5%
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>100%</b>

Sesuai dengan tabel di atas dapat diketahui Keterlaksanaan dalam perencanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap yang berada dalam kategori sangat baik 0%, baik 37,50%, cukup baik 29,17%, kurang baik 20,83% dan sangat kurang baik 12,5%. Jika diubah menjadi bentuk grafik diagram yaitu:



**Gambar 2. Histogram Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh PJKO**

### 3. Evaluasi Pembelajaran Jarak Jauh PJKO

Penelitian diukur menggunakan 3 pernyataan dan 24 responden, rentang skor yang digunakan 1-4. Analisis data statistik yang diperoleh yaitu skor minimal = 7; skor maksimal = 12; mean = 10,38; median/nilai tengah = 11; mode = 11 dan standar deviasi = 1,44. Keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJKO dalam evaluasi pembelajaran diukur berdasarkan 3 pernyataan dan 24 responden serta rentang skor yang digunakan adalah 1-4, sehingga dapat didapatkan rentang skor ideal yaitu 3 - 12.

Hasil perhitungan dari penelitian keterlaksanaan evaluasi pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat dikategorikan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 \text{Terlaksana dengan sangat baik} &= X \geq M + 1,5 \text{ SD} \\
 &= X \geq 10,38 + 1,5 \cdot 1,44 \\
 &= X \geq 12,54
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Terlaksana dengan baik} &= M + 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 1,5 \text{ SD} \\ &= 10,38 + 0,5 \cdot 1,44 \leq X < 10,38 + 1,5 \cdot 1,44 \\ &= 11,10 \leq X < 12,54 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Terlaksana dengan cukup baik} &= M - 0,5 \text{ SD} \leq X < M + 0,5 \text{ SD} \\ &= 10,38 - 0,5 \cdot 1,44 \leq X < 10,38 + 0,5 \cdot 1,44 \\ &= 9,66 \leq X < 11,10 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Terlaksana dengan kurang baik} &= M - 1,5 \text{ SD} \leq X < M - 0,5 \text{ SD} \\ &= 10,38 - 1,5 \cdot 1,44 \leq X < 10,38 - 0,5 \cdot 1,44 \\ &= 8,22 \leq X < 9,66 \end{aligned}$$

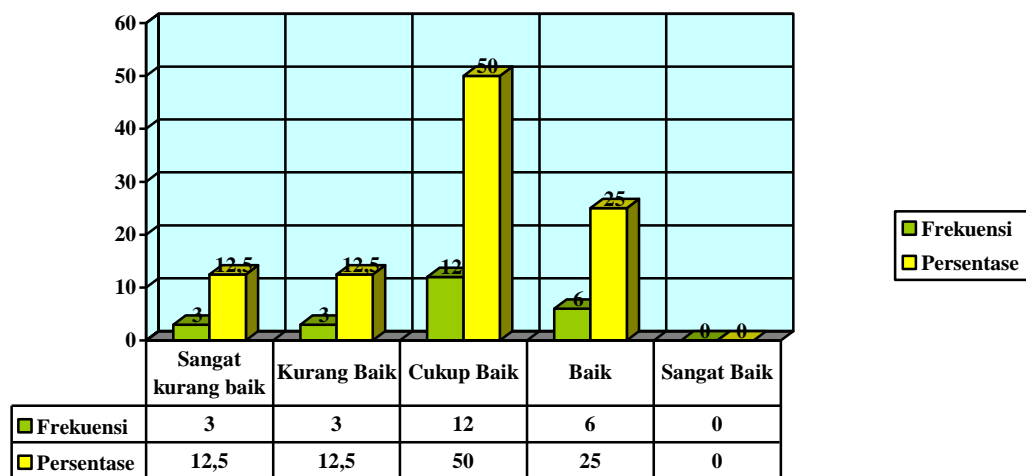
$$\begin{aligned} \text{Terlaksana dengan sangat kurang} &= X \leq M - 1,5 \text{ SD} \\ &= X \leq 10,38 - 1,5 \cdot 1,44 \\ &= X \leq 8,22 \end{aligned}$$

Hasil Keterlaksanaan dalam evaluasi pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dapat diklasifikasikan:

**Tabel 8. Hasil Penelitian Keterlaksanaan dalam evaluasi pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap**

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq 12,54$	Sangat Baik	0	0%
11,10 - 12,53	Baik	6	25%
9,66 - 11,09	Cukup Baik	12	50%
8,22 - 9,65	Kurang Baik	3	12,5%
$X \leq 8,22$	Sangat Kurang Baik	3	12,5%
<b>Total</b>		<b>24</b>	<b>100%</b>

Sesuai dengan tabel di atas dapat diketahui Keterlaksanaan dalam evaluasi pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap yang berada dalam kategori sangat baik 0%, baik 25%, cukup baik 50%, kurang baik 12,5% dan sangat kurang baik 12,5%. Jika diubah menjadi bentuk grafik diagram yaitu:



**Gambar 3. Histogram Evaluasi Pembelajaran Pembelajaran Jarak Jauh PJKO**

## B. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan agar dapat mengetahui keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJKO di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungamangu Kabupaten Cilacap. Hasil yang didapatkan dari penelitian membuktikan bahwa keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJKO di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungamangu Kabupaten Cilacap termasuk ke dalam kategori dengan terlaksana dengan baik. Keterlaksanaan adalah suatu hal, peristiwa, atau kejadian yang telah terjadi. Keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJKO ini meneliti tentang

pelaksanaan pembelajaran PJOK yang meliputi aspek perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran yang sesuai dengan kurikulum. Pengambilan data menggunakan kuesioner menggunakan *Google Form*. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif.

Berdasarkan hasil penelitian, telah didapatkan keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dilihat dari aspek perencanaan pembelajaran yang diukur menggunakan 4 pernyataan dan rentang skor 1-4, 12,50% menyatakan terlaksana dengan sangat baik, 41,67% menyatakan terlaksana dengan baik, 20,83% menyatakan terlaksana dengan cukup baik, dan 25% menyatakan terlaksana dengan sangat kurang baik. Sebagian besar guru melaksanakan perencanaan pembelajaran jarak jauh PJOK dengan baik. Aspek yang dilakukan dalam perencanaan pembelajaran jarak jauh PJOK meliputi: penyusunan RPP sebelum melaksanakan pembelajaran jarak jauh PJOK dan sesuai kondisi belajar dari rumah dan tetap memperhatikan silabus. Penetapan kriteria ketercapaian pembelajaran sesuai kondisi belajar di rumah yang meliputi aspek sikap, pengetahuan dan ketrampilan. Penentuan metode pembelajaran PJOK yang sesuai dengan kondisi belajardi rumah. Pemilihan/ penggunaan/ pemanfaatan media pembelajaran yang sesuai kondisi belajar dari rumah dan sebagian besar guru menggunakan *Whatsapp group* dan guru bekerja sama dengan orangtua peserta didik agar proses pembelajaran dapat berlangsung dengan baik.

Selain itu hasil penelitian mengenai keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh dalam pelaksanaan pembelajaran PJOK yang diukur menggunakan 8 pernyataan dan

rentang skor 1-4 dapat diketahui yaitu 37,50% menyatakan terlaksana dengan baik, 29,17% menyatakan terlaksana dengan cukup baik, 20,83% menyatakan terlaksana dengan kurang baik dan 12,50% menyatakan terlaksana dengan sangat kurang baik. Dari hasil tersebut, Sebagian besar guru melaksanakan pelaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK dengan baik. Dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK guru memberikan materi/ bahan ajar dalam pembelajaran jarak jauh (PJJ) sesuai dengan silabus dan RPP yang telah dibuat sebelumnya. Guru juga mengaitkan materi pembelajaran PJOK yang memuat unsur dalam kehidupan sehari-hari agar pembelajaran lebih bermakna dan siswa mengerti tujuan dan manfaat dari pembelajaran. Guru juga melaksanakan pembelajaran saintifik yaitu mendorong peserta didik untuk mengembangkan keterampilan bertanya untuk membangun kebiasaan mencari tahu dalam kondisi belajar dari rumah, memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk menanyakan sesuatu yang berkaitan dengan materi pembelajaran PJOK, mengondisikan peserta didik untuk mengamati objek/ fenomena/ gambar pada materi pembelajaran PJOK dengan membaca dan melihat gambar, menginstruksikan peserta didik melakukan/mencoba gerakan dalam materi yang diberikan, memberi kesempatan pada peserta didik untuk mengomunikasikan materi pembelajaran PJOK. Guru juga mewujudkan suasana pembelajaran PJOK yang kondusif, menyenangkan, dan bermanfaat bagi peserta didik.

Sedangkan untuk hasil penelitian mengenai keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh dalam evaluasi pembelajaran PJOK yang diukur menggunakan 3 pernyataan dan rentang skor 1-4 dapat diketahui yaitu 25% menyatakan terlaksana dengan baik, 50%

menyatakan terlaksana dengan cukup baik, 12,50% menyatakan terlaksana dengan kurang baik dan 12,50% menyatakan terlaksana dengan sangat kurang baik. Dari hasil tersebut, Sebagian besar guru melaksanakan pelaksanaan evaluasi pembelajaran jarak jauh PJOK dengan cukup baik. Dalam hal ini pembelajaran jarak jauh PJOK sistem dan proses penilaian dalam pembelajaran Penjasorkes secara daring dilakukan sesuai dengan penugasan *online* dan ujian. Selain itu, guru juga membuat laporan terkait dengan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK yang termasuk aspek sikap, aspek pengetahuan, dan aspek keterampilan agar bisa mendapatkan nilai akhir sesuai dengan hasil belajar siswa. Guru juga melaksanakan kegiatan remedial atau pengayaan bimbingan kepada peserta didik tidak hanya cukup dengan penugasan dan ujian.

Menurut hasil penelitian yang ada, dapat dijelaskan bahwa keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di Sekolah Dasar Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap sudah berjalan dengan baik. Dengan kondisi pandemi Covid-19 sebagian guru besar guru melaksanakan pembelajaran jarak jauh PJOK dengan memperhatikan dalam aspek perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran dengan baik. Walaupun dalam pelaksanaannya masih banyak kekurangan dan kurang optimal dibandingkan dengan pembelajaran tatap muka.

### C. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki kelemahan. Beberapa keterbatasan dan kekurangan dari penelitian ini adalah:

1. Penyusunan indikator instrumen penelitian yang tidak merata dalam masing-masing faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.
2. Keterbatasan waktu dalam mengumpulkan data dikarenakan penerapan *physical distancing* guna menghentikan penyebaran *Covid-19*, sehingga kuesioner hanya melalui tautan link dari *Google Form*.
3. Tidak diketahui kesungguhan responden dalam mengisi kuesioner karena dilakukan dengan kondisi *work from home*.
4. Peneliti tidak dapat bertatap muka langsung dengan responden sehingga tidak bisa menggali lebih dalam mengenai permasalahan yang ada selama pembelajaran jarak jauh PJOK daring pada pandemi *Covid-19*

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Menurut hasil yang didapat, dapat diambil kesimpulan bahwa keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap termasuk kedalam kategori terlaksana dengan baik. Hal ini dapat dijelaskan dari setiap kategori, dalam aspek perencanaan pembelajaran dalam kategori sangat baik 12,50%, baik 41,67%, cukup baik 20,83%, dan sangat kurang baik 25%. Pada aspek pelaksanaan pembelajaran dalam kategori baik 37,50%, cukup baik 29,17%, kurang baik 20,83% dan sangat kurang baik 12,5%. Dan dalam aspek evaluasi pembelajaran dalam kategori baik 25%, cukup baik 50%, kurang baik 12,5% dan sangat kurang baik 12,5%.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan di atas, hasil penelitian ini dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian, yaitu:

1. Diketahuinya keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap dalam aspek perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pembelajaran pada masa pandemi Covid-19 tahun ajaran 2020/2021.

2. Hasil penelitian dapat memberikan informasi bagi pihak guru/pendidik sebagai bahan pertimbangan untuk mempertahankan ataupun meningkatkan pengetahuan serta kemampuannya dalam menjalankan pembelajaran jarak jauh PJOK.

### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian di atas terdapat beberapa saran yang dapat disampaikan, antara lain:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi tambahan mengenai penelitian keterlaksanaan pembelajaran jarak jauh PJOK.

2. Bagi Guru

Diharapkan guru dapat mempertahankan pelaksanaan pembelajaran yang optimal walaupun terkendala berbagai hal pada masa pandemi Covid-19 dan guru lebih kreatif dan inovatif dalam memberikan pembelajaran PJOK secara daring.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya serta dapat dikembangkan agar menjadi penelitian yang lebih baik lagi.

## DAFTAR PUSTAKA


- Adam, S. & Muhamad Taufik. (2015). Pemanfaatan Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Informasi Bagi Siswa Kelas X Sma Ananda Batam. *CBIS Journal, Volume 3 No 2, ISSN 2337-8794*
- Akhiruyanto, Andri. (2008). Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. (Nomor 2 tahun 2008). Hlm 43*
- Albertus, Adit. (2020). 12 Aplikasi Pembelajaran Daring Kerjasama Kemendikbud, Gratis! Diakses pada 15 Januari 2021 dari <https://edukasi.kompas.com/read/2020/03/22/123204571/12-aplikasi-pembelajaran-daring-kerjasama-kemendikbud-gratis?page=all..>
- Arikunto.Suharsimi. (2016). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahri, D. S., & Zain, A. (2010). *Strategi Belajar Pembelajaran*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Depdikbud. (2003). *Undang-undang RI Nomor 3, Tahun 2003, tentang Sistem Pendidikan Nasional*.
- Direktorat Sekolah Dasar. (2020). *Asesmen Diagnostik*. Diakses pada 15 Januari 2021 dari <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/asesmen-diagnostik>
- Direktorat Sekolah Menengah Pertama. (2020). *Modul Pembelajaran Jarak Jauh Pada Masa Pamdemi Covid-19 Untuk Jenjang Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Hadi,S. (1991). *Analisa Butir Instrument*. Yogyakarta: Andi Offset Edisi Pertama
- Hamalik, O. (2015). *Kurikulum dan Pelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- Hasibuan, MS & Simarmata, Janner & Sudirman, Acai. (2019). *ELearning: Implementasi, Strategi dan Inovasinya*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(1), 1-7.
- Husdarta, H.J.S. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (Covid-19)*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Kesiapan Kemenkes dalam Menghadapi Outbreak Novel Coronavirus (2019-Ncov)*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2020, tentang Pedoman PSBB dalam rangka Percepatan Penanganan Covid-19*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 719/P/2020, tentang Pedoman Pelaksanaan Kurikulum pada Satuan Pendidikan dalam Kondisi Khusus*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2016). *Permendikbud Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standard Proses Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Siaran Pers Nomor 211/Sipers/A6/VII/2020, tentang Penerbitan Kurikulum Darurat pada Satuan Pendidikan dalam Kondisi Khusus*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020, tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat Corona Virus (COVID-19)*. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia
- Majid, A. (2014). *Implementasi Kurikulum 2013: Kajian Teoritis dan Praktis*. Bandung: Interes Media.

- Narendra, A. (2020). *Implementasi Pembelajaran PJOK di Masa Pandemi Covid-19 di SD Negeri Se-Kecamatan Lendah Kabupaten Kulon Progo Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta
- Putranti, N. (2013). Cara Membuat Media Pembelajaran *Online* Menggunakan Edmodo. *Jurnal Pendidikan Informatika dan Sains IKIP PGRI Pontianak*, Vol. 2, No. 2.
- Rohmah. (2016). *Konsep E-Learning Dan Aplikasinya Pada Lembaga Pendidikan Islam*. Jakarta: AnNur.
- Raibowo, Septian; Eko Nopiyanto, Y. (2020). Proses Belajar Mengajar PJOK Di Masa Pandemi Covid-19. *Journal STAND: Sports and Development. Journal STAND*, 1, 49–55.
- Sofyana, L., & Rozaq, A. (2019). Pembelajaran Daring Kombinasi Berbasis Whatsapp Pada Kelas Karyawan Prodi Teknik Informatika Universitas PGRI Madiun. *Jurnal Nasional Pendidikan Teknik Informatika (JANAPATI)*, 8(1), 81.
- Sudjana, N. (2010). *Dasar-dasar Proses Belajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (2004). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika Solo.
- Suprihatiningrum, J. (2013). *Strategi Pembelajaran Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Supriyadi, M. (2018). Pelaksanaan Proses Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Sekolah Dasar. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(2), 64–73.
- WHO. (2020). *Pertanyaan dan Jawaban Terkait Coronavirus*. Diakses 15 Januari 2021, dari <https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus/qa/qa-for-public>
- Zulfikar, Ryamizard. (2020). *Implementasi Kurikulum 2013 Dalam Mata Pelajaran Pjok Pada Kondisi Belajar Di Rumah Masa Pandemi Covid-19 Di Smp Se-Kabupaten Gunungkidul Tahun Ajaran 2019/2020*. Skripsi. Yogyakarta: PJKR, FIK, Universitas Negeri Yogyakarta

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS HUKUM KEOLAHRAGAAN  
Alamat: Jalan Sriwijaya Nomor 1 Yogyakarta 55281  
Telepon (0274) 586168 ext. 560-557-9274-576826, Fax 9274-513092  
E-mail: tik.uns.ac.id | e-mail: humas@tik.uns.ac.id


Nomor : S/75/UN/34.16/PE/01/04/2021  
Lamp : 1 Bendel Proposal  
Hal : Izin Penelitian  
23 April 2021

Yth. UPT Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Kecamatan Gandrungmangu

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Dedi Siswanto Saputra  
NIM : 17604224045  
Program Studi : Pgsd Pendidikan Jasmani - S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)  
Judul Tugas Akhir : Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se- Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap  
Waktu Penelitian : 17 Mei - 14 Juni 2021

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.  
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

  
Wakil Dekan Bidang Akademik,  
D. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.  
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :  
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;  
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

## Lampiran 2. Surat Keterangan Uji Instrumen



PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
KOORDINATOR WILAYAH BIDANG PENDIDIKAN  
**KECAMATAN SIDAREJA**

Jalan Bhayangkara No. 19 Telp. ( 0280 ) 523120

---

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.4 / 058 / K.23 / TAHUN 2021

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Drs. A M I R  
NIP. : 19631212 198608 1 003  
Pangkat Gol / Ruang : Pembina Tk.I , IV / B  
Jabatan : Koordinator Wilayah Bidang Pendidikan  
Kecamatan Sidareja  
Unit Kerja : Dinas Pendidikan dan Kebudayaan  
Kab.Cilacap

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : DEDI SISWANTO SAPUTRA  
NIM. : 17604224045  
Tempat Tgl Lahir : Cilacap , 17 Desember 1999  
Program Studi : PGSD Penjas  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Perguruan Tinggi : UNY ( Universitas Negeri Yogyakarta )

Telah melaksanakan Uji Instrumen Penelitian Tugas akhir pada sekolah Dasar Negeri ( SDN ) se Kecamatan Sidareja , dari tanggal 28 April sampai dengan 7 Mei 2021 dengan hasil Baik.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sidareja , 25 Mei 2021  
Koordinator Wilayah Bidang Pendidikan  
Kecamatan Sidareja

**Drs. A M I R**  
NIP. 19631212 198608 1 003

### Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian

**KOORDINATOR WILAYAH BIDANG PENDIDIKAN  
KECAMATAN GANDRUNGMANGU**

Jalan Raya Gandrungmangu No.100  
CILACAP

Kode Pos 53254

**SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN**

Mendasari Surat dari Wakil Dekan Bidang Akademik Universitas Negeri Yogyakarta Nomor : 575/UN/34.16/PT.01.04/2021 tertanggal 23 April 2021.

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUGIMAN, S.Pd., MBA  
NIP : 19620206 198608 1 001  
Pangkat/Golongan : Pembina Tk I, IV/b  
Jabatan : Koordinator Wilayah Bidang Pendidikan  
Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

Menerangkan bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : DEDI SISWANTO SAPUTRA  
NIM : 17604224045  
Program Studi : PGSD Pendidikan Jasmani – S1  
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS).  
Judul Tugas Akhir : Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri Se- Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.

Telah melaksanakan Penelitian terhadap guru-guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di wilayah Korwil Bidang Pendidikan Kecamatan Gandrungmangu tanggal 17 Mei sampai dengan 14 Juni 2021

Demikian surat keterangan ini kami buat, dan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Gandrungmangu, 7 Juni 2021  
Korwil Bidang Pendidikan  
Kecamatan Gandrungmangu















SUGIMAN, S.Pd., MBA  
NIP. 19620206 198608 1 001

## Lampiran 4. Kartu Bimbingan Tugas Akhir Skripsi

KARTU BIMBINGAN  
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Nama Mahasiswa : Dedi Siswanto Saputra  
NIM : 17604224045  
Program Studi : PGSD-Penjas  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Pembimbing : Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1	25 Januari 2021	Proposal Bab I, II, III	
2	27 Januari 2021	Kisi-Kisi Instrumen	
3	22 Februari 2021	Revisi Judul dan Bab I	
4	19 Maret 2021	Bab II, Kajian Teori	
5	23 Maret 2021	Revisi Bab II + Bimbingan Bab III	
6	26 Maret 2021	Revisi Bab III + Konsultasi Kisi-Kisi Penelitian & Instrumen	
7	30 Maret 2021	Kisi-Kisi Penelitian & Instrumen	
8	21 April 2021	Revisi Kisi-Kisi Penelitian & Instrumen	
9	23 April 2021	Revisi Kisi-Kisi Penelitian & Instrumen	
10	19 Mei 2021	Uji Coba Instrumen	
11	14 Juni 2021	Konsultasi Bab IV dan V	
12	19 Juni 2021	Bab IV dan V dan Cek Akhir TAS	

Mengetahui  
Koord.Prodi PGSD-Penjas



Dr. Hari Yulianto, M.Kes.  
NIP. 19670701 199412 1 001

## Lampiran 5. Instrumen Penelitian

### ANGKET PENELITIAN

#### **KETERLAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD NEGERI SE-KECAMATAN GANDRUNGMANGU KABUPATEN CILACAP**

Nama Guru/Responden :  
Nama Sekolah :  
Alamat Sekolah :  
Pendidikan Terakhir :  
Lama Mengajar :

#### **Petunjuk Pengisian:**

1. Pilih salah satu jawaban dengan memberikan tanda checklist (V) pada pilihan opsi jawaban yang telah tersedia.
2. Angket ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran jarak jauh pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu Kabupaten Cilacap.
3. Jawablah pertanyaan sesuai dengan yang terjadi di lapangan dengan sebenarnya tentang pelaksanaan pembelajaran PJOK pada masa pandemi Covid-19.
4. Semua pertanyaan dalam angket ini tidak bermaksud untuk menilai anda dalam bentuk apapun.
5. Alternatif jawaban yang dapat dipilih adalah sebagai berikut:  
Selalu : SL  
Sering : SR  
Jarang : J  
Tidak Pernah : TP

NO	Pertanyaan	Jawaban			
		SL	SR	J	TP
<b>Perencanaan Pembelajaran</b>					
1	Saya menyusun RPP sebelum melaksanakan pembelajaran jarak jauh PJOK dan sesuai kondisi belajar dari rumah dan tetap memperhatikan silabus				
2	Saya menetapkan kriteria ketercapaian pembelajaran sesuai kondisi belajar di rumah				
3	Saya menentukan metode pembelajaran PJOK yang sesuai dengan kondisi belajar di rumah				
4	Saya memilih/ menggunakan/ memanfaatkan media pembelajaran yang sesuai kondisi belajar dari rumah				
<b>Pelaksanaan Pembelajaran</b>					
5	Saya memberikan materi/ bahan ajar dalam pembelajaran jarak jauh (PJJ) sesuai dengan silabus dan RPP				
6	Saya mengaitkan materi pembelajaran PJOK yang memuat unsur dalam kehidupan sehari-hari				
7	Saya mendorong peserta didik untuk mengembangkan keterampilan bertanya untuk membangun kebiasaan mencari tahu dalam kondisi belajar dari rumah				
8	Saya memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk menanyakan sesuatu yang				

	berkaitan dengan materi pembelajaran PJOK				
9	Saya mengondisikan peserta didik untuk mengamati objek/ fenomena/ gambar pada materi pembelajaran PJOK dengan membaca dan melihat gambar				
10	Saya menginstruksikan peserta didik melakukan/mencoba gerakan dalam materi yang diberikan				
11	Saya memberi kesempatan pada peserta didik untuk mengomunikasikan materi pembelajaran PJOK				
12	Saya mewujudkan suasana pembelajaran PJOK yang kondusif, menyenangkan, dan bermanfaat bagi peserta didik				
<b>Evaluasi</b>					
13	Sistem dan proses penilaian dalam pembelajaran Penjasorkes secara daring dilakukan sesuai dengan penugasan dan ujian				
14	Saya membuat laporan terkait dengan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK yang termasuk aspek sikap, aspek pengetahuan, dan aspek keterampilan				
15	Saya menyelenggarakan kegiatan remedial atau pengayaan bimbingan kepada peserta didik				

## Lampiran 6. Validasi Expert Judgement

### SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGEMENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M.Or.

NIP : 19820522 200912 1 006

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Dedi Siswanto Saputra

NIM : 17604224045

Prodi : PGSD Penjas

Judul TA : Keterlaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kecamatan Gandrungmangu  
Kabupaten Cilacap

Setelah dilakukan kajian pada instrumen penelitian TAS tersebut dapat dinyatakan

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/>            | Layak digunakan untuk penelitian       |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Layak digunakan dengan perbaikan       |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak layak digunakan untuk penelitian |

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 23 April 2021  
*Expert Judgement*



Aris Fajar Pambudi, S.Pd., M. Or  
NIP. 19820522 2009121 0 006

## Lampiran 7. Uji Reliabilitas

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	21	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	21	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.812	20

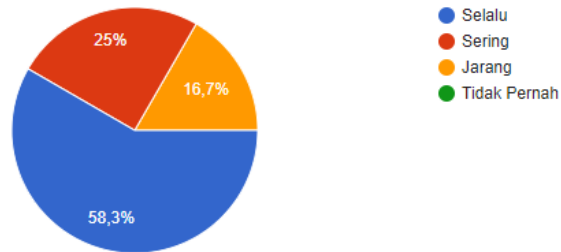
Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	58.86	26.229	.608	.789
x2	58.71	26.214	.528	.794
x3	58.48	27.462	.459	.799
x4	58.71	27.114	.526	.795
x5	58.71	26.914	.653	.789
x6	59.38	29.048	.265	.810
x7	58.90	28.790	.531	.800
x8	58.76	29.590	.213	.812
x9	58.62	27.848	.378	.804
x10	58.43	28.757	.389	.804
x11	58.90	27.690	.498	.797
x12	58.57	27.957	.482	.799
x13	58.48	29.062	.339	.806
x14	58.62	28.848	.446	.802
x15	58.38	27.648	.493	.798
x16	59.76	33.090	-.289	.847
x17	58.57	28.857	.414	.803
x18	58.76	30.890	-.022	.826
x19	58.48	27.362	.676	.790
x20	59.19	28.062	.447	.800



## Lampiran 9. Hasil Penelitian

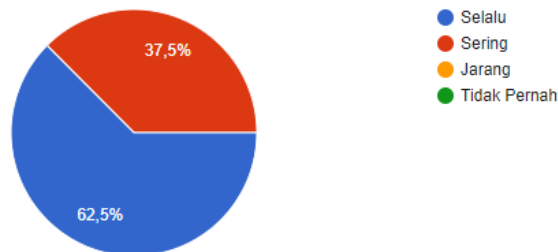
1. Saya menyusun RPP sebelum melaksanakan pembelajaran jarak jauh PJOK dan sesuai kondisi belajar dari rumah dan tetap memperhatikan silabus

24 jawaban



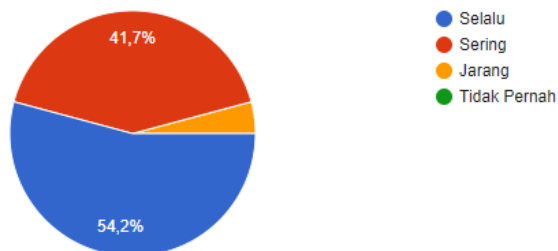
2. Saya menetapkan kriteria ketercapaian pembelajaran sesuai kondisi belajar di rumah

24 jawaban



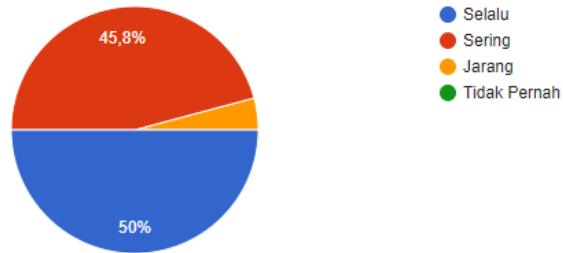
3. Saya menentukan metode pembelajaran PJOK yang sesuai dengan kondisi belajar di rumah

24 jawaban



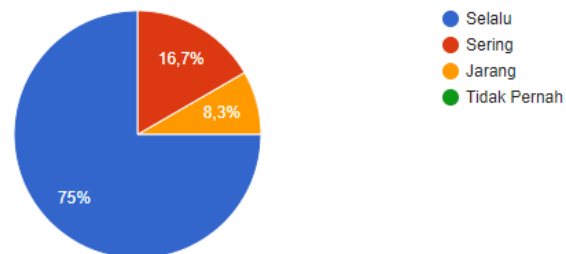
4. Saya memilih/ menggunakan/ memanfaatkan media pembelajaran yang sesuai kondisi belajar dari rumah

24 jawaban



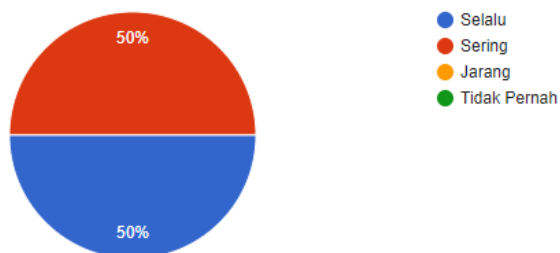
5. Saya memberikan materi/ bahan ajar dalam pembelajaran jarak jauh (PJJ) sesuai dengan silabus dan RPP

24 jawaban



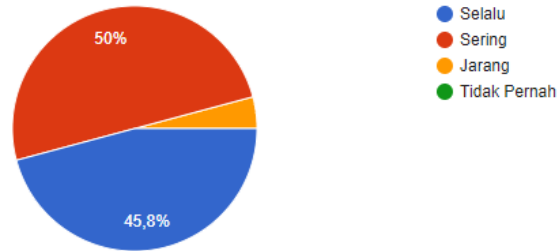
6. Saya mengaitkan materi pembelajaran PJOK yang memuat unsur dalam kehidupan sehari-hari

24 jawaban



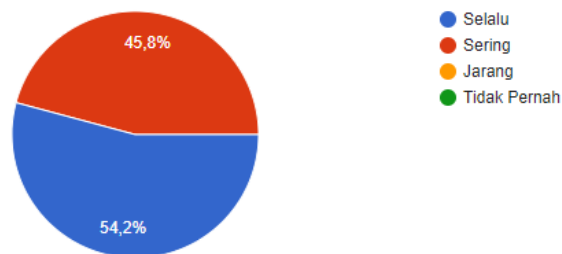
7. Saya mendorong peserta didik untuk mengembangkan keterampilan bertanya untuk membangun kebiasaan mencari tahu dalam kondisi belajar dari rumah

24 jawaban



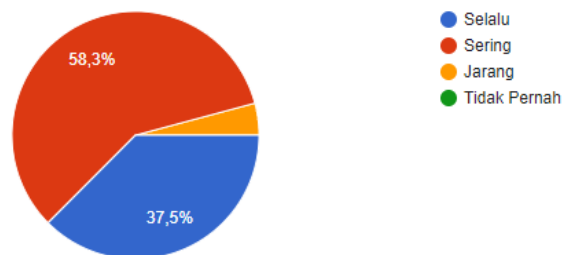
8. Saya memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk menanyakan sesuatu yang berkaitan dengan materi pembelajaran PJOK

24 jawaban



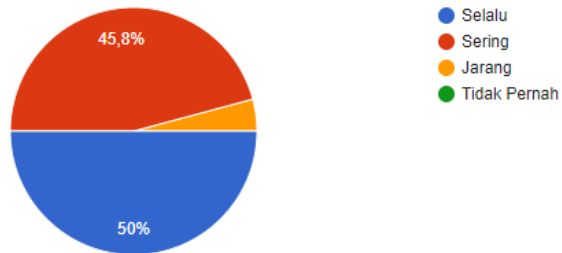
9. Saya mengondisikan peserta didik untuk mengamati objek/ fenomena/ gambar pada materi pembelajaran PJOK dengan membaca dan melihat gambar

24 jawaban



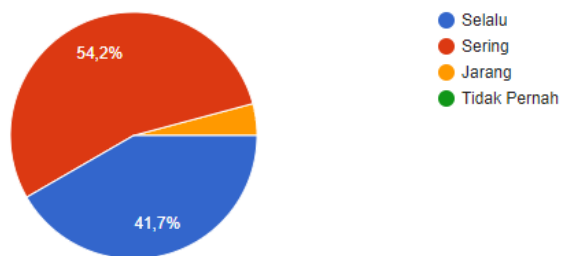
10. Saya menginstruksikan peserta didik melakukan/mencoba gerakan dalam materi yang diberikan

24 jawaban



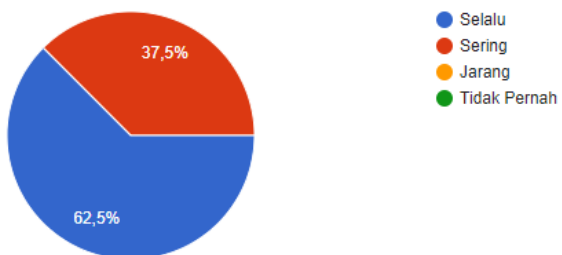
11. Saya memberi kesempatan pada peserta didik untuk mengomunikasikan materi pembelajaran PJOK

24 jawaban



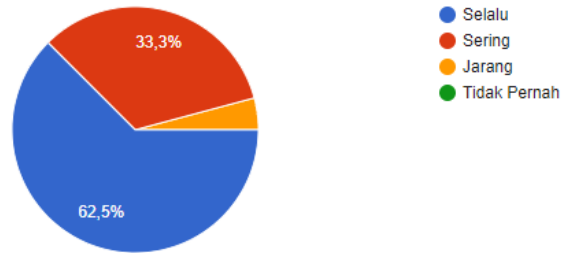
12. Saya mewujudkan suasana pembelajaran PJOK yang kondusif, menyenangkan, dan bermanfaat bagi peserta didik

24 jawaban



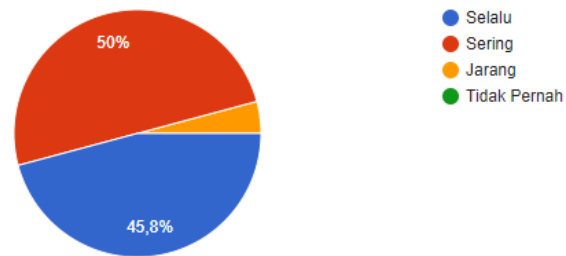
13. Sistem dan proses penilaian dalam pembelajaran Penjasorkes secara daring dilakukan sesuai dengan penugasan dan ujian

24 jawaban



14. Saya membuat laporan terkait dengan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran PJOK yang termasuk aspek sikap, aspek pengetahuan, dan aspek keterampilan

24 jawaban



15. Saya menyelenggarakan kegiatan remedial atau pengayaan bimbingan kepada peserta didik

24 jawaban

