

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORETIS**

#### **2.1 Kajian Pustaka**

##### **2.1.1 Hakikat Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

###### **A. Pengertian Pembelajaran**

Pembelajaran diambil dari kata belajar, belajar merupakan aktifitas utama dalam sebuah proses pembelajaran. pengertian tentang belajar sangat beragam, beragamnya pengertian tentang belajar, dipengaruhi oleh teori yang melandasi rumusan belajar itu sendiri. Banyak orang yang beranggapan bahwa belajar semata – mata mengumpulkan fakta – fakta yang terjadi dalam bentuk informasi atau materi pelajaran. Adapun menurut Hamalik (1992) dalam penelitian (Nurjan, 2016) “ belajar mengandung pengertian terjadinya perubahan dari persepsi dan perilaku, termasuk juga perbaikan perilaku, misalnya pemuasan kebutuhan masyarakat dan pribadi secara lebih lengkap” (hlm. 15). Sedangkan menurut Sardiman (1990) dalam penelitian (Nurjan, 2016) menyatakan bahwa belajar merupakan suatu perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan seperti dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru, dan lain sebagainya (hlm. 15). Dari berbagai definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa merupakan suatu proses yang dimana seseorang mendapatkan pengetahuan tingkah laku dan kemampuan bereaksi yang relatif permanen atau menetap karena adanya interaksi indivisu dengan lingkungannya.

Pembelajaran kalau dalam arti umum bisa disebut sebagai perubahan perilaku yang relatif tetap sebagai hasil dari proses pembelajaran itu sendiri. Menurut Gagna dan Briggs (1992) dalam penelitian (Sriyatin dkk., 2018) pembelajaran adalah seperangkat peristiwa yang mempengaruhi si belajar sedemikian rupa sehingga si belajar itu memperoleh kemudahan dalam interaksi berikutnya dengan lingkungan. Berdasarkan pengertian di atas peneliti menyimpulkan bahwa suatu upaya yang dilakukan sengaja oleh pendidik untuk memberikan kegiatan belajar yang efektif dan efisien. Pembelajaran dapat dilakukan dalam bentuk maupun cara yang digunakan.

Pembelajaran juga didefinisikan sebagaimana proses pendewasaan anak melalui proses belajar. Di saat pembelajaran pada intinya tidak akan pernah lepas dari strategi pengelolaan pembelajaran. Strategi pengelolaan pembelajaran sangat penting di dalam pembelajaran secara keseluruhan. Efektivitas pembelajaran juga tidak akan semaksimal apabila strategi pengelolaan di dalam kelas tidak diperhatikan, meskipun perencanaan pengorganisasian dan penyampaian belajar sudah sangat baik terlaksana.

### **B. Pengertian Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan mengandung makna bahwa mata pelajaran ini menggunakan aktivitas jasmani sebagaimana untuk mencapai sebuah tujuan pembelajaran yang direncanakan, yang dimana bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani individu. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah ialah dasar yang baik bagi perkembangan olahraga diluar sekolah. Adapun menurut (Fitriani & Agus Suswor DM, 2018) mengatakan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan dengan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan intensif guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, berpikir, emosional, sosial, dan moral (hlm. 13). Sejalan yang dikemukakan oleh Sukintaka (2001) dalam penelitian (Fitriani & Agus Suswor DM, 2018) "pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktifitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya" (hlm. 13).

Dari berbagai pengertian dan pendapat ahli di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu aktivitas belajar mengajar pada aktivitas jasmani yang dimana bertujuan untuk pertumbuhan dan perkembangan psikomotor, efektif, dan kognitif secara menyeluruh, selaras, dan seimbang untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang tidak dapat dipisahkan dan ikut membantu tujuan pendidikan secara umum.

### **C. Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk mengembangkan aspek dari kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan yang bersih melalui tindakan jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan yang bermoral tertuang dalam tujuan pendidikan nasional. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diberikan pendidik mempunyai manfaat penting yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dimana terpilih dilakukan secara sistematis. Tujuan pembelajaran dalam pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Adapun tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan menurut kebijakan di Indonesia (Permendiknas, 2006) dalam penelitian (Mustafa & Dwiyo, 2020) sebagai berikut :

- 1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- 2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- 3) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- 4) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai – nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- 5) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.
- 6) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.

- 7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif. (hlm. 513).

Dalam mewujudkan tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Indonesia tersebut, maka perlu dikemas dalam ruang lingkup tersendiri, agar memudahkan memeta isi dari Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani merupakan penunjang tercapainya tujuan pendidikan nasional. Secara umum tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori menurut Adang Suherman dalam penelitian(Suhardi, 2016) sebagai berikut :

- Perkembangan fisik  
Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas – aktivitas yang melibatkan kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh seseorang (*physical fitness*).
- Perkembangan gerak  
Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, dan sempurna (*skillfull*).
- Perkembangan mental  
Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berpikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani ke dalam lingkungannya sehingga memungkinkan tumbuh dan berkembangnya pengetahuan, sikap, dan tanggung jawab peserta didik.
- Perkembangan sosial  
Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan peserta didik dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat.

Berdasarkan tujuan pendidikan jasmani di atas pembelajaran pendidikan jasmani diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup segar dan bugar sepanjang hayat. Pencapaian tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak lepas dari pengaruh guru, peserta didik, kurikulum, sarana prasarana, lingkungan

dan sosial, faktor – faktor di atas anantara yang satu dengan yang lain saling berhubungan sehingga benar benar harus di perhatikan.

Pada pandemi Covid – 19 di era metode pembelajaran *hybrid learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani tetap dibutuhkan untuk menjaga kebugaran jasmani masing masing peserta didik. Adapun menurut Pane (2015, hlm. 2) dalam penelitian(Dzalila dkk., 2020) menyampaikan bahwa manfaat olahraga yang disampaikan oleh Landers, Profesor Pendidikan Olahraga dari Arizona State University, adalah 1) Meningkatkan daya tahan tubuh. Olahraga yang dilakukan dengan teratur dapat meningkatkan fungsi hormon – hormon dalam tubuh dimana hormon – hormon ini mampu meningkatkan daya tahan tubuh. 2) Meningkatkan fungsi otak, olahraga dapat meningkatkan jumlah oksigen didalam darah sehingga memperlancar aliran darah menuju otak. Hal tersebut juga dapat meningkatkan fungsi dari sistem otak membantu meningkatkan konsentrasi, kreativitas dan kesehatan. 3) Mengurangi stress, stress dapat terjadi kepada siapa saja termasuk peserta didik. Rutin berolahraga secara teratur dapat mengurangi kegelisahan dan kecemasan. Aktivitas olahraga menyebabkan tubuh bereaksi termasuk otak. Karena otak akan melepas banyak hormon termasuk endorphin yang dimana hormon tersebut bisa mempengaruhi suasana hati menjadi lebih bergembira, riang dan senang.

#### **D. Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Di dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan terdapat faktor – faktor yang mendukung dan juga mempengaruhi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Menurut Wina Sanjaya (2013, hlm. 52) dalam penelitian(Priyanto, 2018) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kegiatan proses system pembelajaran, di antaranya faktor guru, faktor siswa, sarana, alat, media yang tersedia, serta lingkungan (hlm. 14). Adapun menurut Agus S Suryobroto (2004) dalam peneliti (Priyanto, 2018)“Pembelajaran pendidikan jasmani dapat berjalan dengan sukses dan lancar sangat ditentukan oleh beberapa unsur antara lain : guru, peserta didik, kurikulum, sarana, prasarana, tujuan, metode, lingkungan yang mendukung, dan penilaian. Berikut ini akan peneliti uraikan beberapa faktor yang telah disebutkan :

## 1) Guru

Guru merupakan sebuah profesi yang membutuhkan suatu keahlian untuk mengajarkan suatu ilmu kepada peserta didik atau peserta didik di suatu lembaga pendidikan misalnya sekolah. Adapun pengertian menurut Undang – Undang no 14 tahun 2005 dalam penelitian (Priyanto, 2018) dalam pengertian yang sederhana guru adalah orang yang memberikan ilmu pengetahuan kepada anak didik, guru juga dapat diartikan semua orang yang berwenang dan bertanggung jawab terhadap peserta didik, baik secara individual maupun klasikal, disekolah maupun di luar sekolah. Adapun menurut (Wicaksono & Prihanto, 2017) “Guru adalah sebutan bagi seorang yang dapat memiliki ilmu pengetahuan, gerak dan sikap yang dapat dijadikan teladan peserta didik serta memiliki tanggung jawab mendidik peserta didik untuk menjadi manusia yang beradab dan berkompeten di bidang tertentu yang dikuasai (hlm. 93). Guru dianjurkan dapat menjadi teladan bagi para peserta didiknya baik disekolah maupun di luar sekolah. guru juga merupakan panutan bagi anak didiknya sehingga tingkah yang dilakukan oleh guru akan sangat menentukan keberhasilan dalam menyampaikan bahan ajar kepada peserta didik.

Dalam penelitian ini guru yang dimaksud ialah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Guru pendidikan jasmani adalah guru yang ada dalam perangkat yang ada di sekolah yang dimana tugasnya itu adalah menjadi pendidik. Adapun menurut (Priyanto, 2018) mengatakan bahwa “Guru pendidikan jasmani adalah seseorang yang mempunyai kompetensi profesional, pedagogik, sosial dan kepribadian dalam bidang pendidikan jasmani” (hlm. 15). Dalam keahliannya guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diharapkan dapat membantu melaksanakan tugas dan kewajibannya dengan baik. Adapun syarat – syarat tersebut guru pendidikan jasmani dapat melaksanakan pembelajaran jasmani dengan efektif dan efisien. Efektif disini yaitu dapat tercapainya tujuan dalam pendidikan jasmani dengan baik. Sedangkan dalam arti efisien disini ialah guru yang menggunakan pendekatan dan metode pembelajaran yang baik dan benar. Menurut Juardi dan Nopembri (2010) dalam penelitian (Priyanto, 2018) guru yang efektif dan efisien harus memenuhi syarat – syarat sebagai berikut :

- a. Guru tidak mudah marah,
- b. Guru memberi penghargaan bagi peserta didik yang berhasil,
- c. Guru mengkondisikan agar peserta didik berperilaku yang mantap,
- d. Guru mengatur pengelolaan kelas hemat waktu,
- e. Kelas teratur dengan tertib,
- f. Kegiatan bersifat akademis,
- g. Guru kreatif sedang peserta didik harus aktif dan kreatif,
- h. Guru hemat tenaga,
- i. Tugas peserta didik terawasi.

## **2) Peserta didik**

Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha untuk mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran pada jalur pendidikan yang baik. Adapun pengertian peserta didik menurut pasal 1 ayat 4 UU RI No. 20 Tahun 2003 yaitu mengenai sistem pendidikan nasional, dimana peserta didik atau yang biasa dikenal sebagai peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan diri mereka melalui proses pendidikan pada jalur dan jenjang dan jenis pendidikan tertentu. Pengertian peserta didik adalah yang belum mencapai dewasa, yang membutuhkan usaha, bantuan bimbingan dari orang lain yang telah dewasa guna melaksanakan tugas sebagai makhluk Tuhan, sebagai umat manusia, sebagai warga negara yang baik, dan sebagai salah satu masyarakat serta sebagai suatu pribadi atau individu. Peserta didik tergolong dalam 4 tingkatan yaitu : TK, SD, SMP, SMA sederajat. Jenjang tertinggi dari pendidikan adalah mahapeserta didik, baik itu S1, S2, maupun S3

Dalam penelitian ini proses pembelajaran jasmani tanpa adanya peserta didik maka proses pembelajaran tidak akan terjadi. Peserta didik merupakan salah satu faktor yang menentukan apakah suatu pembelajaran itu berjalan dengan sukses atau pembelajaran tersebut gagal. Peserta didik yang mempunyai motivasi tinggi terhadap pendidikan jasmani akan membantu kelancaran dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani

## **3) Kurikulum**

Kurikulum adalah sesuatu yang direncanakan sebagai pegangan guna mencapai tujuan pendidikan. Menurut (Ramdani, 2020) “kurikulum adalah acuan yang digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan”(hlm. 10). Sebagai acuan dimana kurikulum juga harus disusun dengan sebaik – baiknya serta mengikuti perkembangan zaman dan menyesuaikan dengan kebutuhan dunia saat ini. kurikulum yang digunakan saat ini di Indonesia adalah kurikulum 2013 (K13) yang sebelumnya adalah menggunakan kurikulum KTS tahun 2006. Perbedaan dari kurikulum 2013 dan kurikulum 2006 khususnya dari mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak terlalu terjadi perubahan yang signifikan bahkan materi yang disajikan oleh pengajar masih sama.

#### **4) Sarana dan Prasarana**

Sarana dan Prasarana, sarana disini adalah alat yang digunakan untuk mendukung suatu kegiatan pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan. Sifat dari sarana adalah mudah dan juga dapat dipindahkan oleh pengguna olahraga atau dalam konteks pendidikan adalah peserta didik maupun guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Sebagai contoh : raket, balok, pemukul, net, bet dan lain sebagainya. Dengan adanya sarana pembelajaran penjas diharapkan menambah motivasi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran dengan serius sehingga dapat mencapai tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Prasarana dapat diartikan segala sesuatu yang diperlukan untuk menunjang kegiatan pembelajaran penjas yang mudah dipindahkan tetapi bisa bersifat semi permanen sehingga berat atau sulit untuk dipindahkan. Contoh : meja tenis meja, kuda – kuda, palang bertingkat, palang, matras, peti lompat dan lain sebagainya. Dan contoh prasarana bersifat permanen yaitu : lapangan, gedung olahraga, kolam renang, aula dan sebagainya.

Menurut Agus S suryobroto (2004) dalam penelitian (Priyanto, 2018) mengatakan bahwa sarana atau alat adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindah bahkan dibawa oleh pelaku atau peserta didik. sedangkan prasarana atau fasilitas adalah segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bersifat permanen atau tidak

dapat dipindah – pindahkan. Prasarana dan sarana yang ada di sekolah seharusnya sesuai standart untuk mendukung kelancaran proses kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

### **2.1.2 Pengertian *Hybrid Learning***

Hybrid Learning merupakan sebuah metode belajar campuran yaitu menggabungkan pembelajaran tatap muka atau konvensional dengan pembelajaran *offline* dan *online*. Menurut (Dwiyogo, 2016) dalam penelitian(Ahmadillah, 2021) “secara etimologi *Hybrid learning* dari bahasa inggris yaitu *hybrid* (kominasi/campuran) dan *learning* (pembelajaran) istilah lain yang memiliki kesamaan makna dengan *hybrid learning* adalah *blended learning*, *mixed learning* dan *melted learning*”(hlm. 19). Adapun menurut Hendrayati dan Pamungkas dalam penelitian(Farkhatun, 2021) “*Hybrid learning* adalah model yang menggabungkan antara inovasi dan kemajuan teknologi dalam *online learning* dengan interaksi dan partisipasi dari model pembelajaran konvensional atau tatap muka” (hlm. 16). Metode *hybrid learning*, dimana guru dan peserta didik secara bertahap dapat beradaptasi dengan kemajuan teknologi dalam pendidikan namun tetap didukung dengan metode yang biasa di lakukan yaitu tatap muka. Adanya pembelajaran *online* dan *offline* dalam *hybrid learning* dapat membantu mempermudah dalam penyampaian aspek pengetahuan kepada peserta didik dan dapat membantu peserta didik dalam memahami proses belajar gerak.

Proses penyelenggaraan pembelajaran *hybrid learning* harus memperhatikan sarana dan prasarana disuatu sekolah contohnya, karakteristik peserta didik dalam masa *new normal*, alokasi waktu, sumber belajar dan kendala. Sedangkan menurut (Dwiyogo, 2016) “ komposisi *blended learning* atau yang dikenal sebagai *hybrid learning* yaitu :

1. 50/50% artinya dari lokasi waktu yang disediakan 50% untuk kegiatan tatap muka dan 50% untuk kegiatan pembelajaran *online*.
2. 73/25% artinya alokasi waktu yang disediakan 75% untuk kegiatan tatap muka dan 25% untuk kegiatan pembelajaran *online*.
3. 25/75% arinya alokasi waktu yang disediakan 25% untuk kegiatan tatap muka dan 75% untuk kegiatan pembelajaran *online*.

Berdasarkan uraian di atas bahwa pembelajaran *hybrid learning* merupakan metode yang dimana memadukan antara pembelajaran tatap muka dan *online* secara bergantian, dimana pendidik dapat terhubung kapan saja, di mana saja walaupun berada pada kondisi yang berbeda antara pendidik dengan peserta didik lainnya. Akan tetapi didalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu nyatanya masih sangat sulit untuk menerapkan dari metode *hybrid learning*. Untuk permasalahannya tidak jauh berbeda dengan pembelajaran daring yaitu masih terdapat kendala anak murid dalam menggunakan electronic dan juga pembelajaran *hybrid learning* yang monoton membuat semakin menurunnya inisiatif dan kreativitas peserta didik dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *hybrid learning* adalah pembelajaran yang menggabungkan antara pembelajaran tatap muka dan pembelajaran daring. dalam situasi seperti ini kegiatan pembelajaran harus tetap berjalan. Hal ini dilakukan agar peserta didik mendapatkan ilmu pengetahuan terutama dari pembelajaran pendidikan jasmani dari guru di sekolah masing – masing. Kegiatan belajar mengajar di sekolah harus menggunakan metode yang di rekomendasi selama pandemi covid -19 yaitu *hybrid learning*, dalam prosesnya 50% untuk setengah peserta didik di satu kelas untuk belajar tatap muka dan 50 % setengah peserta didiknya untuk belajar dirumah. Hal seperti ini sudah diterapkan pada peserta didik kelas XI di SMAN 2 Kota Tasikmalaya.

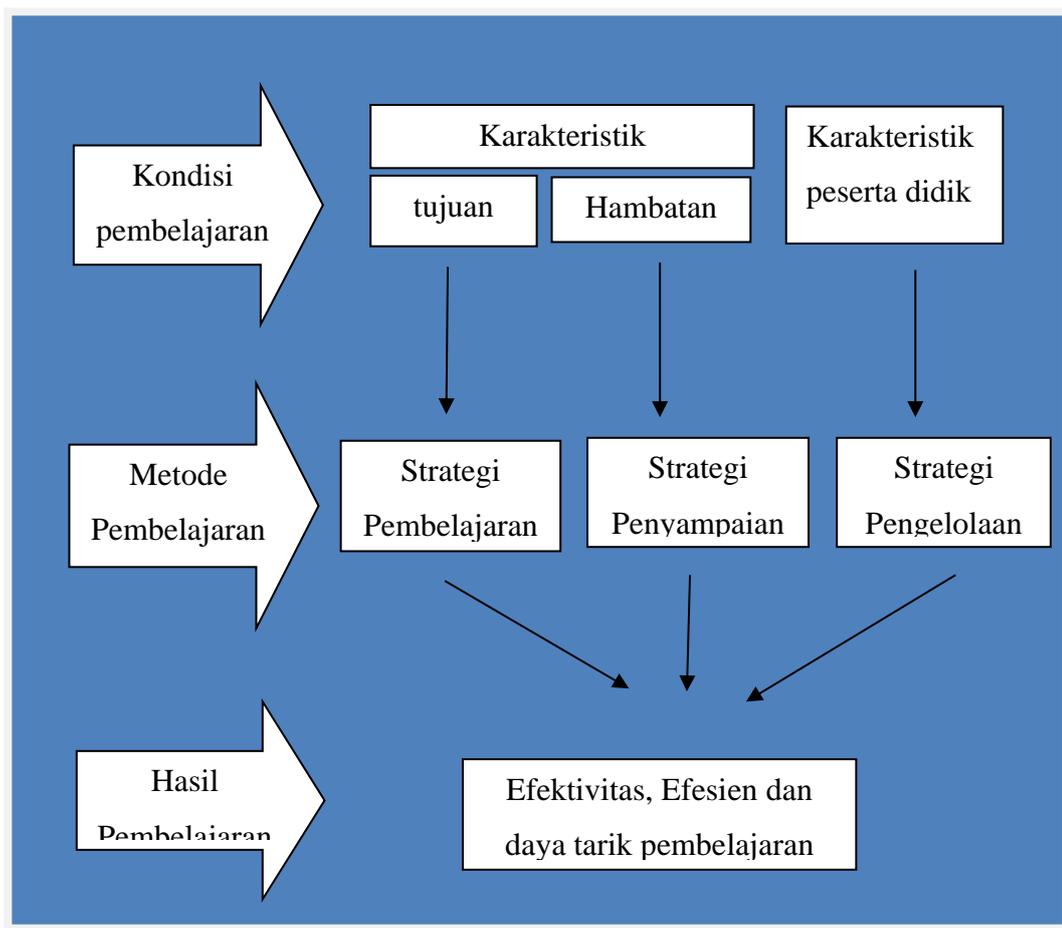
### **2.1.3 Hakikat Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dalam Metode *Hybrid Learning***

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) merupakan salah satu pelajaran yang wajib dari jenjang sekolah dasar sampai ke sekolah menengah atas/keatas. Menurut (Priyanto, 2018) “Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisah dari pendidikan pada umumnya yang mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, afektif dan psikomotor melalui aktifitas jasmani” (hlm. 11). Adapun menurut Williams yang dikutip dalam (Priyanto, 2018) “Menyatakan bahwa pendidikan jasmani adalah

semua aktifitas manusia yang dipilih jenisnya dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai” (hlm. 2-3).

Di dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan keefektivan dapat dilihat dari efeknya seperti halnya yang dikemukakan oleh (Mulyasa, 2004) dalam penelitian (Vea Christian, 2021) “Efektivitas adalah adanya kesesuaian antara orang yang melaksanakan tugas dengan sasaran yang dituju” (hlm. 19). Menurut pendapat dari (Rohmawati, 2015) “ efektivitas adalah ukuran keberhasilan dari suatu proses interaksi antar peserta didik maupun antara peserta didik dengan guru dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan pembelajaran” (hlm. 17). Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan itu sendiri bisa dikatakan efektif apabila bisa menjadi contoh ketika guru mengajarkan tentang suatu teknik maka peserta didik dapat paham dan dapat mempratikkan teknik tertentu. Selain itu semakin peserta didik aktif maka ketercapaian ketuntasan belajar semakin besar sehingga efektiflah suatu proses pembelajaran.

Menurut (Hamalik, 2010) dalam penelitian (Vea Christian, 2021) mengatakan bahwa “pembelajaran adalah suatu kombinasi yang tersusun dari unsur – unsur yang meliputi material, fasilitas, manusiawi, perlengkapan dan prosedur yang saling mempengaruhi dalam mencapai tujuan pembelajaran” (hlm. 57). Dan ada juga pembelajaran menurut (Reigeluth, 2011) dalam penelitian (Vea Christian, 2021) ada tiga indikator yang digunakan untuk menunjang proses pembelajaran. indikator disini yaitu indikator kondisi pembelajaran, metode dan indikator hasil pembelajaran. Berikut dapat dijelaskan dari gambar berikut ini :



Gambar 2. 1 Variabel Pembelajaran (Vea Christian, 2021, hlm. 57)

Kondisi pembelajaran menjadi awal strategi pembelajaran untuk mencapai hasil pembelajaran. Sedangkan komponen – komponen strategi pembelajaran ditekankan oleh metode pembelajaran.

Penggunaan metode pembelajaran *hybrid learning* dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang telah dilakukan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan biasanya menggabungkan 2 metode yaitu tatap muka dan daring. Namun kegiatan pembelajaran tersebut tidak terlepas dari berbagai tantangan serta resiko selama masa pembelajaran *hybrid learning*. Ketika pembelajaran secara tatap muka dan daring guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan masih banyak tantangan, adapun kekurangan yang di terima dalam pembelajaran model *hybrid learning* di mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan menurut (Ahmadillah, 2021) sebagai berikut :

- a. Membutuhkan media yang sangat beragam dan sarana prasarana yang mendukung
- b. Tidak meratanya fasilitas yang dimiliki oleh peserta didik seperti sarana prasarana dan juga akses internet. Hal ini menjadi penghambat utama bagi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran model *hybrid learning* sebab dalam pelaksanaannya membutuhkan sarana dan akses internet memadai
- c. Kurangnya pengetahuan terhadap penggunaan teknologi.

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu kesesuaian antara materi yang diberikan dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dituju.

## **2.2 Penelitian yang Relevan**

Hasil penelitian yang relevan dalam penelitian ini diperlukan untuk mendukung penelitian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat dijadikan dasar kerangka ideologis. Hasil penelitian terkait adalah sebagai berikut :

- 1) Penelitian yang dilakukan oleh (Ibda & Sari, 2020) tentang efektivitas pembelajaran dalam jaringan di tengah pandemi covid – 19 SD Negeri Kemloko Temanggung, memperoleh kesimpulan bahwa dimasa pandemi Covid – 19 ini, pembelajaran di SD Negeri Kemloko adalah pembelajaran yang dilakukan secara daring. Namun hanya beberapa yang mengikuti pembelajaran sehingga digantikan dari rumah, atau dengan istilah pembelajaran konvensional. Dalam penelitian ini efektivitas pembelajaran daring terhadap peserta didik SD Negeri Kemloko yaitu selama pembelajaran dirumah kurang efektif. Pasalnya peserta didik tidak dapat berinteraksi dengan guru dan temannya. Peserta didik yang mengerjakan tugas di temani oleh orang tuanya sedikit mengalami kesulitan untuk menerima pemahaman tentang materi sehingga orang tua harus ikut mengerjakan tugas anak.
- 2) Penelitian yang dilakukan oleh (Farkhatun, 2021) tentang pengaruh pembelajaran model *hybrid learning* terhadap peningkatan pemahaman peserta didik mata pelajaran pendidikan agama islam di masa pandemi

covid – 19, dalam praktiknya pelaksanaan pembelajaran model *hybrid* di SMP Negeri 1 Sumberrejo tergolong sangat baik. Hal ini dibuktikan dengan hasil angket tentang pelaksanaan pembelajaran *hybrid learning* yang disebarkan kepada 32 responden menunjukkan hasil persentase angket sebesar 80 % berada pada interval 75% - 100%.

### 2.3 Kerangka Konseptual

Berdasarkan kajian teori di atas, maka dapat dijadikan suatu kerangka berfikir. Implementasi adalah proses ide, konsep, kebijakan, atau inovasi dalam bentuk praktis yang mana menimbulkan dampak, baik berupa perubahan keterampilan, pengetahuan, maupun nilai dan sikap. Berkaitan dengan judul efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara *hybrid learning* pada masa *new normal* pandemi covid – 19.

Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses menggunakan kegiatan fisik yang direncanakan secara sistematis untuk berinteraksi antara peserta didik dengan lingkungannya, kegiatan tersebut dirancang untuk memperbaiki individu secara organis, neuromuskuler, perseptual, kognitif dan emosional. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada intinya adalah senam fisik, baik yang dilakukan di alam terbuka maupun di alam bebas, setelah melalui pembelajaran secara daring di masa pandemi Covid – 19 yang melanda Indonesia. Pemerintah telah mengeluarkan kebijakan yang membolehkan peserta didik masuk sekolah seperti biasa dengan aturan 50 % 50 % dan juga menerapkan protokol kesehatan. Akses internet dan juga media sarana prasarana menyebabkan berbagai kendala dalam mempelajari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan selama masa *hybrid learning* selama pandemi covid – 19. Hambatan antara lain pembelajaran pendidikan jasmani yang tidak dapat dilaksanakan sesuai dengan RPP, banyak juga terdapat peserta didik mengeluh karena terlalu banyak tugas yang di dapat sesampainya dirumah maupun disekolah.

Dalam hal ini maka peneliti sangat tertarik untuk mengetahui efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara *hybrid learning* pada masa *new normal* pada masa pandemi covid - 19.