



Survei Efektifitas Proses Pembelajaran *Online* Akibat Pandemi *Coronavirus* (Covid-19) Pada Mata Kuliah Senam Lantai

Survey on the Effectiveness of the Online Learning Process Due to the Coronavirus (Covid-19) Pandemic in Floor Gymnastics Course

Ari Wibowo Kurniawan*, Ahmad Nur Hamzah Hasan

Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri
Malang, Jalan Semarang No 5, Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

Email: ari.wibowo.fik@um.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keefektifan proses pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai bagi mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi angkatan 2019, Universitas Negeri Malang. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Sampel yang diambil dalam penelitian ini yaitu 60% dari jumlah populasi, yaitu 139 mahasiswa PJKR 2019. Pengumpulan data menggunakan instrumen angket atau kuisioner berbasis *google form*, dengan terdapat lima indikator di dalamnya (minat mahasiswa, kemenarikan, manfaat, teknologi, kualitas interaktif). Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai dapat dinyatakan cukup efektif diberikan pada mahasiswa PJKR 2019. Hal ini terbukti dengan perolehan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan lima indikator, sebagai berikut: 99 mahasiswa dari 139 mahasiswa PJKR 2019 menyatakan cukup berminat mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai dengan persentase 71,22%; 59% atau 82 mahasiswa menyatakan pembelajaran *online* cukup menarik dilakukan; pembelajaran *online* juga dinyatakan cukup bermanfaat bagi mahasiswa PJKR 2019 dengan persentase 58% atau 81 mahasiswa menjawab cukup bermanfaat; pada indikator teknologi diperoleh hasil 79% dengan kategori sedang; pembelajaran *online* dinyatakan cukup interaktif pada mata pelajaran senam lantai dengan persentase 63,31%.

Kata kunci: pembelajaran *online*, covid-19, senam lantai

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of effectiveness of the online learning process in floor gymnastics for students of 2019 Physical Education, Health and Recreation, State University of Malang. This study used a quantitative descriptive research design with a survey method. The sample taken in this study is 60% of the total population, namely 139 students of PJKR 2019. Data collection uses a questionnaire instrument based on google form, with five indicators in it (student interest, attractiveness, benefits, technology, interactive quality). The results of this study can be concluded that online learning in floor gymnastics courses can be declared quite effective for PJKR 2019 students. This is evidenced by the results of research that have been carried out with five indicators, as follows: 99 students out of 139 PJKR 2019 students stated that they were quite interested follow online learning in floor gymnastics with a percentage of 71.22%; 59% or 82 students stated that online learning is quite interesting to do; online learning was also stated to be quite beneficial for PJKR 2019 students with a percentage of 58% or 81 students answered quite useful; on the technology indicator, the results were 79% in the medium category; online learning is stated to be quite interactive in floor gymnastics subjects with a percentage of 63.31%.

Keywords: *online learning, covid-19, floor exercise*

corresponding author: ari.wibowo.fik@um.ac.id

Artikel Info:

Submitted: **13/09/2021**

Revised : **22/09/2021**

Accepted : **01/11/2021**

Published: **15/11/2021**



OPEN ACCESS

Journal Coaching Education Sports is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

A. Pendahuluan

Diawal tahun 2020 dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu *coronavirus* jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut *Coronavirus disease 2019* (Covid-19). Covid-19 merupakan penyakit yang diidentifikasi penyebabnya adalah virus corona yang menyerang saluran pernapasan. Penyakit ini pertama kali dideteksi kemunculannya di Wuhan, Tiongkok ([Yuliana, 2020](#)). ([Susilo et al., 2020](#)) menyatakan *coronavirus* adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm. ([PDPI et al., 2020](#)) juga menjelaskan kebanyakan *coronavirus* menginfeksi hewan dan bersirkulasi di hewan. *Coronavirus* menyebabkan sejumlah besar penyakit pada hewan dan kemampuannya menyebabkan penyakit berat pada hewan seperti babi, sapi, kuda, kucing dan ayam. *Coronavirus* disebut dengan virus *zoonotic* yaitu virus yang ditransmisikan dari hewan ke manusia.

Pandemi Covid-19 akan berdampak dari berbagai sektor kehidupan seperti ekonomi, sosial, termasuk juga pendidikan. Organisasi Pendidikan, Keilmuan, dan Kebudayaan Perserikatan Bangsa-Bangsa atau *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO) menyatakan bahwa, wabah virus corona telah berdampak terhadap

sektor pendidikan. Hampir 300 juta siswa terganggu kegiatan sekolahnya di seluruh dunia dan terancam berdampak pada hak-hak pendidikan mereka di masa depan. Di Indonesia sendiri, dunia pendidikan juga ikut merasakan dampaknya. Jika kondisi seperti ini terus meningkat, maka sudah bisa dipastikan dampaknya terhadap sektor pendidikan juga akan semakin meningkat. Dampak yang paling dirasakan adalah peserta didik di instansi penyelenggara pelayanan pendidikan, seperti sekolah disemua tingkatan, lembaga pendidikan non formal hingga perguruan tinggi. Untuk melawan Covid-19 Pemerintah telah melarang untuk berkerumun, pembatasan sosial (*social distancing*) dan menjaga jarak fisik (*physical distancing*), memakai masker dan selalu cuci tangan.

Melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Pemerintah telah melarang perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan tatap muka (konvensional) dan memerintahkan untuk menyelenggarakan perkuliahan atau pembelajaran secara *daring* (Surat Edaran Kemendikbud Dikti No. 1 tahun 2020). Perguruan tinggi dituntut untuk dapat menyelenggarakan pembelajaran secara *daring* atau *online* ([Firman & Rahayu, 2020](#)) Ada sekitar 65 perguruan tinggi di Indonesia yang telah melaksanakan pembelajaran *daring* dalam mengantisipasi

penyebaran Covid-19 (CNNIndonesia, 2020). ([Herlina & Suherman, 2020](#)) menyatakan bahwa pembelajaran *daring* memiliki kekuatan, tantangan dan hambatan tersendiri. Untuk mencegah penyebaran Covid-19, WHO memberikan himbauan untuk menghentikan acara-acara yang dapat menyebabkan massa berkerumun. Maka dari itu, pembelajaran tatap muka yang mengumpulkan banyak mahasiswa di dalam kelas ditinjau ulang pelaksanaannya. Perkuliahan harus diselenggarakan dengan skenario yang mampu mencegah berhubungan secara fisik antara mahasiswa dengan dosen maupun mahasiswa dengan mahasiswa ([Firman & Rahayu, 2020](#)). Menurut ([Revers, 2015](#)) penggunaan teknologi digital dapat memungkinkan mahasiswa dan dosen melaksanakan proses pembelajaran walaupun mereka ditempat yang berbeda. Perkuliahan yang dijadikan solusi dalam masa pandemi covid-19 adalah pembelajaran *online*. Menurut ([Moore et al., 2011](#)) Pembelajaran *online* merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Penelitian yang dilakukan oleh ([Zhang et al., 2020](#)) menunjukkan bahwa penggunaan internet dan teknologi

multimedia mampu merombak cara penyampaian pengetahuan dan dapat menjadi alternatif pembelajaran yang dilaksanakan dalam kelas tradisional.

Dengan memanfaatkan perkembangan IPTEK yang semakin maju dan canggih, kegiatan belajar mengajar dapat dilakukan dengan *online*. Berbagai inovasi pendidikan harus dilakukan oleh tenaga pendidik ditengah fenomena pandemi corona dengan memastikan kegiatan belajar mengajar tetap dapat berjalan efektif meskipun dilakukan dirumah, dan tidak menganggap hal tersebut sebagai kesempatan liburan dan berpergian ketempat keramaian sehingga kebijakan ini akan menjadi tidak tepat sasaran. ([Herlina & Suherman, 2020](#)) menyatakan bahwa salah satu pemanfaatan internet dalam dunia pendidikan adalah pembelajaran jarak jauh atau *distance learning*. Terdapat berbagai istilah untuk mengemukakan gagasan mengenai pembelajaran jarak jauh dengan memanfaatkan internet, yaitu *online learning*, *e-learning*, *internet-enabled learning*, *virtual learning*, *virtual classroom* atau *web based learning*. ([Setiawan et al., 2020](#)) menjelaskan bahwa senam lantai adalah latihan senam yang dilakukan pada matras, unsur-unsur gerakannya terdiri dari mengguling, melompat, meloncat, berputar di udara,

menumpu dengan tangan, atau kaki untuk mempertahankan sikap seimbang atau pada saat meloncat ke depan atau belakang. Uraian di atas adalah dua hal yang berbeda karena untuk mata kuliah senam lantai perlu adanya matras dan alat-alat lainnya untuk mendukung pembelajaran, ini yang dijadikan permasalahan oleh peneliti, sehingga apakah *online-learning* akan efektif untuk proses pembelajaran senam lantai. Efektivitas merupakan suatu ukuran yang memberikan gambaran seberapa jauh target dapat tercapai ([Santosa et al., 2020](#)). Keefektifan pembelajaran dapat diidentifikasi melalui perilaku-perilaku, yaitu pembelajar (dosen) dan peserta didik atau mahasiswa yang efektif dan juga sebagian besar konteks lingkungan dimana proses pembelajaran berlangsung. ([Mudamayanti & Wiryanto, 2020](#)) mengemukakan efektivitas komunikasi interpersonal dimulai dengan lima kualitas umum yang dipertimbangkan yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Menurut ([Irawan et al., 2015](#)), komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi diantara seseorang dengan paling kurang seorang lainnya atau biasanya di antara dua orang yang dapat langsung diketahui balikkannya. ([Buono et al., 2019](#)) mengemukakan komunikasi

interpersonal pada hakikatnya adalah interaksi antara seorang individu dan individu lainnya tempat lambang-lambang pesan secara efektif digunakan, terutama dalam hal komunikasi antar-manusia menggunakan bahasa.

Online learning adalah pembelajaran yang merepresentasikan keseluruhan kategori pembelajaran yang berbasis teknologi. Sementara pembelajaran *online* atau juga pembelajaran berbasis web adalah bagian dari *e-learning*. Namun seiring perkembangan teknologi dan terjadinya pergeseran konten dan *adaptivity*, saat ini definisi klasik *online learning* tersebut mengalami perubahan menjadi definisi yang lebih kontemporer, yakni suatu pengelolaan pembelajaran melalui media internet atau web yang meliputi aspek-aspek materi, evaluasi, interaksi, komunikasi dan kerjasama ([Suhada et al., 2020](#)). Pemanfaatan teknologi telekomunikasi untuk kegiatan pembelajaran sekolah di Indonesia semakin kondusif dengan munculnya sistem perkuliahan *daring*. Istilah *daring* merupakan akronim dari “dalam jaringan”. Jadi perkuliahan *daring* adalah salah metode pembelajaran online atau dilakukan melalui jaringan internet. Sistem perkuliahan *daring* ini dikembangkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia melalui Program Kuliah *Daring* Indonesia Terbuka dan

Terpadu (KDITT) ([Arifin, 2013](#))

Sejalan dengan kemajuan teknologi informasi dan komunikasi, kini pendekatan pembelajaran telah berubah ke arah pembelajaran abad pengetahuan. Sebelum adanya wabah ini, Universitas Negeri Malang sudah menggunakan pembelajaran daring dalam proses belajar mengajar, namun *online learning* hanya digunakan sebagai metode pendamping saja agar mahasiswa tidak jenuh dengan pembelajaran *face to face*. Namun sehubungan dengan adanya pandemi Covid-19, Rektor Universitas Negeri Malang telah menetapkan sistem pembelajaran daring atau *online learning models*. Dengan begitu program studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi juga menerapkan pembelajaran *online*, salah satunya adalah pada mata kuliah senam lantai.

Berdasarkan hasil wawancara kepada Dosen Pengampu mata kuliah senam lantai, Bapak Ari Wibowo Kurniawan pada tanggal 24 April 2020, ditemukan beberapa kendala yang dihadapi mahasiswa PJKR Universitas Negeri Malang dalam kuliah *online* atau daring, diantaranya adalah: (1) signal dari masing-masing tempat individu berbeda-beda sehingga sebagian mahasiswa terkendala dengan koneksi jaringan, (2) mahasiswa merasa kesulitan dalam

memahami materi yang diberikan, (3) banyaknya mahasiswa yang tidak bisa mengikuti perkuliahan online dikarenakan beberapa faktor tertentu, (4) jam perkuliahan tidak menentu, (5) menggunakan beberapa media seperti *zoom* dapat menyebabkan pemborosan kuota internet, (6) apabila menggunakan *google meet*, sulit dalam menampilkan *power point* atau ppt materi yang diberikan. Selain beberapa kendala yang dihadapi mahasiswa, adapun kendala yang dihadapi dosen yaitu tidak semua dosen mahir dalam penguasaan teknologi atau gptek, pengaplikasian sipejar yang diberikan Universitas Negeri Malang mengalami kendala karena banyaknya pengguna.

Secara umum, pembelajaran *online* sangat berbeda dengan pembelajaran secara konvensional. Pembelajaran *online* lebih menekankan pada ketelitian dan kejelian mahasiswa dalam menerima dan mengolah informasi yang disajikan secara *online* ([Hanifah Salsabila et al., 2020](#)). ([Mulyaningsih et al., 2016](#)) menyatakan “setiap dosen dapat berkreasi dan berinovasi dalam merencanakan dan menyusun model pembelajaran”. Sedangkan Menurut ([Horvitz, 2007](#)) pembelajaran *online* adalah sistem belajar yang terbuka dan tersebar dengan menggunakan perangkat pedagogi (alat

bantu pendidikan), yang dimungkinkan melalui internet dan teknologi berbasis jaringan untuk memfasilitasi pembentukan proses belajar dan pengetahuan melalui aksi dan interaksi yang berarti. Istilah model pembelajaran daring atau *Online Learning Models*, pada awalnya digunakan untuk menggambarkan sistem belajar yang memanfaatkan teknologi internet berbasis komputer (*computer-based learning*). Dalam perkembangan selanjutnya, fungsi komputer telah digantikan oleh telepon seluler. Pembelajaran dapat berlangsung lebih luwes dibandingkan jika menggunakan komputer. Orang dapat belajar dimana saja, kapan saja, dan dalam situasi apa saja. Perkuliahan tidak hanya dapat dilakukan melalui proses tatap muka antara dosen dan mahasiswa. Kini, mahasiswa tetap bisa belajar meskipun jarak dengan dosen berjauhan.

Berdasarkan penjelasan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui seberapa efektif proses pembelajaran *online*. Karena seorang dosen atau pengajar perlu menyadari bahwa terdapat berbagai variasi atau pilihan untuk mendukung aktivitas pembelajaran termasuk belajar jarak jauh. Mengingat bahwa *online learning* ini sangat penting untuk mendukung efektifitas pembelajaran, kedua belah pihak yaitu dosen dan mahasiswa perlu memberikan perhatian penuh terkait dengan akses secara kontinu terhadap

kegiatan ini.

B. Metode Penelitian

Pada penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif sehingga dapat memberikan gambaran mengenai apa yang akan diteliti berupa angka-angka dan diukur secara pasti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, dengan itu maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan mengembangkan penyebaran instrument melalui *Google Form*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa PJKR angkatan 2019 Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang yang berjumlah 232 mahasiswa. Sedangkan sampelnya 60% dari jumlah populasi, sehingga perhitungan jumlah sampel yang diperoleh adalah 139 mahasiswa PJKR 2019. Dalam penelitian ini data yang akan dikumpulkan melalui metode kuisisioner atau angket berbasis *google form* yang sudah diuji validitasnya oleh *expert*. Angket yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket terstruktur tertutup dimana dalam hal ini menggunakan skala *Likert* dalam penilainnya, dengan menggunakan empat opsi jawaban yang telah disediakan dan akan memperoleh skor antara 4, 3, 2, dan 1. Analisis data yang dilakukan adalah analisis kuantitatif yang

dinyatakan dengan angka-angka dan perhitungannya menggunakan metode standar yang dibantu dengan *Software Microsoft excel 2010*, yang kemudian dicocokkan dengan tabel kriteria interpretasi skor. Analisis data dilakukan terhadap lima indikator yang ada dalam penelitian. Indikator tersebut terdiri dari minat mahasiswa, kemenarikan, manfaat, infrastruktur teknologi, dan kualitas interaksi.

C. Hasil dan Pembahasan

Hasil

1. Minat Mahasiswa dalam Mengikuti Pembelajaran *Online* pada Mata Kuliah Senam Lantai

Dari hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan minat mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data persentase yang paling menonjol berada pada kategori cukup berminat sebesar 71%, kategori berminat 17% dan kategori tidak berminat dengan persentase terendah sebesar 12%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa PJKR 2019 cukup berminat dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai. Lebih lanjut akan disajikan data persentase dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.1 Hasil Analisis Data Indikator Minat Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Berminat	23	16,55%
Cukup	99	71,22%
Berminat Tidak Berminat	17	12,23%
Total	139	100%

2. Kemenarikan Mahasiswa dalam Mengikuti Pembelajaran *Online* pada Mata Kuliah Senam Lantai

Dari hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan kemenarikan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data persentase di antara seluruh nilai yang masuk dalam rentang nilai, terlihat persentase yang paling menonjol berada pada kategori cukup menarik sebesar 59%, kategori menarik 29% dan kategori tidak menarik dengan persentase terendah sebesar 12%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai cukup menarik dilakukan di masa pandemi ini. Lebih lanjut akan disajikan data persentase dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 4.2 Hasil Analisis Data Indikator Kemenarikan Mahasiswa

Kategori	Frekuensi	Persentase
Menarik	40	28,78%
Cukup Menarik	82	58,99%
Tidak Menarik	17	12,23%
Total	139	100%

3. Manfaat Pembelajaran Online pada Mata Kuliah Senam Lantai

Dari hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan manfaat pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data persentase di antara seluruh nilai yang masuk dalam rentang nilai, terlihat persentase yang paling menonjol berada pada kategori cukup bermanfaat sebesar 58%, kategori bermanfaat 38% dan kategori tidak bermanfaat dengan persentase terendah sebesar 4%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai cukup bermanfaat bagi mahasiswa PJKR 2019. Lebih lanjut akan disajikan data persentase dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 4.3 Hasil Analisis Data Indikator Manfaat

Kategori	Frekuensi	Persentase
Bermanfaat	52	37,41%
Cukup Bermanfaat	81	58,27%
Tidak Bermanfaat	6	4,32%
Total	139	100%

4. Infrastruktur Teknologi dalam Pembelajaran Online pada Mata Kuliah Senam Lantai

Dari hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan infrastruktur teknologi pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data persentase diantara seluruh nilai yang

masuk dalam rentang nilai, terlihat persentase yang paling menonjol berada pada kategori sedang sebesar 79%, kategori tinggi 13% dan kategori rendah dengan persentase terendah sebesar 8%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai tidak menghabiskan atau tidak membutuhkan biaya ekonomi yang cukup banyak bagi mahasiswa PJKR 2019. Lebih lanjut akan disajikan data persentase dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 4.4 Hasil Analisis Data Indikator Infrastruktur Teknologi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	18	12,95%
Sedang	110	79,14%
Rendah	11	7,91%
Total	139	100%

5. Kualitas Interaktif dalam Pembelajaran Online pada Mata Kuliah Senam Lantai

Dari hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan kualitas interaktif pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data persentase di antara seluruh nilai yang masuk dalam rentang nilai, terlihat persentase yang paling menonjol berada pada kategori cukup interaktif sebesar 63%, kategori tidak interaktif 30% dan kategori interaktif dengan persentase terendah sebesar 7%. Hal ini dapat

disimpulkan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai bagi mahasiswa PJKR 2019 cukup interaktif. Lebih lanjut akan disajikan data persentase dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 4.5 Hasil Analisis Data Indikator Kualitas Interaktif

Kategori	Frekuensi	Persentase
Interaktif	10	7,19%
Cukup Interaktif	88	63,31%
Tidak Interaktif	41	29,50%
Total	139	100%

Dari penjelasan kelima indikator di atas (minat mahasiswa, kemenarikan, manfaat, teknologi, dan interaktif), selanjutnya akan diolah lagi sehingga

mendapatkan kesimpulan apakah pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai efektif atau tidak. Secara keseluruhan cara pengolahan data sama seperti pengolahan data pada tiap indikator, yang membedakan pada jumlah kategori yang digunakan. Secara keseluruhan hasil analisis data yang diperoleh dari sebaran angket kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, terkait dengan pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel Hasil Analisis Data Secara Keseluruhan

Interfal	Kategori	Frekuensi	Persentase
103 - 120	Sangat Tidak Efektif	0	0%
85 - 102	Tidak Efektif	56	40,29%
67 - 84	Cukup Efektif	69	49,64%
49 - 66	Efektif	14	10,07%
30 - 48	Sangat Efektif	0	0%
Total		139	100%

Mengacu pada kelima indikator tersebut ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai dinyatakan cukup efektif. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai/skor pada kategori cukup efektif sangat menonjol dibandingkan kategori yang lain.

Hasil penelitian menunjukkan 69 mahasiswa atau 49,64% menyatakan cukup efektif, 14 mahasiswa atau 10,07% efektif, dan 56 mahasiswa atau 40,29% menyatakan tidak efektif.

Pembahasan

Penelitian ini mengkaji tentang keefektifan pembelajaran *online* di masa pandemi covid-19 ini pada mata kuliah senam lantai. Menurut ([Fathiyah Isbaniah & Agus Dwi Susanto, 2020](#)) *Coronavirus* (Covid-19) adalah penyakit infeksi disebabkan oleh SARS CoV-2, yang memiliki bentuk dan perilaku menyerupai virus SARS. ([Susilo et al., 2020](#)) menyatakan *Coronavirus* adalah virus RNA dengan ukuran partikel 120-160 nm.

Virus ini utamanya menginfeksi hewan, termasuk diantaranya adalah kelelawar dan unta. Pada kasus Covid-19, trenggiling diduga sebagai reservoir perantara. *Strain coronavirus* pada trenggiling adalah yang mirip genomnya dengan *coronavirus* kelelawar (90,5%) dan SARS-CoV-2 (91%) ([Zhang et al., 2020](#)). Genom SARS-CoV-2 sendiri memiliki homologi 89% terhadap *coronavirus* kelelawar ZXC21 dan 82% terhadap SARS-CoV ([Chan et al., 2020](#)). Sejalan dengan ini, ([PDPI et al., 2020](#)) juga menjelaskan kebanyakan *coronavirus* menginfeksi hewan dan bersirkulasi di hewan. *Coronavirus* menyebabkan sejumlah besar penyakit pada hewan dan kemampuannya menyebabkan penyakit berat pada hewan seperti babi, sapi, kuda, kucing dan ayam. *Coronavirus* disebut dengan virus *zoonotic* yaitu virus yang ditransmisikan dari hewan ke manusia, sehingga menyebabkan pandemi diseluruh dunia yang berpengaruh pada seluruh aspek khususnya pendidikan, yang mengakibatkan seluruh aktifitas di pendidikan secara tatap muka diseluruh dunia di hentikan dan di ganti dengan pembelajaran *online*. Pendidikan merupakan bekal dan kebutuhan manusia dalam menjalani kehidupan. Sudah selayaknya lembaga-lembaga pendidikan yang ada di Indonesia segera memperkenalkan dan mulai menggunakan kemajuan teknologi yang

ada sebagai media pembelajaran yang lebih mutakhir ([Darmawan, 2011](#)). Pesatnya kemajuan teknologi khususnya internet memungkinkan pengembangan layanan informasi yang lebih baik lagi dalam institusi atau lembaga pendidikan. Menurut ([Darmawan, 2011](#)), manfaat kemajuan teknologi dalam pendidikan yaitu untuk mempermudah kerjasama antara pendidik dan peserta didik, menghilangkan batasan ruang, jarak, dan waktu, serta dapat menyediakan pendidikan yang diakses oleh banyak orang.

Pembelajaran merupakan aktivitas atau kegiatan yang dirancang untuk membantu seseorang mempelajari suatu kemampuan dan atau nilai yang baru ([Munir, 2020](#)). Dengan kemajuan teknologi seperti sekarang ini, pembelajaran dapat dilakukan menggunakan berbagai cara, salah satunya adalah pembelajaran *online*. Pembelajaran *online* adalah pembelajaran yang dapat dilakukan menggunakan media internet serta guru dan siswa tidak harus bertatap muka secara langsung. Menurut ([Irawan et al., 2015](#)) sistem pembelajaran *online* dapat dijadikan sebagai rancangan tepat dalam pengembangan metode pembelajaran yang lebih baik, mengingat tingkat fleksibilitas, skalabilitas serta fungsionalitasnya yang memudahkan kegiatan belajar mengajar dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun. Sedangkan

([Nurhaeni et al., 2016](#)) mengatakan bahwa penggunaan media berbasis *online* dapat mempermudah suatu pekerjaan, karena dapat diakses dimana saja dan kapan saja, lebih efektif dan efisien, serta data tersimpan serta lebih akurat. *Online learning* pada dasarnya adalah suatu upaya yang memungkinkan suatu peristiwa belajar terjadi secara optimal dengan menerapkan teknologi informasi dan komunikasi secara tepat guna, yakni suatu pengelolaan pembelajaran melalui media internet atau web yang meliputi aspek-aspek materi, evaluasi, interaksi, komunikasi dan kerjasama ([Munir, 2020](#)). Tantangan penerapan *online learning*, bukan pada teknologinya saja, tapi justru yang paling utama adalah terletak pada bagaimana upaya merancang (*design*) pembelajaran itu sendiri. Desain pembelajaran yang baik (*well-designed learning environment*) menjadi salah satu kunci utama ([Khan, 2005](#)). *Online learning* bukan hanya sekedar sarana menyampaikan pembelajaran, tapi lebih jauh sebagai upaya untuk menciptakan pengalaman belajar ([Mustofa et al., 2019](#)).

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui apakah pembelajaran *online* lebih efektif atau tidak daripada pembelajaran secara langsung atau *face to face*. ([Clark & Mayer, 2012](#)) menjelaskan bahwa *online learning* memiliki

karakteristik: materi pembelajaran sesuai dengan tujuan pembelajaran, menggunakan berbagai metode pembelajaran untuk membantu terjadinya belajar seperti contoh dan latihan, menggunakan unsur-unsur media yang tepat seperti visual dan narasi untuk menunjang materi dan metode, dan dapat dilakukan dengan strategi pembelajaran terbimbing (*instructor-led synchronous learning*) atau belajar mandiri (*selfpaced individual study asynchronous learning*). Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswa PJKR, menurut pendapat ([Arikunto, 2019](#)) secara umum populasi diartikan sebagai seluruh anggota kelompok yang telah ditentukan karakteristiknya dengan jelas, baik itu kelompok orang, objek, benda atau kejadian. Lebih lanjut ([Arikunto, 2019](#)) menyatakan bahwa “penelitian yang ideal adalah penelitian yang dilakukan pada seluruh populasi”. Kemudian variabel yang diukur meliputi beberapa aspek atau indikator diantaranya adalah minat mahasiswa, kemenarikan, manfaat, teknologi, kualitas interaktif. Dari hasil penelitian dan analisis data yang telah dijelaskan di atas diperoleh frekuensi dan persentase dari nilai yang telah diperoleh mahasiswa PJKR 2019 melalui angket berbasis *google form*. Dan hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran *online*

cukup efektif dilakukan pada mata pelajaran senam lantai, dengan perolehan persentase 49,64%. Penelitian hampir serupa dilakukan oleh ([Kuntarto, Eko dan Asyhar, 2016](#)) dengan hasil “model pembelajaran daring efektif digunakan dalam perkuliahan program S-1 dengan peningkatan yang mencapai lebih dari 81% dibandingkan dengan hanya menggunakan model pembelajaran tatap muka. Berdasarkan hasil kuesioner, siswa berpendapat bahwa model pembelajaran daring telah memberikan pengalaman baru yang lebih menantang daripada model pembelajaran konvensional. Pembelajaran *online* yang dimaksud adalah pembelajaran yang memanfaatkan teknologi atau internet dengan pembelajaran jarak jauh atau *distance learning*. Dengan kata lain pembelajaran *online* memerlukan mahasiswa dan pengajar berkomunikasi secara interaktif dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Namun tidak dapat dipungkiri pembelajaran *online* juga mempunyai sisi positif dan negatif. Selanjutnya akan diuraikan pembahasan terkait indikator dalam keefektifan pembelajaran *online*. Hasil penelitian dan analisis data minat mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai diperoleh skor persentase tertinggi yaitu sebesar 71,22% dengan 99 pernyataan mahasiswa, yang artinya bahwa dari 139

mahasiswa PJKR 2019, 99 mahasiswa menyatakan cukup berminat dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai. Karena dengan pembelajaran *online* mahasiswa dapat mengikuti perkuliahan dari manapun dan kapanpun.

Sedangkan pada indikator kemenarikan pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai diperoleh skor persentase tertinggi yaitu sebesar 59% dengan 82 pernyataan mahasiswa dari 139 mahasiswa yang menyatakan cukup menarik. Artinya pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai cukup menarik dilakukan. Dengan pembelajaran *online* mahasiswa dapat berkreasi se kreatif mungkin, mereka dapat belajar dengan media seperti youtube dan media *platform* lainnya yang dapat mendukung proses pembelajaran. Sejalan dengan yang dijelaskan oleh Tung (2000) dengan pembelajaran *online* mahasiswa dapat menggunakan beragam sumber belajar yang luas. Penelitian yang dilakukan ([Agustin Anggi et al., 2017](#)) menunjukkan bahwa hasil respon siswa dalam pembelajaran setelah menggunakan *e-learning* sebagai media pembelajaran, ada ketertarikan siswa yang meningkat cukup baik. Rasa tertarik akan menimbulkan keinginan untuk lebih sering mengunjungi *e-learning* tersebut. Hal ini disebabkan karena *e-learning* menyajikan tutorial yang interaktif, sehingga membuat

siswa merasa tertarik menggunakan media tersebut. *E-learning* mudah dioperasikan, kemudahan sistem navigasi membuat media tersebut mudah diikuti oleh para pengguna (*user*). Selanjutnya pada indikator manfaat dari pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai diperoleh skor persentase tertinggi yaitu sebesar 58% dengan 81 pernyataan mahasiswa dari 139 mahasiswa yang menyatakan cukup bermanfaat. Manfaat dari pembelajaran *online* ini sangat banyak sekali, diantaranya adalah praktis dan fleksibel, pengalaman belajar yang menyenangkan, mempermudah penyempurnaan dan penyimpanan materi pembelajaran. Banyak generasi muda yang memanfaatkan aplikasi *online* untuk pembelajaran dengan *online* saat ini. Aplikasi yang banyak digunakan oleh pelajar yaitu ruang guru, quipper, kelas pintar, rumah belajar, dan zenius. Munculnya kreativitas generasi muda untuk membuat sebuah platform pembelajaran *online* berbasis aplikasi ini sangat membantu pembelajaran secara jarak jauh.

Hasil penelitian dan analisis data tentang teknologi yang dimiliki oleh mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai diperoleh skor persentase tertinggi yaitu sebesar 79,14% dengan 110 pernyataan

mahasiswa, yang artinya bahwa dari 139 mahasiswa PJKR 2019, 110 mahasiswa menyatakan biaya dan fasilitas pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai dapat terjangkau. Pembelajaran *online* memang memanfaatkan teknologi sehingga pembelajaran dibutuhkan fasilitas seperti laptop atau komputer dan juga jaringan internet. Dan yang terakhir adalah indikator interaktif, dari 139 mahasiswa PJKR 2019, 88 mahasiswa menyatakan bahwa pembelajaran *online* pada mata kuliah senam lantai cukup interaktif, dengan persentase 63,31%. Dengan pembelajaran *online* komunikasi antara mahasiswa dengan pengajar dan juga antara mahasiswa dapat meningkat. ([Mustofa et al., 2019](#)) juga menjelaskan salah satu manfaat dari pembelajaran *online* adalah dapat meningkatkan kadar interaksi pembelajaran antara peserta didik dengan guru atau instruktur dan juga memungkinkan terjadinya interaksi pembelajaran dari mana saja dan kapan saja.

Berdasarkan penjelasan di atas sudah sangat jelas bahwa pembelajaran *online* pada mata pelajaran senam lantai efektif dilakukan. Materi untuk pembelajaran tatap muka disusun sebagaimana umumnya perkuliahan konvensional, dengan berpedoman pada RPS. Persiapan

pembelajaran untuk model ini dilengkapi dengan kontrak kuliah, silabus, rencana pembelajaran, bahan, praktik, tugas, dan media yang sesuai. Metode yang digunakan untuk pembelajaran model ini bersifat integratif, menggabungkan berbagai metode, strategi, dan teknik pembelajaran konvensional. Sementara materi untuk pembelajaran *online* disusun sedemikian rupa. Komposisi model pembelajaran mencakup akses internet, halaman atau jendela yang berisi modul pembelajaran daring, dilengkapi dengan lapisan multimedia (teks, audio, video, diagram, bagan, dsb).

D. Kesimpulan

Model pembelajaran *online* cukup efektif digunakan dalam perkuliahan senam lantai di program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga. Berdasarkan hasil angket yang telah disebarkan kepada 139 mahasiswa PJKR 2019, memperoleh hasil yang menonjol pada kategori cukup efektif dengan persentase 49,64%. Model pembelajaran *online* telah mampu meningkatkan penyerapan mahasiswa terhadap materi kuliah, dibandingkan dengan hanya menggunakan model pembelajaran tatap muka. Sesuai dengan hasil angket, mahasiswa berpendapat bahwa model pembelajaran *online* telah memberikan pengalaman baru yang lebih menantang

daripada model pembelajaran konvensional (tatap muka). Tak terbatas waktu dan tempat belajar memberikan mahasiswa kebebasan untuk memilih waktu yang tepat dalam pembelajaran berdasarkan kepentingan mereka, sehingga kemampuan untuk menyerap bahan pembelajaran menjadi lebih tinggi daripada belajar di dalam kelas.

Dengan menggunakan model pembelajaran *online* sehingga suasana pembelajaran mahasiswa lebih aktif, inovatif, kreatif, efektif, dan tidak membosankan, yang pada gilirannya akan meningkatkan motivasi mahasiswa lebih baik prestasi dalam belajar. Berbagai media sosial dapat digunakan untuk mendukung pembelajaran tersebut. *Youtube, WhatsApp, google classroom, google meet* adalah beberapa media sosial yang dapat digunakan oleh dosen untuk mendukung perkuliahan *online*. Selain secara teknis memiliki banyak kelebihan, penggunaan media sosial sebagai sarana pembelajaran *online* akan mengurangi dampak negatif media sosial yang selama ini banyak dikeluhkan oleh berbagai kalangan.

Daftar pustaka

Agustin Anggi, Suryono Hassan, & Yuliandari Erna. (2017). Teknik Penilaian Diri Berbasis Google Form Pada Mata Pelajaran Pendidikan

- Pancasila Dan Kewarganegaraan. *PKn Progersif*, 12, 483–491.
- Arifin, S. (2013). Panduan Pengembangan dan Penyelenggaraan Kuliah Daring Indonesia Terbuka & Terpadu. *Buku Pembelajaran Daring*, 1(1), 1–159.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Buono, H., Maulina, P., & Muzakkir. (2019). Analisis Framing terhadap Pemberitaan Didiskualifikasinya Miftahul Jannah Dari Cabang Olahraga Judo. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2), 1689–1699. <https://doi.org/10.35308/source.v5i2.1398>
- Chan, J. F.-W., Kok, K.-H., Zhu, Z., Chu, H., To, K. K.-W., Yuan, S., & Yuen, K.-Y. (2020). Genomic characterization of the 2019 novel human-pathogenic coronavirus isolated from a patient with atypical pneumonia after visiting Wuhan. *Emerging Microbes & Infections*, 9(1), 221–236. <https://doi.org/10.1080/22221751.2020.1719902>
- Clark, R. C., & Mayer, R. E. (2012). e-Learning and the Science of Instruction: Proven Guidelines for Consumers and Designers of Multimedia Learning: Third Edition. *E-Learning and the Science of Instruction: Proven Guidelines for Consumers and Designers of Multimedia Learning: Third Edition*. <https://doi.org/10.1002/9781118255971>
- Darmawan, D. (2011). *Teknologi Pembelajaran* (1st ed.). PT. Remaja Rosdakarya.
- Fathiyah Isbaniah, & Agus Dwi Susanto. (2020). Pneumonia Corona Virus Infection Disease-19 (COVID-19). *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 70(4), 87–94. <https://doi.org/10.47830/jinma-vol.70.4-2020-235>
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Hanifah Salsabila, U., Irna Sari, L., Haibati Lathif, K., Puji Lestari, A., & Ayuning, A. (2020). Peran Teknologi Dalam Pembelajaran Di Masa Pandemi Covid-19. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 17(2), 188–198. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v17i2.138>
- Herlina, H., & Suherman, M. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan

- Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (Pjok) Di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 Di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences And Physical Education*, 8(1), 1–7.
<http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/PJKR/article/view/16186>
- Horvitz, B. S. (2007). N. Dabbagh and B. Bannan-Ritland, Online Learning: Concepts, Strategies, and Application. *Educational Technology Research and Development*, 55(6), 667–669.
<https://doi.org/10.1007/s11423-007-9071-4>
- Irawan, Y., Susanti, N., & Triyanto, W. A. (2015). Analisa Dan Perancangan Sistem Pembelajaran Online (E-Learning) Pada Smk Mambaul Falah Kudus. *Simetris: Jurnal Teknik Mesin, Elektro Dan Ilmu Komputer*, 6(2), 345.
<https://doi.org/10.24176/simet.v6i2.471>
- Khan, B. H. (2005). Managing E-Learning Strategies: Design, Delivery, Implementation and Evaluation. *Managing E-Learning Strategies: Design, Delivery, Implementation and Evaluation*, 1–424.
<https://doi.org/10.4018/978-1-59140-634-1>
- Kuntarto, Eko dan Asyhar, R. (2016). Development of Blended Learning Learning Models in Learning Design Aspects with Online Social Media Platforms to Support Student Lectures. *Jurnal Pembelajaran Inovatif*, 1–26.
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). e-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? *The Internet and Higher Education*, 14(2), 129–135.
<https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2010.10.001>
- Mudamayanti, P., & Wiryanto. (2020). Efektivitas Penggunaan Aplikasi Google Classroom Untuk Mengukur Pencapaian Indikator Terhadap Pembelajaran Matematika Materi Pengolahan Data Kelas V SD di Tengah Situasi Lockdown Akibat Virus Covid-19. *Jurnal Ilmu Pendidikan PGSD*.
- Mulyaningsih, I., Zahidin, M. A., & Nurfiana, N. (2016). Pengembangan Pembelajaran Berbasis Riset Di Jurusan tadaris Bhasa Indoneisa, FITK IAIN Syekh Nurjati Cirebon. *LP2M IAIN SYEKH NURJATI CIREBON*, 466.
- Munir. (2020). Konsep & Aplikasi Dalam Pendidikan. In *Alfabeta, CV*. (Vol. 58, Issue 12).
- Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L.,

- & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology*, 1(2), 151. <https://doi.org/10.21580/wjit.2019.1.2.4067>
- Nurhaeni, R., Heni H, E., & Merdekawati, A. (2016). Sistem Informasi Pengolahan Nilai Sekolah Secara Online Berbasis Lingkungan (Adiwiyata) Di Kementerian Lingkungan Hidup. *Bina Insani Ict Journal* , 3(31), 17–30.
- PDPI, PERKI, PAPDI, PERDATIN, & IDAI. (2020). Pedoman tatalaksana COVID-19 Edisi 3 Desember 2020. In *Pedoman Tatalaksana COVID-19*. <https://www.papdi.or.id/download/98-3-pedoman-tatalaksana-covid-19-edisi-3-desember-2020>
- Revers, M. (2015). International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (Second Edition). In *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition* (pp. 498–503). <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.03059-2>
- Santosa, F. H., Negara, H. R. P., & Samsul Bahri. (2020). Efektivitas Pembelajaran Google Classroom Terhadap Kemampuan Penalaran Matematis Siswa. *Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Matematika (JP3M)*, 3(1), 62–70. <https://doi.org/10.36765/jp3m.v3i1.254>
- Setiawan, A., Yudiana, Y., Ugelta, S., Oktriani, S., Budi, D. R., & Listiandi, A. D. (2020). Hasil Belajar Pendidikan Jasmani dan Olahraga Siswa Sekolah Dasar: Pengaruh Keterampilan Motorik (Tinggi) dan Model Pembelajaran (Kooperatif). *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 3(2), 59–65. <https://doi.org/10.17509/tegar.v3i2.24513>
- Suhada, I., Kurniati, T., Pramadi, A., Listiawati, M., Biologi, P. P., Gunung, S., & Bandung, D. (2020). Pembelajaran Daring Berbasis Google Classroom Mahasiswa Pendidikan Biologi Pada Masa Wabah Covid-19. In *Digital Library UIN Sunan Gunung Jati*.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Khie, L., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, O. M., & Yunihastuti, E. (2020). Coronavirus

- Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019 : Review of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45–67.
<https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- Yuliana. (2020). Coronavirus Diseases (Covid-19): Sebuah tinjauan literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(1), 187–192.
<https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/21026/pdf>
- Zhang, T., Wu, Q., & Zhang, Z. (2020). Probable Pangolin Origin of SARS-CoV-2 Associated with the COVID-19 Outbreak. *Current Biology : CB*, 30(7), 1346-1351.e2.
<https://doi.org/10.1016/j.cub.2020.03.022>