

# PENGGUNAAN *BLANDED LEARNING* DALAM SUATU PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI MASA KINI DAN MASA DEPAN

Ahmad Hanif Aqsha  
Universitas Negeri Malang  
Email: ahmadhanifaqsha@gmail.com

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk lebih mengetahui penggunaan sebuah model pembelajaran pendidikan jasmani yang berbasis *Blanded Learning*. *Blanded learning* merupakan suatu pembelajaran yang menyatukan antara pembelajaran *online*, *offline* dan tatap muka, digunakan sebagai model pembelajaran masa kini dan masa depan. Jenis pembelajaran campuran (*blanded learning*) yaitu: 1). tatap muka: konten driver sebagian besar disampaikan secara tradisional 2). rotasi: siswa bergilir antara konten online dan tradisional pada jadwal tetap 3). Fleksibel: konten disampaikan secara online dengan sesi tradisional menyediakan jika diperlukan sesi *lab online* di lokasi tradisional 4). *self-blend*: siswa memilih untuk mengambil kursus *online* untuk melengkapi pembelajaran tradisional 5). *driver online*: ceramah kebanyakan disampaikan secara online dengan beberapa aplikasi tradisional sukarela. dengan adanya *blanded learning* kita dapat mempermudah penyampaian materi dan peserta didik agar lebih mudah memahami dan mengetahui manfaat teknologi yang ada dan lebih mengikuti perkembangan zaman seperti saat ini, maka dari itu peserta didik dan pendidik di tuntut untuk lebih meningkatkan kemauannya dalam belajar teknologi untuk mengatasi permasalahan yang ada seperti saat ini, sehingga proses pembelajaran akan dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan dengan siapa saja sehingga dapat menghasilkan suatu pembelajaran yang efektif dan efisien dan tentunya tidak membosankan.

**Kata kunci:** model pembelajaran, *blanded learning*, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

## PENDAHULUAN

Dalam menghadapi era modernisasi seperti saat ini pendidikan menjadi elemen yang sangat penting untuk dapat bersaing dan mengikuti dengan negara-negara yang ada di dunia. Di era saat ini negara sangat membutuhkan perkembangan sumber daya manusia yang berkualitas hal itu dapat ditunjukkan melalui pendidikan. Dimana pendidikan dapat mencetak generasi masa depan yang berkualitas, dan berkembang sebagai manusia yang dapat berguna bagi nusa dan bangsa. Salah satunya dapat dilakukan melalui pendidikan olahraga, olahraga seperti saat ini sangat digemari banyak orang bahkan dari semua kalangan serta dapat mengembangkan berbagai prestasi yang ada pada dirinya dengan tujuan dapat bersaing dengan negara-negara lain.

Seiring adanya masa pandemi COVID-19 seperti saat ini dengan bertambah luasnya dengan berbagai cara untuk memutus rantai penyebarannya sehingga dalam proses pembelajaran juga terjadi kendala seperti pembelajaran secara tatap muka juga terganggu karena pembelajaran olahraga sendiri identik dengan aktifitas fisik, kemudian seiring berkembangnya zaman dari mulai tahun ke tahun juga dalam dunia pendidikan sekarang teknologi juga sangat berkembang dengan pesat, dan masih banyak dari pendidik yang kurangnya pengetahuan tentang teknologi yang semakin canggih seperti saat ini, dan masih banyak dalam dunia pendidikan seperti saat ini dalam proses pembelajaran masih belum bisa memanfaatkan teknologi dan media secara maksimal yang dapat membuat suasana proses belajar mengajar lebih menyenangkan. Dengan melihat keadaan seperti saat ini dan seiring perkembangan

teknologi dalam dunia pendidikan kemudian ada metode pengajaran inovatif yang disebut *blended learning*.

*Blended learning* adalah kombinasi pembelajaran *online*, pembelajaran tatap muka (*offline*), dan pengalaman di dunia nyata, kombinasi komponen-komponen di atas dapat memberikan keunggulan tersendiri di belajar hasil dari siswa (Priambodo, 2020). Salah satu tujuan *blended learning* adalah memfasilitasi siswa dengan berbagai gaya belajar, karena dalam Blended Learning mencakup beberapa model pembelajaran yaitu tatap muka, *online*, dan *offline* (Fathoni, 2018).

## PEMBAHASAN

### Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan suatu bagian integral /penting dari suatu proses pendidikan secara keseluruhan, yaitu suatu proses pendidikan yang dilakukan melalui suatu kegiatan fisik untuk dapat mengembangkan dan meningkatkan kemampuan *organic, neuromuscular, interperaktif, social*, dan emosional menurut (Winarno, dkk 2012).

Murcia, dkk (2009) menyatakan pendidikan jasmani adalah pengaturan yang sangat baik untuk mengembangkan sikap yang disukai terhadap aktivitas fisik dan olahraga pada tahap kritis seperti remaja. Fakta bahwa siswa menganggap penting pendidikan jasmani dan menganggapnya berguna untuk masa depan mereka adalah salah satu tujuan utama guru. Jadi pendidikan jasmani itu penting karena seorang siswa paham bahwa dari pendidikan jasmani siswa dapat mengembangkan aktivitas fisiknya dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya, sebab akan bermanfaat bagi masa depannya karena masa depan siswa yang baik dan berprestasi itu merupakan salah satu tujuan dari seorang guru.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai sarana untuk membantu individu memperoleh keterampilan, kebugaran, pengetahuan, dan sikap yang berkontribusi pada perkembangan dan kesejahteraan yang optimal (Fisette & Wuest, 2018). Jadi pendidikan jasmani itu dapat membantu siswa dalam memperoleh keterampilan, kebugaran, pengetahuan serta sikap dengan melalui aktivitas fisik yang nantinya akan dapat mempengaruhi pada pengembangan dan juga kesejahteraan mereka.

### *Blended Learning*

Testa (2011) berpendapat bahwa *blended learning* perlu digunakan dengan terampil untuk memaksimalkan manfaatnya bagi siswa dalam mencapai hasil belajar yang tertuang dalam modul yang dipelajari. Kemudian dalam pendidikan tinggi, salah satu pendekatan yang menggabungkan pembelajaran aktif dan teknologi adalah pembelajaran campuran (*blended learning*) menurut (Keogh dkk, 2017). Jenis pembelajaran campuran adalah: tatap muka (konten *driver* sebagian besar disampaikan secara tradisional), rotasi (siswa bergilir antara konten online dan tradisional pada jadwal tetap), fleksibel (konten disampaikan secara *online* dengan sesi tradisional menyediakan jika diperlukan sesi *lab online* di lokasi tradisional), *self-blend* (siswa memilih untuk mengambil kursus *online* untuk melengkapi pembelajaran tradisional), dan *driver online* (ceramah kebanyakan disampaikan secara *online* dengan beberapa aplikasi tradisional sukarela).

*Blended learning* adalah pembelajaran masa kini dan masa depan yang harus dikuasai oleh dosen, dimana mereka berupaya untuk menyatukan *system* pembelajaran *offline (non-online)* dan online menurut (Winarno dkk, 2017). Pembelajaran *online* dan *offline* diharapkan dapat memfasilitasi siswa yang memiliki gaya belajar visual dan auditorial. Karena dalam pembelajaran *online* dan *offline* ini menyediakan media pembelajaran berupa video yang berisi gerak keterampilan serta diberikan bunyi-bunyian penjelasan terkait gerak keterampilan yang dipelajari siswa. Kemudian dalam pembelajaran tatap muka materi pembelajaran diperkuat dengan kehadiran guru dengan pemahaman yang diperoleh siswa selama pembelajaran *online* dan *offline* (Fathoni, 2018).

### **Efektivitas Pembelajaran Menggunakan *Blended Learning***

Hasil penelitian saat ini menunjukkan bahwa *blended learning* adalah masa depan dan cara terbaik untuk memanfaatkan waktu perkuliahan, hanya membawa teknologi ke dalam kelas saja tidak cukup, guru dan siswa harus dilatih untuk menggunakan teknologi (Al Awamleh, 2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan yang jelas dalam mendukung *blended learning* di bidang kognitif pada mata pelajaran atletik. Secara umum, kami menganggap bahwa sifat pendidikan jasmani sebagai mata pelajaran sekolah sekarang memerlukan penggunaan pembelajaran campuran. Kami menganggap bahwa aspek subjek yang berkaitan dengan pendidikan, dengan kognisi, mungkin sangat diuntungkan dari kursus pembelajaran campuran yang dirancang dengan tepat, sedemikian rupa untuk memperkuat aspek lainnya, yaitu aktivitas fisik menurut (George & Spyros, 2016).

Pada sebuah institusi PELATNAS program *blended learning* juga sudah mulai diterapkan, karena kebanyakan siswa mengalami beberapa kesulitan dalam mengatur antara jadwal belajar dan pelatihan mereka. Dalam pelatnas ini siswa tidak hanya dituntut meraih prestasi non akademik, tetapi pendidikan akademik juga perlahan mulai ditingkatkan, agar produk dari pelatnas juga memiliki kapabilitas intelektual yang mumpuni guna bersaing di kancah internasional (Priambodo dkk, 2020).

Huy, dkk, (2020) menyatakan di bidang pelatihan bulu tangkis bagi siswa pendidikan jasmani tren ini juga berkembang. Kemanjuran pembelajaran campuran sebagai model pengajaran dan pembelajaran yang efektif telah menarik perhatian banyak guru, administrator, dan peneliti dalam pendidikan jasmani. Selain potensi manfaatnya, pola pembelajaran baru ini juga menimbulkan tantangan seperti kesenjangan digital dalam ruang kelas, akses ke perangkat pembelajaran, metodologi pengajaran dan gaya belajar yang coba diatasi oleh penelitian pendidikan jasmani.

*Blended learning* dianggap sebagai salah satu desain pedagogis yang paling penting, *blended learning* didefinisikan sebagai kombinasi optimal dari *Face to Face* (FTF) dan pendidikan online. Komponen online membutuhkan perencanaan yang matang sesuai dengan kebutuhan siswa, kapasitas lembaga dan materi pelajaran untuk mengoptimalkan penggunaan strategi pembelajaran aktif. *Blended learning* menghadapkan siswa pada pengalaman belajar yang otentik dan bermakna dengan umpan balik yang lebih besar, fleksibel, dan pembelajaran aktif (Bayyat, 2020)

Menurut hasil penelitian Vohle (2017) perencanaan dan implementasi format kursus pengajaran baru dengan *blended learning* dan *Social Video Learning* dapat digolongkan sebagai sukses ( kelayakan) dan secara khusus mendukung pembelajaran (orientasi target) dalam pendidikan lanjutan pelatih sepak bola Jerman.

Abdel-Aal, (2016) menyimpulkan bahwa penemuan utama dari penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan instruksi pembelajaran campuran memiliki arti praktis yang berkaitan dengan peningkatan prestasi siswa dalam mata pelajaran keterampilan bola basket. Peningkatan peningkatan untuk kelompok eksperimen adalah hasil dari penerapan *e-learning* campuran.

Pendekatan pembelajaran campuran fleksibel dalam menyajikan konten, telah terbukti berpotensi untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi pengalaman belajar, dan dipersonalisasi sehingga memudahkan siswa untuk berkontribusi dan belajar sesuai kemampuan mereka sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jani, dkk (2018) mengidentifikasi efektivitas *blended learning* sebagai pendekatan inovatif pada strategi dan kesadaran taktik dalam memecahkan masalah permainan dan pengambilan keputusan melalui permainan bola tangan berdasarkan metode *Teaching Games for Understanding*.

Winarno dkk, (2017) menyimpulkan bahwa pembelajaran bola voli dengan model *blended learning* yang terintegrasi dengan sistem manajemen pembelajaran sangat cocok diterapkan. *Blended learning* dapat memfasilitasi kegiatan belajar siswa untuk selalu dilaksanakan dimana saja dan kapan saja. Mahasiswa dapat memanfaatkan semua sumber belajar untuk meningkatkan tingkat keterampilan mereka dalam permainan bola voli di luar jadwal perkuliahan dengan materi yang dapat diakses melalui *e-learning*.

Penelitian sebelumnya menurut Al-Hadidi (2013) menyimpulkan bahwa *blended learning* meningkatkan dan mengembangkan tingkat kinerja siswa dalam mempelajari keterampilan mengoper

bola di bawah tangan, menggunakan metode klasik, yang bergantung pada parafrase instruktur, dan membuat spesimen pendidikan menyebabkan peningkatan dan pengembangan tingkat kinerja untuk keterampilan mengoper bola voli di bawah tangan, menggunakan teknologi modern yang direpresentasikan dalam pembelajaran campuran lebih baik daripada menggunakan metode normal, blended learning menyebabkan efek yang lebih besar pada keterampilan mengoper bola di bawah tangan daripada metode normal.

Fathoni (2018) menyatakan dalam penelitiannya bahwa uji keefektifan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa *blended learning* dan media pendukung juga membuat pembelajaran menjadi lebih efektif. Hal tersebut dapat dibuktikan dari hasil belajarnya terdapat peningkatan nilai tes siswa terkait materi yang dipelajari.

## KESIMPULAN

*Blended learning* adalah suatu model pembelajaran yang menyatukan antara pembelajaran *online*, *offline* dan tatap muka, digunakan sebagai model pembelajaran masa kini dan masa depan, karena dengan adanya *blended learning* nanti kita dapat mempermudah penyampaian materi dan juga peserta didik agar lebih mudah memahami dan mengetahui manfaat teknologi yang ada dan lebih mengikuti perkembangan zaman seperti saat ini maka dari itu peserta didik dan pendidik di tuntut untuk lebih meningkatkan kemauannya dalam belajar teknologi untuk mengatasi permasalahan yang ada seperti saat ini.

Dengan seiring berkembangnya teknologi dalam dunia pendidikan seperti saat ini dalam pemanfaatan model *blended learning* di pendidikan jasmani dengan melihat keadaan seperti saat ini merupakan sangat membantu pendidik maupun peserta didik dalam proses pembelajaran, dan tentu dengan adanya pembelajaran model *blended learning* ini akan memberi dampak yang baik bagi pembelajaran, karena *blended learning* sendiri merupakan gabungan dari tiga elemen yaitu tatap muka, *online* dan *offline* sehingga dengan adanya model pembelajaran seperti itu sehingga dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan dengan siapa saja sehingga dapat menghasilkan suatu pembelajaran yang efektif dan efisien dan tentunya tidak membosankan.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abdel-Aal, H. A. 2016. Effect of Blended E-Learning Teaching Program on Basic Skill Learning in Basketball Students in the First Class in Faculty of Physical Education at Zagazig University. *Journal of Applied Sports Science*, 6(2).
- Al Awamleh, A. 2020. Students Satisfaction on Blended Learning in the School of Sport Sciences. *Annals of Applied Sport Science*, 8(1), 0-0.
- Al-Hadidi, M. 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 Volleyball. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(6), 245-254.
- Bayyat, M. 2020. Blended Learning: A New Approach to Teach Ballet Technique for Undergraduate Students. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 21(2), 69-86.
- Fathoni, A. F. 2018. The Role of Blended Learning on Cognitive Step in Education of Sport Teaching by Adjusting the Learning Style of the Students. In International Seminar on Public Health and Education 2018 (*ISPHE 2018*). Atlantis Press.
- Fisette, J. L. W & Wuest, D. A. 2018. *Foundations Of Physical Education, Exercise Science, And Sport*. New York: Mc Graw Hill Education.
- George, K., & Spyros, P. 2016. Blended Learning In K-12 Education: A Case Study For Teaching Athletics In Physical Education. In The 1st International Association For Blended Learning Conference: *Blended Learning for the 21st Century Learner* (pp. 36-43).
- Huy, C. V., & Vu, N. N. 2020. Blended Learning In Badminton Training For Professionals: Students'perceptions And Performance Impacts. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 6(6).

- Jani, J., Muszali, R., Nathan, S., & Abdullah, M. S. 2018. Blended Learning Approach Using Frog Vle Platform Towards Students' Achievement In Teaching Games For Understanding. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 10(5S), 1130-1141.
- Keogh, J. W., Gowthorp, L., & McLean, M. 2017. Perceptions Of Sport Science Students On The Potential Applications And Limitations Of Blended Learning In Their Education: A Qualitative Study. *Sports Biomechanics*, 16(3), 297-312.
- Murcia, J. M., Coll, D., & Pérez, L. R. 2009. Self-Determined Motivation And Physical Education Importance. *Human Movement*, 10(1), 5-11.
- Priambodo, A., Hariyanto, A., & Dinata, V. C. 2020. The Development of Schoology-Based Blended Learning Model to Improve Student Motivation of National Training Center (PELATNAS) Athlete. In 4th International Conference on Sport Science, *Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019)* (pp. 334-338). Atlantis Press.
- Testa, A. 2011. Experiences Of Online Learning: An Evaluation Of First-Year Sport Sciences University Students' Attitudes Towards The Use Of U-Link. *International Education Studies*, 4(4), 13-21.
- Vohle, F. 2017. Social Video Learning With A Blended Learning Framework In German Soccer Trainer Education. *International Journal of Advanced Corporate Learning (iJAC)*, 10(1), 15-21.
- Winarno, M. E., Taufik, M., Fadhli, N. R., & Yudasmaras, D. S. 2017. The Use of Blended Learning Model Integrated with Learning Management System in Volleyball Learning Subject in Faculty of Sports Science State University of Malang. In *International Conference on Learning Innovation (ICLI 2017)*. Atlantis Press.
- Winarno, M.E., Budiwanto, S., & Mardiyanto. 2012. *Assesment Pembelajaran Penjaskes SMA/SMK*. Malang: Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Universitas Negeri Malang.