

**KEAKTIFAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)
PASCA PEMBELAJARAN DARING DI MAN 3
KABUPATEN BANTUL**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:
Muhammad Syafi'i Maarif
NIM. 18601241056

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2022**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**KEAKTIFAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)
PASCA PEMBELAJARAN DARING DI MAN 3
KABUPATEN BANTUL**

Disusun Oleh:
Muhammad Syafi'i Maarif
NIM. 18601241056


telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang
bersangkutan.

Yogyakarta, 27 April 2022

Mengetahui,
Koordinator Program Studi

Disetujui,
Dosen Pembimbing,


Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731199001 1 001


Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or.
NIP. 198101252006041001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Syafi'i Maarif
NIM : 18601241056
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahragta dan Kesehatan (PJOK) Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul

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, April 2022
Yang Menyatakan,



Muhammad Syafi'i Maarif
NIM. 18601241056

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**KEAKTIFAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK)
PASCA PEMBELAJARAN DARING DI MAN 3
KABUPATEN BANTUL**

Disusun Oleh:

Muhammad Syafi'i Maarif
NIM. 18601241056

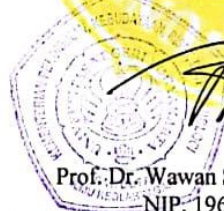
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta


Pada tanggal 25 Mei 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or Ketua Penguji		3/6 2022
Saryono, S.Pd.Jas., M.Or Sekretaris Penguji		3/6 2022
Dr. Agus S. Suryobroto, M.Pd. Penguji Utama		31-5-2022

Yogyakarta, Juni 2022
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,




Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.
NIP. 196407071988121001

MOTTO

1. *Keep doing your best everyday and if no one proud of you, be proud of yourself* (M. Syafi'i Maarif)
2. *Life has no remote, Get up and change it yourself!"* (Mark A Cooper)

PERSEMBAHAN

Karya ini penulis persembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya:

1. Bapak Slamet Widodo dan Ibu Zumaroh yang senantiasa memberikan dukungan baik berupa semangat dan doa yang tiada henti sehingga akhirnya terselesaikannya skripsi ini.
2. Kakakku Musyafak, Atek Widyantoro, Arsyid Ahyar, Nur Rouf, Dewi Hijrah, Andi Sholeh, dan Yusuf Bakhtiyar yang selalu memberikan semangat dan nasihat.

**KEAKTIFAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN PJOK
PASCA PEMBELAJARAN DARING DI MAN 3
KABUPATEN BANTUL**

Oleh:

Muhammad Syafi'i Maarif

NIM. 18601241056

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas XI di MAN 3 Kabupaten Bantul yang berjumlah 98 peserta didik yang diambil berdasarkan *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 44,90% (44 peserta didik), “cukup” sebesar 51,02% (50 peserta didik), “tinggi” sebesar 4,08% (4 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

Kata kunci: keaktifan, pembelajaran PJOK, pasca pembelajaran daring

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahragta dan Kesehatan (PJOK) Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or., selaku Pembimbing Skripsi dan Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Rekreasi yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Sekretaris dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Pembimbing Akademik yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik selama ini.
5. Kepala sekolah, guru dan peserta didik MAN 3 Kabupaten Bantul, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.

6. Untuk sahabat saya yang selalu memberi semangat kepada saya dan selalu menjadi pendengar yang baik dalam keadaan suka maupun duka.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

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

Yogyakarta, April 2022
Penulis,

Muhammad Syafi'i Maarif
NIM. 18601241056

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	10
1. Hakikat Keaktifan Belajar	10
a. Pengertian Belajar.....	10
b. Pengertian Keaktifan Belajar.....	13
c. Indikator Keaktifan Belajar	15
2. Hakikat Pembelajaran PJOK	18
a. Pengertian Pembelajaran	18
b. Pembelajaran PJOK.....	22
3. Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19	28
a. Pengertian Pembelajaran Daring	28
b. Kelebihan Pembelajaran Daring	29
c. Kelemahan Pembelajaran Daring	31
4. Karakteristik Peserta Didik SMA	33
B. Kajian Penelitian yang Relevan	38
C. Kerangka Berpikir	41
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43

D. Definisi Operasional Variabel.....	44
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	45
F. Validitas dan Reliabilitas	48
G. Teknik Analisis Data	50
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	52
1. Faktor Aktivitas Penglihatan	55
2. Faktor Aktivitas Lisan	57
3. Faktor Aktivitas Mendengarkan	59
4. Faktor Aktivitas Gerak	61
5. Faktor Aktivitas Menulis	63
6. Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah	65
7. Faktor Aktivitas Emosional	67
B. Pembahasan	69
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	79
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	81
B. Implikasi.....	81
C. Saran.....	82
 DAFTAR PUSTAKA	 83
 LAMPIRAN	 92

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Proses Fundamental Pembelajaran	18
Gambar 2. Kerangka Berpikir.....	42
Gambar 3. Diagram Batang Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul Kabupaten Kebumen TA 2021/2022	54
Gambar 4. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Penglihatan	56
Gambar 5. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Lisan	58
Gambar 6. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Mendengarkan	60
Gambar 7. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Gerak	62
Gambar 8. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Menulis	64
Gambar 9. Diagram Batang Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah	66
Gambar 10. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Emosional	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian	44
Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket.....	45
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen.....	47
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen.....	49
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas	50
Tabel 6. Norma Kategori Penilaian.....	51
Tabel 7. Deskriptif Statistik Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul Kabupaten Kebumen TA 2021/2022.....	52
Tabel 8. Norma Penilaian Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.....	53
Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Penglihatan	55
Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Penglihatan.....	56
Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Lisan	57
Tabel 12. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Lisan.....	58
Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Mendengarkan	59
Tabel 14. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Mendengarkan.....	60
Tabel 15. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Gerak.....	61
Tabel 16. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Gerak	62
Tabel 17. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Menulis	63
Tabel 18. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Menulis.....	64
Tabel 19. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah	65

Tabel 20.	Norma Penilaian Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah.....	66
Tabel 21.	Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Emosional	67
Tabel 22.	Norma Penilaian Faktor Aktivitas Emosional.....	68

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Bimbingan TAS	93
Lampiran 2. Surat Ijin Uji Coba.....	94
Lampiran 3. Instrumen Penelitian.....	95
Lampiran 4. Data Uji Coba	98
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	101
Lampiran 6. Tabel r.....	102
Lampiran 7. Data Penelitian.....	103
Lampiran 8. Deskriptif Statistik.....	107
Lampiran 9. Menghitung Norma Penilaian (PAP).....	112

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini, *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) sedang melanda hampir seluruh dunia termasuk Indonesia, sejak memasuki awal bulan Maret 2020. Penyebaran Covid-19 sangat cepat, khususnya pada aktivitas yang identik dengan kerumunan. Pemerintah telah menetapkan kebijakan terkait pencegahan penyebaran Covid-19, salah satunya yakni penerapan *social distancing*. Semakin meluasnya penyebaran Covid-19, berdampak pada sistem pembelajaran di sekolah. Menteri pendidikan dan kebudayaan mengeluarkan Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Pencegahan penyebaran Covid-19 Pada Satuan Pendidikan, bahwa memberhentikan seluruh aktivitas pembelajaran di sekolah dan perguruan tinggi (Kemendikbud, 2020). Kebijakan tersebut tidak berarti bahwa kegiatan belajar mengajar berhenti begitu saja, akan tetapi kegiatan belajar tetap dilakukan secara jarak jauh atau pembelajaran dalam jaringan (Daring).

Pendapat Anggiana, dkk., (2020: 177) bahwa pembelajaran daring merupakan bentuk penyampaian pembelajaran konvensional yang dituangkan pada format digital melalui internet. Pembelajaran daring, dianggap menjadi satu-satunya media penyampai materi antara guru dan peserta didik, dalam masa darurat pandemi. Berbagai media juga dapat digunakan untuk mendukung pelaksanaan pembelajaran secara daring. Misalnya kelas-kelas virtual menggunakan layanan *Google Classroom*, *Edmodo*, dan *Schoology*, dan aplikasi pesan instan seperti *WhatsApp* (Sadikin & Hamidah, 2020: 215). Pembelajaran

secara daring bahkan dapat dilakukan melalui media sosial seperti *Facebook* dan *Instagram* (Saho & Gupta, 2020: 163). Hambatan yang dihadapi pada pembelajaran daring adalah kurang memadainya sarana dan prasarana pendukung, kurangnya kecakapan penguasaan teknologi oleh guru, serta terbatasnya jaringan internet (Simamora, 2020: 86).

Seiring perkembangan waktu, pembelajaran dilakukan secara secara Tatap Muka Terbatas (PTMT) dengan persentase 50:50 peserta didik masuk sekolah dan pembelajaran secara daring. Indikasi dari fenomena adanya pergeseran dalam proses pembelajaran dimana interaksi antara pembelajar dan pembelajar tidak hanya dilakukan melalui hubungan tatap muka tetapi juga melalui media komunikasi seperti komputer, internet, model pembelajaran yang makin populer saat ini adalah *blended learning*. Pembelajaran bauran (*blended learning*) menggabungkan pembelajaran sinkron dan asinkron digabungkan dengan proporsi seimbang. Model seperti itu bukan hal baru dan sudah banyak diterapkan, untuk para pengajar yang belum menerapkan itu, disediakan banyak pelatihan penerapan pembelajaran bauran (Mamahit, 2021: 68). Berbagai keterbatasan pada pembelajaran daring, PJOK dengan sendirinya menemui berbagai hambatan dan kendala di masa pandemi Covid-19.

Keadaan ini tentu saja memberikan dampak pada kualitas pembelajaran, peserta didik dan guru yang sebelumnya berinteraksi secara langsung dalam ruang kelas sekarang harus berinteraksi dalam ruang virtual yang terbatas. Guru dituntut memberikan pengajaran yang baik dan menciptakan suasana yang kondusif. Guru juga diharuskan kreatif dan inovatif untuk menggunakan media belajar yang

menarik agar peserta didik dapat memahami materi pembelajaran dan tujuan pembelajaran dapat tercapai. Hal ini tidak terkecuali pada pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK).

Hakikat PJOK memiliki dua asumsi yaitu pendidikan melalui jasmani dan pendidikan untuk jasmani. Berdasar pada asumsi pertama dapat dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan sebuah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani yang sengaja dipilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Asumsi yang kedua yaitu sebagai sebuah media yang dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan peningkatan kemampuan jasmani (Rithaudin & Sari, 2019: 34). Aktivitas fisik menjadi hal yang utama dan dominan dalam pembelajaran PJOK.

PJOK bukan hanya merupakan bagian penting bagi kehidupan manusia saja. PJOK juga merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, melalui PJOK yang diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya (Lestari, 2021: 7). Aktivitas fisik menjadi hal yang utama dan dominan dalam pembelajaran PJOK.

Perubahan budaya belajar ini menjadi salah satu kendala bagi peserta didik, karena selama ini peserta didik sudah terbiasa melalui tatap muka, sehingga pembelajaran daring peserta didik perlu untuk beradaptasi dengan proses pembelajaran yang baru ini, secara tidak langsung mempengaruhi daya serap dan keaktifan belajar peserta didik (Purwanto, dkk., 2020: 2). Suatu pembelajaran baik tatap muka langsung maupun secara daring menuntut adanya *output* dari kegiatan

pembelajaran. Pada kurikulum 2013 *output* dari kegiatan pembelajaran digolongkan ke dalam tiga ranah yakni kognitif (pengetahuan), ranah afektif (sikap), dan psikomotor (keterampilan). Wijaya et al., (2020:18) menyatakan bahwa capaian dari suatu pembelajaran yaitu adanya sebuah peningkatan sikap dari peserta didik.

Hasil penelitian Muntazhimah & Nasution (2020: 203) menyatakan bahwa suatu pembelajaran dapat mencapai tujuan belajar yang maksimal dan berjalan dengan baik, salah satunya syaratnya yakni respon peserta didik. Pembelajaran perlu dirancang sedemikian rupa agar peserta didik juga dapat berperan aktif di dalamnya. Hal tersebut dikarenakan keaktifan juga masuk ke dalam *output* penilaian kurikulum 2013. Ditambahkan hasil penelitian Mustakim (2020:8) yang menyatakan bahwa proses pembelajaran harus mampu mendorong peserta didik untuk berdialog, bekerja sama, serta dapat mendorong partisipasi aktif dari peserta didik.

Keaktifan peserta didik dijelaskan Nurhayati (2020: 147) bahwa merupakan sebuah kondisi yang mana peserta didik terlibat aktif dalam setiap proses pembelajaran untuk dapat membantu dalam memperoleh pemahaman terkait materi yang sedang dibahas. Sejalan dengan pendapat di atas, hasil penelitian Gunanjar, dkk., (2019: 206) menyatakan bahwa keaktifan belajar peserta didik merupakan salah satu unsur dasar penting dalam menentukan keberhasilan dari proses pembelajaran. Keaktifan belajar peserta didik selama proses pembelajaran daring (dalam jaringan) tentunya harus mencakup beberapa indikator seperti berikut: 1) peserta didik ikut serta dalam melaksanakan tugas, 2)

aktif mengajukan pertanyaan apabila tidak dimengerti baik bertanya kepada guru maupun teman, 3) ikut melaksanakan diskusi, 4) ikut serta dalam pemecahan suatu permasalahan yang sedang dibahas dalam suatu materi tertentu, 5) ikut serta mencari informasi untuk memecahkan permasalahan yang sedang dibahas dalam suatu materi tertentu, 6) peserta didik mampu menilai dirinya sendiri atas hasil yang telah diperolehnya, seperti misalnya melaksanakan tugas dengan materi pembahasan yang sudah dijelaskan sebelumnya (Naziah, dkk., 2020: 109).

PJOK memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral. PJOK merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pendidikan jasmani secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek *physical, psychomotor, cognitif*, dan afektif (Komarudin, 2016: 14). Hakikat pembelajaran PJOK yang syarat dengan gerakan fisik, pembelajarannya dilakukan di ruang terbuka atau di lapangan. Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan (Herlina & Suherman, 2020: 2). Selain itu keunikan lainnya dari PJOK adalah dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan peserta didik, meningkatkan terkuasainya keterampilan fisik yang kaya, dan meningkatkan pengertian peserta didik dalam prinsip-prinsip gerak serta bagaimana menerapkannya dalam praktik.

Permasalahan keaktifan belajar dialami peserta didik di MAN 3 Kabupaten Bantul. Berdasarkan hasil observasi di MAN 3 Kabupaten Bantul pada bulan Desember 2021 saat pembelajaran PJOK berlangsung peserta didik kurang

berinteraksi dan cenderung pasif. Sistem pembelajaran dilaksanakan melalui perangkat *Personal Computer* (PC), laptop, dan *smartphone* yang terhubung dengan koneksi jaringan internet. Guru melakukan pembelajaran bersama di waktu yang sama menggunakan grup di media sosial seperti *WhatsApp* (WA), aplikasi *zoom* ataupun media lainnya sebagai media pembelajaran.

Pasca pembelajaran daring, Pembelajaran Tatap Muka Terbatas (PTMT) mulai dilakukan di MAN 3 Kabupaten Bantul, tepatnya mulai bulan Januari 2022. PTMT adalah pertemuan di kelas dimana satu kelas hanya diisi 25% peserta didik, kegiatan KBM hanya 2 jam. Surat Keputusan Bersama (SKB) Nomor 03/KB/2021, Nomor 384 tahun 2021, Nomor HK.01.08/MENKES/4242/2021, Nomor 440-717 menjelaskan PTMT dilakukan setelah pendidik dan tenaga kependidikan divaksinasi secara lengkap. PTMT mewajibkan tetap menerapkan protokol kesehatan dan pembelajaran jarak jauh (PJJ) agar kesehatan dan keselamatan dapat terus menjadi prioritas.

Saat pembelajaran tatap muka, peserta didik sangat antusias menyambutnya dikarenakan sudah cukup lama tidak berinteraksi langsung dengan teman satu kelas. Pembelajaran tatap muka materi PJOK dilakukan melalui praktek, namun dalam pelaksanaannya masih terdapat beberapa kendala. Ternyata antusiasme peserta didik menyambut pembelajaran tatap muka tidak dibarengi dengan antusiasme peserta didik mengikuti pembelajaran praktik PJOK. Saat pembelajaran PJOK berlangsung peserta didik kurang berinteraksi dan cenderung pasif. Model pembelajaran yang digunakan guru pada pembelajaran tatap muka yaitu ceramah, sehingga kurang terjadi interaksi antara guru dan peserta didik.

Saat sesi tanya jawab hanya sebagian kecil peserta didik yang bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu, diantaranya studi yang dilakukan Naziah, dkk., (2020) hasil penelitian diperoleh bahwa selama pembelajaran daring, keaktifan belajar peserta didik tidak sepenuhnya dapat dicapai. Hal ini karena adanya faktor kendala selama pembelajaran daring dilaksanakan seperti kurangnya alat peraga dan terbatasnya akses internet. Studi Syarif & Hasanah (2021) menunjukkan bahwa proses keaktifan peserta didik kelas V SD Attin Namosain Kota Kupang dalam kegiatan belajar daring pada masa Covid-19 berada pada kategori tidak aktif.

Berdasarkan pernyataan guru PJOK, peserta didik kurang memperhatikan saat guru menjelaskan. Masalah lain yaitu peserta didik sering telat dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. Guru PJOK menyatakan bahwa saat pembelajaran dilakukan secara tatap muka terbatas, tidak semua materi yang ada pada silabus dapat dilaksanakan dengan baik. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Saat pembelajaran PJOK berlangsung peserta didik kurang berinteraksi dan cenderung pasif.

2. Saat sesi tanya jawab hanya sebagian kecil peserta didik yang bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru.
3. Peserta didik sering telat dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.
4. Belum diketahui secara pasti keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

C. Pembatasan Masalah

Agar masalah tidak terlalu luas maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini perlu dibatasi pada keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu: “Seberapa tinggi tingkat keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoretis
 - a. Penelitian dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.
 - b. Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian lain sejenis untuk mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.
 - c. Memberikan sumbangsih terhadap perkembangan pengetahuan khususnya mahasiswa POR FIK UNY.
2. Secara Praktis
 - a. Sebagai data guna mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul
 - b. Sebagai bahan pertimbangan pihak sekolah dan pemerintah agar lebih meningkatkan proses pembelajaran daring dengan memperbaiki segala kekurangan yang ada.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keaktifan Belajar

a. Pengertian Belajar

Suatu proses pendidikan kegiatan belajar merupakan kegiatan yang pokok, ada beberapa pendapat mengenai pengertian belajar. Suprijono (2018: 2) mengemukakan “Belajar adalah perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman”. Lebih lanjut Suprijono (2018: 2) mengatakan “Belajar Mengamati, membaca, meniru, mencoba sesuatu, mendengar dan mengikuti arah tertentu” Belajar adalah untuk mendapatkan pengetahuan, pemahaman, atau penguasaan melalui pengalaman atau studi). Belajar (*Learning*) sebagai perubahan yang relatif permanen di dalam *behavioral potentially* (potensi *behavioral*) yang terjadi akibat dari *reinforced practice* (praktik yang diperkuat).

Pendapat Akhiruddin dkk., (2020: 7) bahwa kata kunci dari belajar adalah perubahan perilaku. Belajar adalah sebuah proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh sebuah perubahan tingkah laku yang menetap, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati secara langsung, yang terjadi sebagai suatu hasil latihan atau pengalaman dalam interaksinya dengan lingkungan. Haryati (2017: 2) menyatakan bahwa belajar (*learning*) adalah proses perubahan yang relatif tetap dalam perilaku individu sebagai hasil dari pengalaman. Dalam pengertian ini memusatkan perhatian pada tiga hal yaitu: (1) bahwa belajar harus memungkinkan terjadinya perubahan perilaku individu; (2) bahwa perubahan itu

harus merupakan buah dari pengalaman; (3) bahwa perubahan itu terjadi pada perilaku individu yang mungkin.

Pendapat Setiawan (2017: 3) bahwa belajar adalah suatu proses aktivitas mental yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang bersifat positif dan menetap relatif lama melalui latihan atau pengalaman yang menyangkut aspek kepribadian baik secara fisik ataupun psikis. Belajar menghasilkan perubahan dalam diri setiap individu, dan perubahan tersebut mempunyai nilai positif bagi dirinya. Tetapi tidak semua perubahan bisa dikatakan sebagai belajar, sebagai contoh seseorang anak yang terjatuh dari pohon dan tangannya patah. Kondisi tersebut tidak bisa dikatakan sebagai proses belajar meskipun ada perubahan, karena perubahan tersebut bukan sebagai perilaku aktif dan menuju kepada perubahan yang lebih baik.

Senada dengan pendapat di atas, Djamaludin & Wardana (2019: 3) mengemukakan definisi belajar dapat juga diartikan sebagai segala aktivitas psikis yang dilakukan oleh setiap individu sehingga tingkah lakunya berbeda antara sebelum dan sesudah belajar. Perubahan tingkah laku atau tanggapan, karena adanya pengalaman baru, memiliki kepandaian/ ilmu setelah belajar, dan aktivitas berlatih. Arti belajar adalah suatu proses perubahan kepribadian seseorang dimana perubahan tersebut dalam bentuk peningkatan kualitas perilaku, seperti peningkatan pengetahuan, keterampilan, daya pikir, pemahaman, sikap, dan berbagai kemampuan lainnya.

Suardi (2018: 21) menyatakan bahwa belajar dimulai dengan adanya semangat, dorongan, dan upaya yang timbul dalam diri seseorang, sehingga orang

itu melakukan kegiatan belajar, belajar yang dimaksud adalah perilaku mengembangkan atau meningkatkan diri melalui proses penyesuaian tingkah laku. Dari pernyataan tersebut belajar merupakan hal yang sangat dekat dengan proses perkembangan seseorang. Suatu hal yang menjadi alat kontrol dalam mempercepat perkembangan tersebut yaitu sebuah motivasi ataupun stimulus. Motivasi ataupun stimulus yang dimaksud yaitu dapat berasal dari dalam ataupun luar individu. Dalam proses perkembangannya juga terdapat penyesuaian tingkah laku yang menjadi ciri utama perkembangan. Penyesuaian tingkah laku dapat terwujud karena kegiatan belajar, bukan sebuah akibat langsung dari pertumbuhan seseorang.

Djamaludin & Wardana (2019: 8-10) menjelaskan bahwa secara umum ada tiga tujuan belajar, yaitu:

1) Memperoleh pengetahuan

Hasil dari kegiatan belajar dapat ditandai dengan meningkatnya kemampuan berpikir seseorang. Jadi, selain memiliki pengetahuan baru, proses belajar juga akan membuat kemampuan berpikir seseorang menjadi lebih baik. Dalam hal ini, pengetahuan akan meningkatkan kemampuan berpikir seseorang, dan begitu juga sebaliknya kemampuan berpikir akan berkembang melalui ilmu pengetahuan yang dipelajari. Dengan kata lain, pengetahuan dan kemampuan berpikir merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan.

2) Menanamkan Konsep dan Keterampilan

Keterampilan yang dimiliki setiap individu adalah melalui proses belajar. Penanaman konsep membutuhkan keterampilan, baik itu keterampilan jasmani

maupun rohani. Dalam hal ini, keterampilan jasmani adalah kemampuan individu dalam penampilan dan gerakan yang dapat diamati. Keterampilan ini berhubungan dengan hal teknis atau pengulangan. Keterampilan rohani cenderung lebih kompleks, karena bersifat abstrak. Keterampilan ini berhubungan dengan penghayatan, cara berpikir, dan kreativitas dalam menyelesaikan masalah atau membuat suatu konsep.

3) Membentuk Sikap

Kegiatan belajar juga dapat membentuk sikap seseorang. Dalam hal ini, pembentukan sikap mental peserta didik akan sangat berhubungan dengan penanaman nilai-nilai, sehingga menumbuhkan kesadaran di dalam dirinya. Dalam proses menumbuhkan sikap mental, perilaku, dan pribadi anak didik, seorang guru harus melakukan pendekatan yang bijak dan hati-hati. Guru harus bisa menjadi contoh bagi anak didik dan memiliki kecakapan dalam memberikan motivasi dan mengarahkan berpikir.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai pengertian belajar, dapat disimpulkan bahwa pengertian belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang, perubahan sebagai hasil proses belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti perubahan pengetahuan, pemahaman, sikap, tingkah laku, kecakapan dan kebiasaan.

b. Pengertian Keaktifan Belajar

Keaktifan yang dimaksud pada penelitian ini adalah keaktifan belajar peserta didik pasca pembelajaran daring di MAN 3 Bantul. Belajar tidaklah cukup hanya dengan duduk dan mendengarkan atau melihat sesuatu. Belajar

memerlukan keterlibatan pikiran dan tindakan peserta didik sendiri. Keaktifan belajar terdiri dari kata “Aktif” dan kata “Belajar”. Keaktifan berasal dari kata aktif yang mendapat imbuhan ke-an menjadi keaktifan yang berarti kegiatan, kesibukan (Zen & Hidayatullah, 2019: 1). Keaktifan belajar berarti suatu usaha atau kegiatan yang dilakukan dengan giat belajar. Keaktifan belajar adalah suatu keadaan atau hal dimana peserta didik dapat aktif. Keaktifan belajar peserta didik merupakan unsur dasar yang penting bagi keberhasilan proses pembelajaran. Keaktifan adalah kegiatan yang bersifat fisik maupun mental, yaitu berbuat dan berfikir sebagai suatu rangkaian yang tidak dapat dipisahkan (Rikawati & Sitinjak, 2020: 26).

Keaktifan belajar peserta didik merupakan unsur dasar yang penting bagi keberhasilan proses pembelajaran. Keaktifan adalah kegiatan yang bersifat fisik maupun mental, yaitu berbuat dan berfikir sebagai suatu rangkaian yang tidak dapat dipisahkan (Sardiman, 2017: 98). Belajar yang berhasil harus melalui berbagai macam aktifitas, baik aktifitas fisik maupun psikis. Aktifitas fisik adalah peserta didik giat aktif dengan anggota badan, membuat sesuatu, bermain maupun bekerja, ia tidak hanya duduk dan mendengarkan, melihat atau hanya pasif. Peserta didik yang memiliki aktifitas psikis (kejiwaan) adalah jika daya jiwanya bekerja sebanyak–banyaknya atau banyak berfungsi dalam rangka pembelajaran.

Keaktifan belajar ditandai oleh adanya keterlibatan secara optimal, baik intelektual, emosional dan fisik dan jika dibutuhkan (Indrayany & Lestari, 2021: 68). Keaktifan peserta didik dalam kegiatan belajar tidak lain adalah untuk mengkonstruksi pengetahuan mereka sendiri. Mereka aktif membangun

pemahaman atas persoalan atau segala sesuatu yang mereka hadapi dalam proses pembelajaran. Segala pengetahuan harus diperoleh dengan pengamatan sendiri, pengalaman sendiri, penyelidikan sendiri, dengan bekerja sendiri dengan fasilitas yang diciptakan sendiri, baik secara rohani maupun teknik.

Zaeni (2017: 16) menyebutkan bahwa pembelajaran aktif adalah suatu pembelajaran yang mengajak peserta didik untuk belajar secara aktif. Ketika peserta didik belajar dengan aktif, berarti peserta didik yang mendominasi aktivitas pembelajaran. Dengan ini mereka secara aktif menggunakan otak, baik untuk menemukan ide pokok, memecahkan persoalan, atau mengaplikasikan apa yang baru mereka pelajari kedalam persoalan yang ada dalam kehidupan nyata.

Berdasarkan berbagai pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa keaktifan belajar adalah suatu keadaan dimana peserta didik dapat melakukan berbagai kegiatan yang aktif baik jasmani dan rohaninya seperti memperhatikan pembelajaran dikelas, memecahkan masalah, bekerja sama dalam kelompok, menegemukakan pendapat, guna membantu memperoleh pemahaman kepada dirinya sendiri terkait materi yang dibahas.

c. Indikator Keaktifan Belajar

Keaktifan belajar suatu individu berbeda dengan individu lainnya. Kegiatan pembelajaran maupun kegiatan belajar, peserta didik dituntut untuk selalu aktif memproses dan mengolah perolehan belajarnya secara efektif, belajar dituntut untuk aktif secara fisik, intelektual dan emosional. Implikasi keaktifan bagi peserta didik lebih lanjut menuntut keterlibatan langsung peserta didik dalam proses pembelajaran. Pendapat Usman (Yuliana dkk., 2018: 17) bahwa aktivitas

atau keaktifan peserta didik dalam pembelajaran dapat digolongkan sebagai berikut:

- 1) Aktivitas visual (*visual activities*) seperti membaca, menulis, melakukan eksperimen dan demonstrasi.
- 2) Aktivitas lisan (*oral activities*) seperti bercerita, membaca sajak, tanya jawab diskusi, dan bernyanyi.
- 3) Aktivitas mendengarkan (*listening activities*) seperti mendengarkan penjelasan guru, ceramah, pengarahan.
- 4) Aktivitas gerak (*motor activities*) seperti senam, atletik, menari, melukis.
- 5) Aktivitas menulis (*writing activities*) seperti mengarang, membuat makalah, membuat surat.

Setiawan & Alimah (2019: 82) menjelaskan indikator keaktifan belajar peserta didik berdasarkan jenis aktivitasnya dalam proses belajar yaitu sebagai berikut:

- 1) Kegiatan visual (*visual activities*), yaitu membaca, memperhatikan gambar, mengamati, demonstrasi atau mengamati pekerjaan orang lain.
- 2) Kegiatan lisan (*oral activities*), yaitu kemampuan menyatakan, merumuskan, diskusi, bertanya atau interupsi.
- 3) Kegiatan mendengarkan (*listening activities*), yaitu mendengarkan penyajian bahan, diskusi atau mendengarkan percakapan.
- 4) Kegiatan menulis (*writing activities*), yaitu menulis cerita, mengerjakan soal, menyusun laporan atau mengisi angket.
- 5) Kegiatan menggambar (*drawing activities*), yaitu melukis, membuat grafik, pola, atau gambar.
- 6) Kegiatan emosional (*emotional activities*), yaitu menaruh minat, memiliki kesenangan atau berani.
- 7) Kegiatan motorik (*motor activities*), yaitu melakukan percobaan, memilih alat-alat atau membuat model.
- 8) Kegiatan mental, yaitu mengingat, memecahkan masalah, menganalisis, melihat hubungan-hubungan atau membuat keputusan.

Hamalik (2016: 172) menjelaskan keaktifan peserta didik diklasifikasikan menjadi sebagai berikut: (1) *Visual Activities*, membaca memperhatikan: gambar demonstrasi, percobaan, pekerjaan orang lain dan sebagainya, (2) *Oral Activities*, menyatakan, merumuskan, bertanya, memberi saran, mengeluarkan pendapat,

mengadakan *interview*, diskusi, interupsi, dan sebagainya, (3) *Listening Activities*, mendengarkan: uraian, percakapan, diskusi, musik, piano, dan sebagainya, (4) *Writing Activities*, menulis: cerita, karangan, laporan, tes angket, menyalin, dan sebagainya, (5) *Drawing Activities*, menggambar, membuat grafik, peta, diagram, pola dan sebagainya

Pendapat Dierich (dalam Mirdanda, 2019: 16) bahwa ada beberapa kegiatan aktivitas peserta didik yang dilakukan saat melakukan pembelajaran daring dengan *video converence* yaitu (1) memperhatikan materi selama pembelajaran daring berlangsung, (2) mendengarkan guru saat pembelajaran daring berlangsung, (3) aktif bertanya pada saat pembelajaran daring, (4) disiplin menyalin materi yang diberikan guru pada pembelajaran daring, (5) kreatif menanggapi penjelasan guru disaat pembelajaran daring, dan (6) bersemangat mengikuti pembelajaran daring dari awal sampai akhir pelajaran.

Keaktifan peserta didik dapat dilihat dari keterlibatan peserta didik dalam setiap proses pembelajaran, seperti pada saat mendengarkan penjelasan materi, berdiskusi, membuat laporan tugas dan sebagainya. Sudjana (2015: 62) menjelaskan keaktifan belajar peserta didik dapat dilihat dalam hal: (1) Turut sertanya dalam mengerjakan tugas. (2) Terlibat dalam proses pemecahan masalah. (3) Bertanya kepada teman satu kelompok atau guru apabila tidak memahami persoalan yang sedang dihadapinya. (4) Melaksanakan diskusi kelompok sesuai dengan petunjuk guru. (5) Mampu mempresentasikan hasil kerjanya. Berdasarkan uraian di atas dapat dilihat bahwa indikator aktivitas belajar yaitu aktivitas

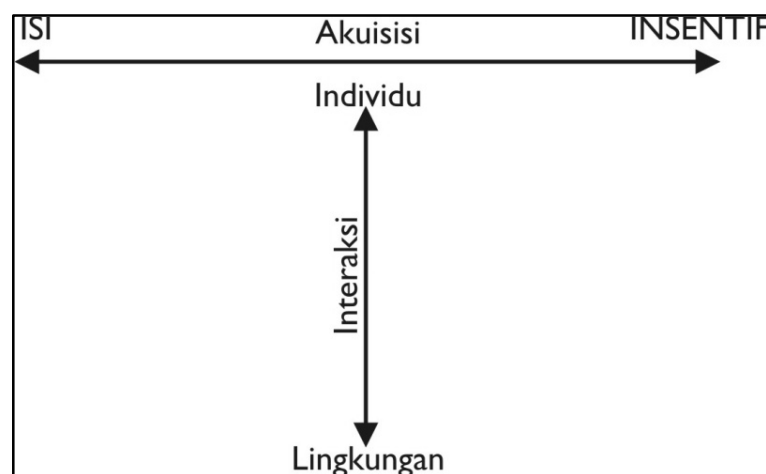
penglihatan, aktivitas lisan, aktivitas mendengarkan, aktivitas gerak, aktivitas menulis, aktivitas memecahkan masalah, dan aktivitas emosional.

2. Hakikat Pembelajaran PJOK

a. Pengertian Pembelajaran

Pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam kegiatan belajar mengajar di sekolah. Haryanto (2020: 18) menyatakan bahwa pembelajaran secara luas didefinisikan sebagai sembarang proses dalam diri organisme hidup yang mengarah pada perubahan kapasitas secara permanen, yang bukan semata disebabkan oleh penuaan atau kematangan biologis. Dengan demikian, konsep pembelajaran ini bisa diterapkan kepada semua makhluk yang bisa berkembang dan mengembangkan dirinya melalui sebuah proses adaptasi dengan lingkungan di sekitarnya. Proses adaptasi inilah yang sebenarnya mengandung proses pembelajaran.

Lebih lanjut diungkapkan Haryanto (2020: 20) proses fundamental pembelajaran dijeaskan dalam bagan berikut ini.



Gambar 1. Proses Fundamental Pembelajaran
(Sumber: Haryanto, 2020: 20)

Dalam gambar di atas, Illeris (Haryanto, 2020: 21) menggambarkan proses interaksi internal sebagai panah ganda vertikal antara lingkungan, sebagai landasan atau basis umum dan karenanya bertempat di dasar, dan individu sebagai pembelajar spesifik dan karenanya bertempat di puncak. Selanjutnya, Illeris menambahkan proses akuisisi psikologis sebagai panah ganda lainnya. Ia adalah proses internal dalam diri pembelajar dan dengan begitu harus bertempat di puncak proses interaksi. Lebih jauh, proses tersebut dijalankan oleh saling pengaruh memengaruhi yang terintegrasi antara dua fungsi psikologis yang sepadan dalam setiap pembelajaran, yakni fungsi pengelolaan isi pembelajaran dan fungsi insentif berupa pengerahan dan pengarahannya energi mental yang diperlukan. Dengan begitu, panah ganda proses akuisisi ditempatkan secara horizontal di puncak proses interaksi dan di antara tiang isi dan insentif. Dalam hal ini, harus ditekankan bahwa panah ganda menandakan bahwa kedua fungsi ini selalu terlibat dan biasanya dengan cara saling terintegrasi.

Dari bagan di atas, berarti proses pembelajaran itu merupakan interaksi antara lingkungan dengan diri pribadi pembelajar. Interaksi inilah yang akan menghasilkan sebuah pemahaman dalam diri pembelajar tentang hakikat dirinya dengan lingkungan. Tanpa ada pembelajaran, tidak akan terbentuk pemahaman akan kesadaran dirinya terhadap lingkungan. Dengan adanya pembelajaran dalam rangka interaksi individu dengan lingkungan akan terbentuk suatu perilaku tertentu. Karena itulah, belajar merupakan suatu proses yang memperantarai perilaku. Belajar adalah sesuatu yang terjadi sebagai hasil atau akibat dari pengalaman dan mendahului perubahan perilaku. Dengan demikian, dalam hal ini

belajar ditempatkan sebagai variabel pengintervensi atau variabel perantara. Variabel perantara ini adalah proses teoretis yang diasumsikan terjadi di antara stimuli dan respons yang diamati. Variabel independen (variabel bebas) menyebabkan perubahan dalam variabel perantara (proses belajar), yang pada gilirannya akan menimbulkan perubahan dalam variabel dependen (variabel terikat). Variabel terikat inilah yang dinamakan dengan terwujudnya sebuah perilaku (Haryanto, 2020: 23).

Pembelajaran merupakan suatu proses perubahan tingkah laku dalam berbagai aspek kepribadian yang diperoleh melalui tahapan latihan dan pengalaman dalam suatu lingkungan pembelajaran. Pembelajaran sendiri merupakan proses interaksi antara peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar sehingga diperoleh ilmu dan pengetahuan, penguasaan keahlian serta pembentukan sikap positif peserta didik. Pembelajaran adalah proses yang terjadi karena interaksi seseorang dengan lingkungannya yang akan menghasilkan suatu perubahan tingkah laku pada berbagai aspek diantaranya pengetahuan, sikap dan keterampilan. Dalam setiap pembelajaran terdapat tujuan yang hendak dicapai. Apabila tujuan tersebut sudah dapat dicapai maka dapat dikatakan bahwa proses pembelajarannya berhasil, dengan kata lain tujuan pembelajaran merupakan tolak ukur dari keberhasilan pembelajaran tersebut (Hidayat, dkk., 2020: 93).

Dalam pembelajaran, terdapat tiga konsep pengertian. Sugihartono (dalam Fajri & Prasetyo, 2015: 90) konsep-konsep tersebut, yaitu: (1) Pembelajaran dalam pengertian kuantitatif. Secara kuantitatif pembelajaran berarti penularan pengetahuan dari guru kepada peserta didik. Dalam hal ini, guru dituntut untuk

menguasai pengetahuan yang dimiliki, sehingga dapat menyampaikannya kepada peserta didik dengan sebaik-baiknya. (2) Pembelajaran dalam pengertian institusional. Secara institusional, pembelajaran berarti penataan segala kemampuan mengajar, sehingga dapat berjalan efisien. Dalam pengertian ini guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam peserta didik yang memiliki berbagai perbedaan individual. (3) Pembelajaran dalam pengertian kualitatif. Secara kualitatif pembelajaran berarti upaya guru untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didik. Dalam pengertian ini peran guru dalam pembelajaran tidak sekedar menjejalkan pengetahuan kepada peserta didik, tetapi juga melibatkan peserta didik dalam aktivitas belajar yang efektif dan efisien.

Djamaludin & Wardana (2019: 14) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik.

Akhiruddin, dkk., (2020: 12) menjelaskan bahwa pembelajaran adalah suatu usaha yang sengaja melibatkan dan menggunakan pengetahuan profesional yang dimiliki guru untuk mencapai tujuan kurikulum. Pembelajaran ini adalah suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar peserta didik, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk

mempengaruhi dan mendukung terjadinya proses belajar peserta didik yang bersifat internal.

Berdasarkan pengertian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran adalah usaha sadar dari guru untuk membuat peserta didik belajar, yaitu terjadinya perubahan tingkah laku pada diri peserta didik yang belajar, di mana perubahan itu dengan didapatkannya kemampuan baru yang berlaku dalam waktu yang relatif lama dan karena adanya usaha.

b. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)

Salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK). Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskular, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka pendidikan nasional (Walton-Fisette & Sutherland, 2018: 12). PJOK merupakan mata pelajaran yang melibatkan aktivitas fisik dan pembiasaan pola hidup sehat, sehingga dapat merangsang pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan serta perkembangan individu yang seimbang. “Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, sosial, dan emosional” (Supriatna & Wahyupurnomo, 2015: 66).

Pada hakikatnya pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam

kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, dan emosional. Pendidikan jasmani memiliki tujuan yang bersifat menyeluruh yang mencakup aspek fisik, kognitif, afektif, emosional, sosial dan moral. Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui pendidikan jasmani secara sistematis untuk membentuk manusia seutuhnya, yaitu untuk mengembangkan aspek *physical*, *psychomotor*, *cognitif*, dan aspek afektif (Komarudin, 2016: 14).

Mata pelajaran PJOK disampaikan pada semua jenjang pendidikan, mulai dari Sekolah Dasar (SD) sampai Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), Madrasah Aliyah (MA), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK). Cakupan materi PJOK pada jenjang sekolah menengah meliputi: (1) permainan bola besar; (2) permainan bola kecil; (3) pembelajaran atletik; (4) pembelajaran seni beladiri; (5) kebugaran jasmani; (6) pembelajaran senam lantai; (7) aktivitas gerak berirama; (8) pembelajaran renang; (9) pergaulan sehat remaja/pertumbuhan dan perkembangan remaja; (10) Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif (NAPZA) atau pola makan sehat, bergizi, dan seimbang (Handaka, dkk., 2020: 192).

PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang memiliki peranan dalam membina pertumbuhan fisik, pengembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penghayatan nilai-nilai serta pembentukan pola hidup yang sehat. Tujuan PJOK di sekolah dasar juga mempertimbangkan adanya tujuan pembelajaran, kemampuan peserta didik, metode pembelajaran, materi, sarana dan prasarana, serta aktivitas pembelajaran.

Materi dalam penjasorkes mempunyai beberapa aspek di antaranya aspek permainan dan olahraga, aspek pengembangan, aspek uji diri/senam, aspek ritmik, aspek akuatik, aspek pendidikan luar kelas, dan aspek kesehatan (Kurniawan & Suharjana, 2018: 51).

Pembelajaran PJOK adalah suatu pembelajaran yang lebih dari sekedar pengajaran pengetahuan dari seorang guru kepada siswanya, lebih dari sekedar itu dalam proses pembelajaran ini harapannya seorang pendidik dapat mengoptimalkan potensi yang ada pada diri siswa. Pembelajaran PJOK merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan. PJOK bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih. Aktivitas dalam PJOK direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan nasional (Mawarti & Arsiwi, 2020: 56).

Mata pelajaran PJOK pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga (Iswanto, 2017: 79). PJOK adalah mata pelajaran yang proses pembelajarannya lebih dominan dilaksanakan di luar kelas, sehingga anak akan lebih mudah untuk mempelajari banyak hal di lingkungannya, karena pada dasarnya tujuan penjas tidak hanya mengembangkan kemampuan motorik anak saja melainkan juga mengembangkan aspek kognitif dan afektif (Kusriyanti & Sukoco, 2020: 35).

Pendidikan jasmani menekankan pada keterampilan motorik dan aktivitas fisik sebagai ekspresi diri, dengan aktivitas fisik atau aktivitas gerak sejauh ini untuk tujuan, pengambilan keputusan dan sebagainya serta dapat dimofikasi dalam pembelajaran. Pendidikan olahraga adalah model pedagogis di mana literasi fisik dapat dioperasionalkan dalam pembelajaran. Bukti substansial bahwa model tersebut memiliki fitur pedagogis berbeda yang berkontribusi pada atribut spesifik individu yang melek fisik dalam PJOK (Asnaldi, dkk., 2018: 16).

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada peserta didik berupa aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, ketampilan, motorik, ketrampilan berfikir, emosional, sosial, dan moral. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) adalah salah satu mata pelajaran wajib yang dilaksanakan mulai dari jenjang SD, SMP, SMA/SMK. Tujuan dari PJOK adalah untuk mencapai berbagai hasil pendidikan pada peserta didik melalui model pembelajaran yang berbeda yaitu dengan aktivitas fisik. Kurikulum 2013 merupakan acuan dasar dalam pelaksanaan pendidikan di Indonesia saat ini (Komarudin, 2021: 58).

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan jasmani dan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan, kecerdasan serta perkembangan watak dan kepribadian dalam rangka pembentukan individu Indonesia yang berkualitas, hakekatnya PJOK adalah

proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas isik untuk menghasilkan perubahan *holistic* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Wicaksono, dkk, 2020: 42).

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, sikap sportif, kecerdasan emosional, pengetahuan, serta perilaku hidup sehat dan aktif. Pendidikan jasmani merupakan sistem pembelajaran yang memberikan pengaruh pada karakter peserta didik dalam bertindak bersama atau berinteraksi secara sosial, saling menghargai hak dan kesetaraan orang lain (Imammulhaq, dkk., 2021: 33). Tujuan dari pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang (Sumarsono, dkk., 2019: 2).

PJOK merupakan mata pelajaran yang penting, karena membantu mengembangkan peserta didik sebagai individu dan makhluk sosial agar tumbuh dan berkembang secara wajar. Hal Ini dikarenakan pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani khususnya olahraga dan kebiasaan hidup sehat. Dengan adanya PJOK, maka potensi diri dari seseorang akan dapat berkembang (Utami & Purnomo, 2019: 11). Salah satu tujuan utama dari PJOK adalah untuk

mendorong motivasi terhadap subjek untuk meningkatkan prestasi akademik atau latihan latihan fisik.

Tujuan dari pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan taraf kesehatan anak yang baik dan tidak bisa disangkal pula ada yang mengatakan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Dengan demikian proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat membentuk karakter yang kuat untuk peserta didik, baik fisik, mental maupun sosial, sehingga di kemudian hari diharapkan peserta didik memiliki budi pekerti yang baik, bermoral, serta mandiri dan bertanggung jawab (Mahardhika, dkk., 2018: 63). Pendidikan jasmani tidak dapat dilepaskan dari usaha pendidikan pada umumnya. Dengan pendidikan jasmani yang baik maka akan mempengaruhi pertumbuhan seseorang ke arah kehidupan jasmani ataupun fisik yang terprogram, terarah dan sistematis untuk mendapatkan hasil atau manfaat dari berolahraga. Pendidikan jasmani merupakan rangkaian kegiatan aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga, yang bertujuan untuk membangun peserta didik yang sehat sekaligus kuat, sehingga mampu menghasilkan prestasi akademik yang tinggi (Aguss, dkk., 2021: 2).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan pengembangan jasmani, mental, sosial, dan emosional yang serasi selaras dan seimbang. Proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat membentuk karakter yang kuat untuk peserta didik, baik fisik, mental maupun sosial, sehingga di

kemudian hari diharapkan peserta didik memiliki budi pekerti yang baik, bermoral, serta mandiri dan bertanggung jawab.

3. Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19

a. Pengertian Pembelajaran Daring

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat terdampak dengan adanya wabah Covid-19 ini. Di mana pada masa pandemi Covid-19 ini, dalam bidang pendidikan dituntut untuk tidak melaksanakan pembelajaran secara tatap muka, melainkan pembelajaran secara *online* atau daring. Pendapat Handarini & Wulandari (2020: 496) bahwa pembelajaran yang dilakukan secara daring ini merupakan satu-satunya solusi untuk menekan penyebaran Covid-19. Covid-19 merupakan penyakit yang sangat mudah terjadinya penyebaran, dimana virus ini secara khusus menyerang sistem pernafasan manusia.

Pembelajaran daring dapat dilakukan secara inovatif pada masa pandemi Covid-19 yaitu menggunakan program yang berimprovisasi dengan teknologi baru. Penggunaan *platform* atau media, seperti *zoom*, *webex*, *google meet*, *google classroom*, *Edmodo*, *Schoology*, ataupun *WhatsApp* (Jumareng dkk., 2021: 25). Faktor penting dalam *online* pembelajaran adalah kesiapan pendidik dan peserta didik untuk berinteraksi secara *online*. Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka langsung, tetapi menggunakan *platform* yang dapat membantu proses belajar mengajar yang dilakukan meskipun jarak jauh. Tujuan dari adanya pembelajaran daring ialah memberikan layanan pembelajaran bermutu dalam jaringan yang bersifat masif dan terbuka untuk menjangkau peminat ruang belajar agar lebih banyak dan lebih

luas. Dalam pembelajaran daring, pengajar membangun kelas *online* dan menggunakan semua teknologi internet yang cocok bagi pembelajaran peserta didik (Nafrin & Hudaidah, 2021: 456).

Sumber dan media pendukung PJJ dilihat sesuai dengan pendekatan yang digunakan dalam melaksanakan PJJ. Sumber dan media yang mendukung PJJ secara daring, Kemendikbud (2020: 2) yang menyatakan bahwa dapat menggunakan gawai (*gadget*) maupun laptop melalui beberapa portal dan aplikasi pembelajaran daring. Media pembelajaran daring yang direkomendasikan oleh Kemendikbud antara lain yaitu, rumah belajar oleh pusdatin Kemendikbud, TV edukasi Kemendikbud, tatap muka daring program sapa duta rumah belajar Pusdatin Kemendikbud, LMS SIAJAR oleh SEAMOLEC Kemendikbud, aplikasi daring untuk paket A, B, C, guru berbagi, membaca digital, video pembelajaran, suara edukasi Kemendikbud, radio edukasi Kemendikbud, buku sekolah elektronik, mobile edukasi bahan ajar multimedia, modul pendidikan kesetaraan, sumber bahan ajar peserta didik SD, SMP, SMA, dan SMK.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang mampu mempertemukan guru peserta didik untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan internet.

b. Kelebihan Pembelajaran Daring

Proses pembelajaran daring memiliki suatu kelebihan ataupun kekurangan, karena tidak semua strategi pembelajaran akan berjalan dengan mulus tanpa adanya hambatan. Amaniyah, dkk., (2021: 28) menyatakan salah satu kelebihannya yaitu dengan pembelajaran daring maka dapat menjadikan pembelajaran tidak monoton hanya dalam kelas saja, serta ada efisiensi waktu dan materi yang sangat mudah untuk diakses. Hewi & Asnawati (2020: 159) menyatakan kelebihan pembelajaran daring yaitu guru juga bisa melihat perkembangan dari proses belajar peserta didik melalui orangtua ataupun wali peserta didik, dan guru bisa membantu orangtua untuk menemukan alternatif pembelajaran yang terbaik yang cocok untuk peserta didik.

Sebelumnya penelitian Steele et al., (2019) menunjukkan bahwa aplikasi virtual terintegrasi ke dalam kurikulum dapat meningkatkan keterampilan kognitif dan kreatif peserta didik melalui lingkungan yang berpusat pada peserta didik. Pemandangan pengajaran terhadap pembelajaran *online* memungkinkan penyampaian yang fleksibel kapan saja dan di mana saja, pemindahan sementara pengajaran dan pembelajaran ke mode penyampaian alternatif karena krisis (*Emergency Remote Teaching-ERT*) bertujuan untuk menyiapkan lingkungan belajar yang cepat dan andal di tempat. dari pengajaran tatap muka yang normal.

Adapun beberapa kelebihan dari pembelajaran daring yaitu adanya keluwesan waktu dan tempat belajar, misalnya belajar dapat dilakukan di kamar, ruang tamu dan sebagainya serta waktu yang disesuaikan misalnya pagi, siang, sore, atau malam. Dapat mengatasi permasalahan mengenai jarak, misalnya tidak

harus pergi ke sekolah dahulu untuk belajar. Tidak ada batasan dan dapat mencakup area yang luas (Masahere, 2020: 84). Berdasarkan pendapat di atas, kelebihan dari pelaksanaan pembelajaran daring yakni pembelajaran dapat dilaksanakan secara jarak jauh, bersifat fleksibel, orang tua dapat melihat langsung perkembangan anak, guru dapat memantau kegiatan belajar peserta didik meskipun tidak bertatap muka, fitur-fitur aplikasinya lengkap dapat mengirim gambar, video, ataupun *voicenote*, mudah diakses oleh orang tua/wali peserta didik.

c. Kelemahan Pembelajaran Daring

Selain memiliki kelebihan, pembelajaran daring mempunyai beberapa kelemahan. Mamun, et al., (2020: 2) menjelaskan seperti yang terjadi di Bangladesh dan negara-negara yang berpenghasilan rendah dan menengah yang tidak memiliki akses teknologi dan materi sekolah *online*, serta sulitnya keuangan dalam keluarga untuk mendapatkan akses internet. Ada beberapa kendala yang dirasakan oleh peserta didik maupun pengajar, yaitu: pertama, adanya kendala teknis yang sering terjadi seperti jaringan internet ataupun *server error*, serta kurangnya rasa tanggung jawab pengajar pada pembelajaran jarak jauh, hal ini dibuktikan pada survei yang menyatakan bahwa para guru menganggap bahwa tanggung jawab dalam pengajaran tatap muka tradisional umumnya lebih tinggi daripada dalam pendidikan jarak jauh (Toharudin, dkk., 2021: 6).

Kekurangan pembelajaran daring mengakibatkan interaksi yang buruk dengan guru adalah salah satu masalah utama yang dikemukakan oleh peserta didik, gangguan perhatian, kurang konsentrasi dan motivasi, serta tantangan yang

dihadapi dalam belajar *online* semuanya telah dipengaruhi oleh perubahan dalam kehidupan peserta didik dan telah memicu keduanya gejala kecemasan dan stres yang dilaporkan (Aboagye, et al., 2021: 2). Juwita, dkk., (2022: 437) menyatakan bahwa permasalahan yang dihadapi dalam pembelajaran daring, sebagai berikut:

- 1) Keterbatasan penguasaan teknologi informasi oleh guru dan, kondisi yang ada di Indonesia tidak seluruhnya paham penggunaan teknologi, begiitu juga dengan yang memiliki kondisi yang sama, sehingga terjadinya keterbatasan dan terhambatnya penggunaan teknologi.
- 2) Sarana dan prasarana yang kurang memadai, kondisi ekonomi dan kesejahteraan masyarakat yang berbeda-beda dan adanya kondisi ekonomi yang mengkhawatirkan pada guru dan mengakibatkan terbatasnya akses untuk menikmati sarana dan prasarana teknologi informasi yang sangat dibutuhkan dalam masa pandemi Covid-19.
- 3) Akses internet yang terbatas, jaringan internet masih belum merata di setiap daerah di Indonesia, khususnya di pelosok negeri. Kondisi jaringan yang sangat memprihatinkan membuat kendala akses internet ini sebagai penghalang dan guru untuk melakukan pembelajaran daring.
- 4) Kurang siapnya penyediaan anggaran, dalam penggunaan kuota internet untuk memenuhi kebutuhan dalam daring di mana kesejahteraan perekonomian yang masih jauh dari harapan sehingga tidak sanggup untuk pembelian kuota.

Berdasarkan pendapat di atas, kelemahan dari pelaksanaan pembelajaran jarak jauh sinyal internet, banyak peserta didik yang tinggal di daerah yang cukup

sulit jangkauan sinyal, sehingga ini menyulitkan mereka untuk melakukan daring. Kendala lainnya adalah banyak peserta didik yang tidak memiliki gawai, komputer, dan laptop, sehingga ini cukup menyulitkan dalam pelaksanaan daring.

4. Karakteristik Peserta Didik SMA

Peserta didik SMA tergolong dalam usia remaja akhir. Buanasari (2021: 47) menjelaskan masa remaja merupakan peralihan dari fase anak-anak ke fase dewasa. Fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-19 tahun untuk putra dan 10-19 tahun untuk putri”. Pembagian usia untuk putra 12-14 tahun termasuk masa remaja awal, 14-16 tahun termasuk masa remaja pertengahan, dan 17-19 tahun termasuk masa remaja akhir. Pembagian untuk putri 10-13 tahun termasuk remaja awal, 13-15 tahun termasuk remaja pertengahan, dan 16-19 tahun termasuk remaja akhir. Periode remaja awal (12-18) memiliki ciri-ciri: (1) anak tidak suka diperlakukan seperti anak kecil lagi; dan (2) anak mulai bersikap kritis. Remaja merupakan fase antara fase anak-anak dengan fase dewasa, dengan demikian perkembangan-perkembangan terjadi pada fase ini (Wahyuni, 2021: 34).

Pendapat Pelawi (2021: 145), bahwa fase-fase masa remaja dibagi menjadi 3 fase yaitu: (1) Umur 12-15 tahun masa remaja awal, (2) Umur 15-18 tahun masa remaja tengah, (3) Umur 18-21 tahun umur remaja akhir. Selanjutnya Yusuf (2016: 16) mengemukakan ciri remaja secara umum, remaja merupakan peralihan dari masa anak ke masa dewasa. Remaja sering kali menunjukkan sifat-sifat karakteristik seperti: kegelisahan, kebingungan karena terjadi pertentangan keinginan untuk mencoba mengkhayal dan aktivitas berkelompok, sedangkan ciri-ciri secara khusus antara lain:

- a. Ciri remaja putra
 - 1) Cenderung lebih kuat
 - 2) Lebih aktif
 - 3) Suaranya besar
 - 4) Badan bagian dada membesar
 - 5) Memproduksi lemak sedikit sehingga lebih kasar
 - 6) Tumbuh rambut dibagian tertentu
- b. Ciri remaja putri
 - 1) Pinggulnya melebar
 - 2) Memproduksi lemak banyak sehingga cenderung halus
 - 3) Suaranya melengking
 - 4) Payudaranya membesar
 - 5) Lebih emosional (perasa)

Fase masa remaja (pubertas) yaitu antara umur 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun termasuk masa remaja awal, 15-18 tahun termasuk masa remaja pertengahan, 18-21 tahun termasuk masa remaja akhir. Dengan demikian atlet remaja dalam penelitian ini digolongkan sebagai fase remaja awal, karena memiliki rentang usia tersebut. Masa remaja perkembangan sangat pesat dialami seseorang (Utomo & Ifadah, 2019: 181). Seperti yang diungkapkan Desmita (2018: 36) beberapa karakteristik peserta didik SMA antara lain:

- a. terjadi ketidak seimbangan antara proporsi tinggi dan berat badan;
- b. mulai timbul ciri-ciri seks sekunder;
- c. kecenderungan ambivalensi, serta keinginan menyendiri dengan keinginan bergaul dan keinginan untuk bebas dari dominasi dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan orang tua;
- d. senang membandingkan kaedah-kaedah, nilai-nilai etika atau norma dengan kenyataan yang terjadi dalam kehidupan orang dewasa;
- e. mulai mempertanyakan secara *skeptic* mengenai eksistensi dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan;
- f. reaksi dan ekspresi emosi masih labil;
- g. mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial; dan
- h. kecenderungan minat dan pilihan karier relatif sudah lebih jelas.

Seperti yang diungkapkan oleh Desmita (2018: 190-192) “secara garis besar perubahan/perkembangan yang dialami oleh remaja meliputi perkembangan

fisik, perkembangan kognitif, dan perkembangan psikososial”. Masa awal remaja berlangsung kira-kira umur 13 sampai dengan umur 16/17 tahun. Masa remaja disebut juga sebagai masa *adolescence*, yang mempunyai arti lebih kuat mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Selanjutnya Zaini (2018: 99) mengemukakan ciri-ciri remaja sebagai berikut:

- a. Masa remaja periode penting.
Perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada awal masa remaja.
- b. Masa remaja sebagai masa peralihan.
Apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan masa yang akan datang. Namun bekas yang ditinggalkan akan mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan.
Perubahan tubuh, minat dan peran pada diri remaja sering menimbulkan masalah baru, sehingga mereka menginginkan dan menuntut kebebasan tapi mereka takut bertanggung jawab.
- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah.
Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit di atasi baik oleh laki-laki maupun perempuan. Karena mereka cenderung mengembangkan kebiasaan yang makin mempersulit keadaan sementara mereka tidak percaya akan bantuan orang lain.
- e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas.
Remaja berusaha mencari identitas diri untuk menjelaskan siapa dirinya dan peranannya di masyarakat.
- f. Masa remaja sebagai usia menimbulkan ketakutan.
Remaja cenderung berperilaku merusak sehingga diharapkan bimbingan dan pengawasan dari orang tua agar tidak menimbulkan ketakutan pada diri remaja tersebut.
- g. Masa remaja sebagai masa yang realistik.
Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan apa adanya terlebih dalam hal harapan dan cita-cita.
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.
Remaja mulai menempatkan diri pada perilaku yang berhubungan dengan status dewasa.

Pendapat Jannah (2017: 2) bahwa aspek-aspek perkembangan pada masa remaja dapat dibagi menjadi dua yaitu:

a. Perkembangan fisik

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris, dan keterampilan motorik (Yusuf, 2016: 20). Perubahan pada tubuh ditandai dengan penambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, dan kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja mulai beralih dari tubuh kanak-kanak menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya adalah kematangan. Perubahan fisik otak, sehingga strukturnya semakin sempurna meningkatkan kemampuan kognitif.

b. Perkembangan Kognitif

Remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima. Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi memungkinkan remaja untuk berpikir abstrak (Yusuf, 2016: 21)

Seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka. Informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja sudah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga menghubungkan ide-ide tersebut. Seorang remaja tidak saja

mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir, sehingga memunculkan suatu ide baru.

Salah satu bagian perkembangan kognitif masa kanak-kanak yang belum sepenuhnya ditinggalkan oleh remaja ialah kecenderungan cara berpikir egosentrisme. Egosentrisme adalah ketidakmampuan melihat suatu hal dari sudut pandang orang lain. Cara berpikir egosentrisme dikenal dengan istilah *personal fable* adalah keyakinan remaja bahwa dirinya unik dan tidak terpengaruh oleh hukum alam. *Belief egosentrik* ini akan mendorong perilaku merusak diri atau *self-destructive* oleh remaja yang berpikir bahwa diri mereka secara magis terlindung dari bahaya. Remaja memiliki semacam prasaan *invulnerability* yaitu keyakinan bahwa dirinya tidak mungkin mengalami kejadian yang membahayakan diri, merupakan kutipan yang populer dalam penjelasan berkaitan perilaku beresiko yang dilakukan remaja (Yusuf, 2016: 25).

c. Perkembangan Kepribadian dan Sosial

Perkembangan kepribadian adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik, sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain. Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja ialah pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri adalah proses menjadi seseorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup. Perkembangan sosial pada remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibandingkan orangtua (Yusuf, 2016: 28).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa perkembangan yang mencolok yang dialami oleh remaja adalah dari segi

perkembangan fisik dan psikologis. Berdasarkan perkembangan-perkembangan yang dialami oleh remaja, diketahui ada beberapa perbedaan perkembangan yang dialami antara remaja putra dan putri memiliki perkembangan yang berbeda.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Manfaat dari penelitian yang relevan yaitu sebagai acuan agar penelitian yang sedang dilakukan menjadi lebih jelas. Beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini yaitu sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan Syarif & Hasanah (2021) berjudul “Analisis Keaktifan Belajar Melalui Daring Pada Masa Covid-19 Di SD Attin Namosain Kota Kupang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses pelaksanaan keaktifan belajar *daring* selama masa covid-19 peserta didik kelas V SD Attin Namosain Kota Kupang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian yaitu guru kepala sekolah, wali kelas, guru, peserta didik dan orangtua wali murid kelas V. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan studi dokumentasi dengan teknik analisis data yaitu reduksi data, penyajian data dan verifikasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses keaktifan peserta didik kelas V SD Attin Namosain Kota Kupang dalam kegiatan belajar daring pada masa Covid-19 berada pada kategori tidak aktif. Artinya peserta didik belum mampu secara aktif mengikuti kegiatan pembelajaran daring/online. Hal ini dapat dilihat dari aspek indikator keaktifan peserta didik, dan setiap indikator keaktifan peserta didik kelas V SD Attin Namosain belum saling terikat dan terlibat secara terus menerus. Padahal hakikat dari

proses pembelajaran adalah kegiatan yang bersifat fisik, mental, emosional, dan intelektual saling terikat dan terlibat secara terus menerus. Penyebab tidak aktifnya proses pembelajaran di kelas V SD Attin Namosain Kota Kupang diantaranya adalah; fasilitas yang tidak memadai seperti kurangnya akses internet, tidak adanya *handphone* android peserta didik orang tua/wali murid untuk menghadapi pembelajaran melalui sistem daring, anak yang tidak fokus dalam pembelajaran daring, Orang tua yang tidak siap membimbing anak belajar di rumah. Solusi untuk menghadapi kendala tersebut adalah dengan melengkapi fasilitas sekolah seperti layanan internet dan melakukan pelatihan-pelatihan kepada guru dan wali murid terkait pembelajaran berbasis internet/daring.

2. Penelitian yang dilakukan Afiani & Faradita (2021) berjudul “Analisis Aktivitas Peserta didik dalam Pembelajaran Daring Menggunakan *Ms. Teams* pada Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendeskripsikan aktivitas peserta didik selama pembelajaran daring menggunakan *Ms. Teams* pada masa *pandemic* covid-19 pada kelas IV SD Muhammadiyah 26 Surabaya. Metode yang digunakan berupa metode penelitian kualitatif deskriptif sebab penjabarannya tidak menggunakan angka, statistik melainkan dijabarkan secara deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan observasi, angket terbuka, wawancara dan dokumentasi. Indikator yang digunakan untuk mengetahui aktivitas peserta didik selama pembelajaran dengan menggunakan *Ms. Teams* yaitu (1) memperhatikan materi selama

pembelajaran daring berlangsung, (2) mendengarkan guru saat pembelajaran daring berlangsung, (3) aktif bertanya pada saat pembelajaran daring, (4) disiplin menyalin materi yang diberikan guru pada pembelajaran daring, (5) kreatif menanggapi penjelasan guru disaat pembelajaran daring, dan (6) bersemangat mengikuti pembelajaran daring dari awal sampai akhir pelajaran. Hasil penelitian aktivitas peserta didik selama pembelajaran daring menggunakan *Ms. Teams* pada masa *pandemic covid-19*, yaitu (1) peserta didik memperhatikan materi selama pembelajaran daring berlangsung, (2) peserta didik tidak mendengarkan guru saat pembelajaran daring berlangsung, (3) peserta didik kurang bertanya pada saat pembelajaran daring, (4) peserta didik menyalin materi yang diberikan guru pada pembelajaran daring, (5) peserta didik kurang kreatif menanggapi penjelasan guru di saat pembelajaran daring, dan (6) peserta didik bersemangat mengikuti pembelajaran daring dari awal sampai akhir pelajaran disertai kehadiran tepat waktu. Beberapa faktor kendala saat pembelajaran daring yaitu: (1) kurangnya kesadaran para orang tua atau wali peserta didik bahwa pembelajaran daring sangat penting, (2) keterbatasan fasilitas yang dimiliki peserta didik, (3) kondisi jaringan yang tidak stabil.

3. Penelitian yang dilakukan Naziah dkk., (2020). Analisis keaktifan belajar peserta didik selama pembelajaran daring pada masa covid-19 di sekolah dasar". Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keaktifan belajar peserta didik selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Jenis penelitian yang dilakukan adalah deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data dengan

menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Padabeunghar, dan yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah guru dan peserta didik kelas V SD Negeri Padabeunghar. Data kualitatif tersebut dianalisis menggunakan reduksi, kemudian disajikan, lalu penarikan kesimpulan. Hasil penelitian diperoleh bahwa selama pembelajaran daring, keaktifan belajar peserta didik tidak sepenuhnya dapat dicapai sesuai dengan indikator keaktifan belajar. Hal ini diakibatkan karena adanya faktor kendala selama pembelajaran daring dilaksanakan seperti kurangnya alat peraga dan terbatasnya akses internet.

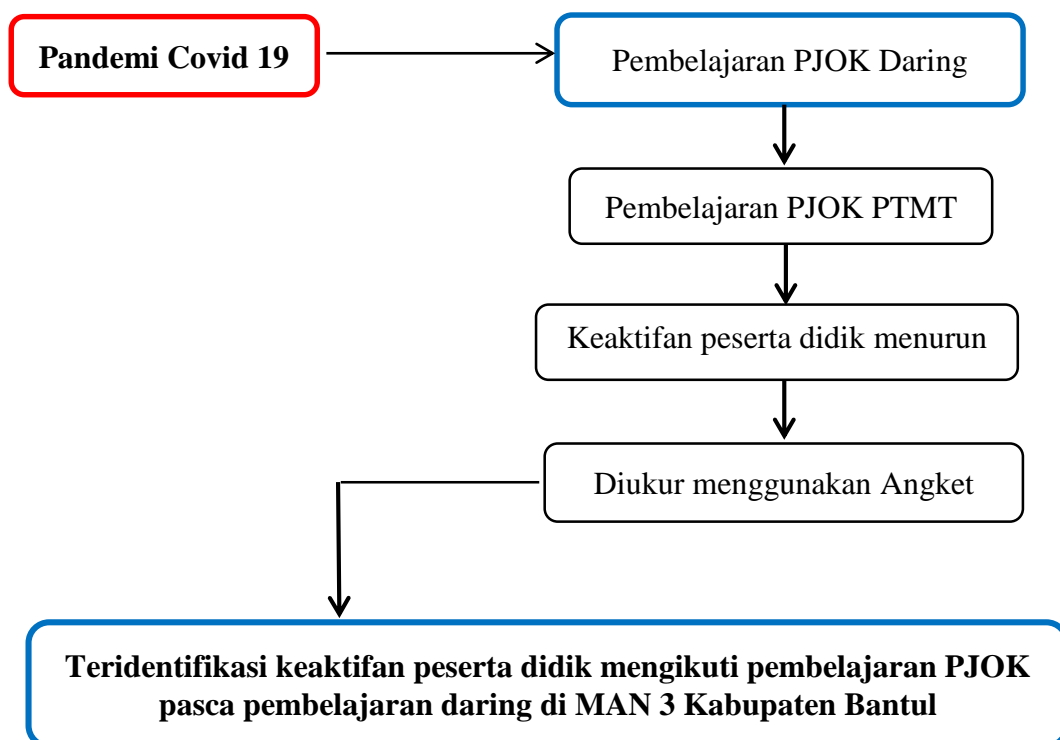
C. Kerangka Berpikir

Kualitas pendidikan saat ini tengah mengalami tantangan sebagai dampak mewabahnya virus *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19). Covid-19 menjadi pandemi global yang penyebarannya begitu mengkhawatirkan. Lembaga pendidikan formal, informal dan nonformal menutup pembelajaran tatap muka dan beralih dengan pembelajaran daring (*online*). Peralihan pembelajaran, dari yang semula tatap muka menjadi pembelajaran daring memunculkan banyak hambatan bagi guru, mengingat hal ini terjadi secara mendadak tanpa adanya persiapan sebelumnya.

Perubahan budaya belajar ini menjadi salah satu kendala bagi peserta didik, karena selama ini peserta didik sudah terbiasa melalui tatap muka, sehingga pembelajaran daring peserta didik perlu untuk beradaptasi dengan proses pembelajaran yang baru ini, secara tidak langsung mempengaruhi daya serap dan keaktifan belajar peserta didik. Permasalahan keaktifan belajar dialami peserta

didik di MAN 3 Kabupaten Bantul. Berdasarkan hasil observasi di MAN 3 Kabupaten Bantul pada bulan Desember 2021 saat pembelajaran PJOK berlangsung peserta didik kurang berinteraksi dan cenderung pasif. Bahkan saat sesi tanya jawab hanya sebagian kecil peserta didik yang bertanya dan menjawab pertanyaan dari guru. Peserta didik sering telat dalam mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru. Alasan yang diutarakan peserta didik karena internet menjadi kendala dalam pembelajaran daring.

Guru PJOK menyatakan bahwa akibat pembelajaran dilakukan secara *online*, tidak semua materi yang ada pada silabus dapat dilaksanakan dengan baik. Materi yang tidak bisa terlaksana ini karena beberapa alasan seperti kurangnya sarana dan prasarana, sehingga guru hanya dapat menyampaikan materi secara teori saja. Adapun bagan kerangka berpikir, digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Kerangka Berpikir

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Budiwanto (2017: 147), menyatakan bahwa “Rancangan penelitian deskriptif adalah rancangan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan secara sistematis, faktual dan akurat secara objektif tentang suatu objek amatan yang terjadi pada masa kini”. Metode penelitian deskriptif digunakan untuk menjawab dan memecahkan masalah yang dihadapi saat dilakukannya penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen yang berupa angket tertutup. Penelitian ini untuk mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran daring PJOK saat pandemi Covid-19 di MAN 3 Kabupaten Bantul.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di MAN 3 Kabupaten Bantul yang beralamat di Jl. Imogiri Timur Km 10, Ketongo, Wonokromo, Kecamatan Pleret, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55791. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2022.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Hardani, dkk., (2020: 361) menyatakan bahwa populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang terdiri dari manusia, benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, nilai tes, atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu di dalam suatu penelitian.

Arikunto (2019: 173) menyatakan bahwa “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sesuai dengan pendapat tersebut, yang menjadi populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas XI di MAN 3 Kabupaten Bantul yang berjumlah 98 peserta didik.

2. Sampel Penelitian

Sebagaimana karakteristik populasi, sampel yang mewakili populasi adalah sampel yang benar-benar terpilih sesuai dengan karakteristik populasi itu. Sampel adalah sebagian anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan *sampling* (Hardani, dkk., 2020: 363). Pendapat Arikunto (2019: 81) bahwa sampel adalah bagian populasi atau sejumlah anggota populasi yang mewakili karakteristik populasi. Teknik *sampling* yang digunakan yaitu *total sampling*, artinya keseluruhan populasi diambil semua untuk menjadi sampel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas XI di MAN 3 Kabupaten Bantul yang berjumlah 98 peserta didik, dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No.	Kelas	Putra	Putri	Jumlah
1	XI A	15	17	32
2	XI B	18	15	33
3	XI C	17	16	33
Jumlah		50	48	98

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2019: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

Definisi operasional variabel tersebut yaitu aktivitas peserta didik dalam proses belajar yang melibatkan kemampuan emosional dan lebih menekankan pada kreativitas peserta didik, meningkatkan kemampuan yang dimiliki, serta mencapai peserta didik yang kreatif dan mampu menguasai konsep-konsep yang diukur menggunakan angket berdasarkan indikator aktivitas belajar yaitu aktivitas penglihatan, aktivitas lisan, aktivitas mendengarkan, aktivitas gerak, aktivitas menulis, aktivitas memecahkan masalah, dan aktivitas emosional.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2019: 168), menyatakan bahwa “angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (√) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat”. Skala bertingkat dalam angket ini menggunakan modifikasi skala *Likert* dengan empat pilihan jawaban yaitu:

Tabel 2. Alternatif Jawaban Angket

Pernyataan	Alternatif Pilihan			
	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Hadi (1991: 7-11) menyatakan bahwa dalam menyusun instrumen harus memperhatikan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Mendefinisikan Konstrak

Mendefinisikan konstrak adalah membuat batasan-batasan mengenai ubahan variabel yang diukur dan memberikan batasan arti dari konstrak yang akan

diteliti. Dengan demikian nantinya tidak akan terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian. Kontrak dalam penelitian ini adalah keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran daring PJOK saat pandemi Covid-19 di MAN 3 Kabupaten Bantul.

b. Menyidik Faktor

Menyidik faktor merupakan suatu tahap yang bertujuan untuk menandai faktor-faktor yang disangka kemudian diyakini menjadi komponen dari kontrak yang akan diteliti.

c. Menyusun Butir-butir Pernyataan

Menyusun butir pertanyaan adalah penjabaran dari faktor ke faktor didalam angket tersebut, sehingga dapat membatasi butir-butir soal yaitu disusun dari suatu faktor yang bersangkutan. Guna memberikan gambaran mengenai angket yang akan dipakai dalam penelitian ini, berikut ini disajikan tabel kisi-kisi angket.

d. Konsultasi ke Ahli (*Expert Judgement*)

Indikator yang digunakan dalam penelitian berdasarkan teori dari Yuliana, dkk., (2018: 24), Setiawan & Alimah (2019: 82), dan Hamalik (2016: 172). Adapun instrumen diadopsi dari penelitian Savriani (2020) dengan validitas r hitung $> 0,396$ dan reliabilitas sebesar 0,996, Sahara (2018), dan Dewi (2021) dengan validitas r hitung $> 0,349$ dan reliabilitas sebesar 0,856. Setelah butir-butir pernyataan tersusun, kemudian dilakukan konsultasi pada ahli atau kalibrasi ahli yaitu dengan dosen pembimbing. Adapun kisi-kisi instrumen dalam tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Indikator	Nomor Butir		
			+	-	
Keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul	Aktivitas penglihatan	Membaca buku	1	2	
		Memperhatikan penjelasan guru	3	4	
	Aktivitas lisan	Mengajukan pertanyaan		5, 6	
		Menjawab pertanyaan	7	8	
	Aktivitas mendengarkan	Mendengarkan penjelasan guru	10	9	
		Mendengarkan pendapat teman	12	11	
	Aktivitas gerak	Melaksanakan tugas gerak	13, 14		
		Melakukan percobaan gerak	16	15	
	Aktivitas menulis	Mencatat materi	17, 18		
		Mengerjakan soal		19, 20	
	Aktivitas memecahkan masalah	Memecahkan soal yang diberikan oleh guru	21	22	
		Mengerjakan tugas tepat waktu	23, 25	24	
	Aktivitas emosional	Berani menanggapi pendapat atau pertanyaan	27	26	
		Berseangat dalam pembelajaran	28, 29, 30		
	Jumlah			30	

2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan pemberian angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun

mekanismenya adalah sebagai berikut: (1) mengurus surat izin penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan, (2) Mencari data peserta didik kelas XI di MAN 3 Kabupaten Bantul dengan meminta data absensi dari guru, (3) Menyebarkan angket kepada responden dengan mendatangi ke sekolah setelah dibrikan izin, (3) Selanjutnya peneliti mengumpulkan angket dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket, (4) Setelah memperoleh data penelitian, data diolah menggunakan analisis statistik kemudian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Validitas dan Reliabilitas

Sebelum digunakan untuk penelitian, langkah selanjutnya dilakukan uji coba. Uji coba dilakukan di MAN 2 Kabupaten Bantul yang beralamat di Dukuh, Sabdodadi, Kecamatan Bantul, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55715 dengan sampel peserta didik kelas XI yang berjumlah 62 peserta didik. Uji coba dilakukan di MAN 2 Kabupaten Bantul karena mempunyai karakteristik yang hampir sama dengan sampel penelitian. Hasil analisis validitas dan reliabilitas instrumen sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Pendapat Azwar (2018: 95) validitas adalah cara untuk mengetahui keakuratan skala ditinjau dari rujukannya. Nilai r_{xy} yang diperoleh akan dikonsultasikan dengan harga *product moment* ($df = n-1$) pada pada taraf signifikansi 0,05 (Ananda & Fadli, 2018: 122). Jika $r_{xy} > r_{tab}$ maka item tersebut dinyatakan valid. Hasil analisis uji validitas selengkapnya disajikan pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen

Butir	r hitung	r tabel (df 61)	Keterangan
Butir 01	0,778	0,248	Valid
Butir 02	0,346	0,248	Valid
Butir 03	0,868	0,248	Valid
Butir 04	0,929	0,248	Valid
Butir 05	0,554	0,248	Valid
Butir 06	0,726	0,248	Valid
Butir 07	0,929	0,248	Valid
Butir 08	0,868	0,248	Valid
Butir 09	0,929	0,248	Valid
Butir 10	0,712	0,248	Valid
Butir 11	0,751	0,248	Valid
Butir 12	0,929	0,248	Valid
Butir 13	0,712	0,248	Valid
Butir 14	0,924	0,248	Valid
Butir 15	0,554	0,248	Valid
Butir 16	0,728	0,248	Valid
Butir 17	0,883	0,248	Valid
Butir 18	0,929	0,248	Valid
Butir 19	0,832	0,248	Valid
Butir 20	0,438	0,248	Valid
Butir 21	0,924	0,248	Valid
Butir 22	0,844	0,248	Valid
Butir 23	0,929	0,248	Valid
Butir 24	0,868	0,248	Valid
Butir 25	0,334	0,248	Valid
Butir 26	0,728	0,248	Valid
Butir 27	0,890	0,248	Valid
Butir 28	0,844	0,248	Valid
Butir 29	0,568	0,248	Valid
Butir 30	0,924	0,248	Valid

Berdasarkan hasil uji coba, menunjukkan bahwa dari 30 butir valid, karena

$r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}} (df 61 = 0,248)$, sehingga 30 butir valid digunakan untuk penelitian.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2019: 86). Kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap pernyataan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Suatu instrumen dapat dinyatakan reliabel jika memiliki *Coefisient Alpha Cronbach* $\geq 0,7$ (Ghozali, 2018: 69). Uji reliabilitas ini menggunakan program SPSS versi 23.0. Berdasarkan hasil analisis, hasil uji reliabilitas instrumen sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0,976	30

G. Teknik Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data untuk mencari *mean, median, modus, standar deviasi*, skor maksimal, dan skor minimal menggunakan SPSS 23. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2017: 112).

Rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

(Sumber: Sudijono, 2015: 40)

Widoyoko (2014: 238) menyatakan bahwa untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) ideal pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Norma Kategori Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

(Sumber: Widoyoko, 2014: 238)

Keterangan:

- X = rata-rata
- Mi = $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)
- Sbi = $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)
- Skor maks ideal = skor tertinggi
- Skor min ideal = skor terendah

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul, yang diungkapkan dengan angket yang berjumlah 29 butir, dan terbagi dalam tujuh faktor, yaitu aktivitas penglihatan, aktivitas lisan, aktivitas mendengarkan, aktivitas gerak, aktivitas menulis, aktivitas memecahkan masalah, dan aktivitas emosional.

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul didapat skor terendah (*minimum*) 64,00, skor tertinggi (*maksimum*) 94,00, rata-rata (*mean*) 78,80, nilai tengah (*median*) 78,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 75,00, *standar deviasi* (SD) 8,39. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul Kabupaten Kebumen TA 2021/2022

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	68,88
<i>Median</i>	69,00
<i>Mode</i>	65,00
<i>Std, Deviation</i>	8,39
<i>Minimum</i>	49,00
<i>Maximum</i>	91,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

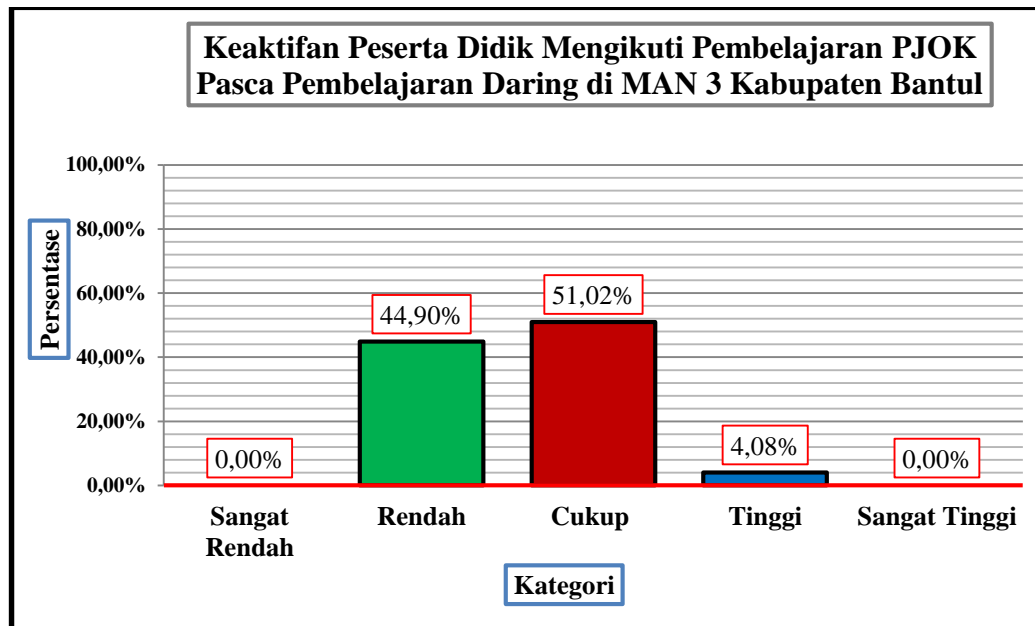
Skor maks ideal	$= 30 \times 4 = 120$
Skor min ideal	$= 30 \times 1 = 30$
Mi	$= \frac{1}{2} (120 + 30) = 75$
Sbi	$= \frac{1}{6} (120 - 30) = 15$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $75 + (1,8 \times 15) < X$: $102 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $75 + (0,6 \times 15) < X \leq 75 + (1,8 \times 15)$: $84 < X \leq 102$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $75 - (0,6 \times 15) < X \leq 75 + (0,6 \times 15)$: $66 < X \leq 84$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $75 - (1,8 \times 15) < X \leq 75 - (0,6 \times 15)$: $48 < X \leq 66$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 75 - (1,8 \times 15)$: $X \leq 48$

Berdasarkan Tabel di atas, apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul disajikan pada tabel 8 di bawah ini:

Tabel 8. Norma Penilaian Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$103 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	85 - 102	Tinggi	4	4,08%
3	67 - 84	Cukup	50	51,02%
4	49 - 66	Rendah	44	44,90%
5	≤ 48	Sangat Rendah	0	0,00%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan pada tabel 8 tersebut di atas, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini:



Gambar 3. Diagram Batang Keaktifan Peserta Didik Mengikuti Pembelajaran PJOK Pasca Pembelajaran Daring di MAN 3 Kabupaten Bantul

Berdasarkan tabel 8 dan gambar 3 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 44,90% (44 peserta didik), “cukup” sebesar 51,02% (50 peserta didik), “tinggi” sebesar 4,08% (4 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

1. Faktor Aktivitas Penglihatan

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 di bawah ini:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Penglihatan

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	9,43
<i>Median</i>	10,00
<i>Mode</i>	10,00
<i>Std, Deviation</i>	1,99
<i>Minimum</i>	4,00
<i>Maximum</i>	14,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

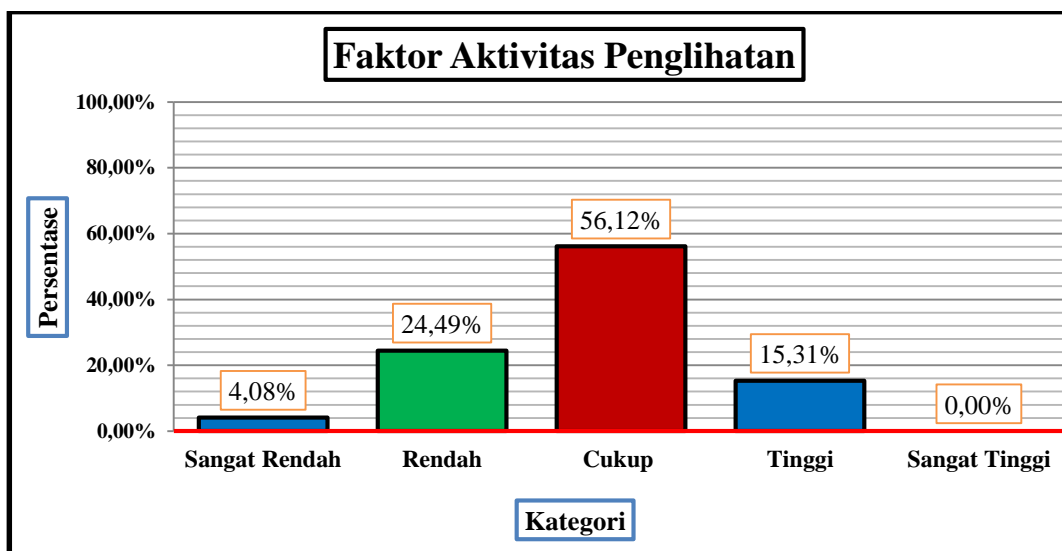
$$\begin{aligned} \text{Skor maks ideal} &= 4 \times 4 = 16 \\ \text{Skor min ideal} &= 4 \times 1 = 4 \\ \text{Mi} &= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10 \\ \text{Sbi} &= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2 \\ \text{Sangat Tinggi} &: \text{Mi} + 1,8 \text{ Sbi} < \text{X} \\ &: 10 + (1,8 \times 2) < \text{X} \\ &: \mathbf{14 < X} \\ \text{Tinggi} &: \text{Mi} + 0,6 \text{ Sbi} < \text{X} \leq \text{Mi} + 1,8 \text{ Sbi} \\ &: 10 + (0,6 \times 2) < \text{X} \leq 10 + (1,8 \times 2) \\ &: \mathbf{11 < X \leq 14} \\ \text{Cukup} &: \text{Mi} - 0,6 \text{ Sbi} < \text{X} \leq \text{Mi} + 0,6 \text{ Sbi} \\ &: 10 - (0,6 \times 2) < \text{X} \leq 10 + (0,6 \times 2) \\ &: \mathbf{8 < X \leq 11} \\ \text{Rendah} &: \text{Mi} - 1,8 \text{ Sbi} < \text{X} \leq \text{Mi} - 0,6 \text{ Sbi} \\ &: 10 - (1,8 \times 2) < \text{X} \leq 10 - (0,6 \times 2) \\ &: \mathbf{5 < X \leq 8} \\ \text{Sangat Rendah} &: \text{X} \leq \text{Mi} - 1,8 \text{ Sbi} \\ &: \text{X} \leq 10 - (1,8 \times 2) \\ &: \mathbf{X \leq 5} \end{aligned}$$

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan pada tabel 10 di bawah ini:

Tabel 10. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Penglihatan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$15 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	12 - 14	Tinggi	15	15,31%
3	9 - 11	Cukup	55	56,12%
4	6 - 8	Rendah	24	24,49%
5	$X \leq 5$	Sangat Rendah	4	4,08%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 10, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan dapat dilihat pada gambar 4 di bawah ini:



Gambar 4. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Penglihatan

Berdasarkan tabel 10 dan gambar 4 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,08% (4 peserta didik), “rendah” sebesar 24,49% (24 peserta didik), “cukup” 56,12% (55 peserta didik), “tinggi” 15,31% (15 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

2. Faktor Aktivitas Lisan

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan dapat dilihat pada tabel 11 di bawah ini:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Lisan

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	9,24
<i>Median</i>	9,00
<i>Mode</i>	8,00
<i>Std. Deviation</i>	1,78
<i>Minimum</i>	4,00
<i>Maximum</i>	13,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

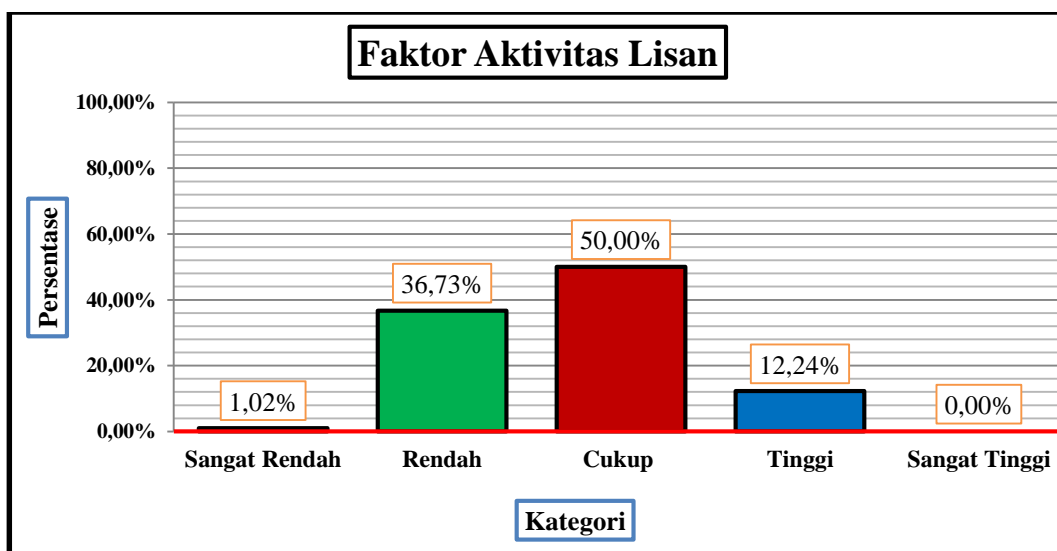
Skor maks ideal	= $4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	= $4 \times 1 = 4$
Mi	= $\frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	= $\frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan pada tabel 12 di bawah ini:

Tabel 12. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Lisan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$15 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	12 - 14	Tinggi	12	12,24%
3	9 - 11	Cukup	49	50,00%
4	6 - 8	Rendah	36	36,73%
5	$X \leq 5$	Sangat Rendah	1	1,02%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 12, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan pada gambar 5 di bawah ini:



Gambar 5. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Lisan

Berdasarkan tabel 12 dan gambar 5 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,02% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 36,73% (36 peserta didik), “cukup” 50,00% (49 peserta didik), “tinggi” 12,24% (12 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

3. Faktor Aktivitas Mendengarkan

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan pada tabel 13 di bawah ini:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Mendengarkan

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	9,50
<i>Median</i>	10,00
<i>Mode</i>	10,00
<i>Std. Deviation</i>	2,05
<i>Minimum</i>	4,00
<i>Maximum</i>	15,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

$$\begin{aligned}
 \text{Skor maks ideal} &= 4 \times 4 = 16 \\
 \text{Skor min ideal} &= 4 \times 1 = 4 \\
 M_i &= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10 \\
 S_{bi} &= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2 \\
 \text{Sangat Tinggi} &: M_i + 1,8 S_{bi} < X \\
 &: 10 + (1,8 \times 2) < X \\
 &: \mathbf{14 < X} \\
 \text{Tinggi} &: M_i + 0,6 S_{bi} < X \leq M_i + 1,8 S_{bi} \\
 &: 10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2) \\
 &: \mathbf{11 < X \leq 14} \\
 \text{Cukup} &: M_i - 0,6 S_{bi} < X \leq M_i + 0,6 S_{bi} \\
 &: 10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2) \\
 &: \mathbf{8 < X \leq 11} \\
 \text{Rendah} &: M_i - 1,8 S_{bi} < X \leq M_i - 0,6 S_{bi} \\
 &: 10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2) \\
 &: \mathbf{5 < X \leq 8} \\
 \text{Sangat Rendah} &: X \leq M_i - 1,8 S_{bi} \\
 &: X \leq 10 - (1,8 \times 2) \\
 &: \mathbf{X \leq 5}
 \end{aligned}$$

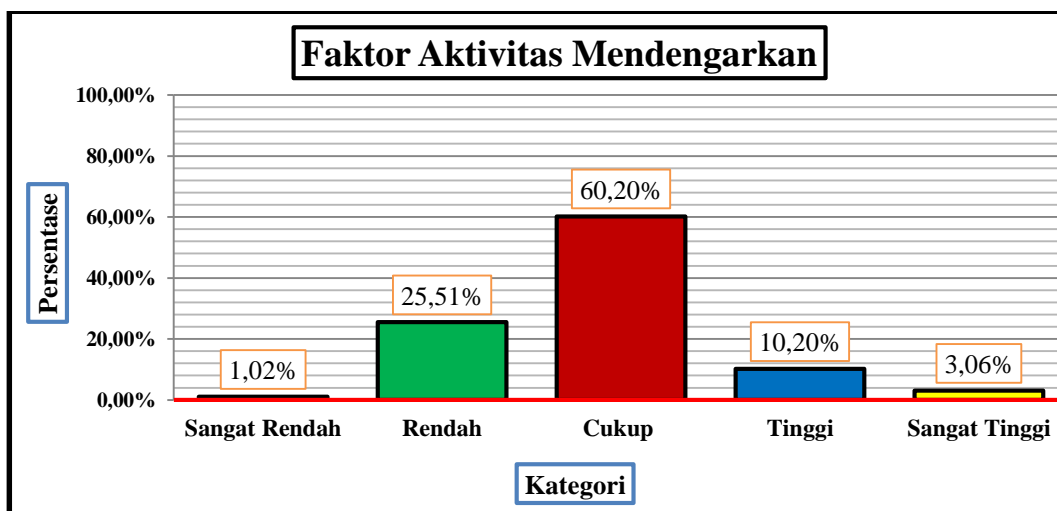
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3

Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan pada tabel 14 di bawah ini:

Tabel 14. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Mendengarkan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	15 < X	Sangat Tinggi	3	3,06%
2	12 - 14	Tinggi	10	10,20%
3	9 - 11	Cukup	59	60,20%
4	6 - 8	Rendah	25	25,51%
5	X ≤ 5	Sangat Rendah	1	1,02%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 14, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan pada gambar 6 di bawah ini:



Gambar 6. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Mendengarkan

Berdasarkan tabel 14 dan gambar 6 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 1,02% (1 peserta didik), “rendah” sebesar 25,51% (25 peserta didik), “cukup” 60,20% (59 peserta didik), “tinggi” 10,20% (10 peserta didik), dan “sangat tinggi” 3,06% (3 peserta didik).

4. Faktor Aktivitas Gerak

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak dapat dilihat pada tabel 15 di bawah ini:

Tabel 15. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Gerak

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	9,87
<i>Median</i>	10,00
<i>Mode</i>	9,00
<i>Std. Deviation</i>	1,95
<i>Minimum</i>	4,00
<i>Maximum</i>	14,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

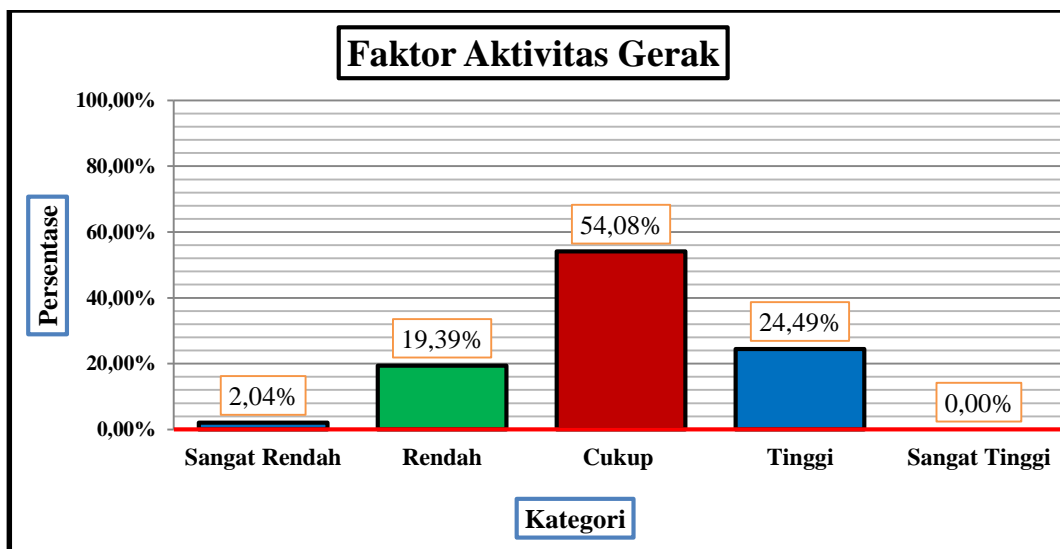
Skor maks ideal	= $4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	= $4 \times 1 = 4$
Mi	= $\frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	= $\frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak pada tabel 16 di bawah ini:

Tabel 16. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Gerak

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$15 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	12 - 14	Tinggi	24	24,49%
3	9 - 11	Cukup	53	54,08%
4	6 - 8	Rendah	19	19,39%
5	$X \leq 5$	Sangat Rendah	2	2,04%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 16, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak pada gambar 7 di bawah ini:



Gambar 7. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Gerak

Berdasarkan tabel 16 dan gambar 7 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 2,04% (2 peserta didik), “rendah” sebesar 19,39% (19 peserta didik), “cukup” 54,08% (53 peserta didik), “tinggi” 24,49% (24 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

5. Faktor Aktivitas Menulis

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis pada tabel 17 di bawah ini:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Menulis

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	9,19
<i>Median</i>	10,00
<i>Mode</i>	10,00
<i>Std. Deviation</i>	1,95
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	12,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

Skor maks ideal	= $4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	= $4 \times 1 = 4$
Mi	= $\frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	= $\frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

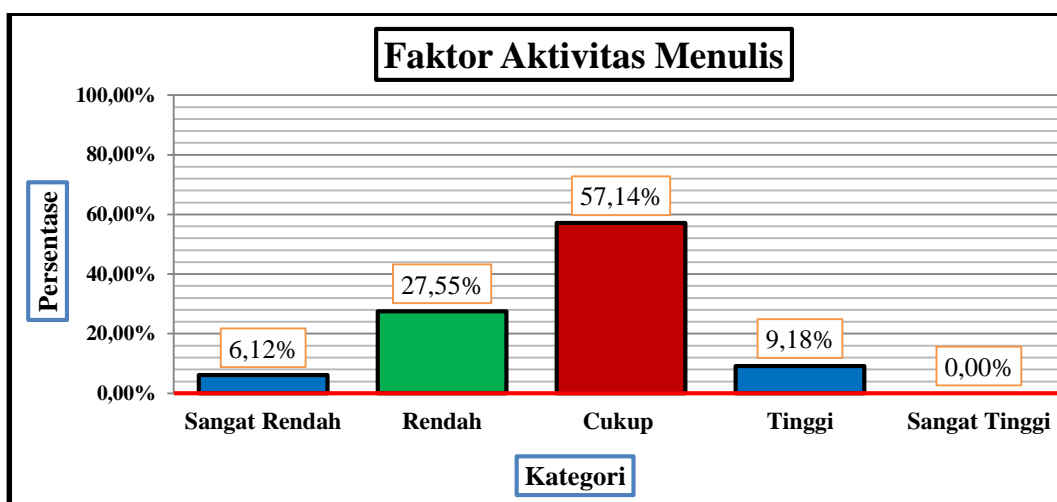
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3

Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis pada tabel 18 di bawah ini:

Tabel 18. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Menulis

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$15 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	12 - 14	Tinggi	9	9,18%
3	9 - 11	Cukup	56	57,14%
4	6 - 8	Rendah	27	27,55%
5	$X \leq 5$	Sangat Rendah	6	6,12%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 18, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis pada gambar 8 di bawah ini:



Gambar 8. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Menulis

Berdasarkan tabel 18 dan gambar 8 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,12% (6 peserta didik), “rendah” sebesar 27,55% (27 peserta didik), “cukup” 57,14% (56 peserta didik), “tinggi” 9,18% (9 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

6. Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah

Deskriptif statistik data keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah dapat dilihat pada tabel 19 di bawah ini:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	10,94
<i>Median</i>	11,00
<i>Mode</i>	9,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	2,31
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	15,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

Skor maks ideal	= $5 \times 4 = 20$
Skor min ideal	= $5 \times 1 = 5$
Mi	= $\frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$
Sbi	= $\frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$: $17 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$: $14 < X \leq 17$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$: $11 < X \leq 14$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$: $8 < X \leq 11$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$: $X \leq 8$

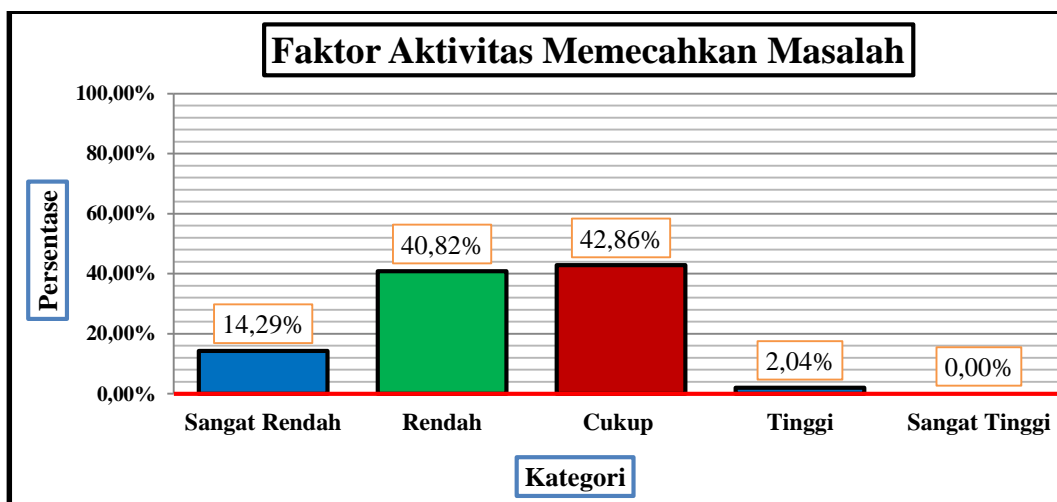
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3

Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah pada tabel 20 di bawah ini:

Tabel 20. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$18 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	15 - 17	Tinggi	2	2,04%
3	12 - 14	Cukup	42	42,86%
4	9 - 11	Rendah	40	40,82%
5	$X \leq 8$	Sangat Rendah	14	14,29%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah pada gambar 9 di bawah ini:



Gambar 9. Diagram Batang Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah

Berdasarkan tabel 20 dan gambar 9 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 14,29% (14 peserta didik), “rendah” sebesar 40,82% (40 peserta didik), “cukup” 42,86% (42 peserta didik), “tinggi” 2,04% (2 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

7. Faktor Aktivitas Emosional

Deskriptif statistik data hasil penelitian keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional dapat dilihat pada tabel 21 di bawah ini:

Tabel 21. Deskriptif Statistik Faktor Aktivitas Emosional

Statistik	
<i>N</i>	98
<i>Mean</i>	10,70
<i>Median</i>	11,00
<i>Mode</i>	12,00
<i>Std. Deviation</i>	2,18
<i>Minimum</i>	5,00
<i>Maximum</i>	16,00

Selanjutnya untuk ditentukan Norma Penilaian dengan menggunakan analisis PAN di bawah ini:

Skor maks ideal	= $5 \times 4 = 20$
Skor min ideal	= $5 \times 1 = 5$
Mi	= $\frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$
Sbi	= $\frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$: $17 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$: $14 < X \leq 17$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$: $11 < X \leq 14$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$: $8 < X \leq 11$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$: $X \leq 8$

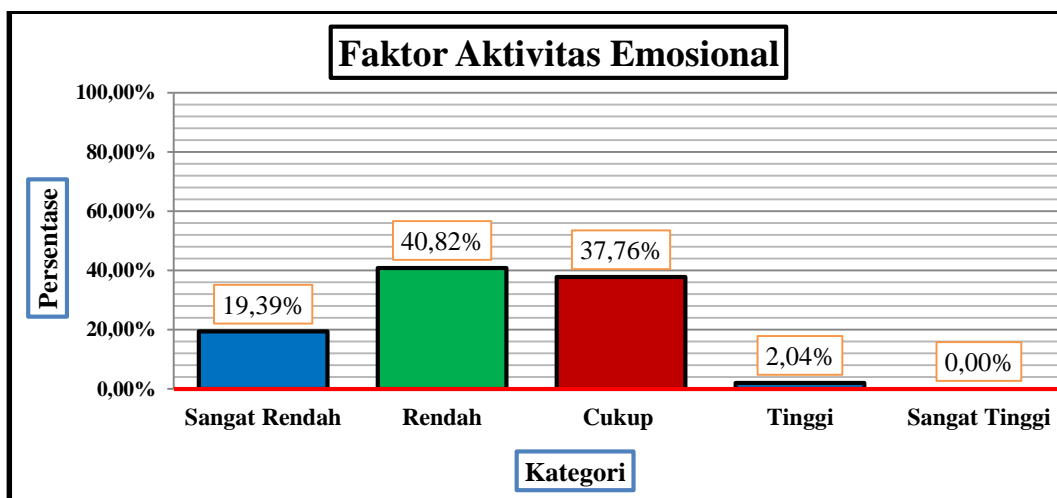
Apabila ditampilkan dalam bentuk Norma Penilaian, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3

Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional pada tabel 22 di bawah ini:

Tabel 22. Norma Penilaian Faktor Aktivitas Emosional

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$18 < X$	Sangat Tinggi	0	0,00%
2	15 - 17	Tinggi	2	2,04%
3	12 - 14	Cukup	37	37,76%
4	9 - 11	Rendah	40	40,82%
5	$X \leq 8$	Sangat Rendah	19	19,39%
Jumlah			98	100%

Berdasarkan Norma Penilaian pada tabel 22, keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional pada gambar 10 di bawah ini:



Gambar 10. Diagram Batang Berdasarkan Faktor Aktivitas Emosional

Berdasarkan tabel 22 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 19,39% (19 peserta didik), “rendah” sebesar 40,82% (40 peserta didik), “cukup” 37,76% (37 peserta didik), “tinggi” 2,04% (2 peserta didik), dan “sangat tinggi” 0,00% (0 peserta didik).

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul dalam kategori rendah. Berdasarkan hasil analisis secara rinci yaitu kategori “rendah” sebesar 44,90% (44 peserta didik) dan “cukup” sebesar 51,02% (50 peserta didik).

Suatu pembelajaran baik tatap muka langsung maupun secara daring menuntut adanya *output* dari kegiatan pembelajaran. Pada kurikulum 2013 *output* dari kegiatan pembelajaran digolongkan ke dalam tiga ranah yakni kognitif (pengetahuan), ranah afektif (sikap), dan psikomotor (keterampilan). Capaian dari suatu pembelajaran yaitu adanya sebuah peningkatan sikap dari peserta didik. Indikasi dari fenomena adanya pergeseran dalam proses pembelajaran dimana interaksi antara pembelajar dan pebelajar tidak hanya dilakukan melalui hubungan tatap muka tetapi juga melalui media komunikasi seperti komputer, internet, model pembelajaran yang makin populer saat ini adalah *blended learning*.

Model pembelajaran yang tepat dalam pelaksanaannya bisa membentuk persepsi yang baik pada pembelajaran tersebut. *Blended learning* banyak digunakan oleh pendidik untuk memudahkan proses pembelajaran pada masa pandemi Covid-19. Pembelajaran bauran (*blended learning*) menggabungkan pembelajaran sinkron dan asinkron digabungkan dengan proporsi seimbang. Model seperti itu bukan hal baru dan sudah banyak diterapkan, untuk para

pengajar yang belum menerapkan itu, disediakan banyak pelatihan penerapan pembelajaran bauran (Mamahit, 2021: 68).

Pengembangan pembelajaran elektronik (*e-learning*) dan kurang efektifnya pembelajaran di ruang kelas menyebabkan dikembangkannya suatu model pembelajaran gabungan yang istilahnya bisa disebut sebagai model pembelajaran bauran (*blended learning*) (Zhang, et al., 2020: 2). Pembelajaran bauran bukan hanya suatu irisan tapi penggabungan antara pembelajaran tatap muka dan pembelajaran daring (Mali & Lim, 2021: 2). Berhasil atau tidaknya kegiatan pembelajaran tergantung cara pendidik dalam mengajar untuk dapat menyesuaikan berdasarkan tujuan kompetensi yang akan dicapai dalam kegiatan pembelajaran, sehingga materi yang akan disampaikan oleh pendidik dapat tersampaikan dengan tepat dan mudah dipahami oleh peserta didik.

Guru dituntut memberikan pengajaran yang baik, menciptakan suasana yang kondusif untuk belajar dan secara kreatif dan inovatif menggunakan media belajar yang menarik agar peserta didik dapat memahami materi pembelajaran dan tujuan pembelajaran dapat tercapai. Perubahan yang drastis ini tentu membuat para guru dan peserta didik harus mulai membiasakan diri, karena pembelajaran daring tidak semua peserta didik dan guru terbiasa melakukannya, apalagi guru yang masih belum mahir menggunakan teknologi. Perubahan budaya belajar ini menjadi salah satu kendala bagi peserta didik, karena selama ini peserta didik sudah terbiasa melalui tatap muka, sehingga pembelajaran daring peserta didik perlu untuk beradaptasi dengan proses pembelajaran yang baru ini, secara tidak

langsung mempengaruhi daya serap dan keaktifan belajar peserta didik (Purwanto dkk., 2020: 2).

Keaktifan yang dimaksud pada penelitian ini adalah keaktifan belajar peserta didik. Belajar tidaklah cukup apabila hanya duduk dan mendengarkan penjelasan guru saja. Belajar memerlukan keterlibatan pikiran dan tindakan peserta didik itu sendiri. Belajar yang aktif adalah sistem belajar mengajar yang menekankan keaktifan peserta didik, baik secara fisik, mental intelektual, maupun emosional untuk memperoleh hasil belajar yang berupa perpaduan antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik. Belajar merupakan sebagai suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif.

Keaktifan juga merupakan suatu hal yang penting dalam menentukan keberhasilan suatu kegiatan belajar mengajar. Dengan demikian, setiap peserta didik harus dapat terlibat aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran yang dilakukan. Arlianti, dkk., (2021: 94) menyatakan bahwa peserta didik harus diberikan kesempatan serta kebebasan untuk dapat aktif, baik secara mental maupun fisik dalam setiap proses pembelajaran, sehingga peserta didik akan gemar belajar dan senang mengikuti pembelajaran.

Dalam meningkatkan aktivitas belajar peserta didik dalam proses pembelajaran di sekolah dasar diperlukan peran serta guru yang kreatif dan aktif dalam mengelola pembelajaran yakni, guru menggunakan strategi dan metode pembelajaran yang dapat meningkatkan aktivitas fisik, mental dan aktivitas emosional peserta didik, sehingga apa yang dicapai dalam proses pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Partisipasi orang tua dalam menemani anak-anaknya

belajar secara daring di rumah sangat penting, sehingga orang tua dapat memberikan pendidikan terbaik bagi anak-anaknya (Nabila, dkk., 2020: 2). Pendidikan adalah sebuah tanggung jawab bersama bukan hanya pemerintah, tetapi juga sekolah (guru) dan keluarga (orang tua). Peran serta orang tua dalam sistem pembelajaran ini tidak bisa dipungkiri. Orang tua baik ayah maupun ibu menjadi garda terdepan yang mengawal anak-anaknya tetap belajar di rumah masing-masing.

1. Faktor Aktivitas Penglihatan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan kategori cukup sebesar 56,12% atau 55 peserta didik. Kurang maksimalnya keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas penglihatan dikarenakan peserta didik jarang membaca materi yang akan diajarkan dan kurang memperhatikan guru saat pembelajaran PJOK berlangsung.

Aktivitas visual yaitu kegiatan mengamati sesuatu dengan menggunakan indera penglihatan berupa mata. Dalam aktivitas belajar visual penglihatan dijadikan sebagai kekuatan utama dalam memahami dan mengetahui pengetahuan yang sudah ada, sedang dan yang akan dipelajari. Jadi melihat adalah faktor

penting dalam proses belajar mengajar (Cecep, dkk., 2021: 26). Dalam proses belajar mengajar, aktivitas visual diantaranya, yaitu:

a. Membaca

Membaca adalah kegiatan mencari informasi, pengetahuan, dan wawasan baru dari informasi simbolis melalui aspek visual. Membaca pada hakikatnya adalah suatu hal yang rumit yang melibatkan banyak hal, tidak hanya aktivitas visual, berpikir, meta kognitif.

b. Melihat gambar/video

Kegiatan melihat gambar atau video adalah melihat lihat lukisan atau video yang digunakan dalam pembelajaran PJOK. Tapi bukan hanya sekedar melihat, namun mencari makna pembelajaran dibalik gambar-gambar atau video tersebut.

c. Mengamati eksperimen

Eksperimen adalah suatu percobaan yang dilakukan secara bersistem untuk membuktikan suatu kebenaran dari suatu teori. Jadi mengamati eksperimen dalam belajar adalah kegiatan melakukan pengamatan terhadap sesuatu yang diujicobakan dan melihat bagaimana perubahannya atau apa yang terjadi.

2. Faktor Aktivitas Lisan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca

pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan kategori cukup sebesar 50,00% atau 49 peserta didik.

Kurang maksimalnya keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas lisan yaitu karena peserta didik merasa malu dan takut ketika bertanya atau menyampaikan pendapat saat pembelajaran PJOK. Aktivitas lisan yaitu perkataan yang diucapkan dengan menggunakan mulut tidak dengan tulisan. Bahasa lisan adalah bahasa percakapan. Dengan demikian, aktivitas lisan dalam belajar adalah kegiatan belajar yang dilakukan dengan menggunakan suara mulut sebagai alat penyampaian informasi pembelajaran. Adapun jenis aktivitas lisan diantaranya yaitu: (1) mengemukakan suatu fakta atau prinsip, (2) menghubungkan suatu kejadian, (3) mengajukan pertanyaan, (4) memberi saran, (5) mengemukakan pendapat, (6) wawancara, (7) diskusi, (8) interupsi (Saragih & Sitompul, 2021: 12).

3. Faktor Aktivitas Mendengarkan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas mendengarkan kategori cukup sebesar 60,20% atau 59 peserta didik. Kurang maksimalnya keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas

mendengarkan yaitu karena peserta didik kurang mendengarkan penjelasan guru pada waktu pembelajaran berlangsung.

Pendengaran adalah kemampuan untuk mengenali suara. Manusia dan binatang bertulang belakang, hal ini dilakukan terutama oleh sistem pendengaran yang terdiri dari telinga, syaraf-syaraf, dan otak. Tidak semua suara dapat dikenali oleh semua binatang. Dalam belajar, aktivitas mendengarkan dapat dibagi menjadi: (1) mendengarkan penyajian dari guru, (2) mendengarkan jawaban atau pendapat teman, (3) berdiskusi dengan kelompok (Maharani, dkk., 2019: 151). Proses dalam pembelajaran sering terjadi, guru hanya menjelaskan materi dan peserta didik hanya mendengarkan materi yang disampaikan oleh guru secara pasif. Proses yang terjadi peserta didik kurang aktif dan minat untuk bertanya mengenai materi sangatlah minim, hal tersebut tentunya harus ada dorongan untuk membangkitkan rasa percaya diri peserta didik untuk mengoptimalkan proses pembelajaran.

4. Faktor Aktivitas Gerak

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas gerak kategori cukup sebesar 54,08% atau 53 peserta didik.

Perkembangan keterampilan gerak merupakan salah satu tujuan dari dilaksanakannya program PJOK. Dalam konteks pembelajaran PJOK, aktivitas

belajar gerak yang dikembangkan mencakup kemampuan gerak dasar. Kemampuan gerak dasar merupakan kemampuan yang dimiliki anak yang digunakan untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Saat pembelajaran PJOK berlangsung peserta didik masih belum berinteraksi dengan temannya. Seperti belum aktif dalam bergerak dan peserta didik tidak mau mencoba gerakan yang diberikan oleh guru (Prabowo, dkk., 2022: 2).

Guru PJOK dapat menjadi narasumber dan berbicara dalam kegiatan tersebut untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pendidikan jasmani dan aktivitas fisik bagi kesehatan dan perkembangan anak secara keseluruhan dan memberikan informasi dan strategi yang akan diterapkan dalam pembelajaran kepada orang tua untuk mendukung pembelajaran daring. Strategi tersebut didasarkan hasil penilaian kebutuhan dan melakukan pemetaan untuk mengidentifikasi kebutuhan paling mendesak dari peserta didik dan keluarga (misalnya, peningkatan akses ke internet dan program yang relevan), ruang terbuka untuk melatih keterampilan psikomotorik, dan aktif secara fisik untuk mendukung pembelajaran siswa, serta keterlibatan keluarga dan masyarakat dalam memenuhi kebutuhan aktivitas fisik peserta didik (Jumareng, dkk., 2021: 2).

5. Faktor Aktivitas Menulis

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas

menulis kategori cukup sebesar 57,14% atau 56 peserta didik. Kurang maksimalnya keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas menulis yaitu karena peserta didik tidak suka menulis kembali catatan hasil pembelajaran.

Aktivitas menulis adalah kegiatan yang dilakukan oleh tangan (pada umumnya) dalam mencatat, meringkas atau menyimpulkan materi ajar dalam proses belajar mengajar. Menulis bukan hanya menyalin tetapi mengekspresikan pikiran dan perasaan ke dalam lambang-lambang tulisan. Kegunaan kemampuan menulis bagi peserta didik adalah untuk menyalin (merangkum pembelajaran), mencatat, dan mengerjakan sebagian besar tugas sekolah. Tanpa memiliki kemampuan menulis, peserta didik akan mengalami banyak kesulitan dalam melaksanakan aktivitas belajar (Wahyuningsih, 2020: 18).

Peserta didik diharapkan mampu merangkum materi yang sudah dan belum diajarkan. Menulis atau merangkum pembelajaran bertujuan untuk memudahkan menghafal ketimbang sekedar membaca tanpa dibarengi dengan menulisnya kembali. Merangkum atau menulis mengharuskan seseorang untuk membacanya terlebih dahulu untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih akurat.

6. Faktor Aktivitas Memecahkan Masalah

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran

PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah kategori cukup sebesar 42,86% atau 42 peserta didik.

Kurang maksimalnya keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas memecahkan masalah yaitu dikarenakan peserta didik takut memberikan jawaban ketika guru bertanya serta apabila guru memberikan banyak tugas, peserta didik mengerjakannya tidak tepat waktu. Aktivitas belajar siswa adalah keterlibatan siswa dalam bentuk sikap, pikiran, perhatian dalam kegiatan belajar guna menunjang keberhasilan proses belajar mengajar dan memperoleh manfaat dari kegiatan tersebut. Keterlibatan siswa dalam aktivitas belajar akan menunjang keberhasilan proses belajar. Walaupun ada kemungkinan siswa yang melakukan aktivitas belajar belum tentu melakukan proses belajarnya.

7. Faktor Aktivitas Emosional

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional pada kategori cukup. Hasil persentase paling banyak keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berdasarkan faktor aktivitas emosional kategori rendah sebesar 40,82% atau 19 peserta didik. Kecerdasan emosi diperlukan agar seorang peserta didik dalam menghadapi suatu masalah yang dapat menimbulkan tekanan, dapat mengendalikan emosi. Kecerdasan emosi akan membuat perbedaan dalam memberikan tanggapan

terhadap konflik, ketidakpastian serta kecemasan. Kecerdasan emosional diperlukan untuk mengatasi masalah di dalam kehidupan dan optimis dalam menghadapi atau menyelesaikan masalah (Komarudin & Risqi, 2020: 2).

Emosi adalah luapan perasaan seperti senang, marah, dan sebagainya, sedangkan emosional adalah penuh perasaan seperti, senang, marah dan sebagainya. Sementara itu, kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi diri sendiri dengan tepat, memotivasi diri sendiri, mengenali orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi pada situasi tertentu yang berhubungan dengan orang lain. Dalam kegiatan proses pembelajaran berlangsung hendaknya peserta didik senantiasa berusaha mencintai apa yang akan dan telah dipelajari, serta gembira, senang, berani dan tenang ketika pembelajaran berlangsung (Nurfatimah, dkk., 2020: 145).

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kerendahan. Beberapa kelemahan dan kerendahan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil angket, sehingga dimungkinkan adanya unsur rendah objektif dalam pengisian angket. Selain itu dalam pengisian angket diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.

2. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran angket penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.
3. Peneliti tidak melakukan validasi di luar dosen pembimbing.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diketahui bahwa keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 0,00% (0 peserta didik), “rendah” sebesar 44,90% (44 peserta didik), “cukup” sebesar 51,02% (50 peserta didik), “tinggi” sebesar 4,08% (4 peserta didik), dan “sangat tinggi” sebesar 0,00% (0 peserta didik).

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang kurang dominan dalam keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam meningkatkan keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.
2. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperluas pengetahuan bagi pembaca dan sebagai acuan peneliti lain yang mengadakan penelitian lebih

lanjut tentang keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

C. Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Hendaknya peserta didik agar lebih meningkatkan keaktifannya dalam belajar agar mendapatkan hasil belajar yang lebih baik.
2. Hendaknya guru mampu merancang pembelajaran dengan materi yang menarik agar peserta didik lebih aktif mengikuti pembelajaran PJOK.
3. Agar melakukan penelitian tentang keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul dengan metode lain.
4. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.
5. Kepada peneliti lain diharapkan agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK pasca pembelajaran daring di MAN 3 Kabupaten Bantul.

DAFTAR PUSTAKA

- Aboagye, E., Yawson, J. A., & Appiah, K. N. (2021). COVID-19 and E-learning: The challenges of students in tertiary institutions. *Social Education Research*, 1-8.
- Afiani, K. D. A., & Faradita, M. N. (2021). Analisis aktivitas siswa dalam pembelajaran daring menggunakan ms. teams pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan Sekolah Dasar (JP2SD)*, 9(1), 16-27.
- Aguss, R. M., Fahrizqi, E. B., & Wicaksono, P. A. (2021). Efektivitas vertical jump terhadap kemampuan smash bola voli putra. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Amaniyah, I., Rahmawati, I., & Lailiyah, S. (2021). As efektivitas pembelajaran daring menggunakan google meet dan whatsapp group untuk meningkatkan hasil belajar Matematika selama pandemi Covid 19. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 8(1), 28-42.
- Anggianita, S., Yusnira, Y., & Rizal, M. S. (2020). Persepsi guru terhadap pembelajaran daring di Sekolah Dasar Negeri 013 Kumantan. *Journal of Education Research*, 1(2), 177-182.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik. (Edisi revisi)* Jakarta: Rineka Cipta.
- Arlianti, A., Pangestika, R. R., & Ngazizah, N. (2021). Analisis respon dan keaktifan peserta didik terhadap pembelajaran daring menggunakan zoom. *Jurnal Dharma PGSD*, 1(2), 94-103.
- Asnaldi, A., Zulman, F. U., & Madri, M. (2018). Hubungan motivasi olahraga dan kemampuan motorik dengan hasil belajar pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan siswa sekolah Dasar Negeri 16 Sintoga Kecamatan Sintuk Toboh Gadang Kabupaten Padang Pariaman. *Jurnal Menssana*, 3(2), 16-27.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basuki, B., Rahman, T., Prakoso, B. B., & Bayu, W. I. (2021). Pemenuhan kebutuhan aktivitas fisik peserta didik selama pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).

- Buanasari, A. (2021). *Asuhan keperawatan sehat jiwa pada kelompok usia remaja*. Makasar: TOHAR MEDIA.
- Budiwanto. (2017). *Metode statistika untuk mengolah data keolahragaan*. Malang: UNM Pres.
- Cecep, H., Widyastuti, A., Subakti, H., Hasibuan, F. A., Sartika, S. H., Ardiana, D. P. Y., ... & Simarmata, J. (2021). *Dasar-dasar ilmu pendidikan*. Yayasan Kita Menulis.
- Desmita. (2018). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Dewi, S. K. (2021). *Hubungan pemahaman teknologi orang tua dengan aktivitas belajar online siswa kelas III SD IT Yayasan Pendidikan Prima Mandiri Desa Kolam Tp. 2020/2021*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Medan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Djamaludin. A., & Wardana. (2019). *Belajar dan pembelajaran, 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis*. Sulawesi Selatan: Penerbit CV Kaaffah Learning Center.
- Fajri, S. A., & Prasetyo, Y. (2015). Pengembangan busur dari pralon untuk pembelajaran ekstrakurikuler panahan siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(2).
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ginanjari, E. G., Darmawan, B., & Sriyono, S. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi rendahnya partisipasi belajar peserta didik smk. *Journal of Mechanical Engineering Education*, 6(2), 206-219.
- Hamalik, O. (2016). *Dasar-dasar pengembangan kurikulum*, Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Handaka, R. D., Ginanjari, A., & Utami, N. S. (2020). Fenomena siswa pasif kelas X dalam pembelajaran renang di SMA Negeri 1 Majenang Jawa Tengah. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(2), 191-203.
- 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.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiwaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Wonosari: CV. Pustaka Ilmu.

- Haryanto. (2020). *Evaluasi pembelajaran (konsep dan manajemen)*. Yogyakarta: UNY Press.
- Haryati, S. (2017). *Belajar-pembelajaran berbasis active learning melalui pembelajaran kooperatif*. Magelang: Graha Cendikia.
- 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.
- Hewi, L., & Asnawati, L. (2020). Strategi pendidik anak usia dini era covid-19 dalam menumbuhkan kemampuan berfikir logis. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 158-167.
- Hidayat, D. R., Rohaya, A., Nadine, F., & Ramadhan, H. (2020). Kemandirian belajar peserta didik dalam pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 34(2), 147-154.
- Imammulhaq, M. I., Saputra, Y. M., & Muhtar, T. (2021). Korelasi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani pada masa pandemi covid-19 dengan hasil belajar siswa di SMA Bina Muda Cicalengka. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Indrayany, E. S., & Lestari, F. (2021). Penerapan pembelajaran blended learning untuk meningkatkan keaktifan belajar mandiri siswa kelas VII SMP pada materi perbandingan. *DIKSI: Jurnal Kajian Pendidikan dan Sosial*, 2(2), 68-76.
- Jannah, M. (2017). Remaja dan tugas-tugas perkembangannya dalam Islam. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 1(1).
- Jumareng, H., Setiawan, E., Budiarto, B., Kastrena, E., Patah, I. A., & Gani, R. A. (2021). Analisis kelebihan dan kekurangan pembelajaran online pada kelas pendidikan jasmani selama masa pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Juwita, J., Fitria, Y., & Supriyanto, S. (2022). Problematika yang dihadapi guru bahasa indonesia dalam proses pembelajaran daring selama pandemi covid-19 di MAN 2 Kota Bengkulu. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8(1), 437-448.
- Kemendikbud (2020). Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan penyebaran Covid-19 pada Satuan Pendidikan

- Komarudin. (2016). Membentuk kematangan emosi dan kekuatan berpikir positif pada remaja melalui pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(2).
- Komarudin, K. (2021). Implementasi pembelajaran daring pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan pendekatan saintifik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1).
- Komarudin, K., & Risqi, F. (2020). Tingkat kepercayaan diri, kohesivitas, dan kecerdasan emosi siswa Kelas Khusus Olahraga cabang olahraga sepakbola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 1-8.
- Kurniawan, W. P., & Suharjana, S. (2018). Pengembangan model permainan poloair sebagai pembelajaran pendidikan jasmani bagi siswa sekolah dasar kelas atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 50-61.
- Kusriyanti, K., & Sukoco, P. (2020). Model aktivitas jasmani berbasis alam sekitar untuk meningkatkan kecerdasan naturalis siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 65-77.
- Lestari, D. F. (2021). Pengembangan model pembelajaran aktivitas jasmani melalui permainan tradisional bagi siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Undiksha*, 8(1), 7-12.
- Maharani, D. A. M., Rahmawati, I., & Sukamto, S. (2019). Peningkatan aktivitas dan hasil belajar tematik siswa melalui strategi pembelajaran team quiz dan media teka teki silang. *International Journal of Elementary Education*, 3(2), 151-158.
- Mahardhika, N. A., Betty, J., Jusuf, K., & Priyambada, G. (2018). Dukungan orangtua terhadap motivasi berprestasi siswa SKOI Kalimantan Timur dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 14(2), 62-68.
- Mali, D., & Lim, H. (2021). How do students perceive face-to-face/blended learning as a result of the Covid-19 pandemic?. *The International Journal of Management Education*, 19(3), 100552.
- Mamahit, C. E. (2021). Pengaruh pembelajaran jarak jauh model bauran terhadap hasil belajar dan persepsi mahasiswa [the effect of The blended learning model on student Learning outcomes and perceptions]. *Polyglot: Jurnal Ilmiah*, 17(1), 67-83.

- Mamun, M. A., Chandrima, R. M., & Griffiths, M. D. (2020). Mother and son suicide pact due to COVID-19-related online learning issues in Bangladesh: an unusual case report. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-4.
- Masahere, U. (2020). Analisis proses pembelajaran dalam jaringan (daring) dalam masa pandemi covid-19 pada mahasiswa. *Aksara Public*, 4(4), 83-94.
- Mawarti, S., & Arsiwi, A. A. (2020). Analisis pengembangan materi pembelajaran bola basket berorientasi high order thinking skill di sekolah menengah atas. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16(1), 55-64.
- Mirdanda, A. (2019). *Mengelola aktivitas pembelajaran di sekolah dasar*. Kalimantan Barat: PGRI Kalbar dan Yudha English Gallery.
- Muntazhimah, M., Nasution, E. Y. P., & Ningsih, S. Y. (2020). Respon siswa sekolah menengah terhadap pembelajaran matematika di era covid-19. *Jurnal Pendidikan Matematika Universitas Lampung*, 8(3), 193-206.
- Mustakim, M. (2020). Efektivitas pembelajaran daring menggunakan media online selama pandemi covid-19 pada mata pelajaran matematika. *Al asma: Journal of Islamic Education*, 2(1), 1-12.
- Nabila, R., Marinda, R., Elfira, S., & Yuwelni, S. (2022). Peran orang tua dalam pembelajaran daring terhadap peningkatan belajar siswa. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1).
- Nafarin, I. A., & Hudaidah, H. (2021). Perkembangan pendidikan Indonesia di masa pandemi COVID-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 456-462.
- Naziah, S. T., Maula, L. H., & Sutisnawati, A. (2020). Analisis keaktifan belajar siswa selama pembelajaran daring pada masa covid-19 di sekolah dasar. *Jurnal JPSPD (Pendidikan Sekolah Dasar)*, 7(2), 109-120.
- Nurfatimah, N., Affandi, L. H., & Jiwandono, I. S. (2020). Analisis keaktifan belajar siswa kelas tinggi di SDN 07 Sila pada masa pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 5(2), 145-154.
- Nurhayati, E. (2020). Meningkatkan keaktifan siswa dalam pembelajaran daring melalui media game edukasi quiziz pada masa pencegahan penyebaran covid-19. *Jurnal Paedagogy*, 7(3), 145-150.
- Pelawi, S. (2021). Pengaruh game online terhadap psikologi remaja. *SESAWI: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen*, 3(1), 87-101.

- Prabowo, E. M., Mintarto, E., & Nurkholis, N. (2022). Variasi dan kombinasi permainan gerak dasar atletik lompat dalam pembelajaran PJOK siswa Sekolah Dasar. *Discourse of Physical Education*, 1(1), 1-13.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Hyun, C. C., Wijayanti, L. M., & Putri, R. S. (2020). Studi eksploratif dampak pandemi COVID-19 terhadap proses pembelajaran online di sekolah dasar. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1-12.
- Rikawati, K., & Sitinjak, D. (2020). Peningkatan keaktifan belajar siswa dengan penggunaan metode ceramah interaktif. *Journal of Educational Chemistry (JEC)*, 2(2), 40.
- Rithaudin, A., & Sari, P. T. P (2019). Analisis pembelajaran aspek kognitif materi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan SMA/SMK. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15 (1), 33-38.
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran daring di tengah wabah covid-19 (online learning in the middle of the covid-19 pandemic). *Biodik*, 6(2), 214-224.
- Sahara, A. (2018). *Pengaruh kesiapan belajar terhadap keaktifan belajar siswa dalam pembelajaran tematik di kelas 1 Sdn 01 Penggarit Kecamatan Taman Kabupaten Pematang*. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Jakarta, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Saragih, R., & Sitompul, D. N. (2021). Penerapan model pembelajaran problem based learning untuk meningkatkan aktivitas belajar dan hasil belajar siswa. *Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran: JPPP*, 2(1), 11-19.
- Sardirman. (2017). *Interaksi dan motivasi belajar mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Savriani, E. (2020). Pengaruh keaktifan belajar terhadap hasil belajar siswa mata pelajaran matematika Sdn 6 Metro Barat Tahun Pelajaran 2019/2020. Skripsi sarjana, tidak diterbitkan. Lampung, Institut Agama Islam Negeri Metro Lampung.
- Setiawan, A. (2017). *Belajar dan pembelajaran*. Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia.
- Setiawan, A. S., & Alimah, S. (2019). Pengaruh model pembelajaran visual auditory kinesthetic (VAK) terhadap keaktifan siswa. *Profesi Pendidikan Dasar*, 6(1), 81-90.

- Simamora, R. M. (2020). The challenges of online learning during the covid-19 pandemic: An essay analysis of performing arts education students. *Studies in Learning and Teaching*, 1(2), 86-103.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Steele, P., Johnston, E., Lawlor, A., Smith, C., & Lamppa, S. (2019). Arts-based instructional and curricular strategies for working with virtual educational applications. *Journal of Educational Technology Systems*, 47(3), 411-432.
- Suardi, M. (2018). *Belajar dan pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Sudijono, A. (2015). *Pengantar statistik pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudjana, N. (2015). *Dasar-dasar proses belajar mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algesindo
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, W. S. (2021). Physical education online learning during the Covid-19 pandemic: effectiveness, motivation, and learning outcomes. *The International Journal of Social Sciences World (TIJOSSW)*, 3(01), 123-137.
- Sumarsono, A., Anisah, A., & Iswahyuni, I. (2019). Media interaktif sebagai optimalisasi pemahaman materi permainan bola tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 1-11.
- Supriatna, E., & Wahyupurnomo, M. A. (2015). Keterampilan guru dalam membuka dan menutup pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN Se-Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 11(1).
- Suprijono, A. (2018). *Cooperative learning*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Syarif, A., & Hasanah, U. (2021). Analisis keaktifan belajar melalui daring pada masa covid-19 di SD Attin Namosain Kota Kupang. *Al Manam: Jurnal Pendidikan dan Studi keislaman*, 1(2), 25-36.
- Toharudin, U., Kurniawan, I. S., & Darta, D. (2021). Persepsi mahasiswa mengenai pembelajaran dalam jaringan selama pandemi covid-19. *Titian Ilmu: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 13(1), 1-10.




- Utami, M. S., & Purnomo, E. (2019). Minat siswa sekolah menengah pertama terhadap pembelajaran atletik. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 15(1), 12-21.
- Utomo, S. T., & Ifadah, L. (2019). Kenakalan remaja dan psikososial. *Dakwatuna: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Islam*, 5(2), 181-202.
- Wahyuni, S. (2021). *Psikologi remaja: penanggulangan kenakalan remaja*. Banggai: Penerbit PUSTAKA STAR'S LUB.
- Wahyuningsih, E. S. (2020). *Model pembelajaran mastery learning upaya peningkatan keaktifan dan hasil belajar siswa*. Yogyakarta: Deepublish.
- Walton-Fisette, J. L., & Sutherland, S. (2018). Moving forward with social justice education in physical education teacher education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(5), 461-468.
- Wicaksono, P. N., Kusuma, I. J., Festiawan, R., Wedanita, N., & Anggraeni, D. (2020). Evaluasi penerapan pendekatan saintifik pada pembelajaran pendidikan jasmani materi teknik dasar passing sepak bola. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 16 (1), 41-54.
- Widoyoko, E. P. (2014). *Evaluasi program pembelajaran; panduan praktis bagi pendidik dan calon pendidik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Walton-Fisette, J. L., & Sutherland, S. (2018). Moving forward with social justice education in physical education teacher education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(5), 461-468.
- Yuliana, L., Barlian, I., & Jaenudin, R. (2018). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe inside outside circle terhadap keaktifan belajar peserta didik pada mata pelajaran ekonomi kelas X di SMA Srijaya Negara Palembang. *Jurnal PROFIT Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 5(1), 17-27.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Zaeni, H. (2017). *Strategi pembelajaran aktif*. Yogyakarta: CTSD.
- Zaini, M. (2018). Pendidikan remaja dalam perspektif psikologi pendidikan. *EL-BANAT: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 8(1), 99-117.

Zen, N. N., & Hidayatullah, S. (2019). Pengaruh penggunaan strategi active knowledge sharing terhadap peningkatan keaktifan belajar siswa dalam pembelajaran bahasa Arab. *EL-IBTIKAR: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, 8(2).

Zhang, Z., Cao, T., Shu, J., & Liu, H. (2020). Identifying key factors affecting college students' adoption of the e-learning system in mandatory blended learning environments. *Interactive Learning Environments*, 1-14.

LAMPIRAN

Lampiran 2. Surat Ijin Uji Coba

	KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281 Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092 Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id
Nomor : 159/UN34.16/LT/2022	2 Maret 2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal	
Hal : Permohonan Izin Uji Instrumen Penelitian	
Yth . MAN 3 BANTUL. Jl. Imogiri Tim. No.Km 10, Ketongo, Wonokromo, Kec. Pleret, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55791	
Kami sampaikan dengan hormat kepada Bapak/Ibu, bahwa mahasiswa kami berikut ini:	
Nama : Muhammad Syaffi'i Maarif	
NIM : 18601241056	
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - SI	
Judul Tugas Akhir : KEAKTIFAN PESERTA DIDIK MENGIKUTI PEMBELAJARAN PJOK PASCA PEMBELAJARAN DARING DI MAN 3 KABUPATEN BANTUL	
Waktu Uji Instrumen : Senin - Sabtu, 7 - 12 Maret 2022	
bermaksud melaksanakan uji instrumen untuk keperluan penulisan Tugas Akhir. Untuk itu kami mohon dengan hormat Ibu/Bapak berkenan memberikan izin dan bantuan seperlunya.	
Atas izin dan bantuannya diucapkan terima kasih.	
	Wakil Dekan Bidang Akademik,  
Tembusan :	Dr. Yudi Prasetyo, S.Or., M.Kes. NIP. 19820815 200501 1 002
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;	
2. Mahasiswa yang bersangkutan.	

Lampiran 3. Instrumen Penelitian

Identitas Responden

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Petunjuk Pengisian Angket

- a. Bacalah tiap-tiap pertanyaan secara teliti sebelum menjawab
- b. Jawablah semua pertanyaan di bawah ini dengan memberikan tanda centang (√) pada alternatif jawaban yang sesuai dengan pendapat kalian sebagai seorang peserta didik.

c. Jawaban sangat setuju (SS)

Jawaban setuju (S)

Jawaban tidak setuju (TS)

Jawaban sangat tidak setuju (STS)

ANGKET AKTIVITAS BELAJAR

No	BUTIR PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
	Aktivitas Penglihatan				
1	Setiap memiliki waktu luang, saya berusaha membaca materi				
2	Saya tidak pernah mempelajari materi yang akan dibahas pada pertemuan selanjutnya				
3	Saya memperhatikan guru ketika menjelaskan materi pembelajaran				
4	Saya asyik bermain <i>handphone</i> ketika guru menjelaskan materi pembelajaran				
	Aktivitas lisan				
5	Saya malu bertanya kepada guru saat pembelajaran				
6	Apabila kurang jelas dalam menerima pelajaran saya lebih suka untuk diam				
7	Ketika guru memberikan tes secara lisan, saya mampu menjawab pertanyaan dengan baik				
8	Saya mengabaikan teman yang bertanya pada saya mengenai materi yang belum dipahami				
	Aktivitas Mendengarkan				
9	Saya tidak mendengarkan penjelasan guru pada waktu pembelajaran berlangsung				
10	Saya mendengarkan arahan dari guru ketika melakukan pembelajaran praktik				
11	Saya tidak mendengarkan pendapat dari teman				
12	Saya mendengarkan ketika ada teman yang sedang presentasi				
	Aktivitas Gerak				
13	Saya mengerjakan tugas praktik yang diberikan oleh guru				
14	Saya siap maju ke depan untuk melaksanakan gerakan yang diberikan guru				
15	Saya tidak mau mencoba gerakan yang diberikan guru				
16	Saya antusias mengikuti pembelajaran praktik				
	Aktivitas Menulis				
17	Saya selalu mencatat hal-hal penting yang disampaikan oleh guru				
18	Saya suka menulis kembali materi yang diberikan oleh guru				
19	Saya tidak suka mengerjakan soal menulis				
20	Jika ada tugas untuk menulis, saya mengabaikannya				

Aktivitas Memecahkan Masalah					
21	Saya merasa mampu mengerjakan soal yang diberikan oleh guru				
22	Saya takut memberikan jawaban ketika guru bertanya				
23	Jika guru memberikan banyak tugas, saya selalu mengerjakannya				
24	Saya sering telat dalam mengirim tugas yang diberikan guru				
25	Apabila guru memberikan banyak tugas, saya akan tetap berusaha untuk mengerjakannya tepat waktu				
Aktivitas Emosional					
26	Saya tidak berani menanggapi pendapat atau pertanyaan dari teman				
27	Pada saat pembelajaran berlangsung, saya berani menanggapi pertanyaan yang diberikan oleh guru				
28	Saya masuk tepat waktu ketika jam pelajaran akan dimulai				
29	Saya menyiapkan perlengkapan sebelum mulai belajar				
30	Saya selalu bangun lebih awal untuk mempelajari materi untuk pembelajaran				

Lampiran 4. Data Uji Coba

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Σ	
1	3	2	4	4	3	2	4	4	4	2	2	4	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	103	
2	2	2	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	90	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	99	
4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	110	
5	2	2	4	4	4	1	4	4	4	1	2	4	1	3	4	1	3	4	3	4	3	3	4	4	4	1	3	3	4	3	91	
6	3	2	4	4	2	3	4	4	4	2	2	4	2	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	102	
7	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	81	
8	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	79	
9	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	84	
10	4	4	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	4	2	3	90	
11	2	2	3	3	3	1	3	3	3	1	2	3	1	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	74	
12	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	1	2	65
13	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	79	
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	87
15	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	93	
16	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	57	
17	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	85
18	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	63
19	2	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	100	
20	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	70	
21	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	84	
22	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	84	
23	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	83	
24	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	86	
25	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	82	
26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	60

27	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	85
28	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
29	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89
30	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	112
31	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	116
32	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	116
33	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	114
34	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	116
35	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	117
36	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	105
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	99
38	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	114
39	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	111
40	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	114
41	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	87
42	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	87
43	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	83
44	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	4	2	3	87
45	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	86
46	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	61
47	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	87
48	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	87
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	89
50	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	61
51	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	89
52	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	63
53	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	114
54	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	62
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	87

56	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	86
57	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	86
58	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	89
59	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	85	
60	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	61
61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	88
62	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91

Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	174.2097	1010.365	.778	.753
VAR00002	174.7419	1025.736	.346	.757
VAR00003	174.1774	1004.083	.868	.751
VAR00004	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00005	174.3387	1021.015	.554	.756
VAR00006	174.3065	1006.446	.726	.752
VAR00007	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00008	174.1774	1004.083	.868	.751
VAR00009	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00010	174.5161	1007.041	.712	.752
VAR00011	174.3065	1008.314	.751	.752
VAR00012	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00013	174.5161	1007.041	.712	.752
VAR00014	174.1452	1006.093	.924	.751
VAR00015	174.3387	1021.015	.554	.756
VAR00016	174.3548	1008.167	.728	.752
VAR00017	174.2097	1010.464	.883	.753
VAR00018	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00019	174.2742	1009.579	.832	.752
VAR00020	174.4194	1022.346	.438	.756
VAR00021	174.1452	1006.093	.924	.751
VAR00022	174.1613	1007.154	.844	.752
VAR00023	174.1129	1004.692	.929	.751
VAR00024	174.1774	1004.083	.868	.751
VAR00025	174.5161	1028.516	.334	.758
VAR00026	174.3548	1008.167	.728	.752
VAR00027	174.1129	1006.266	.890	.752
VAR00028	174.1613	1007.154	.844	.752
VAR00029	174.6774	1009.107	.568	.753
VAR00030	174.1452	1006.093	.924	.751
Total	88.6129	260.930	1.000	.976

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.976	30

Lampiran 6. Tabel r

Tabel r Product Moment											
Pada Sig.0,05 (Two Tail)											
N	r	N	r	N	r	N	r	N	r	N	r
1	0.997	41	0.301	81	0.216	121	0.177	161	0.154	201	0.138
2	0.95	42	0.297	82	0.215	122	0.176	162	0.153	202	0.137
3	0.878	43	0.294	83	0.213	123	0.176	163	0.153	203	0.137
4	0.811	44	0.291	84	0.212	124	0.175	164	0.152	204	0.137
5	0.754	45	0.288	85	0.211	125	0.174	165	0.152	205	0.136
6	0.707	46	0.285	86	0.21	126	0.174	166	0.151	206	0.136
7	0.666	47	0.282	87	0.208	127	0.173	167	0.151	207	0.136
8	0.632	48	0.279	88	0.207	128	0.172	168	0.151	208	0.135
9	0.602	49	0.276	89	0.206	129	0.172	169	0.15	209	0.135
10	0.576	50	0.273	90	0.205	130	0.171	170	0.15	210	0.135
11	0.553	51	0.271	91	0.204	131	0.17	171	0.149	211	0.134
12	0.532	52	0.268	92	0.203	132	0.17	172	0.149	212	0.134
13	0.514	53	0.266	93	0.202	133	0.169	173	0.148	213	0.134
14	0.497	54	0.263	94	0.201	134	0.168	174	0.148	214	0.134
15	0.482	55	0.261	95	0.2	135	0.168	175	0.148	215	0.133
16	0.468	56	0.259	96	0.199	136	0.167	176	0.147	216	0.133
17	0.456	57	0.256	97	0.198	137	0.167	177	0.147	217	0.133
18	0.444	58	0.254	98	0.197	138	0.166	178	0.146	218	0.132
19	0.433	59	0.252	99	0.196	139	0.165	179	0.146	219	0.132
20	0.423	60	0.25	100	0.195	140	0.165	180	0.146	220	0.132
21	0.413	61	0.248	101	0.194	141	0.164	181	0.145	221	0.131
22	0.404	62	0.246	102	0.193	142	0.164	182	0.145	222	0.131
23	0.396	63	0.244	103	0.192	143	0.163	183	0.144	223	0.131
24	0.388	64	0.242	104	0.191	144	0.163	184	0.144	224	0.131
25	0.381	65	0.24	105	0.19	145	0.162	185	0.144	225	0.13
26	0.374	66	0.239	106	0.189	146	0.161	186	0.143	226	0.13
27	0.367	67	0.237	107	0.188	147	0.161	187	0.143	227	0.13
28	0.361	68	0.235	108	0.187	148	0.16	188	0.142	228	0.129
29	0.355	69	0.234	109	0.187	149	0.16	189	0.142	229	0.129
30	0.349	70	0.232	110	0.186	150	0.159	190	0.142	230	0.129
31	0.344	71	0.23	111	0.185	151	0.159	191	0.141	231	0.129
32	0.339	72	0.229	112	0.184	152	0.158	192	0.141	232	0.128
33	0.334	73	0.227	113	0.183	153	0.158	193	0.141	233	0.128
34	0.329	74	0.226	114	0.182	154	0.157	194	0.14	234	0.128
35	0.325	75	0.224	115	0.182	155	0.157	195	0.14	235	0.127
36	0.32	76	0.223	116	0.181	156	0.156	196	0.139	236	0.127
37	0.316	77	0.221	117	0.18	157	0.156	197	0.139	237	0.127
38	0.312	78	0.22	118	0.179	158	0.155	198	0.139	238	0.127
39	0.308	79	0.219	119	0.179	159	0.155	199	0.138	239	0.126
40	0.304	80	0.217	120	0.178	160	0.154	200	0.138	240	0.126

Lampiran 7. Data Penelitian

No	Aktivitas penglihatan				Aktivitas lisan				Aktivitas mendengarkan				Aktivitas gerak				Aktivitas menulis				Aktivitas memecahkan masalah					Aktivitas emosional					Σ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	1	1	3	3	71
2	2	1	3	3	1	1	3	3	1	1	3	1	3	2	1	1	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	58
3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	62
4	1	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	63
5	3	3	3	1	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	60
6	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	3	3	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	66
7	2	2	2	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	1	3	1	2	2	3	1	1	1	3	65
8	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	1	2	2	1	1	2	3	1	2	1	3	1	2	3	64
9	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	1	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	3	2	1	3	3	1	73
10	2	3	1	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	49
11	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	3	2	3	2	2	72
12	2	4	3	3	2	3	3	3	1	3	3	1	2	2	3	1	3	1	3	4	2	1	1	1	1	1	3	1	1	3	65
13	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	3	71
14	2	1	1	3	2	1	3	3	2	3	3	1	2	2	3	2	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	3	2	3	66
15	2	1	1	1	2	3	2	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	51
16	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	2	58
17	4	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	1	1	1	3	3	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2	2	65
18	1	4	3	3	1	1	2	4	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	3	58
19	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	1	3	2	2	3	1	3	1	1	2	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	68
20	3	2	2	1	3	3	2	2	4	3	1	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	73
21	2	1	1	3	1	2	2	1	2	1	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	60
22	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	3	1	3	3	55
23	3	3	3	3	1	3	2	3	3	1	1	1	1	3	1	3	1	1	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	63
24	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	1	3	4	3	1	2	1	1	2	3	3	1	3	1	1	2	1	3	2	67

25	4	3	4	3	3	1	3	1	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	1	2	3	1	3	2	2	2	1	2	2	3	73	
26	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	76	
27	2	2	3	2	2	2	1	3	4	3	2	1	3	3	3	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	3	1	2	65	
28	3	3	3	3	3	3	1	1	3	1	1	1	3	1	1	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	69	
29	3	2	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	3	3	2	2	2	1	1	1	1	3	1	68	
30	3	3	2	3	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	74
31	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	1	1	3	3	3	74	
32	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	1	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	64	
33	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	65	
34	2	3	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	1	2	3	1	2	2	1	2	69	
35	1	1	1	1	1	1	1	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	70	
36	3	3	2	3	3	1	1	1	3	1	1	3	2	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	62
37	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	65	
38	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	63	
39	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	3	2	70	
40	1	1	1	1	1	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	65	
41	2	2	2	1	2	2	3	3	1	1	3	1	3	3	2	2	3	3	1	2	4	1	2	3	2	2	2	1	1	2	62	
42	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	61	
43	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	1	2	2	64	
44	3	2	3	2	2	1	3	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3	2	1	2	3	60	
45	2	3	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	3	3	2	3	2	2	71	
46	3	2	2	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	73	
47	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	1	2	1	3	2	1	3	2	71	
48	3	1	1	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	1	3	3	2	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	61	
49	2	2	3	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	1	72	
50	1	2	1	3	1	3	3	3	2	2	1	2	1	2	3	2	2	3	3	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	1	1	57
51	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	1	1	1	3	1	3	2	1	1	66	
52	1	3	3	2	3	3	2	1	1	1	1	3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	3	3	3	2	69	
53	1	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	68

54	3	2	2	3	1	1	1	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	2	1	3	1	65	
55	3	3	2	3	3	1	3	3	3	1	1	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	76		
56	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	1	2	2	2	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	3	69	
57	3	3	3	2	3	2	1	1	3	2	1	3	1	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	76	
58	1	2	3	2	1	2	1	3	1	3	1	3	3	2	3	3	3	1	3	1	3	1	1	1	2	2	2	2	3	1	60	
59	3	3	3	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	71	
60	1	1	3	2	1	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	70
61	1	1	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	2	2	2	2	1	3	3	58	
62	2	3	2	1	1	2	3	3	1	1	3	3	3	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	62	
63	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	3	1	3	1	1	2	1	58	
64	3	2	2	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	2	1	1	3	3	2	1	1	1	3	70	
65	1	2	2	3	1	1	3	3	1	1	2	2	2	3	3	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	3	2	3	56	
66	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	65	
67	1	1	2	1	1	3	3	2	3	3	3	1	3	1	2	1	1	3	3	3	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	64
68	3	3	1	3	1	2	2	2	2	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	66	
69	1	2	3	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	2	72	
70	3	3	2	1	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	61	
71	2	2	1	1	2	3	3	3	2	2	1	2	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	1	1	1	3	3	3	65	
72	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	1	1	1	3	3	1	2	53	
73	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	1	1	2	2	1	2	3	1	1	1	2	65	
74	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	78	
75	3	2	3	2	3	3	1	1	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	1	3	2	3	3	75	
76	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	2	3	2	3	2	77	
77	4	3	1	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	81	
78	4	2	2	1	3	3	1	1	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	1	2	1	3	2	3	2	3	3	74	
79	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	79	
80	4	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	1	3	2	3	3	81	
81	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	77	
82	3	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	79	

83	3	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	78		
84	2	2	1	3	3	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	70	
85	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	80		
86	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	81		
87	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	73	
88	3	3	1	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72
89	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	75	
90	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	81	
91	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	90	
92	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	90	
93	4	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	86	
94	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	3	91
95	3	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	1	2	3	2	3	2	2	2	79	
96	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	77	
97	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	81	
98	4	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	73	

Lampiran 8. Deskriptif Statistik

Statistics

	Keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK	Aktivitas penglihatan	Aktivitas lisan	Aktivitas mendengarkan	Aktivitas gerak	Aktivitas menulis	Aktivitas memecahkan masalah	Aktivitas emosional
N Valid	98	98	98	98	98	98	98	98
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	68,88	9,43	9,24	9,50	9,87	9,19	10,94	10,70
Median	69,00	10,00	9,00	10,00	10,00	10,00	11,00	11,00
Mode	65,00	10,00	8,00	10,00	9,00	10,00	9,00 ^a	12,00
Std. Deviation	8,39	1,99	1,78	2,05	1,95	1,95	2,31	2,18
Minimum	49,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	5,00	5,00
Maximum	91,00	14,00	13,00	15,00	14,00	12,00	15,00	16,00
Sum	6750,00	924,00	906,00	931,00	967,00	901,00	1072,00	1049,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lanjutan Lampian Deskriptif Statistik

Keaktifan peserta didik mengikuti pembelajaran PJOK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	49	1	1.0	1.0	1.0
	51	1	1.0	1.0	2.0
	53	1	1.0	1.0	3.1
	55	1	1.0	1.0	4.1
	56	1	1.0	1.0	5.1
	57	1	1.0	1.0	6.1
	58	5	5.1	5.1	11.2
	60	4	4.1	4.1	15.3
	61	3	3.1	3.1	18.4
	62	4	4.1	4.1	22.4
	63	3	3.1	3.1	25.5
	64	4	4.1	4.1	29.6
	65	11	11.2	11.2	40.8
	66	4	4.1	4.1	44.9
	67	1	1.0	1.0	45.9
	68	3	3.1	3.1	49.0
	69	4	4.1	4.1	53.1
	70	5	5.1	5.1	58.2
	71	5	5.1	5.1	63.3
	72	4	4.1	4.1	67.3
	73	6	6.1	6.1	73.5
	74	3	3.1	3.1	76.5
	75	2	2.0	2.0	78.6
	76	3	3.1	3.1	81.6
	77	3	3.1	3.1	84.7
	78	2	2.0	2.0	86.7
	79	3	3.1	3.1	89.8
	80	1	1.0	1.0	90.8
	81	5	5.1	5.1	95.9
	86	1	1.0	1.0	96.9
	90	2	2.0	2.0	99.0
	91	1	1.0	1.0	100.0
Total		98	100.0	100.0	

Aktivitas penglihatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	2	2.0	2.0	2.0
	5	2	2.0	2.0	4.1
	6	3	3.1	3.1	7.1
	7	10	10.2	10.2	17.3
	8	11	11.2	11.2	28.6
	9	19	19.4	19.4	48.0
	10	20	20.4	20.4	68.4
	11	16	16.3	16.3	84.7
	12	13	13.3	13.3	98.0
	13	1	1.0	1.0	99.0
	14	1	1.0	1.0	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas lisan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	1.0	1.0	1.0
	6	4	4.1	4.1	5.1
	7	8	8.2	8.2	13.3
	8	24	24.5	24.5	37.8
	9	20	20.4	20.4	58.2
	10	16	16.3	16.3	74.5
	11	13	13.3	13.3	87.8
	12	9	9.2	9.2	96.9
	13	3	3.1	3.1	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas mendengarkan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	1.0	1.0	1.0
	6	9	9.2	9.2	10.2
	7	7	7.1	7.1	17.3
	8	9	9.2	9.2	26.5
	9	16	16.3	16.3	42.9
	10	32	32.7	32.7	75.5
	11	11	11.2	11.2	86.7
	12	9	9.2	9.2	95.9
	14	1	1.0	1.0	96.9
	15	3	3.1	3.1	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas gerak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	4	1	1.0	1.0	1.0
	5	1	1.0	1.0	2.0
	6	4	4.1	4.1	6.1
	7	4	4.1	4.1	10.2
	8	11	11.2	11.2	21.4
	9	21	21.4	21.4	42.9
	10	17	17.3	17.3	60.2
	11	15	15.3	15.3	75.5
	12	19	19.4	19.4	94.9
	13	4	4.1	4.1	99.0
	14	1	1.0	1.0	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas menulis

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	6	6.1	6.1	6.1
	6	5	5.1	5.1	11.2
	7	9	9.2	9.2	20.4
	8	13	13.3	13.3	33.7
	9	14	14.3	14.3	48.0
	10	22	22.4	22.4	70.4
	11	20	20.4	20.4	90.8
	12	9	9.2	9.2	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas memecahkan masalah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	1.0	1.0	1.0
	6	2	2.0	2.0	3.1
	7	5	5.1	5.1	8.2
	8	6	6.1	6.1	14.3
	9	16	16.3	16.3	30.6
	10	10	10.2	10.2	40.8
	11	14	14.3	14.3	55.1
	12	16	16.3	16.3	71.4
	13	12	12.2	12.2	83.7
	14	14	14.3	14.3	98.0
	15	2	2.0	2.0	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Aktivitas emosional

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	1.0	1.0	1.0
	6	3	3.1	3.1	4.1
	7	2	2.0	2.0	6.1
	8	13	13.3	13.3	19.4
	9	9	9.2	9.2	28.6
	10	12	12.2	12.2	40.8
	11	19	19.4	19.4	60.2
	12	21	21.4	21.4	81.6
	13	9	9.2	9.2	90.8
	14	7	7.1	7.1	98.0
	15	1	1.0	1.0	99.0
	16	1	1.0	1.0	100.0
	Total	98	100.0	100.0	

Lampiran 9. Menghitung Norma Penilaian (PAP)

Tabel. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$Mi + 1,8 Sbi < X$	Sangat Tinggi
2	$Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$	Tinggi
3	$Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$	Cukup
4	$Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$	Rendah
5	$X \leq Mi - 1,8 Sbi$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = rata-rata

Mi = $\frac{1}{2}$ (skor maks ideal + skor min ideal)

Sbi = $\frac{1}{6}$ (skor maks ideal – skor min ideal)

Skor maks ideal = skor tertinggi

Skor min ideal = skor tekurang

Skor maks ideal	= $30 \times 4 = 120$
Skor min ideal	= $30 \times 1 = 30$
Mi	= $\frac{1}{2} (120 + 30) = 75$
Sbi	= $\frac{1}{6} (120 - 30) = 15$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $75 + (1,8 \times 15) < X$: $102 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $75 + (0,6 \times 15) < X \leq 75 + (1,8 \times 15)$: $84 < X \leq 102$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $75 - (0,6 \times 15) < X \leq 75 + (0,6 \times 15)$: $70 < X \leq 84$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $75 - (1,8 \times 15) < X \leq 75 - (0,6 \times 15)$: $52 < X \leq 70$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 75 - (1,8 \times 15)$: $X \leq 52$

Aktivitas penglihatan

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Aktivitas lisan

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Aktivitas mendengarkan

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Aktivitas gerak

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Aktivitas menulis

Skor maks ideal	$= 4 \times 4 = 16$
Skor min ideal	$= 4 \times 1 = 4$
Mi	$= \frac{1}{2} (16 + 4) = 10$
Sbi	$= \frac{1}{6} (16 - 4) = 2$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $10 + (1,8 \times 2) < X$: $14 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $10 + (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (1,8 \times 2)$: $11 < X \leq 14$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $10 - (0,6 \times 2) < X \leq 10 + (0,6 \times 2)$: $8 < X \leq 11$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $10 - (1,8 \times 2) < X \leq 10 - (0,6 \times 2)$: $5 < X \leq 8$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 10 - (1,8 \times 2)$: $X \leq 5$

Aktivitas memecahkan masalah

Skor maks ideal	$= 5 \times 4 = 20$
Skor min ideal	$= 5 \times 1 = 5$
Mi	$= \frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$
Sbi	$= \frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$
Sangat Tinggi	: $Mi + 1,8 Sbi < X$: $12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$: $17 < X$
Tinggi	: $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$: $12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$: $14 < X \leq 17$
Cukup	: $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$: $12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$: $11 < X \leq 14$
Rendah	: $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$: $12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$: $8 < X \leq 11$
Sangat Rendah	: $X \leq Mi - 1,8 Sbi$: $X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$: $X \leq 8$

Aktivitas emosional

Skor maks ideal = $5 \times 4 = 20$

Skor min ideal = $5 \times 1 = 5$

Mi = $\frac{1}{2} (20 + 5) = 12,5$

Sbi = $\frac{1}{6} (20 - 5) = 2,5$

Sangat Tinggi : $Mi + 1,8 Sbi < X$
: $12,5 + (1,8 \times 2,5) < X$
: **$17 < X$**

Tinggi : $Mi + 0,6 Sbi < X \leq Mi + 1,8 Sbi$
: $12,5 + (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (1,8 \times 2,5)$
: **$14 < X \leq 17$**

Cukup : $Mi - 0,6 Sbi < X \leq Mi + 0,6 Sbi$
: $12,5 - (0,6 \times 2,5) < X \leq 12,5 + (0,6 \times 2,5)$
: **$11 < X \leq 14$**

Rendah : $Mi - 1,8 Sbi < X \leq Mi - 0,6 Sbi$
: $12,5 - (1,8 \times 2,5) < X \leq 12,5 - (0,6 \times 2,5)$
: **$8 < X \leq 11$**

Sangat Rendah : $X \leq Mi - 1,8 Sbi$
: $X \leq 12,5 - (1,8 \times 2,5)$
: **$X \leq 8$**