

**PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* TERHADAP HASIL BELAJAR
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA & KESEHATAN PADA SISWA
KELAS X SMAN 1 GAMPING KAB. SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh :

Dhevina Putri Haryashena

NIM 18601244071

PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2022

**PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* TERHADAP HASIL BELAJAR
PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA & KESEHATAN PADA SISWA KELAS
X DI SMAN 1 GAMPING KAB. SLEMAN**

Oleh :

DHEVINA PUTRI HARYASHENA

18601244071

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil pembelajaran PJOK di kelas X di SMAN 1 Gamping Kab. Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Metode penelitian yang digunakan yaitu *one group pretest-posttest design*. Tempat penelitian dilakukan di SMAN 1 Gamping Kab. Sleman. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X dengan populasi 150 siswa dan sampel sebanyak 60 siswa dengan menggunakan teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah tes. Teknik analisis data yang digunakan yaitu statistik parametris dengan uji-t.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan ($t_{hitung} 19.895 > t_{tabel} 1.67109$) pada mata pelajaran PJOK di SMAN 1 Gamping setelah diterapkannya metode *blended learning*. Pengaruh yang dihasilkan tergolong tinggi dengan persentase kenaikan 26.6%. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode *blended learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar PJOK pada siswa kelas X di SMAN 1 Gamping.

Kata kunci : *Blended learning*, Hasil belajar PJOK, SMAN 1 Gamping

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dhevina Putri Haryashena

NIM : 18601244071

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi

Judul TAS : Pengaruh Metode Pembelajaran Blended Learning Terhadap Hasil Belajar PJOK Kelas X SMA N 1 Gamping Kab. Sleman

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, 18 Maret 2022

Yang Menyatakan,



Dhevina Putri Haryashena

NIM. 18601244071

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* TERHADAP HASIL
BELAJAR PJOK PADA SISWA KELAS X SMAN 1 GAMPING KAB.**

SLEMAN

Oleh:

Dhevina Putri Haryashena

18601244071

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

Yogyakarta, 18 Maret 2022

Mengetahui,

Koordinator Program Studi



Dr. Drs. Jaka Sunardi, M.Kes.

NIP. 196107311990011001

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd.

NIP. 197209042001122001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

PENGARUH METODE BLENDED LEARNING TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK PADA SISWA DI SMAN 1 GAMPING KAB. SLEMAN

Disusun Oleh :

DHEVINA PUTRI HARYASHENA

NIM. 18601244071

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

Negeri Yogyakarta

pada tanggal 25 Maret 2022

Nama/Jabatan
Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd.
Ketua Penguji/ Pembimbing

Nur Rohmah Muktiani, M.Pd
Sekretaris Penguji

Dr. Agus Sumhendartin S., M.Pd
Penguji Utama

Tanda Tangan

Tanggal

23-5-2022

29/5/2022

26-4-2022

Yogyakarta, 2 Juni 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707 198812 1001

MOTTO

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya” – Ali bin Abi Thalib

“ Pencapaian itu hasil dari proses yang panjang dan melelahkan. Kelak, semuanya akan terbukti apa-apa yang kita usahakan saat ini, akan membuat kita bersyukur nanti.” – Dhevina Putri Haryashena

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala karunia-Nya sehingga karya ini dapat terselesaikan dengan baik. Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada:

1. Ibu dan Nenek saya tercinta (Ibu Yusi Pratiwirum & Ibu Suratimah) yang sabar dalam menasehati, penuh kasih sayang dengan setulus hati yang selalu mendoakan ku tiada henti dan selalu memberikan dukungan.

2. Adik saya tercinta (Bima Putra Haryashena & Deandra Putri Haryashena), yang selalu memberi semangat dan mengajarkan saya untuk bersikap dewasa dalam menjalani hidup.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Pemurah, atas segala limpahan kasih dan karunia-Nya, sehingga penulis skripsi dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh metode blended learning terhadap hasil belajar PJOK kelas X SMAN 1 Gamping Kab. Sleman” Penulis skripsi sadar bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat terwujud. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis skripsi menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar membimbing serta memberikan saran, arahan dan dorongan kepada penulis sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan.
2. Ibu Nur Rohmah Muktiani, M.Pd selaku tim penguji ujian tugas akhir skripsi, yang telah memberikan arahan, bimbingan, masukan dan nasihat, sehingga tugas akhir ini dapat diperbaiki sebagaimana mestinya.
3. Bapak Dr. Agus Sumhendartin S., M.Pd selaku tim penguji ujian tugas akhir skripsi, yang telah memberikan arahan, bimbingan, masukan dan nasihat, sehingga tugas akhir ini dapat diperbaiki sebagaimana mestinya.
4. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M. Kes., AIFO selaku Koordinator Program Studi PJKR yang telah memberikan banyak pengarahan untuk cepat menyelesaikan studi.
5. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M. Kes., AIFO. selaku Ketua Jurusan POR Fakultas Ilmu Keolahragaan atas motivasinya.
6. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan dalam pelaksanaan
7. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M. Kes selaku Rektor UNY atas pemberian kesempatan dalam menempuh studi S1.

8. Seluruh dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY yang telah membekali ilmu yang sangat berguna bagi penulis untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi.
9. Kedua orangtua dan adik saya tercinta yang selalu menyayangi dan mendoakan untuk kebaikan saya.
10. Guru dan Siswa SMAN 1 Gamping yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
11. Teman-teman angkatan 2018 yang selalu bekerjasama dan berbagi kebahagiaan selama perkuliahan.
12. Semua pihak yang telah membantu sehingga tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan dengan lancar.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak sangat diharapkan. Harapan kami semoga penulisan Tugas Akhir Skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, baik mahasiswa, dosen, maupun masyarakat.

Yogyakarta, 18 Maret 2022

Penulis



Dhevina Putri H

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Landasan Teori.....	6
B. Penelitian yang relevan	23
C. Kerangka Berfikir.....	24
D. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Desain Penelitian.....	27
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
D. Populasi dan Sampel Penelitian	29
E. Tempat dan Waktu Penelitian	30
F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	31
G. Analisis Instrumen	34
H. Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	38
B. Hasil Uji Prasyarat	42
C. Uji Hipotesis	44
D. Pembahasan.....	49
E. Keterbatasan Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	52
B. Implikasi Hasil Penelitian	52
C. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berpikir	25
Gambar 2. Diagram Hasil Nilai <i>Pretest</i>	40
Gambar 3. Diagram Hasil Nilai <i>Posttest</i>	41
Gambar 4. Perbandingan Rerata Nilai <i>Pretest</i> & <i>Posttest</i>	49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi – Kisi Instrumen Tes	33
Tabel 2. Analisis Data <i>Pretest</i>	39
Tabel 3. Data Frekuensi Nilai <i>Pretest</i>	39
Tabel 4. Analisis data <i>Posttest</i>	40
Tabel 5. Data Frekuensi Nilai <i>Posttest</i>	41
Tabel 6 Data Uji Normalitas	42
Tabel 7. Data Uji Homogenitas Pretest & Posttest	43
Tabel 8. Hasil Uji <i>Paired Samples Statistics</i>	44
Tabel 9. Hasil Uji <i>Paired Samples Correlations</i>	45
Tabel 10. Data Hasil Uji-T (<i>Paired Sample Test</i>).....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	57
Lampiran 2. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	58
Lampiran 3. <i>Expert Judgement</i> oleh Dosen Ahli	59
Lampiran 4. Perhitungan Distribusi Data.....	60
Lampiran 5. Uji Normalitas Data.....	62
Lampiran 6. Uji Homogenitas Data	66
Lampiran 7. Uji Hipotesis	67
Lampiran 8. Silabus	68
Lampiran 9. RPP Pembelajaran Daring & Luring	70
Lampiran 10. Jadwal Pelajaran	83
Lampiran 11. Instrumen Penelitian	84
Lampiran 12. Hasil Penelitian.....	93
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	96

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan di Indonesia merupakan aspek penting yang bertujuan untuk meningkatkan potensi yang ada pada peserta didik. Selama proses kegiatan belajar mengajar, peran aktif guru sebagai pendidik dan siswa sebagai peserta didik sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan belajar yang maksimal. Sebaliknya, jika salah satu pihak baik dari pendidik dan peserta didik tidak berperan aktif, maka hasil yang diperoleh pun kurang maksimal. Namun tidak hanya pendidik dan peserta didik saja yang mempengaruhi keberhasilan dalam belajar, situasi dan keadaan juga sangat berpengaruh dalam proses kegiatan belajar mengajar seperti yang sedang dialami saat ini yaitu pandemi *COVID-19* yang disebabkan oleh virus corona dan mulai mewabah di Indonesia sejak awal tahun 2020. Banyak aspek kehidupan masyarakat yang mengalami perubahan, salah satunya yaitu sistem pendidikan. Dalam kegiatan belajar mengajar yang sebelumnya dilakukan melalui tatap muka menjadi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di rumah masing-masing demi mencegah adanya penularan virus di lingkungan sekolah.

Pada masa pandemi *COVID-19* ini mata pelajaran PJOK dirasa sangat menyulitkan terutama dalam mempraktikkan sebuah gerakan, karena PJOK sangat erat kaitannya dengan praktik yang menuntut guru untuk lebih kreatif dan inovatif dalam menentukan metode pembelajaran yang tepat sebagai penyesuaian terhadap kondisi saat ini. Dalam pengamatan penulis di SMAN 1 Gamping selama proses Kegiatan

Belajar Mengajar (KBM) banyak peserta didik yang pasif dalam kelas sewaktu penyampaian materi dikarenakan guru yang masih menggunakan metode konvensional. Serta kurangnya pemanfaatan ICT pada pembelajaran PJOK yang membuat proses pembelajaran dari Guru dikatakan kurang menarik dengan mengandalkan penggunaan media pembelajaran *Google Classroom* yang monoton tanpa adanya interaksi dengan peserta didik secara langsung dan kurang memperhatikan peserta didik tersebut menerima atau tidak materi yang diajarkan. Beberapa kendala yang dialami oleh peserta didik maupun pendidik, mulai dari penggunaan kuota internet yang berlebih, sinyal yang terkadang tidak stabil, dan bahkan masih ada peserta didik yang belum mempunyai fasilitas yang memadai untuk kegiatan belajar mengajar.

Dalam penelitian ini menggunakan sampel dari kelas X dikarenakan kelas X masuk pada tahun ajaran baru, serta berdasarkan observasi yang dilakukan pada saat pelaksanaan PK (Praktik Kependidikan) di SMA N 1 Gamping, peserta didik kelas X masih merupakan masa transisi dengan lingkungan sekolah yang baru dan biasanya masih tergolong individual sehingga lebih valid dalam pengambilan data tes tanpa adanya kerjasama dengan peserta didik lainnya. Sesuai dengan data dari perolehan nilai *pretest* mata pelajaran PJOK di SMAN 1 Gamping Kelas X sebelum adanya perlakuan terdapat 119 peserta didik dari 150 jumlah keseluruhan yang mendapatkan nilai dibawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM).

Maka dari itu, peran sinergis guru dan orang tua sangat dibutuhkan untuk mendukung keberhasilan dalam proses pembelajaran. Seorang guru harus bisa lebih

adaptif, kreatif dan inovatif dalam menerapkan metode pembelajaran yang tepat di masa pandemi seperti ini terutama dalam mata pelajaran PJOK. Dengan adanya fasilitas *e-learning* dan digabungkan dengan membentuk kelompok belajar kecil dalam mengerjakan proyek, eksperimen, inovasi untuk meningkatkan kemampuan kognitif siswa yang menggunakan dua pendekatan sekaligus. Yaitu dengan menggunakan sistem daring sekaligus luring.

Kemajuan teknologi yang sangat cepat dan juga tersedianya jaringan internet yang membuat pola pikir individu menjadi lebih luas, meskipun terdapat perbedaan ruang dan waktu namun tidak menghambat pengetahuan, informasi dan komunikasi antara guru dan siswa terutama pada masa pandemi *COVID-19* ini. Maka metode pembelajaran *blended learning* menjadi salah satu alternatif yang dapat diterapkan khususnya di bidang Pendidikan Jasmani & Olahraga yang melibatkan aspek motorik atau gerak meskipun unsur kognitif juga berperan dalam proses pembelajarannya. (Firdaus, 2020, p. 2)

Oleh karena itu, penelitian ini diangkat agar peneliti maupun Guru PJOK mengetahui pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK, serta mampu menguasai dan menerapkan metode pembelajaran *blended learning* serta mampu mendesain media pembelajaran yang nantinya dapat mendorong minat belajar siswa, sehingga siswa pun tidak merasa jenuh saat mengikuti proses pembelajaran.

B. Identifikasi Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping yang masih belum memenuhi KKM
2. Kurangnya pemanfaatan ICT dalam pembelajaran daring dan pembelajaran luring yang masih konvensional dalam penyampaian materi yang digunakan guru
3. Peserta didik kelas X di SMAN 1 Gamping yang masih kurang beradaptasi dalam pelaksanaan pembelajaran daring & luring yang diterapkan di sekolah

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan yang dibahas pada penelitian ini tidak terlalu luas, maka peneliti membatasi permasalahan penelitian ini pada pengaruh pendekatan pembelajaran melalui metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK pada siswa kelas X SMAN 1 Gamping

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas, maka penelitian ini dapat dirumuskan untuk mengetahui “Adakah pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK pada siswa kelas X di SMAN 1 Gamping?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dipaparkan, secara umum tujuan dari penelitian ini untuk memperoleh informasi mengenai pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar khususnya pada mata pelajaran PJOK kelas X di SMAN 1 Gamping.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang besar untuk berbagai pihak, salah satunya yakni sebagai berikut.

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu bermanfaat sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang dan juga mampu memberikan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang strategi belajar maupun metode pembelajaran yang inovatif pada mata pelajaran PJOK di masa Pandemi.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Peneliti, dapat dijadikan sebagai acuan dalam melakukan penelitian, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hasil belajar siswa dan metode pembelajaran yang tepat disaat pandemi *COVID-19*.
- b. Bagi Siswa, memberikan kemudahan bagi siswa untuk memahami materi serta berperan aktif dalam proses pembelajaran dengan luring atau tanpa perlu tatap muka langsung.
- c. Bagi Guru, penelitian ini dapat memberikan solusi terhadap efek pandemic *COVID-19* ini untuk mengatasi permasalahan pembelajaran yang berkaitan dengan hasil belajar siswa yang tidak bisa dilakukan secara tatap muka.
- d. Bagi SMAN 1 Gamping, hasil penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai masukan dalam pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM).

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani merupakan suatu proses Pendidikan melalui aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, kecerdasan emosional, sikap sportif, pengetahuan dan perilaku hidup sehat (Immamulhaq M.I. & Saputra Y.M, 2021). Dalam KTSP tahun 2006 (Depdiknas, 2006: 204) diuraikan tentang Penjas sebagai berikut: Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, keterampilan motorik, berpikir kritis, emosional, perilaku moral, dan berbagai aspek dalam pola hidup sehat, serta pengenalan lingkungan yang sehat melalui aktivitas PJOK yang direncanakan secara sistematis untuk mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani merupakan latihan yang dimanfaatkan dan dikembangkan dalam Pendidikan. Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani adalah usaha yang dilakukan oleh seorang guru dalam peningkatan kebugaran jasmani, kemampuan motorik, berpikir kritis dan perilaku moral melalui berbagai macam aktivitas permainan, olahraga dan Pendidikan Kesehatan. Sehingga anak dapat menjalankan pola hidup sehat. (Subagiyo dkk, 2008:18).

Berdasarkan penjelasan diatas, dikatakan bahwa Pendidikan jasmani merupakan suatu proses Pendidikan dengan melakukan aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan motorik, perilaku moral dan pengetahuan dalam berperilaku pola hidup sehat.

2. Tujuan Pendidikan Jasmani

Dalam Kurikulum Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Atas menjelaskan bahwa PJOK sendiri memiliki tujuan dalam pelaksanaannya. Yaitu :

- a) Tujuan untuk percaya diri, pengembangan daya ingat, keterampilan fundamental dalam berbicara, menulis, menghitung, melihat dan mendengar untuk memperoleh pengetahuan mengenai pola hidup sehat, kehidupan bermasyarakat, pengembangan hiburan, intelegensi, dan peningkatan budi pekerti untuk siswa SMA.
- b) Tujuan yang berhubungan dengan kemanusiaan, siswa SMA mampu bersikap saling menghormati, persahabatan, kerjasama, berbudi pekerti yang luhur, menghargai keluarga dan bersikap demokrasi di rumah.
- c) Tujuan efisiensi ekonomi: menghormati pekerjaan, berkemampuan menyaring hal-hal yang berhubungan dengan informasi, berhubungan dengan efisiensi, berhubungan dengan apresiasi dan penyesuaian, ekonomi pribadi, pertimbangan terhadap pemakai, efisiensi dalam belanja dan perlindungan terhadap pemakai.

- d) Tujuan yang berhubungan dengan tanggung jawab sebagai warga negara yang baik dan berkeadilan sosial, pengertian terhadap masyarakat, penilaian terhadap kritik, toleransi dan taat terhadap demokrasi.

Dalam UU Republik Indonesia No 2 tahun 1989 Tentang sistem pendidikan Nasional pada BAB II pasal 4 disebutkan bahwa: Tujuan dari Pendidikan Nasional yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan Indonesia seutuhnya, yaitu dengan beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, mempunyai pengetahuan dan keterampilan, Kesehatan jasmani dan rohani, memiliki kepribadian yang mandiri serta rasa tanggung jawab terhadap bangsa dan masyarakat.

Berdasarkan penjelasan di atas, dikatakan bahwa tujuan Pendidikan jasmani terdiri dari beberapa aspek yang terdiri dari percaya diri, sikap kemanusiaan, efisiensi ekonomi dan yang berhubungan dengan tanggung jawab warga negara yang baik dan berkeadilan sosial.

3. Materi Pendidikan Jasmani

Seorang guru PJOK harus menggunakan materi yang tepat dengan mengacu pada kebutuhan individual, sehingga dalam proses kegiatan belajar mengajar (KBM) dapat berjalan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, materi pembelajaran tersebut digunakan untuk mewujudkan terselenggaranya beberapa tujuan yang telah dirancang. (Subagiyo, dkk 2008: 134).

Materi penjasorkes meliputi kegiatan praktik keterampilan dasar permainan dan olahraga, aktivitas pengembangan motorik, aktivitas ritmis, akuatik dan aktivitas luar

kelas. Sehingga seorang guru mampu menerapkan tujuan umum menjadi tujuan yang sifatnya khusus, serta memilih materi sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. (Samsudin, 2008:5)

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa materi penjas mengacu pada kebutuhan individual guna mencapai tujuan yang ingin dicapai yang meliputi kegiatan praktik berupa keterampilan dasar dalam sebuah permainan dan olahraga, pengembangan motoric, aktivitas ritmik, akuatik dan luar kelas.

4. Metode Pembelajaran

Metode pembelajaran digunakan untuk membantu peserta didik dalam menemukan informasi, ide, keterampilan, berpikir kritis dan mengekspresikan ide serta sebagai pedoman bagi perancang maupun guru dalam merencanakan proses kegiatan belajar mengajar. Menurut Hastuti (2015: 113) seorang guru dituntut dapat menyajikan dan memilih metode pembelajaran yang tepat sesuai dengan umur peserta didik, karena dengan pemilihan metode yang tepat maka guru akan dengan mudah menyampaikan materi dan siswa juga akan merasa senang dengan pembelajaran tersebut sehingga tujuan dari pembelajaran akan mudah untuk tersampaikan

a. Pengertian Metode Pembelajaran

Suprijono (2012: 45) menyebutkan bahwa metode pembelajaran merupakan pokok utama praktik pembelajaran yang dirancang berdasarkan implementasi kurikulum dan implikasinya di kelas. Melalui metode pembelajaran ini dapat membantu peserta didik dalam menggali informasi, ide, keterampilan, berpikir kritis

dan mengekspresikan ide. Arends dalam Trianto (2010: 54) menyebutkan bahwa dalam memilih metode pembelajaran didasarkan pada dua alasan penting yaitu metode pembelajaran memiliki arti yang lebih luas daripada strategi, metode, dan prosedur serta metode pembelajaran dapat berfungsi sebagai sarana komunikasi dalam proses pembelajaran.

b. Ciri-ciri Metode Pembelajaran

Menurut Rusman (2011: 136), ciri-ciri metode pembelajaran adalah sebagai berikut:

- 1) Suatu metode pembelajaran yang akan digunakan harus memperhatikan tujuan dari perancangan metode tersebut yaitu untuk melatih partisipasi dalam kelompok secara demokratis.
- 2) Suatu metode pembelajaran harus memiliki tujuan tertentu yang dapat dicapai melalui metode tersebut.
- 3) Metode pembelajaran disusun untuk dapat dijadikan acuan untuk melakukan perbaikan proses pembelajaran.
- 4) Metode pembelajaran memiliki beberapa bagian yaitu urutan langkah pembelajaran, adanya prinsip-prinsip reaksi, adanya sistem sosial, dan terdapat suatu sistem pendukung.
- 5) Penerapan metode pembelajaran dapat memberikan dampak terhadap proses pembelajaran secara keseluruhan baik dilihat dari segi pembelajaran dengan hasil belajar yang dapat diukur maupun dari hasil belajar jangka panjang.

- 6) Membuat persiapan mengajar dengan acuan metode pembelajaran yang telah ditentukan.

c. Macam-Macam Metode Pembelajaran

beberapa metode pembelajaran yang dikembangkan oleh para ahli diantaranya adalah sebagai berikut:

1) Metode Pembelajaran Kontekstual

Metode pembelajaran kontekstual ini mengacu pada konsep belajar yang mendorong guru untuk memahami hubungan yang relevan antara materi dan situasi di lingkungan siswa (Nurhadi, 2003). Suprijono (2012:79), menyebutkan bahwa pembelajaran kontekstual merupakan konsep yang membantu guru dalam menghubungkan antara materi yang diajarkan dengan situasi di dunia nyata dan mendorong peserta didik untuk menciptakan hubungan antara pengetahuan yang dimiliki dengan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari di kalangan masyarakat dan lingkungan sekitar.

2) Metode Pembelajaran Kooperatif

Metode pembelajaran kooperatif ini memfokuskan pada pembentukan kelompok kecil dalam bekerjasama untuk memaksimalkan tujuan yang akan dicapai. Sanjaya (2009: 246-247), pembelajaran kooperatif memiliki empat prinsip utama yaitu: prinsip ketergantungan positif, tanggung jawab perseorangan, interaksi tatap muka, dan partisipasi dan komunikasi.

3) Metode Pembelajaran Kuantum

Metode pembelajaran kuantum merupakan rangkaian dari berbagai teori atau pandangan psikologi kognitif dan pemrograman neurologi yang jauh sebelumnya sudah ada. Metode pembelajaran kuantum memiliki beberapa karakteristik umum, seperti pembelajaran ini berlandaskan pada psikologi kognitif, lebih bersifat humanistik, bersifat konstruktivistis bukan behavioristik, memusatkan perhatian pada interaksi yang bermakna, menekankan pada pembelajaran yang cepat dengan hasil yang tinggi, mengutamakan keberagaman dan kebebasan, dan mengintegrasikan totalitas tubuh dan pikiran. (Sugiyanto, 2010: 73-78)

4) Metode Pembelajaran Terpadu

Metode pembelajaran terpadu adalah metode yang menggabungkan beberapa pokok bahasan untuk disajikan dalam satu tema. Dengan pembelajaran ini, siswa mendapatkan pengalamannya langsung sehingga dapat menambahkan kemampuan dalam menerima, menyimpan, dan membuat kesan tentang sesuatu yang dipelajari. (Sugiyanto, 2010: 126-127)

5) Metode Pembelajaran Berbasis Masalah

Metode pembelajaran berbasis masalah atau sering juga disebut *Problem based learning* yaitu dengan melibatkan psikologi kognitif sebagai dorongan dalam teoritisnya. Pembelajaran ini memfungsikan guru sebagai pembimbing dan fasilitator sehingga peserta didik dapat berpikir dan menyelesaikan masalahnya sendiri. (Sugiyanto, 2010: 152).

6) Metode Pembelajaran *Blended Learning*

Metode pembelajaran campuran yang terfokus pada penggabungan metode Online dan Tatap muka. Dalam penggunaan teknologi baru dalam memadukan metode penyampaian melalui kedua gaya pembelajaran tatap muka dengan pembelajaran elektronik terjadi antara guru dan peserta didik. (Ismael 2009) dalam Abdel, (2017, p. 246).

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa metode pembelajaran merupakan suatu unsur penting dalam pelaksanaan pembelajaran dalam merencanakan proses kegiatan belajar mengajar sesuai dengan usia peserta didik untuk membantu peserta didik dalam menemukan informasi, ide, keterampilan, berpikir kritis dan mengekspresikan ide. Yang memiliki beberapa ciri-ciri : harus memperhatikan tujuan dari perancangan metode tersebut, harus memiliki tujuan tertentu yang dapat dicapai melalui metode tersebut, dapat dijadikan acuan, metode pembelajaran memiliki beberapa bagian yaitu urutan langkah pembelajaran, adanya prinsip-prinsip reaksi, adanya sistem sosial, dan terdapat suatu sistem pendukung.

Dengan macam macam metode pembelajaran yang terdiri dari: Metode Pembelajaran Kontekstual, Metode Pembelajaran Kooperatif, Metode Pembelajaran Kuantum, Metode Pembelajaran Terpadu, Metode Pembelajaran Berbasis Masalah, Metode Pembelajaran *Blended Learning*

5. *Blended Learning*

a. Pengertian *Blended Learning*

Secara etimologi istilah *Blended Learning* terdiri dari dua kata yaitu *Blended* dan *Learning*. Kata *blend* berarti campuran, bersama untuk meningkatkan kualitas agar bertambah baik atau formula suatu penyelarasan kombinasi atau perpaduan. Sedangkan *learning* memiliki makna umum yakni belajar, dengan demikian sepintas mengandung makna pola pembelajaran yang mengandung unsur pencampuran, atau penggabungan antara satu pola dengan pola yang lainnya.

Menurut Alekse & Chris (2004), dalam Abdel, (2017, p. 246) “*An education that uses a set of affective methods, including many introductions, teaching methods and pattern of learning that’s make learning and education process easy. It’s based of blending between of the classical styles, where students meet face-to-face with tutor and between the online learning*” dijelaskan bahwa jenis Pendidikan dalam suatu kelompok belajar sebagai sarana yang efektif dari sekian banyak pendekatan metode & pola pembelajaran yang memudahkan kedua proses pembelajaran yang dibangun atas dasar perpaduan pembelajaran klasik, dimana siswa bertemu tatap muka dengan guru dan dengan pembelajaran secara daring.

Sedangkan menurut Husamah (2014), dalam Firdaus, (2020, p. 1) menyatakan bahwa *blended learning* merupakan metode pembelajaran dengan kombinasi antara pertemuan tatap muka (*face-to-face*) dengan pembelajaran online (*e-learning*) dengan konsep baru dalam pembelajaran dimana penyampaian materi secara fleksibel karena dapat dilaksanakan di dalam kelas pada jam pelajaran maupun secara online dengan waktu dan tempat yang berbeda. Dalam *blended learning* akan lebih bervariasi dan tidak membosankan karena adanya kolaborasi antara sumber belajar *online* dan

offline, dengan memanfaatkan berbagai sumber teknologi sebagai sarana pendukung yang efektif.

Berdasarkan pengertian diatas, dikatakan bahwa *blended learning* merupakan kata gabungan dari *blended* dan *learning* yang memiliki arti kombinasi atau perpaduan dalam pembelajaran pertemuan tatap muka (*face-to-face*) dengan pembelajaran online (*e-learning*) dengan konsep baru dalam pembelajaran dimana penyampaian materi secara fleksibel karena dapat dilaksanakan di dalam kelas pada jam pelajaran maupun secara online dengan waktu dan tempat yang berbeda.

b. Karakteristik Blended Learning

Terdapat beberapa macam pembelajaran konvensional, seperti pelatihan, pembelajaran di kelas, dan mentoring, tetapi juga terdapat macam-macam pilihan pembelajaran elektronik, mulai dari kelas *e-learning*, online sistem penunjang, template, alat bantu pendukung keputusan dan basis pengetahuan (Sutopo, 2012: 167). McSporran dan King (2002) mengatakan bahwa *blended learning* adalah metode campuran yang dipilih dan digunakan dalam melaksanakan bermacam-macam pembelajaran sesuai kebutuhan pengguna yang berbeda-beda. Dengan demikian, *blended learning* berarti penggunaan dua atau lebih metode pembelajaran yang berbeda, termasuk kombinasi sebagai berikut:

- 1) Kombinasi pembelajaran tatap muka dikelas dengan pembelajaran online.
- 2) Kombinasi pembelajaran online dengan akses pada instruktur atau anggota belajar.
- 3) Kombinasi simulasi dengan pembelajaran terstruktur

- 4) Kombinasi *on-the-job training* dengan sesi informal
- 5) Kombinasi pelatihan manajerial dengan aktifitas e-learning

Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan di atas, karakteristik *blended learning* adalah sumber suplemen, dengan pendekatan tradisional juga mendukung lingkungan belajar virtual melalui suatu lembaga, rancangan pembelajaran yang mendalam pada saat perubahan tingkat praktik pembelajaran dan pandangan tentang semua teknologi digunakan untuk mendukung pembelajaran.

c. Tujuan *Blended Learning*

- 1) Membantu peserta didik untuk berkembang lebih baik di dalam proses belajar, sesuai dengan gaya belajar dan preferensi dalam belajar.
- 2) Menyediakan peluang yang praktis realistis bagi guru dan peserta didik untuk pembelajaran secara mandiri, bermanfaat, dan terus berkembang.
- 3) Peningkatan penjadwalan fleksibilitas bagi peserta didik, dengan menggabungkan aspek terbaik dari tatap muka dan instruksi online. Kelas tatap muka dapat digunakan untuk melibatkan para siswa dalam pengalaman interaktif. Sedangkan porsi online memberikan peserta didik dengan konten multimedia yang kaya akan pengetahuan pada setiap saat, dan di mana saja selama peserta didik memiliki akses Internet.
- 4) Mengatasi masalah pembelajaran yang membutuhkan penyelesaian melalui penggunaan metode pembelajaran yang bervariasi

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa tujuan dari *blended learning* yaitu : membantu peserta didik untuk berkembang,

menyediakan peluang bagi guru dan peserta didik, meningkatkan fleksibilitas bagi peserta didik dengan menggabungkan luring dan daring, mengatasi masalah pembelajaran dengan metode yang bervariasi.

d. Manfaat *Blended Learning*

- 1) Proses belajar mengajar tidak hanya tatap muka saja, tetapi ada penambahan waktu pembelajaran dengan memanfaatkan media *online*.
- 2) Mempermudah dan mempercepat proses komunikasi antara guru dan siswa (mitra belajar).
- 3) Membantu memotivasi keaktifan siswa untuk ikut terlibat dalam proses pembelajaran. Hal ini akan membentuk sikap kemandirian belajar pada siswa.
- 4) Meningkatkan kemudahan belajar sehingga siswa menjadi puas dalam belajar

e. Kelebihan dan Kekurangan *Blended Learning*

Kelebihan *blended learning* menurut Nazaruddin (2021, p.7)

- 1) Dapat digunakan sebagai penyampaian pembelajaran secara kondisional kapan saja dan dimana saja.
- 2) Pembelajaran dapat dilakukan secara mandiri maupun konvensional yang keduanya memiliki kelebihan untuk saling melengkapi
- 3) Pembelajaran lebih efektif dan efisien
- 4) Dengan adanya *blended learning* maka siswa semakin mudah dalam mengakses materi pembelajaran.

- 5) Pembelajaran menjadi lebih luwes dan tidak kaku.

Kekurangan *blended learning* menurut Nazaruddin (2021, p.8)

- 1) Media yang dibutuhkan terlalu beragam, sehingga sulit diterapkan apabila sarana dan prasarana tidak mendukung.
- 2) Tidak meratanya fasilitas yang dimiliki peserta didik terutama internet. Padahal dalam *blended learning* diperlukan akses Internet yang memadai, apabila jaringan kurang memadai akan menyulitkan peserta dalam mengikuti pembelajaran *online*.
- 3) Kurangnya edukasi masyarakat mengenai penggunaan teknologi
- 4) Membutuhkan strategi pembelajaran yang tepat untuk dapat memaksimalkan potensi dari *blended learning*.

f. Komponen *Blended Learning*

1) *E-learning*

Koran (2002), mendefinisikan *e-learning* sebagai sembarang pengajaran dan pembelajaran yang menggunakan rangkaian elektronik (LAN, WAN, atau Internet) untuk menyampaikan isi pembelajaran, interaksi atau bimbingan. Rossenburg (Surya, 2002:8) mengatakan bahwa *e-learning* merupakan suatu penggunaan teknologi Internet dalam menyampaikan pembelajaran dalam jangkauan yang luas yang beandaskan tiga kriteria dasar yaitu : *E-Learning* bersifat jaringan, yang membuatnya mampu memperbaiki secara cepat, menyimpan atau memunculkan kembali, mendistribusikan dan sharing pembelajaran serta informasi. Kriteria ini sangatlah penting dalam *e-learning*, sehingga Rosenberg menyebutnya sebagai persyaratan

absolute, *E-Learning* dikirimkan kepada pengguna melalui teknologi computer dengan menggunakan standar teknologi internet, *E-Learning* terfokus pada pandangan pembelajaran yang paling luas, solusi pembelajaran yang mengungguli paradigma tradisional dalam pembelajaran.

Adapun manfaat dari penggunaan *e-learning* yaitu:

a) Bagi Siswa

Dengan kegiatan pembelajaran melalui *e-learning* dimungkinkan berkembangnya fleksibilitas belajar siswa yang optimal, dimana siswa dapat mengakses bahan-bahan belajar setiap saat dan berulang-ulang. Di samping itu siswa juga dapat berkomunikasi dengan guru setiap saat. Hal ini tentu berbeda dengan pembelajaran konvensional, dimana proses belajar siswa dan guru telah ditentukan waktu dan tempatnya.

b) Bagi Guru

Menurut Soekatawi (2003), dengan adanya kegiatan pembelajaran *e-learning* ada beberapa manfaat yang diperoleh guru, yaitu: Lebih mudah melakukan pemutakhiran bahan-bahan belajar yang menjadi tanggung jawabnya sesuai dengan tuntutan perkembangan keilmuan yang terjadi, mengembangkan diri atau melakukan penelitian guna peningkatan wawasannya karena waktu luang yang dimiliki relatif lebih banyak, mengontrol kebiasaan belajar peserta didik. Bahkan, guru juga dapat mengetahui kapan peserta didiknya belajar, topik apa yang dipelajari, berapa lama suatu topik dipelajari, serta berapa kali topik tertentu dipelajari ulang, mengecek apakah peserta didik telah mengerjakan soalsoal latihan setelah mempelajari topik

tertentu, serta memeriksa jawaban peserta didik dan memberitahukan hasilnya kepada peserta didik.

Sedangkan manfaat pembelajaran elektronik menurut A.W.Bates (1995) dan K.Wulf (1996) terdiri atas 4 hal, yaitu: meningkatkan kadar pembelajaran antara siswa dan guru (*enhance interactivity*), memungkinkan terjadinya interaksi pembelajaran dari mana dan kapan saja (*time and place fleksibility*), menjangkau peserta didik dalam cakupan yang luas (*potential to reach a global audience*), dan mempermudah penyempurnaan dan penyampaian materi pembelajaran (*easy updating of contents as well as archivable capabilities*).

c) Bagi Sekolah

Dengan adanya metode pembelajaran *e-learning* berbasis web, maka di sekolah: Akan tersedia bahan ajar yang telah divalidasi sesuai dengan bidangnya sehingga setiap guru dapat menggunakan dengan mudah serta efektivitas dan efisiensi pembelajaran di jurusan secara keseluruhan akan meningkat, pengembangan isi pembelajaran akan sesuai dengan pokok-pokok bahasan, sebagai pedoman praktis implementasi pembelajaran sesuai dengan kondisi dan karakteristik pembelajaran, dan mendorong menimbulkan sikap kerja sama antara guru dengan guru, guru dengan siswa dalam memecahkan masalah pembelajaran.

2) Pembelajaran Tatap Muka

Menurut Sudirman dan Rusyan (1990), Pembelajaran tatap muka merupakan metode pembelajaran yang sampai saat ini masih terus dilakukan dan sangat sering digunakan dalam proses pembelajaran. Pembelajaran tatap muka merupakan salah

satu bentuk metode pembelajaran konvensional yang mempertemukan guru dengan murid dalam satu ruangan untuk belajar.

Pembelajaran tatap muka guru atau pembelajar akan menggunakan berbagai macam metode dalam proses pembelajarannya untuk membuat proses belajar lebih aktif dan menarik. Metode pembelajaran yang biasanya digunakan adalah :

a) Metode ceramah

Metode yang paling sederhana karena guru hanya menyampaikan materi pembelajaran melalui kegiatan berbicara/ceramah di depan kelas dan terkadang menggunakan media lain untuk menunjang proses pembelajaran

b) Metode penugasan

Metode pembelajaran dengan memberikan penugasan untuk dikerjakan didalam kelas, melatih kemandirian dan tanggung jawab siswa.

c) Metode tanya jawab

Metode pembelajaran yang menimbulkan interaksi antara siswa dengan guru, guru memberikan pertanyaan lalu siswa menjawab pertanyaan atau sebaliknya.

d) Metode tutorial

Metode tutorial adalah suatu proses pengelolaan pembelajaran yang dilakukan melalui proses bimbingan yang diberikan/dilakukan oleh guru kepada siswa baik secara perorangan atau kelompok kecil siswa.

Menurut Gintings (2008: 79-80) metode tutorial sangat cocok diterapkan dalam metode pembelajaran mandiri seperti pada pembelajaran jarak jauh di mana siswa terlebih dahulu diberi modul untuk dipelajari. Selain itu, siswa memperoleh

pelayanan pembelajaran secara individual sehingga permasalahan spesifik yang dihadapinya dapat dilayani secara spesifik pula. Hal ini sejalan dengan metode pembelajaran *Blended Learning*.

6. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan suatu proses dalam penentuan nilai belajar siswa melalui kegiatan pengukuran hasil belajar. Tujuan utamanya yaitu untuk mengetahui tingkat keberhasilan pencapaian siswa setelah mengikuti suatu kegiatan pembelajaran. Hasil belajar mencakup 3 ranah yaitu :

a. Ranah Kognitif

Merupakan ranah yang berkenaan dengan segala aktivitas otak meliputi kemampuan peserta didik dalam mengingat, memahami penggunaan fungsi dan rumus, penerapan dan menganalisis fungsi dan rumus, serta membuat pengolahan angka sederhana.

b. Ranah Afektif

Merupakan ranah yang berkenaan dengan sikap seseorang yang dapat dibaca perubahannya bila seseorang memiliki penguasaan kognitif tinggi.

c. Ranah Psikomotor

Merupakan ranah yang tampak dalam bentuk ketrampilan (*Skill*), menurut Arends (2008:65) dalam Khoiroh (2017 p. 103) menyebutkan bahwa rentang kategori psikomotorik dimulai pada Gerakan refleks hingga Gerakan yang kompleks yang mengomunikasikan berbagai ide orang lain : Gerakan refleks, Gerakan dasar, Kemampuan perseptual, Gerakan yang terampil, Keterampilan non diskursif.

Berdasarkan penjelasan diatas, dikatakan bahwa hasil belajar pada peserta didik ini mencakup 3 aspek yaitu kognitif, afektif & Psikomotor. Dalam pembelajaran penjas kognitif sebagai salah satu tujuan utama dan apabila dianalisis lebih lanjut, tahapan dalam pembelajaran selalu melalui tahapan kognitif terlebih dahulu. Kemudian setelah memahami gerakan yang akan dilakukan, dilanjutkan dengan psikomotor yang akan menghasilkan gerakan yang sudah dipahami sebelumnya.

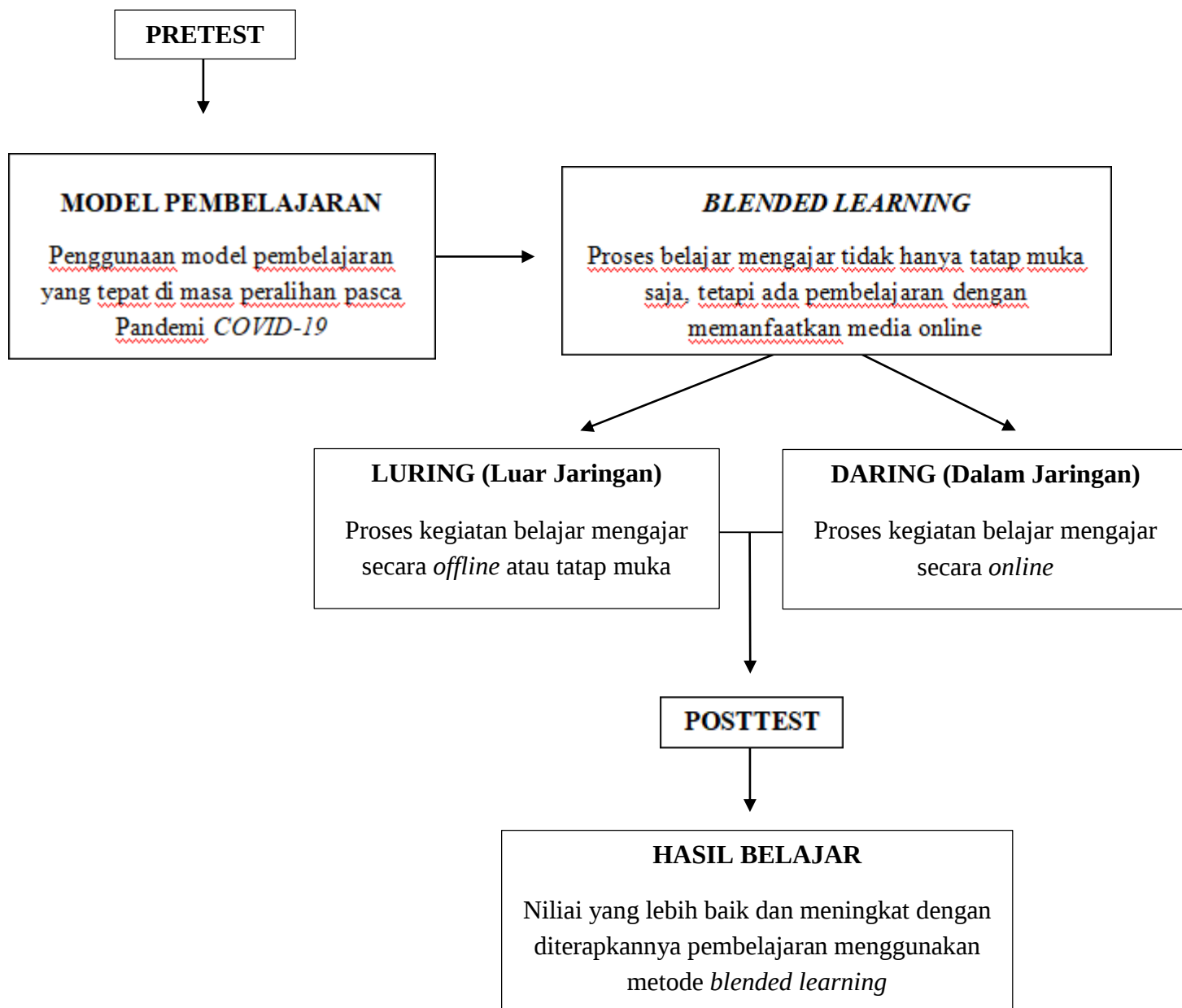
B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian Firmansyah, R. (2019), dengan judul Pengaruh Model Pembelajaran *blended learning* terhadap hasil belajar Mata Pelajaran IPS Siswa kelas 8 SMPN 37 Jakarta, menyimpulkan bahwa model *blended learning* mempunyai pengaruh terhadap hasil belajar siswa terutama pada mata pelajaran IPS, terdapat nilai rerata posttest 71,8 lebih besar dari pretest 52,67. Model pembelajaran *blended learning* lebih mempengaruhi hasil belajar siswa dibandingkan dengan metode konvensional.
2. Penelitian Achmadi T.A, (2015), dengan judul pengaruh penerapan *blended learning* terhadap prestasi belajar siswa kelas XI teknik permesinan SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta, menyimpulkan bahwa adanya pengaruh positif dari penerapan metode *blended learning* dalam proses pembelajaran. Peranan *blended learning* disini sebagai solusi alternatif dari beberapa kelemahan metode konvensional (ceramah) yang biasa diterapkan oleh guru di SMK Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terjadi peningkatan prestasi belajar siswa yang signifikan, untuk kelas eksperimen lulus KKM sebesar

100% sedangkan untuk kelas kontrol siswa yang lulus KKM sebesar 23,33%. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil nilai yang diperoleh siswa, dimana hasil belajar kelas eksperimen lebih baik daripada kelas kontrol. Selisih nilai rerata kelas eksperimen sebesar 26,4 yang didapat dari posttest sebesar 78,6 dan pretest sebesar 52,5 sedangkan selisih rerata kelas kontrol yaitu 13,8 yang didapat dari posttest sebesar 63,20 dan pretest sebesar 49,40.

C. Kerangka Berpikir

Alur penelitian yang akan dilaksanakan yaitu pertama dengan mengumpulkan informasi berkaitan dengan metode *blended learning* yang dilaksanakan di sekolah, untuk *blended learning* yang dilaksanakan di SMAN 1 Gamping ini bervariasi untuk penjadwalannya. Teknik sampling yang digunakan adalah *Probability random sampling* dengan siswa kelas X yang melaksanakan pembelajaran melalui metode *blended learning* sebagai populasi. Data yang didapat akan dianalisis menggunakan pretest-posttest design, dimana kedua data tersebut dibandingkan selanjutnya hasil data akan diketahui. Dari seluruh hal yang telah diuraikan berikut ini adalah kerangka berpikir dari pokok bahasan ini :



Gambar 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teoritik diatas, maka hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK siswa kelas X SMA N 1 Gamping Kab. Sleman

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini berjudul “Pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar Pendidikan Jasmani pada siswa kelas X SMAN 1 Gamping, merupakan penelitian eksperimen. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-experimental design (nondesigns)* dikarenakan terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen namun hasil dari eksperimen tersebut bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen karena tidak adanya variabel kontrol.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *One-Group Pretest-Posttest Design* yaitu penelitian dengan menggunakan satu kelas sebagai obyek penelitian dengan satu kelompok yang berfungsi sebagai kelompok kontrol (sebelum adanya perlakuan) dan kelompok eksperimen (setelah diadakannya perlakuan). Jenis penelitian ini dipilih karena kelompok kontrolnya tak mungkin diperoleh, dalam kata lain data dari kelompok kontrol disebut dengan tes awal sedangkan kelompok eksperimen disebut tes akhir. desain dengan melakukan *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah adanya perlakuan. Dengan begitu dapat diketahui lebih akurat , karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum adanya perlakuan. (Sugiyono, 2013, p. 74)

O1	X	O2
----	---	----

Keterangan :

O1 : Tes awal sebelum diberikan metode *blended learning*.

X : Pemberian perlakuan *blended learning*

O2 : Tes Akhir setelah diberikannya perlakuan metode *blended learning*

(O2 – O1) : Pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar siswa kelas X SMAN 1 Gamping.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

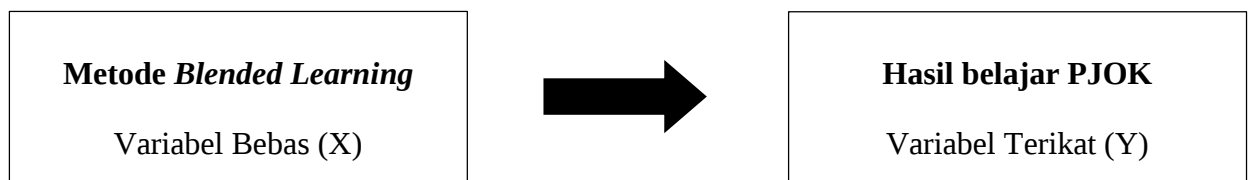
Menurut hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka macam-macam variabel dalam penelitian ini dapat dibedakan menjadi:

1. Variabel Bebas

Variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent*. Atau sering disebut variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu metode pembelajaran *Blended Learning* (X)

2. Variabel Terikat

Sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen. Atau disebut juga sebagai variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikatnya adalah hasil belajar PJOK (Y).



D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah kelas X SMAN 1 Gamping, terdiri dari 4 kelas yang berjumlah 150 siswa dengan rincian kelas X IPA 1 sebanyak 38 siswa, X IPA 2 sebanyak 37 siswa, X IPS 1 sebanyak 38 siswa, dan kelas X IPS 2 sebanyak 37 siswa

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* yaitu Teknik dengan pengambilan sampel yang memberikan kesempatan sama bagi setiap unsur populasi yang dipilih sebagai sampel. Dalam mengambil data dari penelitian ini, menggunakan Teknik *probability sampling* yaitu *simple random sampling*, dimana peneliti memberikan peluang yang sama pada setiap populasi (peserta didik) untuk dijadikan sampel secara acak tanpa melihat strata yang ada dalam populasi itu sendiri. Adapun penelitian ini menggunakan rumus slovin agar jumlah sampelnya representative dan perhitungannya tidak memerlukan tabel jumlah sampel. Untuk menentukan sampel digunakan rumus sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n = jumlah responden
N = ukuran populasi
e = persentase *sampling error*

Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 150 peserta didik, sehingga menggunakan persentase sampling error 10% dan hasil presentas dibulatkan untuk mencapai kesesuaian. Maka diperoleh perhitungan sebagai berikut :

$$n = \frac{150}{1 + 150 (0,1)^2}$$

$$n = 60$$

Berdasarkan perhitungan diatas yang dijadikan sampel dalam penelitian ini disesuaikan menjadi 60 peserta didik

E. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 GAMPING. Jl. Tegalyoso, Area Sawah, Banyuraden, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

2. Waktu

Penyusunan proposal dilaksanakan pada bulan Agustus 2021 kemudian dilanjutkan dengan pengambilan data yang dilakukan dalam 8 kali pertemuan di empat kelas, 4 kali pertemuan di kelas X sebelum perlakuan dilakukan pada bulan September 2021, pemberian perlakuan dilaksanakan pada bulan Oktober 2021 hingga Desember 2021. Kemudian pengambilan data 4 kali pertemuan di kelas X sesudah perlakuan dilakukan pada bulan Januari 2022. Penyusunan TAS dilaksanakan hingga bulan Februari 2022 dan ujian TAS pada bulan Maret 2022.

F. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Dalam mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan tes yang dibagi menjadi dua. Pertama menggunakan *Pretest* pada saat sebelum dilakukannya perlakuan metode *blended learning*. Kemudian dilanjutkan pada pertemuan terakhir Ketika semua indikator telah disampaikan maka diadakan *posttest* setelah dilakukannya perlakuan metode *blended learning*. Peneliti menggunakan tes dikarenakan lebih efisien dalam mengelola data dan menjadikan perbandingan nilai sebagai keberhasilan dalam pengambilan data hasil belajar, dengan begitu peneliti akan mengetahui pengaruh dalam penggunaan metode *blended learning* terhadap hasil belajar. Sedangkan responden yang menjadi sampel yaitu siswa kelas X SMAN 1 Gamping sejumlah 150 siswa. Teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Dokumentasi

Dokumentasi bertujuan untuk mendapatkan data untuk mengetahui kondisi akan hal yang diteliti. Data ini berupa daftar nama siswa, jumlah siswa dan data lain yang digunakan untuk penunjang dalam pelaksanaan penelitian.

2. Tes

Tes merupakan sejumlah pertanyaan yang harus dijawab oleh peserta didik untuk mengukur tingkat pemahaman dan penguasaannya terhadap materi yang diajarkan sesuai dengan tujuan pengajaran tertentu. Dalam konteks pembelajaran, instrumen penelitian jenis tes dijadikan alat untuk mengukur hasil belajar. Pengambilan data

melalui teknik tes ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar siswa setelah pembelajaran menggunakan metode *blended learning* dan sebelum melakukan pembelajaran *blended learning*. Materi soal dikembangkan dari deskripsi pembelajaran Penjas yang disesuaikan berdasarkan isi materi pembelajaran kemudian disusun menjadi kisi-kisi. Adapun dalam penelitian ini instrumen tes diberikan kepada siswa dalam dua tahap diantaranya sebagai berikut:

a. Tes Awal (Pre test)

Pre test dilakukan di awal sebelum pembelajaran dimulai dan diberikan kepada semua sampel dengan instrumen soal yang sama. Pemberian *pre test* dilakukan sebelum adanya perlakuan pembelajaran melalui metode *blended learning*.

b. Tes Akhir (Post-test)

Post test dilakukan pada pertemuan terakhir ketika semua indikator sudah disampaikan oleh guru. Dengan kata lain *post test* ini diberikan kepada siswa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) *blended learning* terhadap sampel kelas.

2. Instrumen Penelitian

d. Instrumen tes

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir Soal	Jumlah Soal
Hasil Belajar PJOK (Nilai Pengetahuan)	Level Kognitif C3	Mengemukakan teori hasil analisis dalam materi pembelajaran PJOK yang sudah dipelajari untuk sesuatu hal yang baru.	3, 5, 7, 9, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18, 20, 24, 26, 28	15
	Level Kognitif C4	Menganalisis suatu masalah dengan keterampilan yang telah dipelajarinya terhadap suatu informasi yang belum diketahui sebelumnya dalam menentukan keterhubungan antara informasi dengan informasi lainnya dan mengelompokkan informasi terhadap suatu permasalahan yang akan dipecahkan.	1, 2, 4, 6, 8, 13, 15, 19, 21, 22, 23, 25, 27, 29 30	15

Tabel 1. kisi – kisi instrumen tes

G. Analisis Instrumen

Setelah instrumen disusun, kemudian dikonsultasikan dengan dosen pembimbing serta meminta pertimbangan dari dosen ahli. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan validasi konstruk (*construct validity*). Instrumen yang benar akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan data yang valid, akurasi dan dapat dipercaya. Persyaratan minimal yang harus dipenuhi oleh suatu instrumen penelitian ada dua macam, yakni validitas dan reliabilitas. Pengujian validitas (*validity*) dan reliabilitas (*reliability*) digunakan untuk mengetahui kemampuan instrumen dalam mengungkapkan data sebenarnya sehingga memudahkan peneliti dalam memecahkan masalah yang diteliti.

1. Uji Validitas

Validitas merupakan hal yang sangat penting, karena validitas menjamin keabsahan suatu pengukuran dari skala yang ditentukan berdasarkan variabel yang digunakan dari suatu instrument. Menurut Sugiyono (2013), Menyatakan bahwa validitas internal instrument dengan menggunakan test harus memenuhi validasi konstruksi (*Construct Validity*) dan validitas isi (*content validity*), sedangkan pada instrument non-test yang digunakan untuk mengukur sikap hanya menggunakan validitas konstruksi saja. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan dan dapat mengungkap data variabel yang diteliti secara tepat. Validitas instrumen meliputi

- a. Validitas isi (*content validity*), berkenaan dengan isi dan format instrumen
- b. Validitas konstruk (*construct validity*), berkenaan dengan konstruksi atau struktur dan karakteristik psikologis aspek yang akan diukur dengan instrumen.

- c. Validitas kriteria (*criterion validity*), berkenaan dengan tingkat ketepatan instrumen mengukur segi yang diukur dibandingkan dengan hasil pengukuran lain yang menjadi kriteria. Validitas kriteria dihitung dengan mengkorelasikan skor yang diperoleh dari penggunaan instrumen tersebut dengan skor instrumen lain yang menjadi kriteria.

Dalam penelitian ini menggunakan uji validasi konstruksi yang dilakukan dengan *Experts Judgement* atau mengkonsultasikannya dengan para ahli yang sesuai dengan bidangnya, supaya diperiksa dan dievaluasi secara sistematis agar instrument dapat dikatakan valid dan dapat memperoleh data yang diperlukan.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen digunakan untuk mengukur berkali-kali agar menghasilkan data yang konsisten. Tujuannya yaitu untuk mengetahui derajat ketetapan suatu alat ukur, maksudnya bahwa alat ukur dikatakan reliabel apabila berkali-kali digunakan terhadap objek yang sama, akan menghasilkan hasil yang sama. Sebuah tes yang valid biasanya reliabel, namun tidak semua tes yang reliabel itu valid (Arikunto: 2006).

H. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul maka data tersebut harus diolah dan dianalisis agar mempunyai makna guna pemecahan masalah. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji-t. Sebelum dilakukan uji-t terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui data tersebut berdistribusi normal atau tidak dan uji

homogenitas untuk mengetahui apakah sampel berasal dari varian yang homogen atau tidak.

1. Deskripsi data

Mencari nilai deskriptif dalam penelitian berupa Modus (Mo), Median (Md), Mean (Me), Varians (S) dan Standar Deviasi (s)

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk meyakini bahwa sampel berasal dari kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang sama. Uji yang digunakan dalam uji homogenitas adalah uji F dari data *pretest* dan *posttest* menggunakan bantuan program SPSS, dengan rumus sebagai berikut (Sugiyono, 2010 p.140)

b. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian terhadap normal atau tidaknya suatu data yang akan dianalisis, untuk pengujian yang dilakukan tergantung dengan variabelnya yang akan diolah dengan bantuan SPSS.

3. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji paired sample t-test. Rumus t-test yang digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel independent yang dapat menentukan adanya perbedaan atau tidak masing-masing sampel dengan taraf signifikan 5%. Jika t-hitung lebih besar dari t-tabel atau $P < \alpha = 0,05$ berarti terdapat perbedaan hasil belajar antara penggunaan metode *blended*

learning atau tidak pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Berdasarkan Sugiyono (2010 p.138) rumus t-hitung sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)S_1^2 + (n_2 - 1)S_2^2}{n_1 + n_2 - 2} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Keterangan:

$\bar{x}_1$ = Rerata Skor I

$\bar{x}_2$ = Rerata Skor II

n_1 = Jumlah Sampel I

n_2 = Jumlah Sampel II

S_1^2 = Varians Sampel I

S_2^2 = Varians Sampel

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Tujuan diadakannya penelitian ini yaitu untuk membandingkan antara pembelajaran menggunakan metode *blended learning* dengan pembelajaran media online pada mata pelajaran PJOK. Hasil penelitian ini diperoleh melalui nilai *pretest* dan *posttest* pada siswa kelas X SMA N 1 Gamping. Dalam pengambilan data penelitian ini menggunakan desain *one group Pretest-posttest design* yang tidak mungkin adanya kelompok kontrol dan kelompok eksperimen pada waktu yang bersamaan. Oleh karena itu, dalam kelompok kontrol diadakan saat *pretest* (sebelum adanya perlakuan) kemudian untuk kelompok eksperimen menggunakan *posttest* (Setelah adanya *treatment* metode *blended learning*)

Data yang diperoleh dari penelitian di SMAN 1 Gamping tersebut kemudian diolah untuk mengetahui jumlah mean, median, modus, varian, simpangan baku, standar deviasi, nilai tertinggi dan terendah. Penyajian data dengan menggunakan grafik dan tabel agar lebih mudah dipahami secara jelas untuk mengetahui makna dari data tersebut.

1. Hasil Pretest

Dari hasil pretest 60 Siswa, diperoleh data sebagai berikut :

Data	Jumlah
Nilai Tertinggi	83
Nilai Terendah	37
Mean	60.93
Median	60
Modus	57
Simpangan Baku	1.619

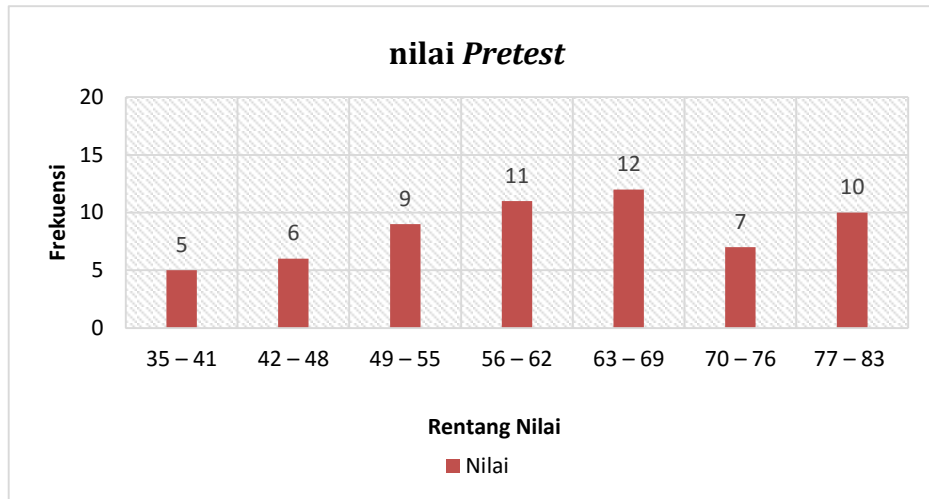
Tabel 2. Analisis data *pretest*

Data frekuensi nilai pretest dari siswa kelas X SMAN 1 Gamping adalah sebagai berikut :

Kelas Interval	Frekuensi
35 – 41	5
42 – 48	6
49 – 55	9
56 – 62	11
63 – 69	12
70 – 76	7
77 – 83	10

Tabel 3. Data frekuensi nilai *pretest*

Diagram dari data frekuensi nilai pretest tersebut dapat dilihat pada gambar 2 di bawah ini



2. Hasil Posttest

Dari hasil belajar Posttest siswa kelas X sejumlah 103 diperoleh data sebagai berikut :

Data	Jumlah
Nilai Tertinggi	97
Nilai Terendah	50
Mean	77.17
Median	78.5
Modus	87
Simpangan Baku	1.639

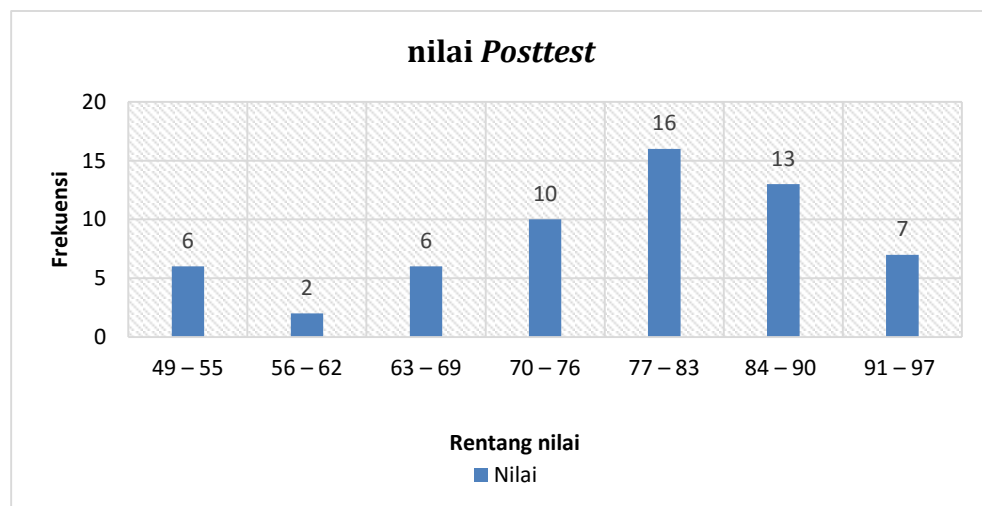
Tabel 4. Analisis data *posttest*

Data frekuensi nilai posttest dari siswa kelas X SMAN 1 Gamping adalah sebagai berikut :

Kelas Interval	Frekuensi
49 – 55	6
56 – 62	2
63 – 69	6
70 – 76	10
77 – 83	16
84 – 90	13
91 – 97	7

Tabel 5. Data frekuensi nilai *posttest*

Diagram dari data frekuensi nilai posttest tersebut dapat dilihat pada gambar. 3 di bawah ini:



B. Hasil Uji Prasyarat

Dalam menguji hipotesis perlu adanya uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah distribusi data yang diperoleh itu normal atau tidak, sedangkan untuk uji homogenitas bertujuan agar dapat mengetahui bahwa sampel yang diambil dari populasi tersebut bersifat homogen atau tidaknya.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Dalam uji ini terbukti bahwa data berdistribusi normal yang selanjutnya digunakan untuk menguji hipotesis, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan perbandingan nilai P dengan 0,05. Dengan pertimbangan menerima hipotesis $P > 0,05$ jika tidak memenuhi kriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pretest	posttest
N		60	60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	60.93	77.17
	Std. Deviation	12.541	12.697
Most Extreme Differences	Absolute	.069	.110
	Positive	.057	.061
	Negative	-.069	-.110
Test Statistic		.069	.110
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.066 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Tabel 6 Data uji normalitas

Berdasarkan tabel uji normalitas di atas nilai P dari semua variabel lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan bahwa sampel terdiri dari populasi yang berdistribusi normal diterima. Dari keterangan tersebut, maka data dari variabel penelitian ini dapat dianalisis dengan statistic parametrik.

2. Uji Homogenitas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa macam dari variabel tersebut sama, untuk mengetahui homogen atau tidaknya data. Jika menolak maupun menerima dengan perbandingan nilai signifikan lebih dari 0,05. Berikut hasil yang diperoleh dari uji homogenitas menggunakan aplikasi SPSS:

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil_Belajar_PJOK	Based on Mean	.001	1	118	.981
	Based on Median	.000	1	118	1.000
	Based on Median and with adjusted df	.000	1	117.756	1.000
	Based on trimmed mean	.001	1	118	.978

Tabel 7. Data uji homogenitas pretest & posttest

Berdasarkan tabel hasil uji homogenitas diatas maka dapat disimpulkan bahwa nilai signifikansi berdasarkan nilai rerata (mean) yaitu 0.981. maka dalam uji homogenitas ini data tersebut dinyatakan homogen dikarenakan dalam interpretasi uji homogen jika nilai signifikan > 0.05 maka dapat dinyatakan homogen.

C. Uji Hipotesis

1. Uji T (*paired sample T-test*)

Setelah melakukan uji prasyarat dengan uji normalitas dan uji Homogenitas, maka dapat melakukan uji Hipotesis dengan uji *paired sample t-test*. Uji ini menunjukkan bahwa apakah sampel yang sama mengalami perubahan yang bermakna. Hasil uji *Paired Sample T-Test* ditentukan berdasarkan nilai signifikansinya yang kemudian dapat membuat keputusan yang diambil dalam penelitian. Nilai signifikansi (2-tailed) < 0.05 maka terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel pretest dan variabel posttest. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing – masing variabel. Jika signifikansi (2-tailed) > 0.05 maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel pretest dan variabel posttest. Ini menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing – masing variabel. (Damayanti 2019, p.1). Berikut hasil yang diperoleh dari uji *paired sample t-test* menggunakan aplikasi SPSS :

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	60.93	60	12.541	1.619
	posttest	77.17	60	12.697	1.639

Tabel 8. Hasil uji *Paired Samples Statistics*

Pada tabel *Paired Samples Statistics* menunjukkan beberapa nilai deskriptif dari masing-masing variabel pada sampel berpasangan. Dalam nilai pretest mempunyai nilai rerata (mean) 60.93 dari 60 sampel data. Sebaran data (Std. Deviation) yang diperoleh adalah 12.541 dengan standar error 1.619, sedangkan pada nilai posttest mempunyai nilai rerata (mean) 77.17 dari 60 sampel data. Sebaran data (Std. Deviation) yang diperoleh 12.697 dengan standar error 1.639. hal ini menunjukkan bahwa hasil posttest lebih tinggi dibandingkan dengan pretest.

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	60	.875	.000

Tabel 9. Hasil Uji *Paired Samples Correlations*

Pada tabel *Paired Samples Correlations* menunjukkan bahwa nilai korelasi 0.875 yang menyimpulkan hubungan kedua variabel pada sampel berpasangan.

Paired Samples Test

		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	Lower	Upper			
Pair 1	pretest - posttest	-16.233	6.320	.816	-17.866	-14.601	-19.895	59	.000

Tabel 10. Data hasil uji-T (*Paired sample test*)

Dalam tabel *Paired Samples test* diatas menunjukkan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$) sehingga hasil nilai pretest dan posttest mengalami perubahan yang signifikan. Berdasarkan hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

$H_0 : \mu_1 = \mu_2$ (Tidak ada pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK siswa kelas X SMAN 1 Gamping)

$H_a : \mu_1 \neq \mu_2$ (Terdapat pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK siswa kelas X SMAN 1 Gamping)

Dasar dalam pengambilan keputusan yaitu berdasarkan pada nilai t_{hitung} dengan t_{tabel}

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak

Berdasarkan tabel uji t (*paired sample t-test*) di atas, menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikannya metode *blended learning* dan sesudah diberikan metode *blended learning*. Acuan dalam melihat t tabel yaitu dengan menggunakan derajat kebebasan (dk), yang besarnya adalah $N-1$ yaitu $60 - 1 = 59$, Nilai $dk = 59$ dengan taraf signifikansi 5% diperoleh $t_{tabel} = 1.67109$. Dalam hasil analisis uji t (*paired sample t-test*) tersebut, diperoleh nilai t_{hitung} sebesar -19.895, nilai t_{hitung} negative disebabkan karena nilai rerata pretest lebih rendah dibandingkan rerata nilai posttest. Dalam hal ini nilai t_{hitung} negative dapat bermakna positif. Sehingga nilai t_{hitung} menjadi 19.895, maka hasil yang dapat diperoleh bahwa t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} yaitu $19.895 > 1.67109$ dan nilai sig. (2 tailed) = $0.000 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan

bahwa adanya pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping

Dasar dalam pengambilan taraf signifikansi (P Value) adalah sebagai berikut :

Jika sig. (2 tailed) > 0.05 maka Ho diterima

Jika sig. (2 tailed) < 0.05 maka Ha diterima

Sudah dijelaskan dalam keterangan sebelumnya bahwa nilai sig. (2 tailed) pada tabel 10 diatas sebesar 0.000 maka dengan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima dikarenakan nilai signifikansi $0.000 < 0.05$ artinya hipotesis menyatakan bahwa adanya perbedaan hasil belajar PJOK antara sebelum dan sesudah diberikannya metode *blended learning*.

2. Uji *effect size* (Cohen's d)

Effect size bertujuan untuk mengukur seberapa besar pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping. Indikator yang digunakan dalam mengukur besarnya pengaruh yaitu dengan nilai efek suatu variabel terhadap variabel yang lainnya yang disebut juga dengan *effect size*. Nilai ini akan diperoleh dengan menggunakan perhitungan koefisien. Untuk mengetahui hasil perhitungan uji size digunakan rumus sebagai berikut :

$$d = \frac{M_{\text{posttest}} - M_{\text{pretest}}}{SD_{\text{pooled}}}$$

Keterangan :

d	= effect size
M posttest	= rerata nilai posttest
M pretest	= rerata nilai pretest
SD pooled	= Standar deviasi gabungan

Dengan hasil perhitungan sebagai berikut :

$$d = \frac{M_{\text{posttest}} - M_{\text{pretest}}}{SD_{\text{pooled}}}$$

$$d = \frac{16.233}{6.320}$$

$$d = 2.57$$

Uji size dapat disimpulkan melalui pengkategorian nilai *cohen's d effect size* sebagai berikut :

0.00 – 0.20	<i>Weak effect</i>
0.21 – 0.50	<i>Modest effect</i>
0.51 – 1.00	<i>Moderate effect</i>
> 1.00	<i>Strong effect</i>

(Cohen et al, 2007. p.521)

Berdasarkan perhitungan diatas, diperoleh hasil uji *effect size* yaitu 2.57 dengan interpretasi nilai > 1.00 yang dikategorikan ke dalam *strong effect*. Maka dapat disimpulkan bahwa besarnya pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping tergolong tinggi.

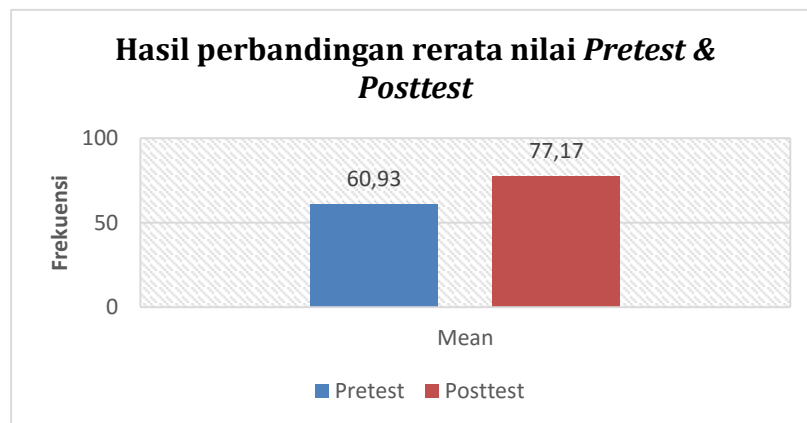
Untuk mengetahui persentase terhadap peningkatan setelah diberikan perlakuan digunakan perhitungan persentase dengan rumus sebagai berikut (Sutrisno Hadi, 1991)

$$\begin{aligned} \text{Persentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean difference}}{\text{Mean Pretest}} \times 100\% \\ &= \frac{16.233}{60.93} \times 100\% \\ &= 26,6 \% \end{aligned}$$

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping. Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar $19.895 > 1.67109$ dan besar signifikansi probability $0.000 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dalam arti penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK di SMAN 1 Gamping.

Jika dilihat berdasarkan angka *mean difference* sebesar 16.233 Dan rerata pretest sebesar 60.93 hal ini membuktikan bahwa metode pembelajaran *blended learning* memberikan perubahan yang lebih baik 26,6% untuk hasil belajar PJOK dibandingkan dengan sebelum diberikannya perlakuan metode *blended learning*. Dilihat dengan diagram perbandingan hasil antara pretest dan posttest berdasarkan dari nilai rata-rata:



Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukan bahwa metode *blended learning* dirasa mampu untuk memberikan pengaruh terhadap hasil belajar PJOK di SMA N 1 Gamping, dengan adanya metode *blended learning*, pembelajaran menjadi

tidak terkesan monoton dan siswa pun cenderung lebih aktif mengikuti pembelajaran dengan *blended learning*. Karena selain dengan penggunaan metode konvensional, siswa juga dapat mengakses Kembali materi yang sudah di pelajari dengan berbagai macam referensi berupa video, artikel maupun PPT yang disediakan melalui platform e-learning berupa *Google classroom* dan *Quizizz*. Penggunaan metode *blended learning* merupakan suatu bentuk upaya dalam mengoptimalkan kegiatan belajar siswa dimasa pasca pandemic covid-19 yang menuntut siswa agar lebih berperan aktif dalam proses pembelajaran dimana peranan *blended learning* berpengaruh terhadap hasil belajar PJOK siswa.

Berdasarkan penelitian Muhammad, (2015, p. 80) penggunaan metode *blended learning* merupakan upaya untuk lebih mengoptimalkan KBM siswa karena dengan dimanfaatkannya *blended learning*. Motivasi siswa untuk belajar semakin meningkat. Siswa menjadi senang belajar dan menjadi lebih intens dalam memperhatikan Ketika proses pembelajaran dengan metode *blended learning*.

Menurut Nazaruddin, (2021, p.7) mengatakan bahwa terdapat beberapa kelebihan *blended learning* yaitu dapat digunakan sebagai penyampaian pembelajaran secara kondisional kapan saja dan dimana saja, pembelajaran dapat dilakukan secara mandiri maupun konvensional yang keduanya memiliki kelebihan untuk saling melengkapi, pembelajaran akan lebih efektif dan efisien, dengan adanya *blended learning* maka siswa semakin mudah dalam mengakses materi pembelajaran dan pembelajaran menjadi lebih luwes dan tidak kaku.

E. Keterbatasan Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini, peneliti sudah berusaha dalam menentukan segala yang dipersyaratkan, namun dapat diakui bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan yang akan dikemukakan sebagai bahan pertimbangan. Berikut keterbatasan dalam penelitian ini antara lain:

1. Waktu yang dilakukan dalam penelitian ini sangat terbatas karena dibersamai dengan pelaksanaan kegiatan Praktik Kependidikan (PK) jadi tidak memungkinkan untuk mengambil kelas kontrol dan kelas eksperimen yang akhirnya menggunakan eksperimen semu sebagai alternatif penelitian .
2. Kesalahan sampling, dalam pengambilan data sampel acak tidak mengembalikan responden yang dijadikan sampel sehingga mengakibatkan perbedaan peluang dengan responden yang lain.
3. Hasil belajar pada mata pelajaran PJOK ini diukur menggunakan hasil tes yang hanya menggunakan nilai kognitif saja, sedangkan masih ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar dalam pelajaran PJOK seperti Afektif dan Psikomotor.
4. Pembelajaran PJOK yang hanya menggunakan teori saja dirasa kurang optimal. Dikarenakan pembelajaran praktik masih belum diperbolehkan pada masa pandemi
5. Dalam pelaksanaan KBM dirasa kurang maksimal, karena keterbatasan guru dalam mengajar menggunakan 2 pendekatan sekaligus menjadi tidak fokus.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian mengenai pengaruh metode *blended learning* terhadap hasil belajar PJOK pada siswa kelas X di SMAN 1 Gamping Kab. Sleman ini menghasilkan bahwa adanya pengaruh terhadap hasil belajar berupa peningkatan yang signifikan (t hitung $19.895 > t$ tabel 1.67109) pada mata pelajaran PJOK di SMAN 1 Gamping setelah diterapkannya metode *blended learning*. Pengaruh yang dihasilkan berdasarkan perhitungan menggunakan *effect size* yaitu 2.57 masuk ke dalam kategori *strong effect* yang berarti pengaruh metode *blended learning* di SMAN 1 Gamping tergolong tinggi dengan persentase kenaikan 26.6% .

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari penerapan metode *blended learning* dalam proses pembelajaran. Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi pihak yang terkait utamanya bagi guru dan siswa

1. Bagi guru, sebagai alternatif solusi dalam penggunaan metode pembelajaran masa pandemic dan sebagai sarana evaluasi kualitas belajar yang telah dilakukan.
2. Bagi peserta didik, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk peserta didik agar dapat belajar secara mandiri diluar jam pembelajaran, karena dalam metode *blended learning* peserta didik dapat mengakses

materi belajar dimana pun dan kapan pun secara online dengan berbagai referensi yang sudah dipersiapkan oleh guru untuk memperdalam pengetahuan terutama dalam pelajaran PJOK.

C. Saran

Berdasarkan beberapa keterbatasan penelitian yang sudah disebutkan diatas maka dapat dikemukakan beberapa saran antara lain:

1. Bagi Guru

Ketersediaan fasilitas internet dengan sarana komputer dan kecepatan akses yang memadai, sebaiknya guru harus mulai mengembangkan inovasi dan menerapkan *blended learning* sebagai bentuk upaya dalam peningkatan kualitas belajar mengajar baik teori maupun praktik dan dalam pelaksanaannya pun lebih baik pada saat tatap muka siswa mempelajari keterampilan sedangkan pada saat penggunaan media *online/ e-learning* bisa mempelajari teori. Karena dari hasil pengamatan peneliti selama melakukan penelitian masih banyak penggunaan teori yang monoton sehingga pada saat melakukan praktik siswa masih kurang maksimal sedangkan dalam pembelajaran PJOK sendiri mengharuskan siswanya bisa dalam keterampilan maupun teori.

2. Bagi Siswa

Dengan adanya *blended learning* pada siswa, sebaiknya setiap siswa sudah mulai berperan aktif dalam memanfaatkan fasilitas internet dalam memperoleh pengetahuan dalam berbagai referensi dari berupa video, artikel

maupun *power point* tanpa harus menunggu penjelasan dari guru yang bersangkutan.

3. Bagi sekolah

Penggunaan *blended learning* bisa menjadi pilihan dalam mengoptimalkan kualitas belajar dimasa pandemic covid-19 ini dengan memanfaatkan fasilitas internet bagi guru maupun siswa. Karena konsep *blended learning* sendiri yaitu dengan mengkombinasikan antara pembelajaran tatap muka dan e-learning.

4. Bagi Peneliti

Dibutuhkan persiapan yang lebih matang lagi dalam melaksanakan penelitian agar dapat melakukan kontrol terhadap beberapa aspek yang dapat mempengaruhi hasil belajar PJOK. Karena peneliti hanya mengambil satu faktor saja yaitu kognitif, sedangkan hasil belajar yang relevan itu mencakup 3 aspek yaitu kognitif, afektif dan psikomotor.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel, M. A. R. (2017). *Effect of the Blended Learning in Students of the Faculty of Physical Education in the University of Jordan Acqu ...*
- Achmadi, T. A (2015). *Pengaruh penerapan blended learning terhadap prestasi belajar siswa kelas XI teknik permesinan SMK muhammadiyah 3 yogyakarta* 151, 10 - 17.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT. Rineka Cipta : Jakarta
- Borchert, T., & Schloeffel, R. (2017). *How Can a Blended Learning Environment Enhance Job-Related Competencies of In-Service Physical Educators – Development and Implementation of a Web-Based Video Analysis Service (EQUEL)*. Journal of the European Teacher Education Network, 12, 64–72.
- Damayanti, E. E. N. M. D. R. (2019). *Modul Statistika Induktif Uji Dependent Sample T Test, Independent Sample T Test, Dan Uji Wilcoxon*. Artikel Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Gadjah Mada, June, 1–27.
- Depdiknas, (2006). *Kurikulum Tingkat Satuan Untuk Sekolah Dasar. Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Dikdasmen.
- Firdaus, M. A. (2020). *Penerapan Model Pembelajaran Blended Learning Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Seminar Nasional Keolahragaan.
- Firmansyah, R. (2019) *Pengaruh blended learning terhadap hasil belajar PAI peserta didik kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung*. i - 75
- Immamulhaq M.I. & Saputra Y.M (2021) *Korelasi pelaksanaan pembelajaran Pendidikan jasmani pada masa pancemi covid-19 dengan hasil belajar siswa di SMA Bina Muda Cicalengka*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia 1(1), 1-9
- Samsudin, K. (2008). *Pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Subagiyo, dkk. 2008. *Perencanaan dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.
- Rusman, 1972-. (2018). *Model-model pembelajaran: mengembangkan profesionalisme guru / Dr. Rusman, M.Pd.*. Jakarta :: Rajawali Pers,.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian



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, 0274-557026, Fax 0274-513692
Laman: fk.uniy.ac.id E-mail: humas_fk@uniy.ac.id

Nomor : 777/UN34.16/PT.01.04/2022
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SMAN 1 Gamping
Jl. Tegalyoso, Area Suwah, Banyuraden, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa
Yogyakarta

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

Nama	: Dhevina Putri Haryashena
NIM	: 18601244071
Program Studi	: Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan	: Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	: Pengaruh Metode Blended Learning Terhadap Hasil Belajar PJOK Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Gamping Kab. Sleman
Waktu Penelitian	: 10 <u>sept.</u> 2021 – 20 jan.2022

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

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

Lampiran 2. Surat keterangan telah melaksanakan penelitian



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAAHRAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. SLEMAN
SMAN 1 GAMPING

SMAN 1 GAMPING

Alamat : Tegalyoso, Banyuraden, Gamping, Sleman Kode Pos 55293 Telp. (0274) 626345, (0274) 621750
Website: www.sman1gamping.sch.id Email: smangamping@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sunarya, S.Pd
NIP : 19650925 200012 1 001
Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dhevina Putri Haryashena
NIM : 18601244071
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan & Rekreasi
Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah selesai dalam melaksanakan penelitian pada tanggal 10 September 2021 s.d. 21 Januari 2022 dengan judul : **"PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* TERHADAP HASIL BELAJAR PJOK PADA SISWA KELAS X SMAN 1 GAMPING KAB. SLEMAN"**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



Gamping, 24 Januari 2022
Kepala Sekolah

Sunarya, S.Pd
NIP 19650925 200012 1 001

Lampiran 3. *Expert Judgement* oleh dosen ahli

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TA

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth.

Ibu Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd.

Dosen Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
di Fakultas Ilmu Keolahragaan

Sehubungan dengan petaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya :

Nama : Dhevina Putri Haryashena

NIM : 1860124407

Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TA : Pengaruh Metode Blended Learning Terhadap Hasil Belajar PJOK Kelas X
SMAN 1 Gamping Kab. Sleman

Dengan hormat mohon Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan : 1) proposal TA, 2) kisi-kisi instrumen penelitian TA, dan 3) draf instrumen penelitian TA. Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 15 Januari 2022

Pemohon,



Dhevina Putri Haryashena
NIM : 18601244071

Mengetahui,

Kaprc di FKJR

Pembimbing TA



Dr. Jaka Sunardi, M.Kes., AIFO
NIP. 19610731 199001 1 001



Tri Ani Hastuti, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19720904 200112 2 001

SURAT PERNYATAAN VALIDASI
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tri Ani Hastuti, S.Pd.,M.Pd.
NIP : 19720904 200112 2 001
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi

Menyatakan bahwa instrument penelitian TA atas nama mahasiswa :

Nama : Dhevina Putri Haryashena
NIM : 18601244071
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi
Judul TA : Pengaruh Metode Blended Learning Terhadap Hasil Belajar PJOK Kelas
X SMA N 1 Gamping Kab. Sleman

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TA tersebut dapat dinyatakan :

- ☐ Layak digunakan untuk penelitian
- ☒ Layak digunakan dengan perbaikan
- ☐ Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 15 Januari 2022

Validator,



Tri Ani Hastuti, S.Pd.,M.Pd.
NIP. 19720904 200112 2 001

Catatan :

- ☐ Beri tanda ✓

Lampiran 4. Perhitungan distribusi data

Descriptives

		Statistic	Std. Error
pretest	Mean	60.93	1.619
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	57.69
	Mean	Upper Bound	64.17
	5% Trimmed Mean	61.09	
	Median	60.00	
	Variance	157.284	
	Std. Deviation	12.541	
	Minimum	37	
	Maximum	83	
	Range	46	
	Interquartile Range	17	
	Skewness	-.148	.309
	Kurtosis	-.760	.608
posttest	Mean	77.17	1.639
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	73.89
	Mean	Upper Bound	80.45
	5% Trimmed Mean	77.52	
	Median	78.50	
	Variance	161.226	
	Std. Deviation	12.697	
	Minimum	50	
	Maximum	97	
	Range	47	
	Interquartile Range	17	
	Skewness	-.505	.309
	Kurtosis	-.480	.608

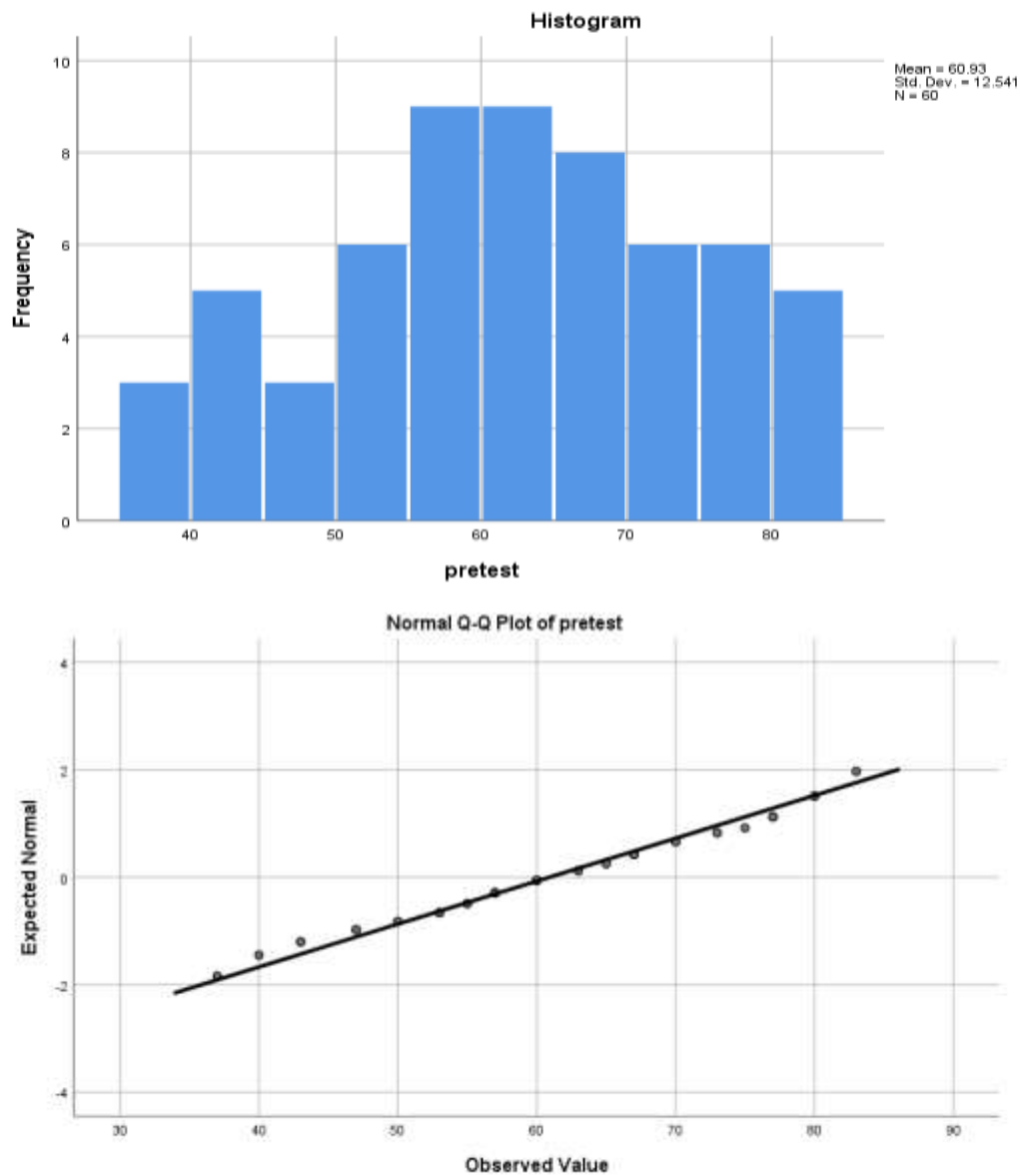
Lampiran 5. Uji Normalitas data

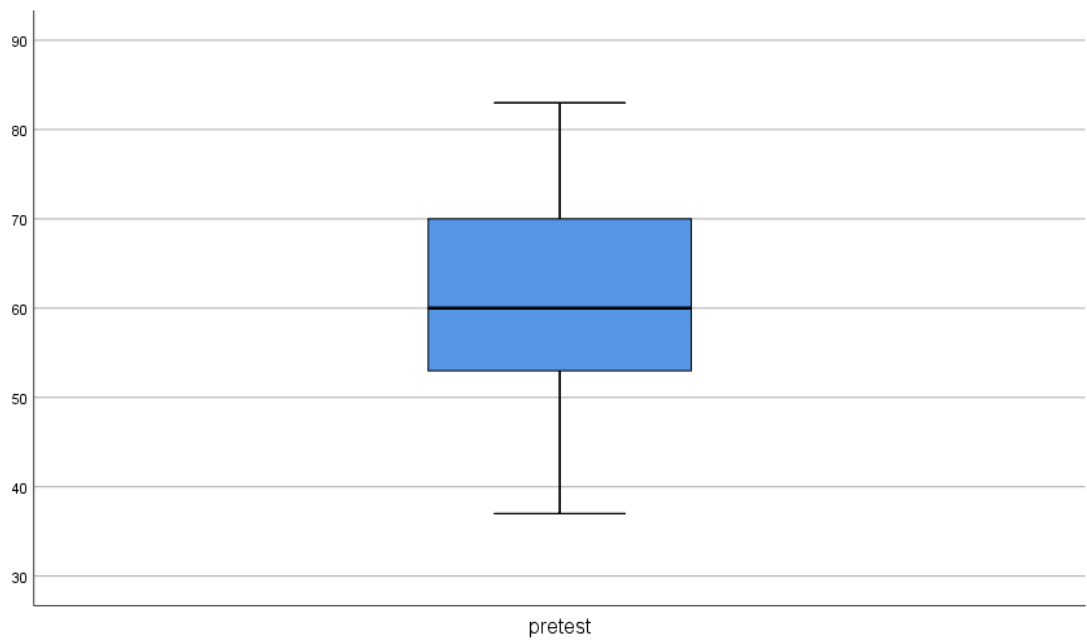
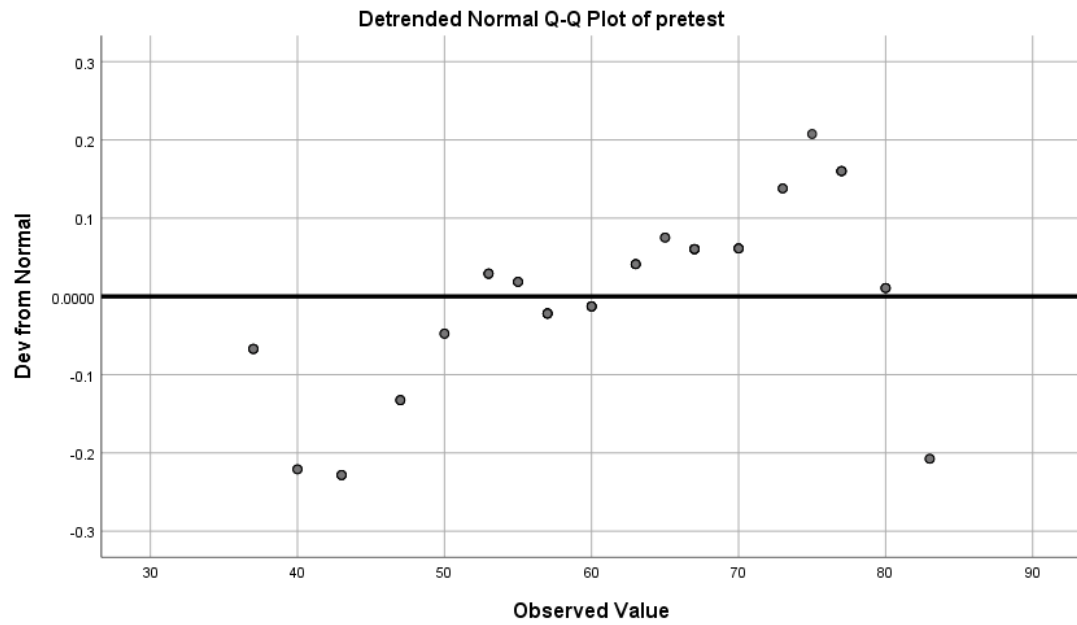
Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	.069	60	.200*	.970	60	.148
posttest	.110	60	.066	.952	60	.020

*. This is a lower bound of the true significance.

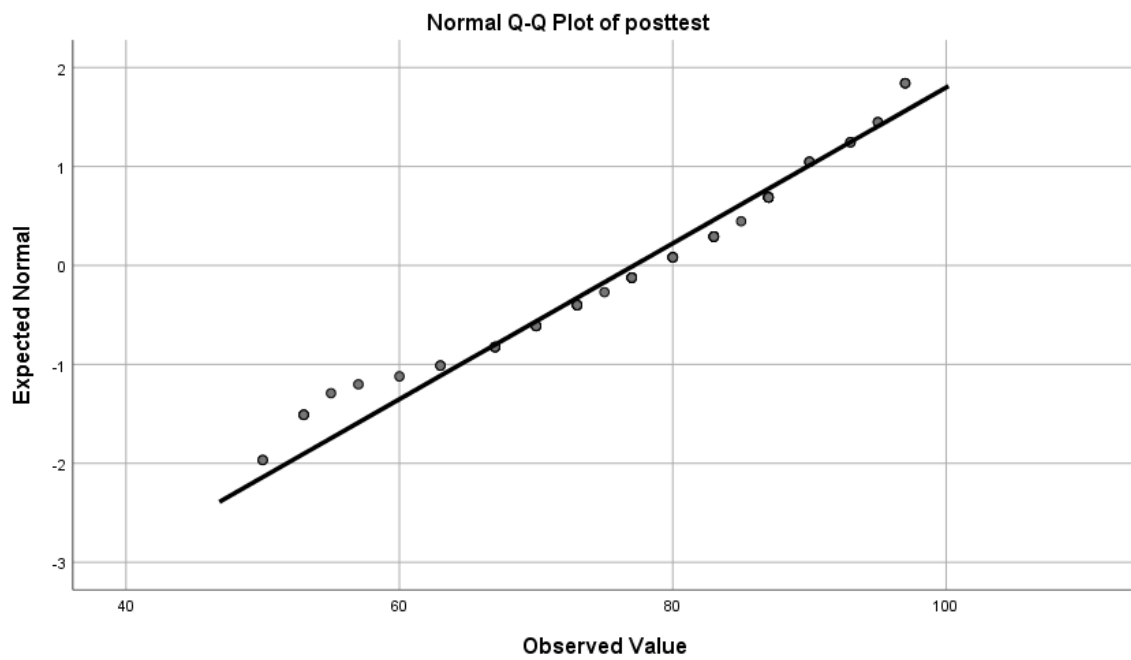
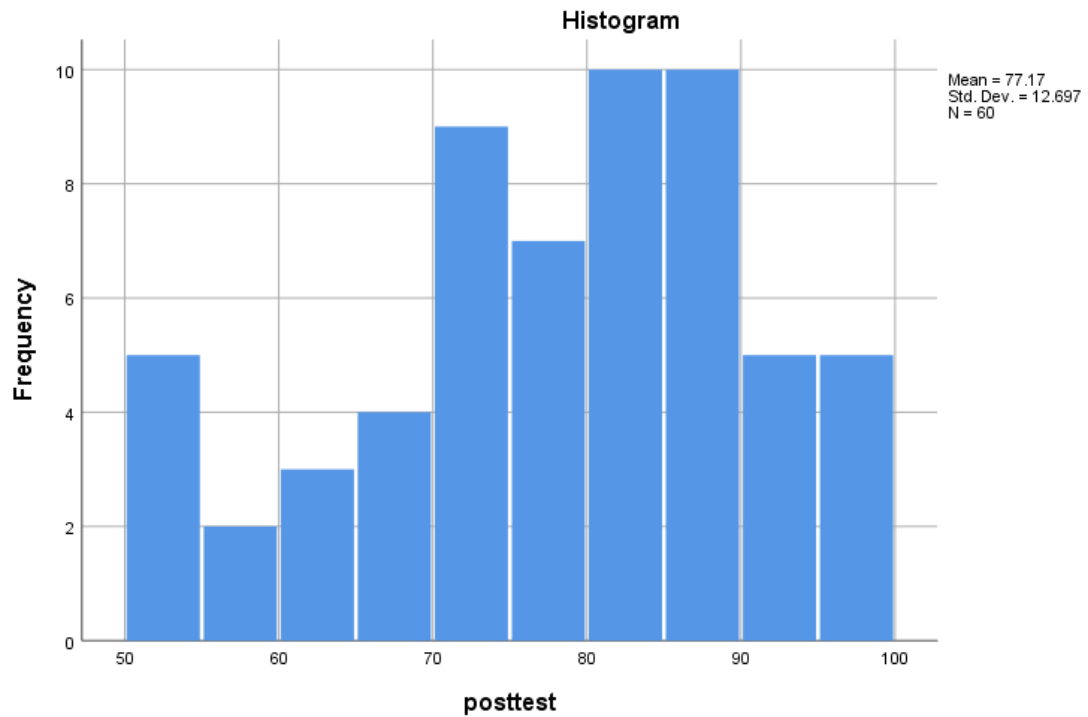
a. Lilliefors Significance Correction

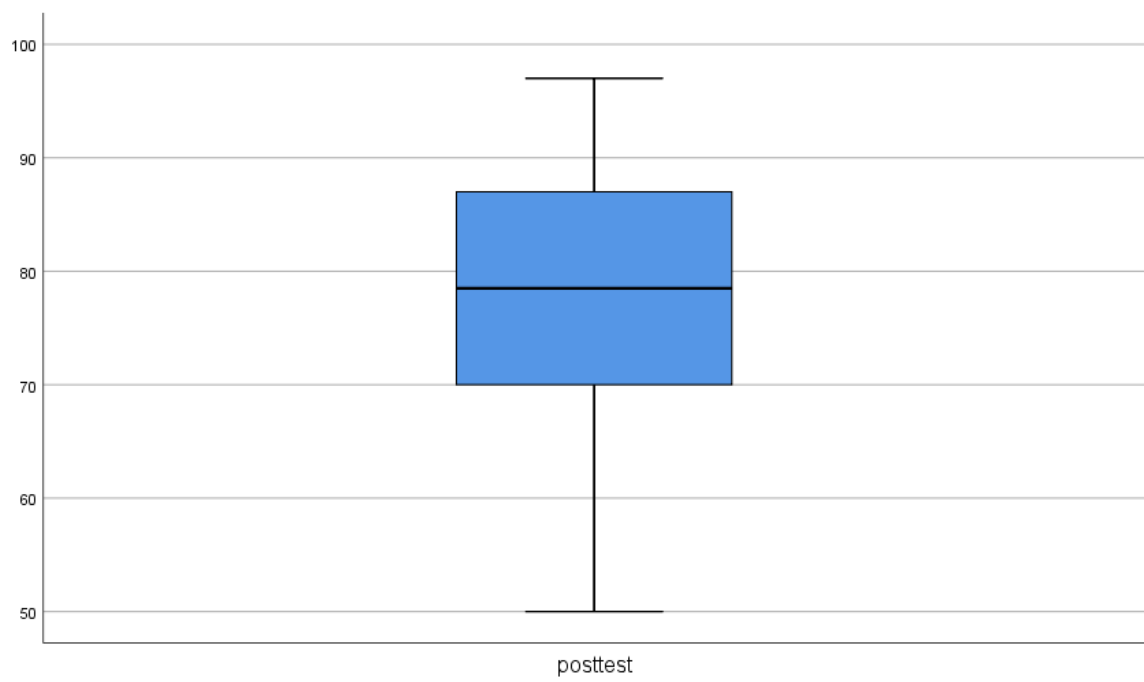
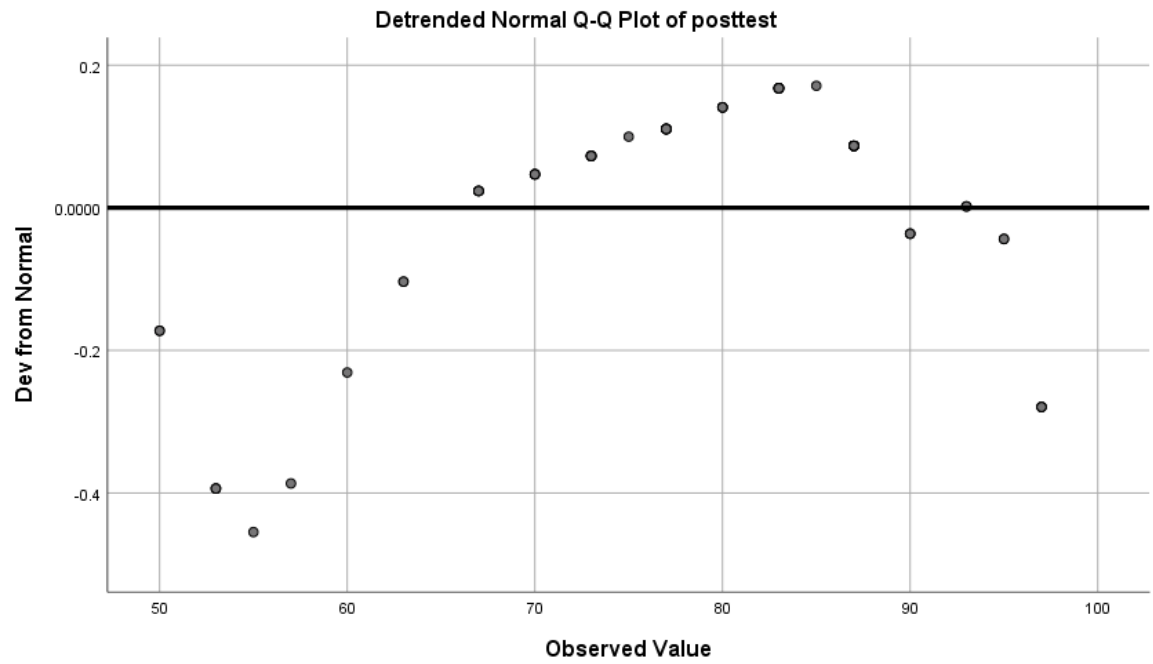
1. HASIL PRETEST





2. HASIL POSTTEST





Lampiran 6. Uji Homogenitas data

Test of Homogeneity of Variances

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil_Belajar_PJOK	Based on Mean	.001	1	118	.981
	Based on Median	.000	1	118	1.000
	Based on Median and with adjusted df	.000	1	117.756	1.000
	Based on trimmed mean	.001	1	118	.978

ANOVA

Hasil_Belajar_PJOK

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	7905.633	1	7905.633	49.641	.000
Within Groups	18792.067	118	159.255		
Total	26697.700	119			

Lampiran 7. Uji Hipotesis

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	pretest	60.93	60	12.541	1.619
	posttest	77.17	60	12.697	1.639

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	pretest & posttest	60	.875	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences				95% Confidence Interval of the Difference				
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean		Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	pretest - posttest	-16.233	6.320	.816		-17.866	-14.601	-19.895	59	.000

Lampiran 8. Silabus

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)	Materi Pokok	Karakter	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi waktu	Sumber Belajar	Ranah	Media
3.1 Mengetahui keterampilan gerak salah satu permainan bola besar untuk menghasikan koordinasi gerak yang baik *)	3.1.1 Menjelaskan tentang keterampilan gerak permainan sepakbola 3.1.2 Menjelaskan tahapan teknik dasar Sepak bola 3.1.3 Menemukan variasi dan kombinasi teknik dasar sepak bola 3.1.4 Menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi teknik dasar Sepak bola 3.1.5 Mencoba dan melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola 4.1.1 Melakukan gerakan teknik dasar	Sepakbola : • Mengumpan bola • Menembak bola • Mengontrol bola • Menggiring bola	PPK • Religius • Mandiri • Gotong royong • Kejujuran • Kerja keras • Percaya diri • Kerjasama Literasi • Bahasa • Numerasi 4C • Berpikir kritis, • kreatif • bekerjasama	- Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang keterampilan gerak permainan sepakbola (mengumpan bola, menembak bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, lemparan kedalam, gerak tanpa bola) - Siswa mencoba dan melakukan keterampilan gerak permainan sepakbola (mengumpan bola, menembak bola, mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, lemparan kedalam, gerak tanpa bola) - Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru - Siswa mempragakan hasil belajar keterampilan gerak permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri	- Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotor - Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas - Portofolio : Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak - Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak	8 JP	- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. Buku Guru dan Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas X Jakarta Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. - Modul/bahan ajar, - internet, - Sumber lain yang relevan	- Kognitif - Afektif - Psikomotor	- Whatsapp Grup - Google Classroom - Gmeet
koordinasi gerak yang baik *)	4.1.2 Melakukan gerakan variasi dan kombinasi teknik teknik dasar Sepak bola 4.1.3 Melakukan permainan sepak bola dengan peraturan yang dimodifikasi 4.1.4 Mempragakan hasil belajar keterampilan gerak permainan sepakbola ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri		- berkomunikasi - Kolaborasi Sikap - Peduli - Jujur berakhlak - Tanggung jawab - Toleransi - Kerjasama - Proaktif - kreatif						
	3.1.6. Menjelaskan tahapan teknik	Bolavoli:	PPK	Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas	Unjuk kerja:	8 JP	Kementerian	- Kognitif - Afektif	Whatsapp Grup

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)	Materi Pokok	Karakter	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi waktu	Sumber Belajar	Ranah	Media
	3.1.7. Menemukan variasi dan kombinasi keterampilan teknik dasar Bola voli 3.1.8. Menganalisis kelebihan dan kekurangan variasi dan kombinasi keterampilan teknik dasar Bola voli 3.1.9. Menjelaskan tentang keterampilan gerak permainan bolavoli 4.1.2. Melakukan gerakan keterampilan teknik dasar Bola voli 4.1.3. Melakukan gerakan variasi dan kombinasi keterampilan teknik dasar	• Passing bawah • Passing atas • Servis bawah • Servis atas • Smash/spike • Block/bendungan	• Religius • Mandiri • Gotong royong • Kejujuran • Kerja keras • Percaya diri • Kerjasama Literasi • Bahasa • Numerasi 4C • Berpikir kritis • kreatif • bekerja sama • berkolaborasi	(task sheet) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan bolavoli (passing bawah, passing atas, servis bawah, servis atas, smash/spike, block/bendungan) dengan berbagai bagian posisi • Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap materi pembelajaran. • Siswa menerima umpan balik dari guru. • Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan • Siswa mencoba tugas keterampilan gerak permainan bolavoli ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri	Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotorik • Observasi: Untuk mengukur keterampilan gerak dan perilaku selama aktifitas • Portofolio: Tulisan atau hasil kerja berupa kajian konsep dan prinsip permainan serta keterampilan gerak • Tes: Prinsip dan konsep keterampilan gerak		Pendidik dan Kebudayaan. 2017. Buku Guru dan Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Kelas X Jakarta Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. • Modul/bahan ajar, • internet, • Sumber lain yang relevan	• Psikomotor	• Google Classroom • Gmeet

Kompetensi Dasar	Indikator Pencapaian Kompetensi (IPK)	Materi Pokok	Karakter	Kegiatan Pembelajaran	Penilaian	Alokasi waktu	Sumber Belajar	Ranah	Media
	4.1.4. Mencoba tugas keterampilan gerak permainan bolavoli ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, sportif, kerja sama, dan percaya diri		komunikatif • Kolaborasi Sikap • Peduli • Jujur berkeadilan • Tanggung jawab • Toleran • Kerjasama • Proaktif • kreatif						
	3.1.10. Menjelaskan tahapan teknik dasar bola basket 3.1.11. Menemukan variasi dan kombinasi teknik dasar bola basket 3.1.12. Menganalisis kelebihan dan	Bolabasket: • Melempar bola • Menangkap bola • Menggiring bola	PPK • Religius • Mandiri • Gotong royong • Kejujuran	• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan • Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas keterampilan gerak permainan bolabasket	• Unjuk kerja: Untuk mengukur keterampilan gerak aspek psikomotorik • Observasi: Untuk mengukur	8 JP	• Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2017. Buku Guru dan Siswa Mata Pelajaran	• Kognitif • Afektif • Psikomotor	• Whatsapp Grup • Google Classroom • Gmeet

Lampiran 9. Timeline Pembelajaran *Blended Learning*

No	Hari/Tanggal	Jam	Materi	Keterangan	Media pembelajaran	Kelas
1	6 September 2021	07.00 - 07.25	Bola Basket (Teknik dasar)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		07.25 - 07.50	Bola basket (Sejarah, peraturan dalam pertandingan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Bola Basket (Teknik dasar)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		10.40 - 11.15	Bola basket (Sejarah, peraturan dalam pertandingan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
2	8 september 2021	07.50 - 08.15	Bola Basket (Teknik dasar)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		10.40 - 11.15	Bola basket (Sejarah, peraturan dalam pertandingan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 -	Bola Basket (Teknik	Luring /	- Powerpoint - LCD /	X MIPA

		08.40	dasar)	Offline	Proyektor Papan tulis	2
		09.30 - 10.05	Bola basket (Sejarah, peraturan dalam pertandingan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
3	13 September 2021	07.00 - 07.25	Sepak bola (Teknik dasar & modifikasi permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		07.25 - 07.50	Sepak bola (Sejarah, Peraturan dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran - Quizziz	
		10.15 - 10.40	Sepak bola (Teknik dasar & modifikasi permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		10.40 - 11.15	Sepak bola (Sejarah, Peraturan dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran - Quizziz	
4	15 September 2021	07.50 - 08.15	Sepak bola (Teknik dasar & modifikasi permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		10.40 - 11.15	Sepak bola (Sejarah, Peraturan	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel	

			dalam permainan)		- Video Pembelajaran - Quizziz	
		08.15 - 08.40	Sepak bola (Teknik dasar & modifikasi permainan)	Luring / Offlie	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		09.30 - 10.05	Sepak bola (Sejarah, Peraturan dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran - Quizziz	
5	20 September 2021	07.00 - 07.25	Bola Voli (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		07.25 - 07.50	Bola Voli (Sejarah, peraturan dan modifikasi dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran - Quizziz	
		10.15 - 10.40	Bola Voli (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		10.40 - 11.15	Bola Voli (Sejarah, peraturan dan modifikasi dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	

6	22 September 2021	07.50 - 08.15	Bola Voli (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		10.40 - 11.15	Bola Voli (Sejarah, peraturan dan modifikasi dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran - Quizziz	
		08.15 - 08.40	Bola Voli (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		09.30 - 10.05	Bola Voli (Sejarah, peraturan dan modifikasi dalam permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
7	27 september 2021	07.00 - 07.25	Bulutangkis (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		07.25 - 07.50	Bulutangkis (Sejarah, peraturan permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Bulutangkis (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2

		10.40 - 11.15	Bulutangkis (Sejarah, peraturan permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
8	29 September 2021	07.50 - 08.15	Bulutangkis (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		10.40 - 11.15	Bulutangkis (Sejarah, peraturan permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Bulutangkis (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		09.30 - 10.05	Bulutangkis (Sejarah, peraturan permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
9	4 Oktober 2021	07.50 - 08.15	Atletik (Lari sprint, Jalan cepat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		10.40 - 11.15	Atletik (Lompat tinggi gaya straddle, lompat jauh, tolak peluru)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 -	Atletik (Lari sprint, Jalan	Luring /	- Powerpoint - LCD /	X IPS 2

		08.40	cepat)	Offline	Proyektor - Papan tulis	
		09.30 - 10.05	Atletik (Lompat tinggi gaya straddle, lompat jauh, tolak peluru)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
10	6 Oktober 2021	07.00 - 07.25	Atletik (Lari sprint, Jalan cepat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Atletik (Lompat tinggi gaya straddle, lompat jauh, tolak peluru)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Atletik (Lari sprint, Jalan cepat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 - 11.15	Atletik (Lompat tinggi gaya straddle, lompat jauh, tolak peluru)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
11	18 Oktober 2021	07.50 - 08.15	Softball (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		10.40 -	Softball (Peraturan dan sejarah)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel	

		11.15	permainan		- Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Softball (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		09.30 - 10.05	Softball (Peraturan dan sejarah permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
12	20 Oktober 2021	07.00 - 07.25	Softball (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Softball (Peraturan dan sejarah permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Softball (Teknik dasar permainan)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 - 11.15	Softball (Peraturan dan sejarah permainan)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
14	25 Oktober 2021	07.50 - 08.15	Kebugaran Jasmani (FITT+E dan IMT)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		10.40	Kebugaran	Daring /	- Google	

		- 11.15	Jasmani (Komponen Kebugaran jasmani)	Online	Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Kebugaran Jasmani (FITT+E dan IMT)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		09.30 - 10.05	Kebugaran Jasmani (Komponen Kebugaran jasmani)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
15	27 Oktober 2021	07.00 - 07.25	Kebugaran Jasmani (FITT+E dan IMT)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Kebugaran Jasmani (Komponen Kebugaran jasmani)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Kebugaran Jasmani (FITT+E dan IMT)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 - 11.15	Kebugaran Jasmani (Komponen Kebugaran jasmani)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
16	1 November 2021	07.50 - 08.15	Pencaksilat (Gerakan dasar dalam	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor	X MIPA 1

			pencaksilat)		- Papan tulis	
		10.40 - 11.15	Pencaksilat (peraturan dan sejarah pencaksilat di Indonesia)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Pencaksilat (Gerakan dasar dalam pencaksilat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		09.30 - 10.05	Pencaksilat (peraturan dan sejarah pencaksilat di Indonesia)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
18	3 November 2021	07.00 - 07.25	Pencaksilat (Gerakan dasar dalam pencaksilat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Pencaksilat (peraturan dan sejarah pencaksilat di Indonesia)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Pencaksilat (Gerakan dasar dalam pencaksilat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 - 11.15	Pencaksilat (peraturan dan sejarah pencaksilat di Indonesia)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
19	15 November	07.50	Senam lantai	Luring /	- Powerpoint	X MIPA

	2021	- 08.15	(Teknik dasar Lompat jongkok)	Offline	- LCD / Proyektor - Papan tulis	1
		10.40 - 11.15	Senam lantai (Teknik dasar lompat kangkang)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Senam lantai (Teknik dasar Lompat jongkok)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		09.30 - 10.05	Senam lantai (Teknik dasar lompat kangkang)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
20	17 November 2021	07.00 - 07.25	Senam lantai (Teknik dasar Lompat jongkok)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Senam lantai (Teknik dasar lompat kangkang)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Senam lantai (Teknik dasar Lompat jongkok)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 - 11.15	Senam lantai (Teknik dasar lompat kangkang)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video	

					Pembelajaran	
21	22 November 2021	07.50 - 08.15	Pergaulan (pergaulan sehat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 1
		10.40 - 11.15	Pergaulan (pergaulan tidak sehat)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		08.15 - 08.40	Pergaulan (pergaulan sehat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 2
		09.30 - 10.05	Pergaulan (pergaulan tidak sehat)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
22	24 November 2021	07.00 - 07.25	Pergaulan (pergaulan sehat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X IPS 1
		07.25 - 07.50	Pergaulan (pergaulan tidak sehat)	Daring / Online	- Google Classroom - PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
		10.15 - 10.40	Pergaulan (pergaulan sehat)	Luring / Offline	- Powerpoint - LCD / Proyektor - Papan tulis	X MIPA 2
		10.40 -	Pergaulan (pergaulan)	Daring / Online	- Google Classroom	

		11.15	tidak sehat)		- PPT, Artikel - Video Pembelajaran	
--	--	-------	--------------	--	--	--

Lampiran 10. RPP Pembelajaran Daring & Luring

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH

Sekolah	: SMA N 1 GAMPING	Kelas/Semester	: X / 1	KD	: 3.9
Mata Pelajaran	: Penjasorkes	Alokasi Waktu	: 1 x 45 menit	Pertemuan ke	: 12
Materi	: Pergaulan sehat				

A. Tujuan Pembelajaran

Setelah mengikuti proses pembelajaran Penjasorkes secara Daring , peserta didik diharapkan dapat :

- Menganalisis dan Memahami cara perilaku budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.dengan menerapkan pergaulan yang sehat.

B. Media/alat, Bahan dan Sumber Belajar

Media : **Google Classroom** (GC) (berisi Materi, Video Pembelajaran, lembar tugas dan Lembar penilaian)

Alat/Bahan : Laptop ,HP, Papan Tulis Wifi

Sumber Belajar : E-modul, Buku Penjasokes Siswa Kelas X, Kemendikbud, Tahun 2016.

Metode Pembelajaran : *Problem Based Learning (PBL)*

C. Langkah Pembelajaran

D. Penilaian Hasil Pembelajaran

- **Penilaian Pengetahuan** berupa Tes tertulis uraian di sediakan di Google Classroom setelah KBM.
- tes lisan / observasi terhadap diskusi tanya jawab dan percakapan serta penugasan dilakukan pada saat diskusi secara Luring
- **Penilaian Keterampilan** berupa penilaian unjuk kerja, penilaian video, proyek, penilaian produk dan penilaian portofolio sudah di sediakan guru di Google Classroom .

Sleman, 25 Oktober 2021

Mengetahui

Guru Mata Pelajaran

Mahasiswa

Kegiatan Pendahuluan (10 Menit)	
Melakukan pembukaan dengan salam pembuka, berdoa dan memotivasi peserta didik untuk memulai pembelajaran melalui Whatshap Grup (WAG) , serta membagi kode login masuk GC.	
Mempersilahkan peserta didik untuk masuk GC dan untuk yang tatap muka memperhatikan materi yang akan disampaikan ,untuk yang daring mengisi daftar hadir di forum GC dengan mengisikan link Gform yang telah dicantumkan di GC dan mengikuti petunjuk yang ada di GC, untuk yang luring mengikuti arahan dari Guru. Guru memeriksa kehadiran peserta didik	
Menyampaikan motivasi tentang apa yang dapat diperoleh (tujuan & manfaat) dengan mempelajari materi : Pergaulan Sehat dan tidak sehat	
Guru menginformasikan tentang materi yang akan dipelajari, kompetensi yang akan dicapai, serta metode belajar yang akan ditempuh, serta penilaiannya.	
Kegiatan Inti (20 Menit)	
Kegiatan Literasi	Peserta didik diberi motivasi atau rangsangan untuk memusatkan perhatian pada topik materi dan panduan untuk melihat, mengamati, membaca materi Pergaulan Sehat dan tidak sehat . Mereka diberi materi pada buku paket Kemendikbud mengenai penyebab, perbedaan, dampak dan pencegahannya dengan link dan tautan yang sudah di sediakan di google Classroom.
Critical Thinking	Guru memberikan kesempatan untuk mengidentifikasi sebanyak mungkin hal yang belum dipahami, dimulai dari pertanyaan faktual sampai ke pertanyaan yang bersifat hipotetik. Pertanyaan ini harus tetap berkaitan dengan materi Pergaulan Sehat dan tidak sehat dengan cakupan materi penyebab, perbedaan, dampak dan pencegahannya
Collaboration	Melalui materi yang sudah di share di Google Claasroom siswa mendiskusikan, mengumpulkan informasi, dan saling bertukar informasi mengenai Teknik dasar dalam Pergaulan Sehat dan tidak sehat .
Communication	Peserta didik menyampaikan hasil diskusi melalui rangkuman hasil belajar berdasarkan hasil analisis secara tertulis atau dengan media lainnya., dan mengerjakan tugas yang sudah diberikan oleh guru.
Creativity	Guru dan peserta didik menyimpulkan point penting yang telah dipelajari terkait Pergaulan Sehat dan tidak sehat Peserta didik kemudian diberi kesempatan untuk menanyakan kembali hal-hal yang belum dipahami
Kegiatan Penutup (15 Menit)	
Refleksi pencapaian siswa dan Guru memberikan penguatan materi dalam pembelajaran Pergaulan Sehat dan tidak sehat	
Guru membuat rangkuman/simpulan pelajaran.tentang point-point penting yang muncul dalam kegiatan pembelajaran yang baru dilakukan.	
Guru Menginformasikan mengenai penugasan, materi selanjutnya dan mengakhiri pembelajaran dengan mengucapkan salam dan menutup pertemuan online.	

Alfi Azizah
NIP. 19651007 198903 2 005

Dhevina Putri Haryashena
NIM 18601244071

Lampiran 11. Jadwal pelajaran

JADWAL PELAJARAN TATAP MUKA TERBATAS
SMAN 1 GAMPING TAHUN PELAJARAN 2021/2022

4 - 8 Oktober 2021

HARI	WAKTU	X MIPA 1		X MIPA 2		XI MIPA 1		XI MIPA 2		XII MIPA 1		XII MIPA 2	
		A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
SENIN	07.15 - 07.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Literasi											
	1 07.30 - 09.00	Matematika	PKWU	Fisika	Geografi (LM)	Matematika	PPKn	Kimia	Sejarah	Matematika	B.Indonesia	Seni Budaya	Biologi
	2 09.00 - 10.30	PKWU	Matematika	Geografi (LM)	Fisika	PPKn	Matematika	Sejarah	Kimia	B.Indonesia	Matematika	Biologi	Seni Budaya
	10.30 - 12.30	Pulang dan Istirahat											
	3 12.30 - 14.00	Sejarah								B. Inggris		Penjasorkes	
SELASA	07.00 - 07.15	Literasi											
	1 07.15 - 08.45	B. Indonesia				Agama				Mat Peminatan			
	2 08.45 - 10.15	Agama		Mat Peminatan		B. Indonesia				PKWU			
	3 10.15 - 11.45	Biologi				PKWU				Seni Budaya		B. Jawa	
	11.45 - 12.30	Istirahat											
RABU	4 12.30 - 14.00	Seni Budaya				Sejarah		Geografi (LM)		Agama			
	07.15 - 07.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Literasi											
	1 07.30 - 09.00	Fisika	Geografi (LM)	Matematika	Agama	Kimia	B. Inggris	Matematika	PPKn	Penjasorkes	Biologi	Matematika	B.Indonesia
	2 09.00 - 10.30	Geografi (LM)	Fisika	Agama	Matematika	B. Inggris	Kimia	PPKn	Matematika	Biologi	Penjasorkes	B.Indonesia	Matematika
	10.45 - 12.30	Pulang dan Istirahat											
KAMIS	3 12.30 - 14.00	Kimia		B. Inggris				Seni Budaya				Kimia	
	07.00 - 07.15	Literasi											
	1 07.15 - 08.45	Penjasorkes				Fisika		B. Inggris		PPKn			
	2 08.45 - 10.15	PPKn				Penjasorkes				Fisika			
	3 10.15 - 11.45	B. Jawa				Biologi		Mat Peminatan		Sejarah			
JUMAT	11.45 - 12.30	Istirahat											
	4 12.30 - 14.00	Ekonomi (LM)		Sosiologi (LM)									
JUMAT	07.15 - 07.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Literasi											
	1 07.30 - 09.00	Mat Peminatan	B. Inggris	Kimia	PKWU	Mat Peminatan	Sosiologi (LM)	Fisika	Biologi	B. Jawa	Ekonomi (LM)	Geografi (LM)	B. Inggris
	2 09.00 - 10.30	B. Inggris	Mat Peminatan	PKWU	Kimia	Sosiologi (LM)	Mat Peminatan	Biologi	Fisika	Ekonomi (LM)	B. Jawa	B. Inggris	Geografi (LM)



**JADWAL PELAJARAN TATAP MUKA TERBATAS
SMAN 1 GAMPING TAHUN PELAJARAN 2021/2022**

4 - 8 Oktober 2021

HARI	WAKTU	X IPS 1		X IPS 2		XI IPS 1		XI IPS 2		XII IPS 1		XII IPS 2	
		A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
SENIN	07.00 - 07.15	Literasi											
	1 07.15 - 08.45	B. Indonesia				Penjasorkes				B. Jawa			
	2 08.45 - 10.15	B. Jawa				Agama				Sosiologi			
	3 10.15 - 11.45	Ekonomi				Seni Budaya				Agama		Penjasorkes	
	11.45 - 12.30	Istirahat											
SELASA	4 12.30 - 14.00	Sej. Peminatan				Fisika (LM)		Biologi (LM)		Geografi			
	07.15 - 07.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Literasi											
	1 07.30 - 09.00	Sejarah	Seni Budaya	Geografi	B. Inggris	B. Inggris	B. Jawa	Sosiologi	PPKn	Penjasorkes	B. Inggris	Agama	Ekonomi
	2 09.00 - 10.30	Seni Budaya	Sejarah	B. Inggris	Geografi	B. Jawa	B. Inggris	PPKn	Sosiologi	B. Inggris	Penjasorkes	Ekonomi	Agama
	10.45 - 12.30	Pulang dan Istirahat											
RABU	3 12.30 - 14.00	Sosiologi				Geografi				B. Inggris (LM)		Biologi (LM)	
	07.00 - 07.15	Literasi											
	1 07.15 - 08.45	PKWU				Sejarah				Seni Budaya			
	2 08.45 - 10.15	B. Inggris (LM)				Ekonomi				Sejarah			
	3 10.15 - 11.45	Matematika				Matematika				PKWU			
KAMIS	11.45 - 12.30	Istirahat											
	4 12.30 - 14.00	Fisika (LM)		Kimia (LM)									
	07.15 - 07.30	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya dan Literasi											
	1 07.30 - 09.00	Geografi	B. Inggris	Sejarah	Seni Budaya	Sosiologi	PKWU	Sej. Peminatan	B. Jawa	Matematika	Ekonomi	B. Indonesia	B. Inggris
	2 09.00 - 10.30	B. Inggris	Geografi	Seni Budaya	Sejarah	PKWU	Sosiologi	B. Jawa	Sej. Peminatan	Ekonomi	Matematika	B. Inggris	B. Indonesia
JUMAT	1 07.00 - 08.30	PPKn				Sej. Peminatan		B. Inggris		B. Indonesia		Matematika	
	2 08.30 - 10.00	Penjasorkes				B. Indonesia				PPKn			
	3 10.00 - 11.30	Agama				PPKn		PKWU		Sej. Peminatan			

Keterangan



Tatap Muka (TM)



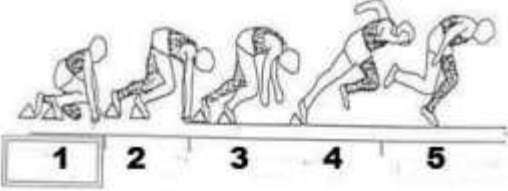
Belajar Dari Rumah (BDR)

Lampiran 12. Instrumen Penelitian

No	Indikator Soal	Jawaban	Nilai kog.
1	Bryan merupakan seorang pemain dalam suatu tim Sepak Bola, dalam suatu pertandingan, Bryan memiliki kesempatan untuk melakukan tendangan sudut atau Corner Kick agar arah bola itu bisa melengkung sesuai dengan sasaran. Maka harus melakukan tendangan menggunakan kaki bagian.... A. Dalam B. Luar C. Punggung kaki D. Tengah E. Telapak kaki	A	C4
2	Salah satu Tim lawan ada yang menyentuh bola didalam kotak penalty. Maka Indra harus melakukan tendangan penalti, Agar tendangan tersebut berhasil maka Teknik dasar yang digunakan untuk melakukan	C	C4

	tendangan penalti harus menggunakan kaki bagian... A. Dalam B. Luar C. Punggung Kaki D. Tengah E. Paha		
3	Gerakan kedua tangan diletakkan diatas muka, kedua ibu jari dan telunjuk membentuk seperti mangkuk, siku atas dibengkokkan, kedua kaki dibuka dengan lutut ditekuk, pandangan ke atas (ke arah bola), tangan diayunkan ketika perkenaan bola tepat mengenai jari-jari tangan merupakan teknik dari A. Servis Atas B. Servis Bawah C. Passing Atas D. Smash E. Block	C	C3
4	Dalam permainan bola Voli ada yang namanya passing atas dan passing bawah, sesuai dengan arah datangnya bola. Jika bola tersebut datangnya secara parabola maka passing yang digunakan yaitu passing bawah, jika bola datangnya dekat dengan net atau dengan arah bola yang mendarat maka menggunakan passing bawah, berdasarkan statement berikut tujuan dari passing tersebut adalah.... A. Membendung sasaran B. Mengembalikan Serangan lawan C. Membuang bola D. Menerima permulaan servis E. Mengoper bola kepada teman	D	C4
5	Saat pertandingan bola basket salah satu pemain melakukan <i>dribble</i> kemudian <i>passing</i> atau bahkan maju sendiri untuk mencetak angka dengan memasukkan bola ke dalam ring lawan. Dari pengamatan tersebut, teknik <i>dribble</i> dalam permainan bola basket selain untuk mengatur serangan juga bertujuan untuk A. Mengatur tempo permainan B. Menghentikan bola dalam permainan C. Mengoper bola pada teman satu Tim D. Menghindari serangan lawan E. Menyusup untuk mendekati ring	C	C3
6	Ghea merupakan pemain Basket, saat ia sedang melakukan <i>dribble</i> kemudian dihadang oleh lawan. Pada saat Ghea menyelamatkan bola	C	C4

	tersebut ia memutar badan dengan menggunakan salah satu kaki sebagai poros putaran yang disebut dengan... A. Shooting B. Rebound C. Pivot D. Offense E. Defense		
7	Pukulan dalam permainan bulutangkis merupakan suatu bentuk rangkaian Gerakan dengan menggunakan raket yang bertujuan untuk mengarahkan shuttlecock tinggi dan jauh ke bagian belakang daerah permainan lawan adalah.... A. Pukulan Drive B. Pukulan Lob C. Pukulan Smash D. Pukulan Dropshot E. Pukulan Forehand	B	C3
8	Perhatikan deskripsi berikut ini! Jojo merupakan seorang atlet bulutangkis. pada saat ia bertanding, Jojo melakukan Gerakan memukul dengan tinggi Ujung raket harus berada dibawah pegangan raket. Perkenaan shuttlecock harus berada dibawah pinggang dengan arah dan jatuhnya shuttlecock sedekat mungkin dengan garis serang pemain lawan. Dan shuttlecock sedapat mungkin melayang dekat diatas net. Berdasarkan deskripsi berikut, termasuk Teknik dasar apa yang dilakukan Jojo dalam permainan bulutangkis.... A. Netting B. Servis Pendek C. Servis Panjang D. Pukulan Backhand E. Pukulan Forehand	B	C4
9	 Pemain yang menjadi pelempar bola seperti gambar diatas atau bisa juga disebut dengan... A. Pitcher B. Catcher	A	C3

	C. Umpire D. Batter E. Straiker		
10	Terdapat 2 Tim yang sedang bertanding dalam permainan softball, Tim A berusaha untuk mengalahkan Tim B dengan mencetak point. Untuk mendapatkan point dalam permainan softball yaitu dengan cara... A. Melewati pelari yang ada di depannya B. Tidak menginjak base C. Bola keluar dari batas permainan D. Melewati base penjaga E. Menghindari penjaga yang menangkap bola	A	C3
11	Dalam Teknik dasar permainan softball, Reno melakukan gerakan meluncur dengan menjatuhkan badan guna menghindari ketukan bola biasanya dilakukan oleh penjaga base adalah.. A. Pitching B. Sliding C. Berlari menuju base D. Catching E. Berlari lurus	B	C3
12	Dalam cabang olahraga atletik terdapat beberapa jenis start, biasanya nomor yang menggunakan start ada sprint/ lari jarak pendek, Marathon/ Lari jarak jauh dan Jalan cepat. Jenis start yang digunakan untuk pertandingan jalan cepat yaitu... A. Zig-zag B. Jongkok C. Berdiri D. Duduk E. Melayang	C	C3
13	Rio belajar melakukan jalan cepat, karena dalam pelajaran penjasorkes dituntut harus bisa melakukan jalan cepat. Dalam tahapan Langkah, yang menyebabkan lutut menjadi lurus dalam jalan cepat adalah... A. Ayunan lengan ke depan B. Ayunan paha ke depan C. Ayunan Betis ke depan D. Ayunan Paha ke belakang E. Ayunan lengan dan kaki bersamaan	B	C4
14	Perhatikan Gambar berikut! 	B	C3

	Dari gambar tersebut yang merupakan sikap aba – aba “siap” pada saat melakukan start jongkok ditunjukkan pada gambar nomor... A. 1 B. 2 C. 3 D. 4 E. 5		
15	Burhan merupakan seorang atlet dalam cabang olahraga atletik nomor lompat jauh, pada saat Burhan melakukan Latihan, ia melakukan kesalahan dalam melakukan pendaratan. Agar tidak terjadi lagi kesalahan yang sama maka yang harus dilakukan Burhan agar melakukan pendaratan yang benar maka posisi kaki saat melakukan pendaratan yaitu... A. Kaki dilipat ke belakang B. Kaki ditekuk kedepan C. Kaki jongkok D. Kaki diluruskan E. Kaki dibengkokkan	D	C4
16	Pada saat melakukan lompat tinggi Gaya Straddle, Setelah melakukan tolakan kemudian dilanjutkan Posisi badan ketika mendarat dalam lompat tinggi gaya Straddle yang benar adalah.... A. Terlentang B. Berdiri C. Jongkok D. Tengkurap E. Duduk	A	C3
17	Tolak peluru dalam atletik termasuk gerak dasar lempar, tahapan awal dari tolak peluru yaitu posisi peluru dipegang menggunakan telapak tangan kemudian saat persiapan menolak maka posisi peluru ditempelkan pada... A. Dada B. Tangan C. Bahu D. Leher E. Perut	C	C3

18	Olahraga pencak silat merupakan olahraga beladiri yang berasal dari Indonesia. Dalam setiap gerakannya memiliki fungsi dan makna tertentu. Kondisi siap tempur yang optimal baik fisik, mental, maupun indra dalam olahraga beladiri pencak silat disebut ... A. belaan B. pukulan C. serangan D. sikap pasang E. gerak Langkah	D	C3
19	Perhatikan gambar dibawah ini!  Dalam olah raga beladiri pencak silat sikap kuda-kuda merupakan posisi kaki tertentu sebagai dasar tumpuan untuk melakukan sikap dan gerakan bela serang. Dari gambar di atas yang merupakan sikap kuda-kuda belakang ditunjukkan pada gambar nomor A. 1 B. 2 C. 3 D. 4 E. 5	B	C4
20	Terdapat 10 Komponen dalam kebugaran jasmani antara lain: Kekuatan, Daya tahan jantung, daya otot, kecepatan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan, kelentukan, kelincahan. Kemudian komponen tersebut digolongkan dalam 4 komponen utama kebugaran Jasmani adalah... A. Kekuatan, Daya tahan jantung, Komposisi tubuh, Kelentukan	A	C3

	B. Kekuatan, Kecepatan,. Kelincahan, Power C. Daya tahan otot, Ketepatan, Komposisi tubuh, Power D. Keseimbangan, Kekuatan, Kelentukan, Daya tahan jantung E. Daya tahan jantung, Reaksi, Komposisi tubuh, Kelincahan																																
21	Andi melakukan Latihan aktivitas fisik dengan jangka waktu 3-5 kali dalam 1 minggu sesuai program Latihan yang telah disusun menggunakan prinsip FITT + E dalam kebugaran jasmani, pernyataan tersebut prinsip yang diterapkan adalah... A. Enjoyable B. Type C. Time D. Intensity E. Frequency	E	C4																														
22	Perhatikan Tabel berikut! <table><tr><td colspan="2">Reza</td><td colspan="2">Tika</td><td colspan="2">Dani</td><td colspan="2">Vika</td><td colspan="2">Putri</td></tr><tr><td>TB</td><td>BB</td><td>TB</td><td>BB</td><td>TB</td><td>BB</td><td>TB</td><td>BB</td><td>TB</td><td>BB</td></tr><tr><td>170</td><td>55</td><td>155</td><td>70</td><td>168</td><td>65</td><td>165</td><td>80</td><td>157</td><td>44</td></tr></table> Berdasarkan data Indeks Massa Tubuh (IMT) diatas, siswa yang memiliki komposisi tubuh kategori normal adalah... A. Reza B. Tika C. Dani D. Vika E. Putri	Reza		Tika		Dani		Vika		Putri		TB	BB	TB	BB	TB	BB	TB	BB	TB	BB	170	55	155	70	168	65	165	80	157	44	C	C4
Reza		Tika		Dani		Vika		Putri																									
TB	BB	TB	BB	TB	BB	TB	BB	TB	BB																								
170	55	155	70	168	65	165	80	157	44																								
23	Perhatikan Tabel Berikut! <table><tr><th rowspan="2">NAMA SISWA</th><th colspan="4">AKURASI</th></tr><tr><th>Rico</th><th>Gerry</th><th>Alvaro</th><th>Kevin</th></tr><tr><td>Push Up</td><td>40</td><td>35</td><td>38</td><td>33</td></tr><tr><td>Sit Up</td><td>50</td><td>30</td><td>45</td><td>50</td></tr><tr><td>Back Up</td><td>46</td><td>50</td><td>52</td><td>47</td></tr><tr><td>Pull Up</td><td>20</td><td>10</td><td>16</td><td>12</td></tr></table> Berdaskan tabel hasil Tes Kesegaran Jasmani (TKJI) yang dilakukan dalam waktu 60 detik. urutan dari ke-4 pelajar tersebut yang tubuhnya dikatakan bugar adalah...	NAMA SISWA	AKURASI				Rico	Gerry	Alvaro	Kevin	Push Up	40	35	38	33	Sit Up	50	30	45	50	Back Up	46	50	52	47	Pull Up	20	10	16	12	C	C4	
NAMA SISWA	AKURASI																																
	Rico	Gerry	Alvaro	Kevin																													
Push Up	40	35	38	33																													
Sit Up	50	30	45	50																													
Back Up	46	50	52	47																													
Pull Up	20	10	16	12																													

	A. Gerry – Rico – Kevin – Alvaro B. Gerry – Kevin – Rico – Alvaro C. Rico – Alvaro – Kevin – Gerry D. Rico – Kevin – Alvaro – Gerry E. Kevin – Alvaro – Gerry – Rico		
24	Berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air (streamline), kedua belah tangan secara bergantian digerakkan jauh ke depan seperti Gerakan mengayuh sementara Gerakan kaki secara bergantian dicambukkan naik turun, pernyataan tersebut merupakan pengertian dari renang gaya... A. Gaya dada B. Gaya punggung C. Gaya Kupu-kupu D. Gaya bebas E. Gaya katak	D	C3
25	Gaya bebas adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air kedua belah lengan secara bergantian seperti Gerakan mengayuh sementara posisi kaki secara bergantian dicambukkan naik turun ke atas. Berdasarkan penjelasan berikut, tahapan gerakan lengan pada renang gaya bebas/Freestyle adalah... A. Pull – Recovery – Push B. Pull – Push – Recovery C. Push – Pull – Recovery D. Push – Recovery – Pull E. Recovery – Pull – Push	B	C4
26	Pergaulan sehat diartikan sebagai proses interaksi yang dilakukan individu dengan individu tau individu dengan kelompoknya dengan normal baik tubuh, jiwa maupun kehidupan sosialnya. Berikut ini yang bukan merupakan ciri-ciri dalam pergaulan sehat adalah... A. Berprasangka baik B. Tidak membicarakan aib teman C. Mudah mengalami kegelisahan D. Jauh dari rasa iri dengki E. Selalu mengingat pada kebaikan	C	C3
27	Dari film Dua Garis Biru, mencerminkan pergaulan bebas dengan melakukan seks pranikah yang mengakibatkan hamil pada usia remaja/ belum cukup umur. Agar terhindar dari pergaulan tidak sehat tersebut maka...	D	C4

	A. Menikah muda agar terhindar dari zina B. Tidak membatasi pergaulan antara perempuan dan laki-laki C. Saling menunjukkan rasa suka yang berujung pacaran D. Memegang teguh iman dan agama agar bisa membedakan mana hal yang baik dan hal yang buruk. E. Bergaul yang lebih bebas sesuai dengan norma kebarat-baratan.		
28	Senam lantai merupakan salah satu cabang olahraga yang mengandalkan aktivitas seluruh anggota badan. Senam ini dilakukan diatas permukaan lantai yang beralaskan sebuah matras. Maka dari itu, Senam lantai termasuk ke dalam jenis senam.. A. Senam Akrobatik B. Senam Artistik C. Senam Aerobik Sport D. Senam Ritmik Sportif E. Senam Umum	B	C3
29	Rangkaian Gerakan lompat kangkang dan lompat jongkok hampir sama, dari posisi awal hingga akhir, namun terdapat perbedaan dari kedua Gerakan tersebut. Perbedaan rangkaian lompat kangkang dengan lompat jongkok terutama ada pada... A. Sikap kaki saat melewati peti lompat B. Sikap tubuh pada saat pendaratan C. Media lompat yang berbeda D. Sikap awalan saat melakukan tolakan E. Posisi tangan pada saat tolakan	A	C4
30	Pada saat melakukan awalan posisi kaki berlari dan melakukan tumpuan untuk melakukan tolakan, kemudian dilanjutkan dengan melakukan tolakan. Lalu dilanjutkan dengan posisi akhir. Teknik membuka kaki pada loncat kangkang dilakukan pada saat.... A. setelah tangan menumpu pada peti lompat B. tangan akan menumpu pada peti lompat C. badan melayang siap mendarat D. melakukan awalan E. setelah kaki melakukan tolakan	E	C4

Lampiran 13. Hasil penelitian

NO	NAMA SISWA	PRETEST	POSTTEST
1	DINDA OLIVIA NURHALISA	80	95
2	ANISSA VRIDA RINDI ANI	73	87
3	EVANIA HANUN NISRINA AYU	67	87
4	MUSLIFAH DHEA PRAMESTI	60	77
5	ALIFIA PUTRI RAMADHANI	57	75
6	ALVIYAN DIMAS DZAKY	57	73

7	RIDHO FAHRUROZI	47	67
8	SIMFORIANUS NARENDRA RADITYA NUGRAHA+	55	73
9	RACHMAD IKHSAN NUR FAWZY	50	67
10	REAL CAHYA PUTRA	37	50
11	ARDRA ADITYA TAMA	43	55
12	BAIQ NARISWARI SYIFA RIZMANDA	77	90
13	KARINDA AZZAHRA SAMNA	67	87
14	TANAYA DANISWARA	63	80
15	ADENIA NUR ANIES SUCIPTA	60	77
16	ADZKYA ALFARA KAIDA	50	67
17	AVISA WULAN SUCI	80	95
18	DINA AYU SRIKANDI	63	80
19	RISA WIDYASARI	60	77
20	RIVA GALIH SAPUTRO	47	63
21	ESTELITA SALFABILA	37	50
22	AYUNDYA RAVA KALINDA	53	70
23	REZA ARDYA LAYLANINGTYAS	55	73
24	MUHAMMAD AKBAR ALUSYIAU DEGA	63	80
25	KEZIA ODRIEL ROSDIANA BORU TINJAK	63	83
26	HERLINDA SOVIANINGSIH	60	77
27	NASHWA NURWAHIDDATI QUDWA	57	73

28	SEKAR NAWANG PRASASTI	55	70
29	ARSHYI PRAMANDA PANGESTI	47	63
30	JAHRO NUR AMALINA ISTIQOMAH	53	67
31	ADRIAN RUBYANSYAH	75	87
32	ARJUNA PANJI ANDHIKA	70	87
33	SYAH DANI RADICO SAPUTRA	65	83
34	NATHAN MAULANA	57	77
35	RADEN RORO AULIA LINGGAR JATI	43	60
36	AKBAR CAHYA WIBAWA	77	93
37	ALIM AN NAFI	70	87
38	ANGGA BARADYAN+	65	83
39	FLORENA CELLOCILIAREFA MELODITA	60	80
40	MARTHA AURELLIA PRASETYO +	53	70
41	ANDHARUNI LARAS PANGESTU	43	57
42	RINDANG SURYA RAMADHON	57	77
43	GUSTI MEIGA ANDIKA	77	90
44	JENNY AURILLA LAKSITA	67	85
45	NADIA FAWAZ NATANEILA	57	73
46	REGI AZIZ MUSLIM	73	87
47	MARSHANDA MAURA MAHARANI	67	83
48	MAULINA TASYA AULIA AZIZAH	53	70

49	TEGAR NURUL FACHMI	77	93
50	ADITYA GANEP MULYA ANANTA	80	97
51	FARAYANA ARJWANIA PUTRI	70	87
52	GALIH RAMADHAN	77	90
53	ARTIKA MAELIANA PUTRI	67	83
54	SITI CHOIRIAH SAFITRI	37	53
55	ALDITO AJI PANGESTU	80	97
56	DAFANSYAH JUAN FABIO	40	53
57	ERGINA NUR LAILIKA	67	83
58	NABILA ZUHAIRA HAURANI	70	87
59	KHANSA RIHADATUL AISYA SALMA	40	53
60	M.ARKAN SYAFIQ AL FATIH ABDILLAH	83	97

Lampiran 14. Dokumentasi penelitian

1. Pengambilan data (*pretest & posttest*)



