



PENERAPAN BLENDED LEARNING DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI

Ammar Rozaan Izzulhaq¹, Yuspita KRWI Pratiwi², Khusnul Khotimah³

^{1,2,3} Universitas Negeri Malang

E-mail: ammarrozaanizzulhaq@gmail.com¹, yyuspitamila@gmail.com²,
khusnulhotimah225544@gmail.com³

DOI: <https://doi.org/10.36526/kejaora.v8i2.2346>

ABSTRAK

Penerapan *blended learning* pada saat ini berkembang sangat pesat, mulai dari awal berkembangnya internet para ahli banyak yang sudah menerapkan *blended learning* dalam pembelajaran dan bermacam-macam metode pembelajarannya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana penerapan *blended learning* pada pendidikan jasmani. Metode dalam penelitian ini menggunakan kajian pustaka dengan cara menyimpulkan berbagai artikel terdahulu. Dapat disimpulkan bahwa penerapan *blended learning* pada pendidikan jasmani memudahkan para peserta didik dalam menerima pembelajaran secara efisien dan efektif tergantung pada penerapan yang diberikan kepada peserta didik.

Kata Kunci: Penerapan; Blended Learning; Pendidikan Jasmani

PENDAHULUAN

Penerapan *blended learning* pada saat ini berkembang sangat pesat, mulai dari masa komputer tercipta para ahli banyak yang sudah menerapkan program *blended learning* ini dalam pembelajaran. Tujuan penerapan *blended learning* ini sendiri agar memudahkan siswa dalam menelaah bahan pembelajaran dengan baik dan lebih aktif dalam mengikuti suatu pembelajaran, sehingga tujuan inilah yang dapat mengoptimalkan pandangan belajar dari pebelajar. Menurut Rizkiyah (2015) *blended learning* suatu program dengan kualitas pembelajaran yang dilakukan dengan dua cara yakni secara tatap muka dan virtual. Penerapan model *blended learning* ini mempermudah para peserta didik dalam mengakses bahan untuk pembelajaran serta bertukar pikiran dengan pendidik dimana saja dan kapan saja. Menurut Nande & Irman (2021) tidak hanya peserta didik yang dapat mencari referensi, tetapi sebagai pendidik atau pengajar dapat mengakses internet untuk mencari referensi guna menyiapkan materi, sehingga memudahkan pendidik dalam memberikan materi dan pengawasan terhadap peserta didik dalam pembelajaran.

Pembelajaran adalah usaha kegiatan dengan seseorang untuk mendapatkan sebuah ilmu, keterampilan, dan nilai-nilai sikap positif dari berbagai sumber dan informasi guna pembelajaran yang lebih (Rohani, 2019). Pembelajaran melibatkan dua pihak yakni antara pebelajar dengan pendidik, pendidik sebagai fasilitator dan pebelajar menjadi pebelajar dalam terjadinya suatu proses pembelajaran. Proses pembelajaran menjadi suatu tantangan bagi pendidik dalam menciptakan suasana yang menarik agar pembelajaran tersebut tidak monoton dan dapat menarik minat peserta didik (Nafrin & Hudaidah, 2021). Hal ini sejalan dalam jurnal Rasyid et al., (2020), strategi dalam pembelajaran harus dipersiapkan dalam proses pembelajaran berlangsung terutama pada pembelajaran PJOK.

Pendidikan salah satu unsur yang penting untuk meningkatkan kualitas siswa dan memiliki peranan yang sangat penting dalam pembentukan karakter. Dapat dijelaskan bahwa pendidikan adalah cara atau proses peningkatkan kepribadian siswa dalam pengembangan aspek sikap, pengetahuan dan nilai kepribadian serta keterampilannya. Sedangkan pada



pendidikan jasmani tidak hanya terfokus pada aktivitas fisik, namun pendidikan jasmani berperan dalam membentuk perkembangan motorik peserta didik (Widodo, 2018). Menurut Mega Prastyo (2020) pengertian pendidikan jasmani yaitu proses dalam pendidikan dengan aktivitas fisik guna mewujudkan transformasi dalam diri individu secara keseluruhan, meliputi fisik, mental dan emosional. Di era pembelajaran saat ini banyak sekali pendidik mempergunakan *blended learning* ini sebagai program pembelajaran interaktif yang mudah sebagai alat dalam bahan pembelajaran. Selaras dengan Mega Prasetyo & Febi, (2020) dalam penelitiannya yang menyatakan adanya pengaruh dalam penerapan pembelajaran menggunakan *blended learning* dengan pendidikan jasmani. Sedangkan menurut Muszali et al. (2017) Pendekatan belajar mengajar *daring* pada model *B-LEAD* menjadikan belajar mengajar efektif dalam meningkatkan prestasi belajar siswa selain dari belajar mengajar tatap muka.

METODE.

Metode yang digunakan peneliti dalam studi ini menggunakan kajian kepustakaan dengan cara mencari beberapa referensi mengenai penerapan pembelajaran jasmani dan olahraga berbasis *Blended Learning*. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif untuk mengkaji dan mencari referensi yang sejalan sebagai bahan penelitian. Adapun prosedur penelitian yang digunakan meliputi: (1) tahap persiapan, dalam tahap ini peneliti mengidentifikasi pembahasan penelitian yang akan ditulis dan mencari berbagai referensi lewat jurnal ataupun buku (2) tahap implementasi, pada tahap ini peneliti menggabungkan hasil temuan referensi yang sejalan dengan topik penelitian dan menyimpulkan secara singkat, dan (3) penulisan temuan adalah tahap terakhir dalam penelitian ini yakni dengan mengambil titik utama atau inti dari permasalahan yang telah dibahas.

Data yang dikumpulkan didapatkan dari berbagai macam buku dan referensi jurnal yang relevan dan berkaitan dengan

penerapan pembelajaran pendidikan jasmani dan *blended learning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Blended learning terdiri dari dua kata, *blend* dan *learn*. Kata *Blend* berarti “mencampur untuk meningkatkan kualitas, untuk membuatnya lebih baik”, atau rumus yang digabungkan atau digabungkan untuk menyelaraskan, sedangkan *learning* mempunyai arti yaitu belajar, jadi sepintas artinya adalah belajar, dapat disimpulkan bahwa *blended learning* yaitu pembelajaran campuran atau pembelajaran yang dicampurkan antara *online* dan *offline*, atau menggabungkan antara satu pola dengan pola yang lainnya. Hasil penelitian yang dilakukan Hidayah, (2020) menemukan bahwa *Blended Learning* berpotensi dalam peningkatan hasil belajar siswa dan dapat mengatasi masalah putus sekolah dibanding hanya menggunakan satu metode pembelajaran yaitu *online* saja. Demikian juga, model pembelajaran berbasis campuran juga ditemukan lebih baik daripada pembelajaran tatap muka. Pada hakekatnya, belajar sebuah proses terciptanya perilaku meliputi psikomotor, kognitif dan afektif yang bersifat tetap (Triwanis Can & Baru, 2020). Tujuan daripada *blended learning* sendiri adalah membuka jalan peluang kepada peserta didik dalam pembelajaran yang diterima dengan metode pembelajaran yang menarik dan efektif (Holden Simbolon, 2022).

Terdapat 3 konsep dalam pembelajaran *blended learning* meliputi tatap muka, *offline* dan *online*. Dalam konsep tatap muka, pembelajaran ini adalah yang paling tradisional dengan melibatkan secara langsung antara pendidik dan pebelajar di dalam suatu ruang belajar. Model pembelajaran tatap muka memprioritaskan agar peserta didik untuk lebih aktif dalam pengenalan dan cara mereka berinteraksi dengan sesama (Taoreh et al. 2021). Pembelajaran tatap muka sendiri dirancang untuk mendukung proses belajar dan pendidik lebih mudah mengetahui kendala pada saat pembelajaran.

Banyak yang berpendapat bahwa pembelajaran *offline* adalah pembelajaran



yang tidak perlu menggunakan internet sebagai penunjang pembelajaran. Multimedia adalah salah satu alternatif dalam penunjang pembelajaran *offline* (Daru & Adhiwibowo, 2016). Firmansyah & Purnama, (2022) Menjelaskan bahwa dengan diperkenalkannya teknologi multimedia dalam pendidikan, akan membuat perubahan dalam proses pembelajaran dan hal itu tidak dapat dirubah oleh siapapun. Marwiyah, (2013) Menjelaskan bahwa siswa didorong untuk memperoleh pengetahuan dengan berbagai cara, termasuk memanfaatkan komputer secara maksimal.

Pendidikan olahraga adalah pendidikan yang diberikan sejak saat sekolah dasar hingga sekolah menengah dalam bentuk aktivitas jasmani. Pendidikan Jasmani berperan penting dalam peserta didik dalam membantu meningkatkan aktivitas jasmani dengan melalui kegiatan gerak jasmani (Mustafa & Roesdiyanto, 2021). Pendidikan jasmani bertujuan menjadikan peserta didik yang tumbuh dengan mempunyai jiwa yang sehat dan berenerjik dalam akvitasnya. Menurut (Wulandari & Jariono, 2022) Pendidikan jasmani penting bagi siswa untuk bisa membangun kerjasama antar peserta didik dalam mencapai tujuan. Latihan fisik memperkuat tubuh, dan dalam kondisi kebugaran yang baik, kemampuan belajar siswa dapat dimaksimalkan (Adi, Supriyadi, & Masgumelar, 2020). Maka dari itu Pendidikan Jasmani mempunyai peran yang berbeda dengan pendidikan pada umumnya.

Pendidikan jasmani dijadikan sebagai suatu model dalam pembelajaran yang dianjurkan dalam mengatasi metode pendidikan yang masih tradisional (Wulansari, 2019). Pendidikan Jasmani berfokus dalam perkembangan motorik anak, perkembangan anak serta nilai sikap anak (Juilianto, 2017). Alokasi waktu penggunaan pembelajaran PJOK yakni 3 x 45 menit dengan perincian 1 x 45 menit digunakan untuk materi kelas yang difokuskan untuk menilai dari aspek kognitif serta pengetahuan anak dan 2 x 45 menit difokuskan untuk aktivitas atau praktik di lapangan (Purwaningtyas et al. 2017). Selain

itu, pendidik dapat memberikan materi berupa video pembelajaran sebagai salah satu sumber belajar kepada peserta didik. Peran guru PJOK yang paling penting adalah dengan memberikan pengarahan dan melayani peserta didik agar dapat tumbuh dan berkembang secara fisik serta mentalnya dengan maksimal (Setya Mustafa, 2020). Oleh sebab itu, *blended learning* didesain untuk mengoptimalkan aktifitas gerak dan berolahraga siswa supaya siswa tetap termotivasi. Untuk membuat siswa lebih aktif secara fisik dibandingkan dengan aktif secara kognitif, siswa harus tetap memperhatikan meskipun dengan kemudahan akses sumber belajar agar tetap aktif secara fisik. Karena hakikat pendidikan jasmani adalah berolahraga secara aktif guna mempertahankan kesehatan dan kebahagiaan hidup.

Pembelajaran tata muka dalam Pendidikan Jasmani akan dilengkapi dengan menggunakan model pembelajaran campuran atau *blended learning*. Model *blended learning* ini diharapkan meningkatkan interaksi dalam pembelajaran antara pendidik dan peserta didik serta terhadap sesama peserta didik. *Blended learning* dirancang untuk pembelajaran yang menarik dan menyenangkan serta sebagai alat bantu untuk peserta didik yang kebutuhan belajarnya masih rendah dalam aktivitas jamaninya.

Beragamnya perbedaan metode belajar siswa, pembelajaran dapat disampaikan dan dirancang dengan media pembelajaran. Gaya atau tipe belajar yang dimiliki setiap masing-masing siswa berbeda-beda, oleh karena itu sebagai pendidik atau orang tua diharapkan menyesuaikan suasana belajar dengan cara belajar yang diinginkan setiap peserta didik atau pebelajar dan tidak harus sesuai dengan suasana suasana belajar dengan cara belajar yang diinginkan pendidik atau orang tua. *Blended learning* dapat memudahkan penggabungan antara media interaktif atau audiovisual dengan pembelajaran jarak jauh agar tetap terlaksananya pembelajaran *offline* (Dwiyoogo, & Cholifah, 2016).



Pembelajaran yang memadukan pembelajaran tradisional dengan pembelajaran berbasis TIK dikembangkan menjadi pembelajaran *blended learning* yang menggunakan belajar campuran, yaitu memadukan pembelajaran tradisional (tatap muka saja) dan pembelajaran menggunakan TIK (Masgumelar & Mustafa, 2021). keberhasilan suatu proses belajar salah satunya yaitu mengembangkan desain pembelajaran untuk menyesuaikan dengan keadaan siswa dan situasi saat ini (Mardikaningsih & Kurniasari, 2019). Salah satu usaha guru dalam pembelajaran merupakan terciptanya interaksi pendidik dan pebelajar dalam meningkatkan kemampuan minat dan bakat serta potensi untuk kebutuhan peserta didik secara optimal (Suarim & Neviyarni, 2021). Ada beberapa definisi *blended learning*, yaitu perspektif yang berbeda. *Blended learning* didefinisikan sebagai sistem terintegrasi yang dirancang untuk membantu siswa di setiap tahap studi mereka, menggabungkan pembelajaran klasik dan *e-learning* dalam berbagai format di kelas. (Abdel & Al-Hadidi, 2013).

Peneliti menyimpulkan bahwa menggunakan *blended learning* menjadi kejadian nyata bagi mereka yang berusaha untuk menyesuaikan diri dengan perubahan dan perkembangan ilmiah duniawi, dan tidak dapat diterima dari kita hari ini untuk terus menangkap gaya pendidikan klasik, yang berkonsentrasi pada tutor. dan mata pelajaran sebagai poros dasar dalam proses pembelajaran pendidikan, dan sudah menjadi keharusan bagi kita untuk peduli pada peserta didik dengan melatih mereka penggunaan teknologi pendidikan yang benar, dan mempersiapkan mereka untuk dapat belajar mandiri, tergantung pada diri sendiri, metode penelitian, dan penemuan dalam sarana teknologi modern ini (Wang et al 2022). Sedangkan menurut Masgumelar & Mustafa, (2021) *blended learning* secara efisien dapat menciptakan keleluasaan waktu, tempat dan percepatan akses pembelajaran serta memberikan kemandirian bagi siswa yang konsisten dengan ketertarikannya. Selaras dengan Aru Fantiro et al. (2022) yang menyebutkan

bahwa *blended learning* merupakan pembelajaran yang secara positif dapat mengubah keadaan mood dan motivasi yang rendah menjadi tinggi.

KESIMPULAN

Dari pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa penerapan *blended learning* pada pendidikan jasmani memudahkan para peserta didik dalam menerima pembelajaran secara efisien dan efektif tergantung pada penerapan yang diberikan kepada peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti banyak mengucapkan terimakasih kepada dosen yang dengan sabar memberikan arahan dan nasehat pada peneliti menulis karya dan kepada rekan magister yang juga turut berpartisipasi dalam memberikan semangat yang sangat luar biasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdel, M., & Al-Hadidi, R. (2013). Effect of the Blended Learning in Students of the Faculty of Physical Education in the University of Jordan Acquiring the skill of Under Hand Passing of the Volley Ball. In *International Journal of Humanities and Social Science* (Vol. 3). Retrieved from www.ijhssnet.com
- Adi, S., Supriyadi, M., & Masgumelar, N. (2020). *Model-model exercise dan aktivitas fisik untuk kebugaran jasmani anak SD*. Retrieved from <https://books.google.com/books>
- Aru Fantiro, F., Arifin, B., Muzakki, A., & Setiawan, E. (2022). Blended learning or full online: Increase student mood and motivation during the new normal era. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 8(1), 13–28. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v8i1.17507
- Daru, A., & W Adhiwibowo - Jurnal Informatika. (2016). Model Pengembangan Web Komunitas untuk Mendukung Proses Interactive Distance Learning. 103.98.176.9. Retrieved from <http://103.98.176.9/index.php/JIU/arti>



- cle/view/1189
- Dwiyogo, W., PS Cholifah. (2016). Continuing Professional Development (CPD) for Physical Education Teacher in Elementary School through Blended Learning. *Pasca.Um.Ac.Id*. Retrieved from <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/ice/article/view/126>
- Firmansyah, & Dwi Purnama, E. (2022). Application of Multimedia-Based Learning Models Using Web-Based Learning Methods to Support Student Centered Learning in SMA Negeri 4 Bandung. *Jurnal Simasi: Jurnal Ilmiah Sistem Informasi*, 2(2), 140–150. <https://doi.org/10.46306/sm.v2i2>
- Hidayah, N., Ahli, W., Bpsdm, M., & Penulis Korespondensi, A. (2020). Efektifitas Blended Learning dalam Proses Pembelajaran. In *Jurnal Pencerahan* (Vol. 14). Retrieved from <https://edukasi.kompas.com/read/2012/06/06/11503150/Perpaduan.Tatap.Mukadan.Kuliah>
- Holden Simbolon, D. (2022). Penerapan Blended Learning Berbasis Moodle Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mahasiswa. *Jurnal Informatika Dan Teknologi Pendidikan*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.25008/jitp.v2i1.20>
- Juilianto, I. (2017). *JUARA: Jurnal Olahraga*. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/230735542.pdf>
- Mardikaningsih, A., & Kurniasari, P. (2019). Pengembangan Model Pembelajaran Blended Learning (Synchronous vs Asynchronous) Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi. *Madrosatuna: Journal of Islamic Elementary School*, 3(1), 27–36. <https://doi.org/10.21070/madrosatuna.v3i1.1997>
- Mega Prastyo, G., Kurniawan, F., Resita, C., (2020). 65 Pengaruh Model Pembelajaran Blended Learning Dalam Kebugaran Jasmani Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Ma Nurul Huda. Retrieved from <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO>
- Mustafa, P. S., & Roesdiyanto, R. (2021). Penerapan Teori Belajar Konstruktivisme melalui Model PAKEM dalam Permainan Bolavoli pada Sekolah Menengah Pertama. *Jendela Olahraga*, 6(1), 50–56. <https://doi.org/10.26877/jo.v6i1.6255>
- Muszali¹, R., Jani², J., & Nathan², S. (2017). B-Lead Model Approach in Physical Education Teaching and Learning. In *Sci.Int.(Lahore)* (Vol. 29).
- Nafrin, I. A., & Hudaidah, H. (2021). Perkembangan Pendidikan Indonesia di Masa Pandemi Covid-19. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(2), 456–462. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.324>
- Nande, M., & Irman, W. A. (2021). Penerapan Model Pembelajaran Blended Learning dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Kejuruan. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(1), 180–187. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.240>
- Ndaru Kukuh Masgumelar, & Pinton Setya Mustafa. (2021). Pembelajaran Pendidikan Olahraga Berbasis Blended Learning untuk Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1), 133–144. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1222>
- Rohani, :, S Ag, & Pd, M. (n.d.). *DIKTAT / MEIIIA PEMtsELAJARA|{.*
- Purwaningtyas, P., Dwiyogo, W. D., & Hariyadi, I. (2017). Pengembangan modul elektronik mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan kelas XI berbasis online dengan program Edmodo. *Journal.Um.Ac.Id*, (2), 121–129. Retrieved from <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/8471>
- Rasyid, A., Muhyi, M., Santoso Sabarini, S., Rahman, T., Suko Wahono Advendi Kristiyandaru, B., Nugroho Putro, B., ... Kesehatan pada Era Pandemi



- Covid-, dan. (n.d.). Heryanto Nur Muhammad • Muhamad Syamsul Taufik • Sapto Wibowo • Kukuh Pambuka Putra.
- Rizkiyah, A. (2015). Penerapan Blended Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ilmu Bangunan di Kelas X TGB SMK Negeri 7 Surabaya. In *Penerapan Blended Learning untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Jurnal Kajian Pendidikan Teknik*.
- Setya Mustafa, P. (2020). Kontribusi Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia dalam Membentuk Keterampilan Era Abad 21. *Researchgate.Net*.
https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v4i3.248
- Suarim, B., & Neviyarni, N. (2021). Hakikat Belajar Konsep pada Peserta Didik. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(1), 75–83.
<https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i1.214>
- Taroreh, B., Taufik, M., Salamah, U., Munir, M., & Inwar, M. (2021). Strategi Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. *Eprints.Binadarma.Ac.Id*. Retrieved from
<http://eprints.binadarma.ac.id/11091/>
- Triwanis Can, E., & Baru, K. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Melalui Model Pembelajaran Berbasis Masalah pada Mata Pelajaran IPA. 1(2), 155–160. Retrieved from
<http://ijtvvet.com/index.php/ijtvvet>
- W Marwiyah. (2013). Upaya Meningkatkan Pemahaman Siswa pada Konsep Struktur dan Fungsi Jaringan Tumbuhan melalui Penggunaan Media Berbasis Komputer. *Ejournal.Upi.Edu*. Retrieved from
<https://ejournal.upi.edu/index.php/jpmipa/article/view/36135>
- Wang, C., Dev, R. D. O., Soh, K. G., Nasiruddin, N. J. M., & Wang, Y. (2022). Effects of Blended Learning in Physical Education among University Students: A Systematic Review. *Education Sciences*, 12(8), 530.
<https://doi.org/10.3390/educsci12080530>
- Widodo, A. (2018). Makna dan Peran Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Insan yang Melek Jasmaniah/Ter-Literasiah Jasmaniahnya. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 9(1), 53–60.
<https://doi.org/10.33558/motion.v9i1.1432>
- Wulandari, W., & Jariono, G. (2022). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Menggunakan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw. *Academia.Edu*. Retrieved from
<https://www.academia.edu/download/92606796/5493-20399-1-PB.pdf>
- Wulansari, S. (2019). Menerapkan Prosedur Kombinasi Gerak Dasar Jalan, Lari, Lompat dan Lempar dengan Permainan Olahraga yang Dimodifikasi dan Olahraga Tradisional di Kelas V *Jurnal.Stitradenwijaya.Ac.Id*. Retrieved from
<http://jurnal.stitradenwijaya.ac.id/index.php/pgr/article/view/167>