

## EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN DARING PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI MTS SALAFIYAH AL-AMIN

**Muhammad Kayyis Alfarisyi**

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FIO, Universitas Negeri Surabaya. Email:  
[kayyisalfarisyi04@gmail.com](mailto:kayyisalfarisyi04@gmail.com)

**I Made Sri Undy Mahardika**

Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FIO, Universitas Negeri Surabaya.  
Email: [madeundy@unesa.ac.id](mailto:madeundy@unesa.ac.id)

### Abstrak

Pembelajaran daring (*on-line*) adalah sistem belajar dengan memanfaatkan teknologi yang memungkinkan tidak terjadinya tatap muka/ interaksi langsung. Pembelajaran daring berkemungkinan dapat membantu memutus rantai penyebaran Covid-19 kluster sekolah dengan tetap mempertahankan kualitas pendidikan. Pelaksanaan pembelajaran daring telah diterapkan diseluruh sekolah tak terkecuali MTs. Salafiyah Al-Amin Kabupaten Tuban Jawa Timur. Pembelajaran daring memiliki keunggulan dan kelauman kaitannya dengan efektivitas pencapaian tujuan pembelajaran terutama untuk matapelajaran yang memiliki kegiatan praktik seperti matapelajaran PJOK. Penelitian ini ingin mengetahui gambaran umum berkaitan dengan efektivitas pembelajaran daring pada matapelajaran PJOK di MTs. Salafiyah Al-Amin. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif suevei dengan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII, VIII, dan IX MTs. Salafiyah Al-Amin sebanyak 68 siswa. Instrumen penelitian berbentuk angket yang sub-indikatornya diturunkan dari indikator dan selanjutnya disusun aitem-aitem angketnya. Angket kemudian disampaikan kepada subyek penelitian melalui *Google Form*. Hasil penelitian yang dilakukan melalui survei pada siswa MTs. Salafiyah Al-Amin Tuban menunjukkan bahwa: (1) respon siswa: (a) keluhan secara fisik adalah: kelelahan mata, badan pegal, dan kepala pusing, (b) keluhan secara psikhis adalah: Khawatir, bosan, dan stress, (c) pemahaman materi ajar 1,6% mengatakan sangat mudah, 30,2% mengatakan mudah, 63,5% mengatakan kurang mengerti, dan 0% mengatakan tidak mengerti, (d) kebermanfaatan materi ajar untuk fisik: 1,6% mengatakan sangat manfaat, 19% mengatakan manfaat, 71,4% mengatakan sedikit manfaat, 7,9% mengatakan tidak merasakan manfaat, (e) efektivitas pembelajaran: 7,9% mengatakan sangat efektif, 12,7% mengatakan efektif, 77,8% mengatakan kurang efektif, dan 1,6% mengatakan tidak efektif, (2) media pembelajaran: (a) jenis media *on-line* yang digunakan siswa: 4,8% menggunakan wifi, dan 95,2% menggunakan paketan kuota, (b) kondisi sinyal internet: 20,6% kuat, 77,8% sedang, dan 1,6% lemah, (c) kendala selama daring: 14,3% sinyal tidak stabil, 57,1% kuota terbatas, 7,9% aplikasi rumit, dan 20,6% tugas semakin banyak, (d) aplikasi yang digunakan: 22,2% google classroom, 20,6% google form, 74,6% whatsapp, 0% lain-lain, (3) aktivitas siswa: (a) lama aktivitas fisik selama pembelajaran: 6,3% selama 0 menit, 84,1% selama 30 menit dan 9,5% lebih 30 menit, (b) kesiapan mengikuti pembelajaran: 31,7% siap, 68,3% kurang siap, dan 0% tidak siap, (c) kehadiran: 36,5% selalu hadir, 38,1% pernah tidak hadir, dan 25,4% jarang hadir, (d) pengerjaan tugas: 27% selalu mengerjakan, 41,3% terkadang mengerjakan, 30,2% jarang mengerjakan, dan 1,6% tidak pernah mengerjakan, (e) reaksi terhadap pertanyaan Guru: 7,9% selalu menjawab, 79,4% terkadang menjawab, dan 12,7% tidak pernah menjawab, (f) rentang perhatian siswa: 49,2% serius memerhatikan, 39,7% biasa saja, 11,1% tidak memerhatikan.

**Kata Kunci:** pembelajaran, daring, respon, media, aktivitas.

### ABSTRACT

*Online learning (on-line) is a learning system by utilizing technology that allows no face-to-face/direct interaction. Online learning is likely to help break the chain of spread of Covid-19 in school clusters while maintaining the quality of education. The implementation of online learning has been implemented in all schools, including MTs. Salafiyah Al-Amin, Tuban Regency, East Java. Online learning has advantages and disadvantages in relation to the effectiveness of achieving learning objectives, especially for subjects that have practical activities such as PJOK subjects. This study wants to know the general description related to the effectiveness of online learning in PJOK subjects in MTs. Salafiyah Al-Amin. The research method used is a descriptive survey method with a quantitative approach. The research subjects were students of class VII, VIII, and IX of MTs. Salafiyah Al-Amin as many as 68 students. The research instrument is in the form of a questionnaire whose sub-indicators are derived from indicators and then the questionnaire items are compiled. The questionnaire was then submitted to the research subjects via Google Form. The results of research conducted through a survey on MTs students. Salafiyah Al-Amin Tuban showed that: (1) student responses: (a) physical complaints were: eye fatigue, body aches, and headaches, (b) psychological complaints were: worried, bored, and stressed, (c) understanding of teaching materials 1.6% said it was very easy, 30.2% said it was easy, 63.5% said they did not understand, and 0% said they did not understand, (d) the usefulness of teaching materials for physical: 1.6% said very useful, 19% said it was*

useful, 71.4% said a little benefit, 7.9% said no benefit, (e) learning effectiveness: 7.9% said very effective, 12.7% said effective, 77.8% said less effective, and 1.6% said it was not effective, (2) learning media: (a) types of on-line media used by students: 4.8% used wifi, and 95.2% used quota packages, (b) internet signal conditions: 20.6% strong, 77.8% moderate, and 1.6% weak, (c) obstacles while online: 14.3% unstable signal, 57.1% limited quota, 7.9% complicated application, and 20.6% duty more and more, (d) applications used: 22.2% google classroom, 20.6% google form, 74.6% whatsapp, 0% others, (3) student activities: (a) duration of physical activity during learning: 6.3% for 0 minutes, 84.1% for 30 minutes and 9.5% more than 30 minutes, (b) readiness to take part in learning: 31.7% ready, 68.3% less ready, and 0% not ready, (c) attendance: 36.5% always present, 38.1% never present, and 25.4% rarely present, (d) task completion: 27% always doing, 41.3% sometimes doing, 30, 2% rarely did, and 1.6% never did, (e) reactions to Teacher's questions: 7.9% always answered, 79.4% sometimes answered, and 12.7% never answered, (f) attention span students: 49.2% seriously paid attention, 39.7% was average, 11.1% did not pay attention.

**Keyword:** Online Learning, Learning Effectivities

## PENDAHULUAN

Wabah Covid-19 mulai muncul pertama kali pada akhir Desember 2019 di Kota Wuhan, Cina yang diklaim secara resmi sebagai pandemic global oleh WHO (World Health Organization atau Badan Kesehatan Dunia) awal Maret. Disebut pandemic global karena virus Covid-19 menyebar luas hampir diseluruh dunia, tak terkecuali Indonesia pada Februari 2020. Dengan masuknya Covid-19 di Indonesia telah mengubah banyak aspek, baik itu aspek ekonomi, sosial, maupun pendidikan. Pendidikan merupakan upaya perusahaan dalam menumbuhkan potensi siswa sehingga mempunyai keyakinan dalam beragama yang kuat, berkarakter, mampu mengendalikan diri, mempunyai intelektual, mempunyai *attitude* yang baik, serta keahlian yang bermanfaat sebagai warga Negara (Rini, 2019). Pendapat tersebut sejalan dengan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (2003) bahwa pembentukan karakter dan mengembangkan kemahiran serta budaya warga negara merupakan peranan pendidikan nasional untuk menumbuhkan intelektual berbangsa dan bernegara, dengan tujuan untuk menambah bakat peserta didik sehingga menjadi pribadi yang taat dan patuh kepada Tuhan yang Maha Esa, berpengetahuan luas, berkarakter, cerdas, mandiri, sehat, dan dapat memerankan sikap demokratis sebagai masyarakat serta bertanggung jawab. Dengan adanya pendidikan diharapkan mampu mengembangkan potensi, karakter keterampilan yang dibutuhkan diri sendiri maupun masyarakat.

Namun dengan dikeluarkannya surat edaran melalui Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia pada Bulan Maret 2020 mengenai kebijakan pembelajaran online untuk mengantisipasi penyebaran virus Covid-19 dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 tertanggal 24 Maret 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) proses pembelajaran banyak mengalami perubahan. Pembelajaran dapat dikatakan upaya untuk menumbuhkan dan mendorong siswa dalam melaksanakan proses belajar melalui mengatur dan mengintegrasikan dengan

lingkungan sekitarnya, menurut Aprida dan Muhammad Darwis dalam (Yolandasari, 2020). Dari pendapat diatas proses pembelajaran dipengaruhi oleh lingkungan belajar itu sendiri, sehingga dengan melihat kondisi lingkungan belajar yang tidak memungkinkan untuk melakukan pembelajaran secara tatap muka dikarenakan adanya pandemi Virus Covid-19 melalui surat edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan maka pembelajaran mengalami perubahan dari pembelajaran offline menjadi pembelajaran daring. Pembelajaran daring sendiri dapat diartikan sebagai sebuah sistem pembelajaran secara tidak langsung dengan memanfaatkan platform sebagai media untuk mempermudah kegiatan belajar mengajar yang dapat dilakukan tanpa tatap muka (Handarini, 2020). Sedangkan dalam penelitiannya (Nadziroh, 2017) menyatakan bahwa *e-learning* adalah pemanfaatan teknologi informasi melalui web sebagai metode pembelajaran sehingga pembelajaran dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja tanpa terbatas ruang dan waktu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring adalah sistem belajar dengan memanfaatkan teknologi yang meringankan proses belajar mengajar, dengan mengikuti perkembangan zaman yang mana teknologi semakin canggih sehingga peserta didik dapat menggunakannya untuk sarana belajar mengajar tanpa interaksi secara langsung. Dengan diubahnya sistem pembelajaran *offline* menjadi pembelajaran daring diharapkan mampu memutus rantai penyebaran virus Covid-19. Pembelajaran daring telah diterapkan di seluruh sekolah di Indonesia, baik itu sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas maupun sekolah menengah kejuruan, bahkan perguruan tinggi. Tak terkecuali di MTS Salafiyah Al Amin Krajan, Pongpongan, Kecamatan Merakurak, Kabupaten Tuban juga telah menerapkan pembelajaran daring.

Bagi mata pelajaran yang bersifat teori tentunya tidak terjadi masalah yang signifikan namun bagi mata pelajaran yang bersifat praktik seperti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan akan menjadi suatu tantangan tersendiri dalam proses belajar mengajarnya, diperlukan interaksi secara langsung antara pendidik dan peserta didik dalam materi yang bersifat

praktik. Karena tujuan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yaitu untuk meningkatkan kebugaran siswa, sehingga aktivitas jasmani diperlukan dalam proses pengajarannya. Proses yang mengandung faktor pembelajaran sekaligus kesadaran peserta didik terhadap pentingnya aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang mana dalam kegiatannya dilaksanakan dengan sengaja dan memiliki tujuan tertentu disebut aktivitas jasmani (Widodo, 2014). Didalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan aktivitas jasmani ini sangat diperlukan, sehingga proses belajar mengajar menjadi lebih efektif. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Pronkopenko, Hay dan Miskel dalam penelitiannya (Azizah, 2016) sebuah rancangan yang sangat diperlukan, karena memperlihatkan tentang deskripsi kesuksesan seseorang dalam menuntaskan targetnya disebut efektivitas, sedangkan serangkaian usaha untuk membuat seseorang berpikir disebut pembelajaran. Dalam memperbaiki sebuah perilaku, pembelajaran memerlukan usaha yang dapat dimengerti dan bersifat konsisten. Berdasarkan wawancara kepada guru Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan peneliti mendapatkan informasi bahwa penerapan pembelajaran daring di sekolah tersebut banyak mengalami kendala dalam proses belajar mengajarnya seperti paket data, sinyal, dan handpone yang tidak mendukung. Sehingga umpan balik yang diberikan oleh siswa dalam kegiatan belajar mengajar cenderung melambat hingga 60% dan pembelajaran menjadi tidak maksimal. Penerapan suatu sistem pembelajaran diharapkan efektif agar dapat mencapai tujuan pembelajaran itu sendiri, sehingga pembelajaran daring pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di MTS Salafiyah Al Amin perlu adanya upaya maupun strategi pembelajaran yang dapat mengoptimalkan kegiatan belajar mengajar agar efektivitas pembelajaran dapat tercapai. Efektivitas merupakan perolehan hasil secara maksimal yang didapatkan melalui suatu kegiatan untuk meraih tujuan yang telah ditetapkan (Agustina, 2016)

Ber macam-macam kajian yang telah membahas tentang pembelajaran secara online selama pandemi covid 19 sudah dilakukan oleh beberapa peneliti, berdasarkan penelitian yang terbaru dari hasil penelitian (Widiyono, 2020) menyatakan bahwa pemahaman yang kurang optimal dan banyaknya pemberian tugas kepada mahasiswa yang berakibat kurang efektifnya pembelajaran daring yang dilakukan di Prodi PGSD FTIK Unisnu Jepara dan mahasiswa dirasa telah siap menjalankan *new normal* sedangkan sistem pembelajaran yang paling sesuai untuk diterapkan yaitu daring dan offline secara bergantian dengan mengikuti protokol kesehatan. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Nur et al., 2020) bahwa pembelajaran daring dinilai kurang efektif pada Mata Pelajaran PJOK kelas IX di MTS Negeri 2 Semarang

dan adanya harapan siswa untuk melakukan pembelajaran daring dan luring dengan mematuhi protokol kesehatan. Penelitian mengenai efektivitas pembelajaran daring juga menghasilkan temuan positif salah satunya penelitian yang dilakukan oleh Dyah Purnanama Sari dalam (Sari, 2020) yang menyatakan peserta didik menilai pembelajaran daring di SMP Negeri 4 Pakem efektif dari segi penguasaan aplikasi dan pemahaman materi, hanya saja akses internet yang kurang mendukung, tugas yang monoton, dan manfaat Mata Pelajaran PJOK secara fisik. Penelitian mengenai pembelajaran daring juga dilakukan melalui penelitian (Mustakim, 2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar peserta didik menilai pembelajaran daring efektif, yang lainnya menilai sangat efektif dan biasa saja namun 10% peserta didik menilai tidak efektif. Berdasarkan latar belakang yang telah dibahas diatas maka peneliti ingin mengetahui gambaran umum efektivitas pembelajaran daring pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di MTS Salafiyah Al Amin selama masa pandemi covid-19.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei untuk mengetahui gambaran umum efektivitas pembelajaran daring pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Dalam (Mahardika, I Made Sriundy, 2015:92) Singarimbun dan Effendy menyatakan bahwa kuisioner merupakan alat yang pokok dalam pengumpulan data dari populasi tertentu untuk pengambilan sample sebuah penelitian disebut metode survey. Dalam pengambilan data primer ini peneliti menggunakan kuisioner dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan yang dimuat dalam *Google Form* lalu di sebarakan secara online kepada seluruh siswa kelas 7, 8, dan 9 di MTS Salafiyah Al Amin sebanyak 68 siswa yang terdiri dari 13 siswa kelas 7, 31 siswa kelas 8, dan 24 siswa kelas 9. Penentuan jumlah sampel ini berpedoman pada (Sugiyono, 2016:82) *simple random sampling* merupakan pemilihan secara *random* untuk menentukan sebuah sampel dari populasi tanpa melihat kedudukan pada populasi tersebut. Setelah semua responden mengisi kuisioner yang diberikan maka data akan di analisis dan di deskripsikan menggunakan statistik deskriptif sebagaimana yang diungkapkan dalam (Sugiyono, 2016:142) pengujian data melalui analisis yang kemudian di deskripsikan dan gambarkan sebagai hasil dari data yang sudah dikumpulkan sehingga dapat disimpulkan secara *general* disebut statistik deskriptif.

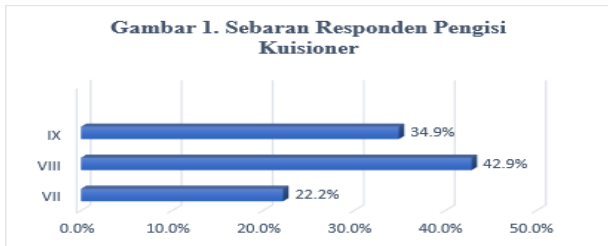
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Karakteristik sampel**

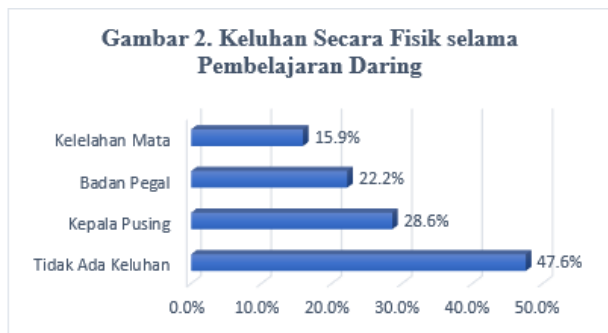
Data penelitian didapat dari kuesioner yang disebarakan secara *online* kepada responden dengan *link Google Form*. Kuesioner berisi 15 buah pertanyaan yang meliputi 3 (tiga) macam indikator yaitu: 5 (lima) buah pertanyaan tentang respon siswa, 4 (empat) buah pertanyaan tentang sarana prasarana, dan 6 (enam) buah pertanyaan tentang aktivitas siswa. Selanjutnya data yang

telah didapatkan dianalisis, dideskripsikan dan disajikan dalam bentuk diagram batang pada setiap indikator.

Penelitian ini dilakukan terhadap semua siswa MTS Salafiyah Al Amin yang terdiri dari kelas VII, VIII, IX. Responden dalam penelitian ini berjumlah 68 siswa dan siswa yang mengisi kuesioner sebanyak 65 siswa. Adapun sebaran data responden sebagai berikut:



Berdasarkan gambar di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden berasal dari kelas VIII sebanyak 42,9% responden.



Berdasarkan gambar nomor 2 (dua) keluhan fisik yang dialami responden selama melakukan pembelajaran daring: kelelahan mata sebanyak 15,9% atau 10 siswa, badan pegal sebanyak 22,2% atau 14 siswa kepala pusing sebanyak 28,6% atau 18 siswa, dan yang tidak mengalami keluhan sebanyak 47,6% atau 30 siswa. Keadaan ini sesuai dengan hasil penelitian Maesaroh dalam (Maesaroh, 2013) yang menjelaskan bahwa semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran dapat dipengaruhi oleh kondisi kebugaran tubuh.



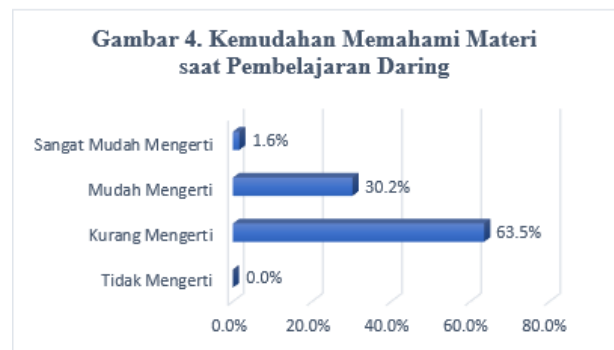
Selain keluhan fisik peserta didik juga mengalami keluhan secara psikis seperti yang dijelaskan pada gambar 3 yang menunjukkan bahwa responden mengalami beberapa keluhan secara psikis selama diberlakukannya pembelajaran daring, antara lain: mengalami rasa bosan sebanyak 58,7% atau 37 siswa, mengalami stress sebanyak 25,4% atau 16 siswa, mengalami rasa khawatir sebanyak 3,2% atau 2 siswa, dan ada juga yang tidak mengalami keluhan secara psikis sebanyak 30,2% atau 19 siswa. Pada

gambar diatas peserta didik banyak mengalami kejenuhan selama proses pembelajaran daring sehingga akan sulit untuk memahami materi yang diajarkan selama pembelajaran daring seperti yang dikemukakan oleh arirahmanto dalam (Pawicara dan Maharani, 2020) rasa bosan dalam belajar menyebabkan melemahnya proses pemahaman terhadap pelajaran, peserta didik cenderung tidak suka dan acuh terhadap pengetahuan yang telah disampaikan sehingga mengakibatkan kurangnya pemahaman tentang materi yang telah diberikan.

### Gambaran Umum Efektivitas Pembelajaran Daring PJOK

#### Respon Siswa

a) Apakah materi PJOK dengan pembelajaran daring mudah di mengerti dan dipahami



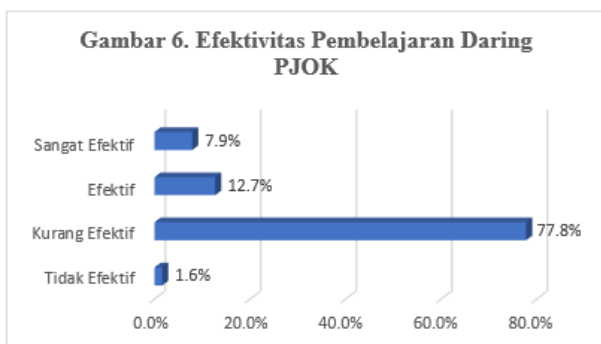
Dari diagram diatas dapat disimpulkan bahwa dalam menerima materi pembelajaran PJOK secara daring tingkat pemahaman responden berbeda-beda. Seperti yang disebutkan pada gambar diatas bahwa siswa yang kurang memahami materi sebanyak 63,5% atau 40 siswa, lalu siswa yang mudah memahami materi sebanyak 30,2% atau 19 siswa, dan siswa yang sangat mudah memahami materi sebanyak 1,6% atau 4 siswa. Kemampuan penerimaan otak setiap individu tentunya berbeda-beda, maka dari itu metode pembelajaran harus dikemas semenarik mungkin dan mudah untuk dipahami, sebagaimana yang dikemukakan oleh roestiyah dalam (Nasution, 2017) supaya pembelajaran dapat dilakukan secara optimal maka diperlukan teknik mengajar dalam sebuah pembelajaran.

b) Kebermanfaatan secara fisik setelah melakukan pembelajaran daring PJOK



Manfaat secara fisik yang dialami para responden selama pembelajaran daring menunjukkan hasil yang berbeda-beda hal ini dilihat dari diagram diatas yang menunjukkan bahwa siswa yang sangat merasakan manfaat fisik selama pembelajaran daring sebanyak 1,6% atau 1 siswa, siswa yang merasakan manfaat fisik selama pembelajaran daring sebanyak 19% atau 12 siswa, siswa yang sedikit merasakan manfaat fisik selama pembelajaran daring sebanyak 71,4% atau 45 siswa, dan siswa yang tidak merasakan manfaat fisik selama pembelajaran daring sebanyak 7,9% atau 5 siswa. Aktivitas fisik sangat baik bagi tubuh apabila dilakukan secara terstruktur terutama disaat wabah pandemi Covid-19 karena dapat meningkatkan imun tubuh sehingga tidak mudah terserang penyakit, hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Chen, dkk dalam (Oktriani, 2019) bahwa aktivitas fisik yang dikerjakan setiap individu akan sangat berkaitan dengan kualitas hidup, kesehatan dan kesejahteraan.

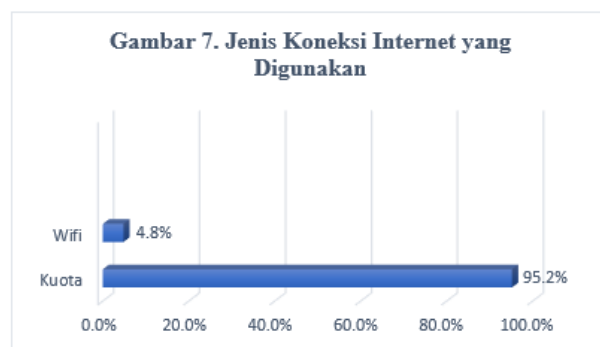
- c) Apakah menurut Anda pembelajaran daring selama pandemi covid efektif



Menurut gambar diatas jawaban para responden tentang pembelajaran PJOK secara daring terdapat bermacam-macam jawaban, siswa yang menjawab sangat efektif sebanyak 7,9% atau 5 siswa, lalu siswa yang menjawab efektif sebanyak 12,7% atau 8 siswa, kemudian siswa yang menjawab kurang efektif sebanyak 77,8% atau 49 siswa dan siswa yang menjawab tidak efektif sebanyak 1,6% atau 1 siswa. Menurut Pardomunan dalam (Fathurrahman et al., 2019) efektivitas pembelajaran dapat dikatakan sukses jika pembelajaran dapat menjagkau target sesuai keinginan, diliat dari segi tujuan pendidikan dan prestasi siswa.

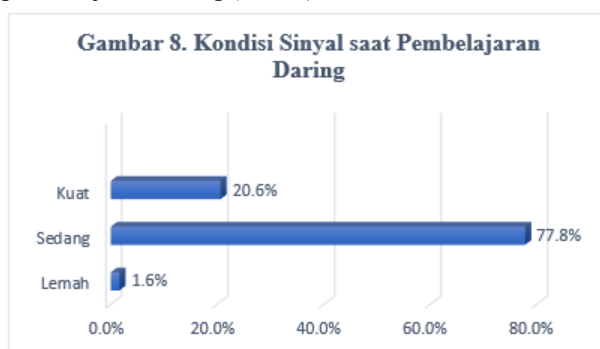
#### Sarana dan Prasarana

- a) Jenis koneksi internet apa yang anda gunakan selama pembelajaran daring (*online*)



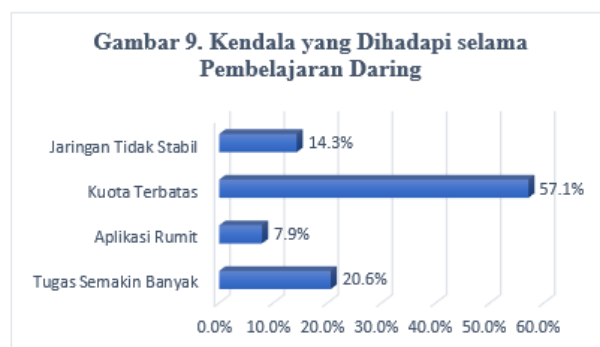
Melihat diagram diatas dalam pelaksanaan pembelajaran secara daring siswa banyak yang menggunakan jenis koneksi internet kuota sebanyak 95.2% atau 60 siswa, adapun yang menggunakan wifi dengan jumlah 4.8% atau 3 siswa.

- b) Kendala apa yang Anda hadapi selama pembelajaran daring (*online*)



Dalam pelaksanaan pembelajaran secara daring tidak dipungkiri kondisi sinyal sangat menunjang kesuksesan pembelajaran secara daring itu sendiri. Seperti yang dapat kita lihat pada hasil survei diatas bahwa kondisi sinyal siswa cenderung memiliki kekuatan sedang dengan responden sebanyak 77,8% atau 49 siswa, selain itu adapun siswa yang memiliki kekuatan sinyal kuat sebanyak 20,6% atau 13 siswa, dan 1,6% atau 1 siswa memiliki kekuatan sinyal lemah.

- c) Kendala apa yang Anda hadapi selama pembelajaran daring (*online*)



Pelaksanaan pembelajaran secara daring tentunya juga memiliki kendala, menurut survei yang peneliti lakukan sebanyak 57,1% atau 36 siswa memiliki kendala kuota yang terbatas, 20,6% atau 13 siswa mengeluhkan

tugas yang semakin banyak, 14,3% atau 9 siswa memilih jaringan yang tidak stabil, dan 7,9% atau 5 siswa lainnya memiliki kendala aplikasi pembelajaran yang rumit. Dalam penelitiannya (Mustakim, 2020) mengatakan bahwa kecepatan akses jaringan internet di Indonesia cenderung lambat, fasilitas internet yang kurang memadai dan harga yang relatif tinggi dalam penggunaannya sehingga menjadi kendala untuk pembelajaran daring. Untuk mendukung proses belajar mengajar secara daring dibutuhkan akses internet yang baik di wilayah tersebut agar pembelajaran dapat dilakukan secara optimal, sebagaimana yang diungkapkan oleh Hendrastomo dalam (Mustakim, 2020) menjelaskan bahwa akses internet merupakan bagian yang sangat berpengaruh dalam proses pembelajaran daring karena ciri khas pembelajaran ini selalu membutuhkan jaringan internet. Selain itu hasil penelitian Haris Nursyah Arifin (Arifin, 2020) menjelaskan bahwa yang dihadapi oleh peserta didik ketika pembelajaran daring yaitu kesulitan memahami pelajaran karena beberapa pendidik hanya membagikan tugas tanpa memberikan penggambaran terkait materi terlebih dahulu dan batas pengumpulan tugas yang bersamaan.

- d) Aplikasi yang mudah digunakan saat pembelajaran daring



Aplikasi yang mudah digunakan saat pembelajaran daring PJOK menurut siswa diantaranya yaitu *Whatsapp* 74,6% atau 47 siswa, *Google Classroom* 22,2% atau 14 siswa, dan yang memilih *Google Formulir* sebanyak 20,6% atau 13 siswa. Dalam proses pembelajaran daring aplikasi *Whatsapp* menjadi sarana untuk saling bertukar informasi secara online karena lebih efektif dan tidak membuang banyak waktu sebagaimana yang diungkapkan dalam penelitian (Trisani, 2017) bahwa untuk memberitahukan informasi, masyarakat memilih menggunakan media *Whatsapp* sebagai sarana komunikasi, karena menurut masyarakat mengirim pesan melalui *Whatsapp* akan lebih praktis karena informasi akan lebih mudah dan cepat untuk didapatkan.

#### Aktivitas Siswa

- a) Selama di berlakukannya pembelajaran daring berapa lama Anda melakukan aktivitas fisik dalam sehari



Waktu aktivitas fisik yang dilakukan oleh responden dalam sehari selama pembelajaran daring dapat dilihat digambar diatas yang menyebutkan bahwa siswa yang melakukan aktivitas fisik 0-30 menit sebanyak 84,1% atau 53 siswa, adapun siswa yang melakukan aktivitas fisik >30 menit sebanyak 9,5% atau 6 siswa, dan siswa yang tidak melakukan aktivitas fisik selama pembelajaran daring sebanyak 6,3% atau 4 siswa. Melakukan aktivitas fisik dapat memberikan dampak yang baik bagi tubuh apabila dilakukan sesuai dengan porsinya, namun melakukan aktivitas fisik yang berlebihan akan memberikan dampak yang buruk bagi tubuh maka dari itu waktu merupakan hal yang paling penting ketika melakukan aktivitas fisik. Dalam penelitian Seni Oktriani, dkk (Oktriani et al., 2019) mengatakan bahwa kategori aktivitas fisik dapat dikatakan cukup apabila dalam satu minggu seseorang berolahraga minimal 3-5 hari selama 30 menit per-harinya.

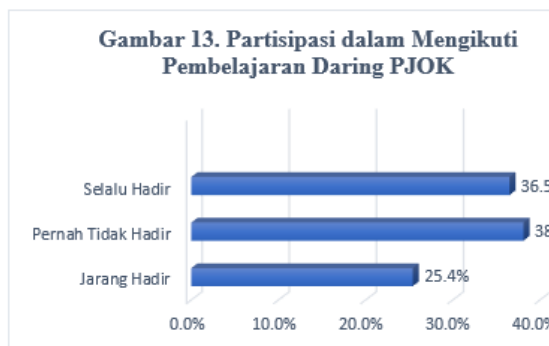
- b) Bagaimana kesiapan Anda untuk mengikuti pembelajaran yang dilakukan secara daring pada mata pelajaran PJOK



Untuk mengikuti proses pembelajaran daring perlu adanya persiapan secara matang agar pembelajaran lebih efektif, diagram diatas menjelaskan kesiapan para siswa untuk mengikuti pembelajaran PJOK secara daring terdapat 68,3% atau 43 siswa yang kurang siap untuk mengikuti pembelajaran PJOK secara daring, lalu 31,7% atau 20 siswa siap untuk mengikuti pembelajaran PJOK secara daring. Untuk memulai mengikuti pembelajaran secara daring peserta didik harus paham tentang teknologi modern agar dapat

mengikuti proses pembelajaran. Seperti yang dikatakan oleh Setiaji dan Dinata dalam (Handayani et al., 2020) bakat setiap individu dalam menyesuaikan kemajuan teknologi modern untuk aktivitas pembelajaran dapat membantu kematangan persiapan pembelajaran daring.

c) Apakah Anda selalu mengikuti pembelajaran daring pada mata pelajaran PJOK



Dalam pelaksanaan pembelajaran daring dibutuhkan minat untuk selalu berpartisipasi dalam setiap pertemuan yang diadakan oleh guru, dari hasil survei peneliti menemukan 38,1% atau 24 siswa pernah tidak hadir, presentasi siswa yang selalu hadir sebanyak 36,5% atau 23 siswa, dan 25,4% atau 10 siswa lainnya jarang hadir. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Christina, dkk (Purbawati et al., 2020) yang menunjukkan bahwa meskipun pembelajaran dilaksanakan secara daring partisipasi siswa tetap stabil dan proses pembelajaran masih dapat berjalan dengan baik.

d) Bagaimana sikap Anda terhadap tugas PJOK yang diberikan oleh guru



Dari diagram diatas dapat diketahui tanggungjawab siswa dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru selama pembelajaran PJOK secara daring paling banyak siswa memilih terkadang mengerjakan 41,3% atau 26 siswa, siswa yang selalu mengerjakan sebanyak 27% atau 17 siswa, 30,2% atau 19 siswa jarang mengerjakan, dan adapun siswa yang mengatakan tidak pernah mengerjakan 1,6% atau 1 siswa. Guru berperan besar dalam pelaksanaan pembelajaran secara daring, melalui pemberian

motivasi dalam pengumpulan tugas yang tepat waktu dan komunikasi yang baik antara guru dan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar dapat membentuk karakter peserta didik sebagai pribadi yang bertanggung jawab (Mutmainah, 2021).

e) Bagaimana sikap Anda saat guru bertanya mengenai materi yang disampaikan



Hasil penelitian Hafida, dkk (Hafidah et al., 2020) mengungkapkan bahwa siswa cenderung memiliki motivasi dan keaktifan yang menurun selama pembelajaran daring, hal tersebut dapat terjadi karena pembelajaran yang monoton, pembelajaran yang hanya berisi penugasan, dan tidak adanya pengawasan secara langsung saat kegiatan pembelajaran daring. Dalam pembelajaran selalu terdapat hubungan timbal balik antara guru dengan siswa, tak terkecuali saat melakukan pembelajaran daring. Keaktifan siswa saat menjawab pertanyaan guru mengenai materi yang disampaikan dapat menjadi tolok ukur bagaimana siswa dapat memahami materi. Dari diagram diatas dapat kita lihat rata-rata siswa terkadang menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru sebanyak 79,4%, adapun 7,9% atau 5 siswa selalu menjawab, dan 12,7% atau 8 siswa lainnya tidak pernah menjawab.

f) Bagaimana sikap Anda ketika guru sedang menjelaskan materi dan memberi penugasan



Pelaksanaan pembelajaran daring membuat guru kurang dapat memantau siswa apa aktivitas yang dilakukan saat pembelajaran daring. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Eryuni Ramdhayani, dkk (Ramdhayani et al., 2020) permasalahan pelaksanaan pembelajaran daring banyak terjadi pada proses pembelajaran itu sendiri dan evaluasi peserta didik, evaluasi dalam penilaian sikap siswa selama

pembelajaran daring menjadi kesulitan tersendiri bagi guru. Menurut survei yang peneliti lakukan dapat disimpulkan sikap siswa dalam mengikuti pembelajaran daring sebanyak 49,2% atau 31 siswa memperhatikan, 39,7% atau 25 siswa mengamati saja, dan 11,1% atau 7 siswa lainnya acuh terhadap materi yang disampaikan guru saat mengikuti pembelajaran daring.

## PENUTUP

### Simpulan

Pembelajaran daring di MTS Salafiyah Al Amin Tuban yang diterapkan akibat dampak Covid-19 dinilai kurang efektif oleh sebagian besar siswa dengan persentase 77,8%, sebagian siswa lainnya menilai sangat efektif 7,9%, efektif 12,7%, dan 0% dalam penilaian tidak efektif dengan berbagai macam keluhan baik fisik maupun psikis. Adapun respon siswa terkait pembelajaran daring yaitu kurangnya pemahaman materi yang disampaikan dan kebermanfaatan fisik yang menjadi ciri khas PJOK sedikit dirasakan. Sarana prasarana dalam penerapan pembelajaran daring seperti kekuatan koneksi internet dan aplikasi yang dianggap mudah oleh siswa berbeda-beda menimbulkan adanya berbagai macam kendala yang dihadapi oleh sebagian besar siswa yaitu kuota terbatas, selain itu siswa lainnya mengeluhkan jaringan yang tidak stabil, aplikasi rumit, dan tugas yang semakin banyak. Adapun aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran daring berupa aktivitas fisik, partisipasi, tanggungjawab terhadap tugas, keaktifan dan sikap siswa yang memiliki jawaban beragam dengan hasil penilaian oleh siswa bahwa sebagian besar siswa merasa kurang siap untuk mengikuti pembelajaran secara daring dengan persentase 68,3%, siswa lainnya merasa siap sebanyak 31,7% dan tidak satupun siswa yang memilih tidak siap.

### Saran

Dalam mencapai kesempurnaan penelitian ini, penulis menyarankan adanya penelitian yang lebih mendalam untuk mengukur efektivitas pembelajaran daring melalui metode penelitian yang berbeda, ataupun menggunakan indikator yang berbeda untuk melihat gambaran pembelajaran daring PJOK di MTS Salafiyah Al Amin Tuban.

## DAFTAR PUSTAKA

Agustina, Trisona.(2016).*Efektivitas Penerapan Model Pembelajaran Berbasis Proyek Pada Pokok Bahasan Transformasi di Tinjau dari Hasil Belajar dan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI TOI di SMKN 2 Depok.* <https://repository.usd.ac.id/6684/> diakses pada 10 Juni 2021 pukul 22.50

Arifin, Haris Nursyah..(2020).*Respon Siswa Terhadap Pembelajaran Dalam Jaringan Masa Pandemi Covid-19 di Madrasah Aliyah Al-Amin Tabanan.*

<https://journal.staidenpasar.ac.id/index.php/wb/article/view/47> diakses pada 02 Juni 2021 pukul 21.17

Azizah, Ilza Ma'azi.(2016).*Efektivitas Pembelajaran Menggunakan Permainan Tradisional Terhadap Motivasi dan Hasil Belajar Materi Gaya Dikelas IV MIN Ngronggot Nganjuk.*

<http://ejournal.iaintulungagung.ac.id/index.php/dinamika/article/view/214> diakses pada 28 januari 2021 pukul 11.22

Fathurrahman, Arif, Dkk.(2019).*Peningkatan Efektivitas Pembelajaran Melalui Peningkatan Kompetensi Pendidagogik dan Teamwork.*

<https://journal.unpak.ac.id/index.php/JMP/article/download/1334/1153> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 22.44

Hafidah, dkk.(2020).*Penurunan Motivasi dan Keaktifan Belajar Siswa Selama Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19.*

[https://kkn.unnes.ac.id/lap/kknunnes/32004\\_3316112010\\_6\\_Desa%2020200918\\_132701.pdf](https://kkn.unnes.ac.id/lap/kknunnes/32004_3316112010_6_Desa%2020200918_132701.pdf) diakses pada 03 Juni 2021 pukul 20.18

Handarini, Oktavia Ika.(2020).*Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19.*

<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jpap> diakses pada 11 Juni 2021 pukul 14.09

Handayani, Julia Anis, dkk.(2020).*Analisis Kesiapan Pembelajaran Daring Peserta Didik Kelas I Sekolah Dasar Negeri Ciputat 04 di Masa Pandemi Covid-19.*

<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit/article/view/7868> diakses pada 31 Mei 2021 pukul 19.22

Maesaroh, siti.(2013).*Peranan Metode Pembelajaran Terhadap Minat dan Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam.*

<http://ejournal.iainpurwokerto.ac.id/index.php/jurnalkepenidikan/article/view/536> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 22.50

Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.(2020).*Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19).*

<http://itjen.kemdikbud.go.id/public/post/detail/surat-edaran-nomor-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-coronavirus-disease-covid-1-9> diakses pada 11 Juni 2021 pukul 19.06

Mustakim.(2020).*Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Selama Pandemi Covid-19*



- pada Mata Pelajaran Matematika.<http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/alasma/article/view/13646> diakses pada 28 Februari 2021 pukul 12.05
- Mutmainah, Sari Fatul.(2021).*Implementasi Pembelajaran Daring Dalam Membentuk Karakter Tanggung Jawab*.  
<https://repository.unja.ac.id/15928/7/SKRIPSI%20SARI%20FATUL%20MUTMAINAH%20A1D117104%20fiks.pdf> diakses pada 28 Januari 2021 pukul 20.15
- Nadziroh, faridatun.(2017).*Analisa Efektifitas Pembelajaran Berbasis E-Learning*.  
<https://journal.unusida.ac.id/index.php/jik/article/view/28> diakses pada 20 Januari 2021 pukul 20.00
- Nasution, mardiah kalsum.(2017).*Penggunaan Metode Pembelajaran dalam Peningkatan Hasil Belajar Siswa*.  
<http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/studiadidaktika/article/view/515> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 21.07
- Nur, Muhammad, Galih Dwi Pradipta, dan Osa Maliki.(2020).*Efektivitas Pembelajaran Daring Mata Pelajaran PJOK Siswa Kelas IX di MTSN 2 Semarang Selama Pandemi Covid-19*.  
<http://conference.upgris.ac.id/index.php/snk/article/view/1139> diakses pada 28 Februari 2021 pukul 13.45
- Oktriani, Seni, dkk. (2019). *Physical Activity in Elderly: An Analysis of Type of Sport Taken by Elderly in Bandung*.  
<https://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/4119-11> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 22.55
- Pawicara, Ruci, Dan Conilie Maharani.(2020).*Analisis Pembelajaran Daring Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di Tengah Pandemi Covid-19*.  
<https://alveoli.iainjember.ac.id/index.php/alv/article/view/7> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 23.17
- Priyono.(2016).*Metode Penelitian Kuantitatif*.Sidoarjo: Zifatama Publishing
- Purbawati, Christina, dkk.(2020).*Tingkat Partisipasi Siswa Sekolah Menengah Pertama Dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19*.  
<https://jurnal.umk.ac.id/index.php/RE/article/view/4919> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 23.28
- Ramdhayani, Eryuni, dkk.(2020).*Analisis Penilaian Sikap Siswa Biologi Selama Pembelajaran Daring Era Tatanan Baru*.  
<https://ejournal.tsb.ac.id/index.php/jpm/article/view/380> diakses pada 06 Juni 2021 pukul 22.31
- Rini, Yuli Sectio.(2019).*Pendidikan: Hakekat, Tujuan, dan Proses*.  
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/131644620/penelitian/PE%20NDIDIKAN%20HAKEKAT,%20TUJUAN,%20DAN%20PROSES%20akalah.pdf> diakses pada 26 Januari 2021 pukul 21.15
- Sari, Dyah Purnama, Dan Panggung Sutapa.(2020).*Efektivitas Pembelajaran Jarak Jauh Dengan Daring Selama Pandemi Covid-19 Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK)*.  
<https://semnas.univpgri-palembang.ac.id/index.php/semolga/article/view/84> diakses pada 28 Februari 2021 pukul 15.06
- Sriundy M., I.M.(2015).*Metodologi Penelitian*.Surabaya: Unesa University Press
- Sugiyono.(2016).*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.Bandung:Alfabeta
- Trisani.(2017).*Pemanfaatan Whatsapp Sebagai Media Komunikasi dan Kepuasan Dalam Penyampaian Pesan Dikalangan Tokoh Masyarakat*.  
<https://jurnal.kominfo.go.id/index.php/komunika/article/download/1227/692> diakses pada 01 Juni 2021 pukul 19.35
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional.(2003).*Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional*.  
<http://pendis.kemenag.go.id/file/dokumen/uuno20th2003ttsisdiknas.pdf> diakses pada 11 Juni 2021 pukul 18.51
- Widiyono, Aan.(2020).*Efektifitas Perkuliahan Daring (Online) pada Mahasiswa PGSD di Saat Pandemi Covid-19*.  
<https://unimuda.ejournal.id/jurnalpendidikan/article/view/458> diakses pada 28 Februari 2021 pukul 11.22
- Widodo.(2014).*Startegi Peningkatan Aktivitas Jasmani Siswa Sekolah Dasar di Luar Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia*.  
<https://jurnaldikbud.kemdikbud.go.id/index.php/jpnk/article/view/144> diakses pada 28 januari pukul 13.54
- Yolandasari, Mega Berliana.(2020).*Efektivitas Pembelajaran Daring dalam Pembelajaran Bahasa Indonesia di Kelas II A MI Unggulan Miftahul Huda Tumang Cepogo Boyolali*.  
<http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/9550/> diakses pada 28 Januari 2021 pukul 18.15