

PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN *BLENDED LEARNING* DALAM PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA

Muhammad Anwar Firdaus¹
 Universitas Negeri Malang
 E-mail : muhammadanwarfirdaus408@gmail.com

Abstrak: Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui penerapan pembelajaran dengan model *Blended Learning* dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Penyusunan artikel menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui studi kepustakaan yang bersumber pada literatur yang relevan dari suatu bahasan dari berbagai sumber belajar yang ada, dengan mengumpulkan beberapa literatur serta menyajikan hasil dan bahasan, serta menyimpulkan hasil dari bahasan tersebut. Terdapat perkembangan gerak yang signifikan dan positif oleh peserta didik dibandingkan pada pembelajaran tatap muka tradisional yang telah dilakukan. Dengan adanya model pembelajaran campuran atau *Blended Learning* menawarkan berbagai sumber belajar, seorang pendidik mampu mengembangkan bahan dan sumber belajar serta dapat mengolaborasikan antara pembelajaran tatap muka melalui tayangan materi berupa video, dengan ini dapat meningkatkan kompetensi seorang pendidik yang lebih inovatif dan kolaboratif. Untuk peserta didik melalui pembelajaran campuran terdapat tambahan daya tarik dan motivasi tersendiri untuk mengikuti model pembelajaran campuran, serta peserta didik dapat mengembangkan aspek gerak melalui belajar dari berbagai sumber belajar dan mempraktikkan apa yang sudah dipelajari serta dapat meningkatkan pengetahuan melalui informasi dari berbagai sumber belajar tersebut.

Kata kunci: *blended learning*, pendidikan jasmani dan olahraga.

PENDAHULUAN

Adanya perubahan masa atau zaman dan teknologi yang semakin canggih membuat seseorang akan berpikir dengan lebih mempertimbangkan bagaimana mengelola waktu dengan jarak yang berbeda-beda menjadi lebih efektif dan efisien. Dalam bidang pendidikan saat ini seorang pendidik dan peserta didik memanfaatkan teknologi sebagai sumber belajar atau informasi yang dapat mendukung adanya proses belajar dan pembelajaran menjadi lebih efektif. Sumintono (2012:122) menyatakan bahwa dalam bidang pendidikan, teknologi informasi dan komunikasi dapat mempengaruhi pergerakan maupun perolehan informasi yang luas serta tidak terbatas yang dapat diperoleh dengan cepat. Karena dengan adanya teknologi yang semakin cepat dan canggih salah satunya internet sebagai sumber informasi dan komunikasi atau literasi belajar yang relevan digunakan pada masa ini, maka akan sangat membantu dalam proses belajar dan pembelajaran dalam pendidikan.

Widiara (2018) Menyimpulkan bahwa *blended learning* menjadi sebuah pilihan ketika pembelajaran tidak cukup dengan tatap muka karena penambahan inovasi pembelajaran yang tepat akan membangkitkan kemandirian serta percaya diri siswa yang telah mencari sumber dan mengeksplorasi sumber belajar tidak hanya dari guru saja. *Blended learning* merupakan strategi belajar yang terpadu dengan menggabungkan berbagai sumber belajar yang telah ada atau mengolaborasikan berbagai informasi yang ada dengan teknologi dan salah satunya internet sebagai penyambung proses belajar *offline*, *online*, serta tatap muka. Husamah (2014) menyatakan *Blended learning* merupakan model pembelajaran yang mengombinasikan antara pertemuan tatap muka (*face-to-face*) dengan *e-learning*. *Blended learning* merupakan model pembelajaran dengan konsep baru dalam dunia pembelajaran di mana penyampaian materi sangat fleksibel karena dapat dilakukan

Seminar Nasional Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
 Universitas Negeri Malang 2020

“INOVASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA BARU”

di dalam kelas pada jam pelajaran itu juga ataupun secara *online* dengan waktu dan tempat yang berbeda. Sejalan dengan pendapat yang telah dipaparkan sebelumnya bahwa pembelajaran campuran akan lebih bervariasi dan tidak membosankan karena adanya gabungan dan kolaborasi antara sumber belajar *online* dan *offline* yang ada, dengan memanfaatkan berbagai teknologi sebagai sarana pendukung adanya pembelajaran yang lebih efektif.

Blended learning menjadi salah satu model pembelajaran yang relevan atau sejalan dengan peradaban abad-21 ini. Wardani dkk (2018) mengungkapkan bahwa dengan model pembelajaran campuran interaksi dan komunikasi yang terjadi antara siswa dengan guru atau hubungan timbal balik *feed back* dapat terus berlangsung dan hal tersebut merupakan daya tarik pembelajaran pada abad-21 ini. Sari (2016) menyatakan peran komunikasi sangat penting dalam proses belajar dan pembelajaran serta mejadi salah satu kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang efektif. Karena proses belajar dan mengajar yang baik harus ada interaksi timbal balik antara pendidik dan peserta didik, salah satunya terjadinya interaksi berupa komunikasi langsung maupun tidak langsung dalam proses belajar dan pembelajaran yang dilakukan.

Agar tercipta pembelajaran yang menarik *blended leaning* menawarkan berbagai sumber belajar, di mana pendidik ataupun guru tidak lagi berpusat sebagai satu-satunya sumber belajar, namun dapat diperoleh dari berbagai sumber media elektronik maupun media cetak, dengan menggabungkan berbagai sumber belajar lain, proses pembelajaran seperti ini akan lebih menarik dan akan membuka luas pengetahuan dan informasi yang didapat karena tersedianya sumber belajar yang lebih bervariasi. Bonk dan Graham (2012:1) berpendapat bahwa definisi dari *blended learning* adalah model pembelajaran yang menggabungkan antara media berupa komputer dalam pembelajaran dengan teori-teori belajar yang ada, serta pembelajaran yang menggabungkan antara pembelajaran tatap muka (*face-to-face*) dengan pembelajaran secara *online*.

Kolaborasi antara berbagai sumber belajar dan pelaku belajar akan menjadikan proses pembelajaran menjadi lebih hidup dan variatif akan menjadi daya tarik tertentu dalam proses pembelajaran. Berbagai tantangan di masa depan adalah berupa bagaimana teknologi baru dapat digunakan secara bijak dan tepat untuk menjawab kebutuhan-kebutuhan global (Istiningsih dan Hasbullah 2015). Salah satu upaya alternatifnya adalah dalam menerapkan pembelajaran menggunakan model *blended learning* sebagai pemanfaatan teknologi dalam bidang pembelajaran pendidikan jasmani.

Kemajuan teknologi yang sangat cepat dengan salah satunya tersedia jaringan internet membuat cara berpikir individu menjadi lebih luas, meskipun berbeda ruang dan waktu namun tidak membuat terhambatnya pengetahuan atau informasi serta komunikasi khususnya antara pendidik dengan peserta didik terutama pada masa pandemi COVID 19 ini. Dengan terbatasnya gerak seorang siswa atau pelajar membuat pembelajaran dengan model ini menjadi salah satu alternatif yang dapat ditawarkan dan diterapkan, khususnya di bidang pendidikan jasmani dan olahraga, karena unsur dalam pendidikan jasmani dan olahraga melibatkan aspek motorik atau gerak meskipun unsur kognitif juga berperan dalam proses pembelajarannya, namun dengan adanya masa pandemi ini membuat siswa harus tetap aktif meskipun dengan keterbatasan yang ada, guna mempertahankan imunitas tubuh yang harus tetap terjaga dan stabil.

Rosdiani (2012:26) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa yang berupa aktivitas jasmani, bermain serta berolahraga yang sudah direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, kemampuan motorik, kemampuan berfikir (kognitif), emosional, sosial dan moral. Artinya dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah, siswa tidak hanya dituntut untuk belajar mengenai gerak, namun penjas berperan terhadap kemampuan berpikir dan pembentukan karakter seorang siswa maupun pada seorang individu lain.

Meskipun dengan keadaan tanpa tatap muka secara *offline* yang dapat dilaksanakan di kelas seperti pada umumnya dalam pendidikan formal, pembelajaran dengan model *blended learning* dalam proses belajar bukanlah menjadi hambatan yang besar dalam melaksanakan pembelajaran apabila pendidik mengetahui bagaimana strategi yang harus diterapkan dalam memulai proses pembelajaran *blended learning* tersebut, sehingga diharapkan dengan mencampurkan teknologi dalam proses

pembelajaran dalam pendidikan jasmani dan olahraga, dapat meningkatkan aspek kognitif berupa pengetahuan pada siswa, sebab apabila pengetahuannya sudah benar maka gerak yang dilakukannya menjadi benar (Prasetyo, 2017). Dengan semakin canggih dan majunya teknologi pada abad ini penerapan *blended learning* dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga dapat menjadi alternatif dalam melaksanakan proses pembelajaran.

Tujuan penulisan dan pembuatan artikel ini untuk mengetahui penerapan dan peranan *blended learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang dapat menjadi alternatif dalam pembelajaran di era dan abad dua puluh satu ini. Artikel ini diharapkan dapat memberikan gambaran penerapan *blended learning* serta dapat digunakan sebagai rujukan bagi pendidik maupun pelatih yang juga pelaksanaan pembelajaran berupa gerak mengenai penerapan model pembelajaran *blended learning* untuk meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya dalam bidang pendidikan jasmani dan olahraga.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan model penelitian deskriptif kualitatif yang bersifat studi kepustakaan yang menggunakan berbagai kajian pustak dalam memperkuat analisis penelitian. Penelitian ini diawali dengan mengumpulkan beberapa *literature*, selanjutnya melakukan *review* terhadap beberapa istilah penting dalam penelitian, kemudian mengumpulkan *literature* hasil penelitian yang relevan, selanjutnya melakukan analisis berdasarkan semua *literature* yang telah didapat dengan menyusun pembahasan, lalu menyusun kesimpulan berdasarkan hasil yang telah dianalisis dan mengajukan saran berdasarkan kesimpulan-kesimpulan yang didapat.

Data diperoleh dari berbagai sumber yaitu jurnal, buku, artikel, dan penelitian terdahulu. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data ini yaitu, melalui penelusuran *online* di *Google Scholar* maupun *Google book* dengan kata kunci pembelajaran campuran atau *blended learning* dalam pendidikan jasmani dan olahraga. Pengumpulan data *literature* artikel yang digunakan yaitu, penerapan pembelajaran *blended learning*, pendidikan jasmani dan olahraga. Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan data sekunder. Sugiyono (2015) menyatakan bahwa data sekunder merupakan data yang diambil secara tidak langsung yang dapat memberikan informasi kepada pelaku pengumpul data. Sumber data yang didapatkan tersebut berupa laporan ilmiah asli yang berasal dari artikel ilmiah yang diterbitkan dan jurnal yang telah terakreditasi serta terindeks, baik cetak maupun non cetak yang berkaitan penerapan model *blended learning* dalam pendidikan jasmani dan olahraga.

HASIL

Tabel 1. Hasil Penelitian

| No | Peneliti | Judul | Hasil Penelitian |
|----|---------------------------|---|---|
| 1. | Shi, S dkk (2020). | a Review of the Research on Blended Learning in Physical Education in China And International | Artikel ini menganalisis karakteristik dari pembelajaran campuran yang ada di china dengan tinjauan beberapa artikel yang sudah ada sebelumnya. Macam model pembelajaran dianggap sangat penting karena dapat menentukan pengetahuan pada masa yang akan datang salah satunya penerapan model pembelajarn campuran ini. |
| 2. | Chen, Q., & Li, Q (2016). | The Blended Learning of Physical Education and Computer Class in Physical Colleges | Artikel ini membahas mengenai merancang pembelajaran pendidikan jasmani mengombinasikan teknologi yang ada seperti komputer dalam pelaksanaannya. Dengan adanya pembelajaran <i>blended learning</i> pendidik di tuntut untuk dapat merancang pembelajaran berbasis aplikasi yang mampu meningkatkan minat siswa terhadap proses pembelajaran. |

3. Vohle, F. (2017). *Social Video Learning with a Blended Learning Framework in German Soccer Trainer Education*. Artikel ini membahas mengenai penerapan pemebelajaran baru campuran di pendidikan lanjutan pelatih sepakbola di Jerman. Implementasi pembelajaran *blended learning* layak digunakan dan mampu mendukung pembelajaran latihan sepakbola bagi para pelatih di Jerman.
4. 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*. Artikel ini membahas dan mengetahui tingkat kelayakan yang ditawarkan BL sebagai pembelajaran yang memfasilitasi peserta didik dalam pembelajaran penjas. Penerapan pembelajaran *blended learning* dan pendukungnya menjadi daya tarik siswa dan efektivitas pembelajaran meningkat.
5. Adi, S., & Fathoni, A. F. (2019). *Development of Learning Model Based on Blended Learning in Sports School*. Penulisan artikel ini membahas mengenai spesifikasi dan komponen dalam BL online dan offline di sekolah olahraga di Indonesia: Palembang, Jakarta, Sidoarjo, Makassar, dan Samarinda. Motivasi belajar siswa dengan penerapan pembelajaran *blended learning* adalah positif termotivasi.
6. Yildiz, T., & Ocak, M. (2016). *Effects of Blended Learning Environment on Professional Competence and Motivation Levels of Coach Candidates*. Artikel ini membahas tentang pengaruh pemebelajaran campuran terhadap motivasi dan kompetensi profesional calon pelatih. Tingkat motivasi pelatih peserta pelatihan dalam pembelajaran campuran meningkat secara signifikan lebih tinggi daripada peserta pelatihan dalam pembelajaran tatap muka tradisional.
7. Al Qudah, A. H. dkk (2018). *Comparison Study Blended Learning and Conventional Learning in Improving Students' Cognitive in the Fitness Element*. Artikel ini membahas mengenai perbandingan model pembelajaran konvensional dan campuran terhadap peningkatan kemampuan pengetahuan siswa dalam kebugaran jasmani. Penggunaan BL memberi pengaruh yang positif dan signifikan dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kebugaran jasmani siswa.
8. Vernadakis, N. (2012). *a Comparison of Student Satisfaction Between Traditional and Blended Technology Course Offerings In Physical Education*. Artikel ini membahas mengenai evaluasi tingkat kepuasan siswa terhadap penerapan BL dalam kursus tatap muka tradisional dengan multimedia dalam penjas. Kualitas siswa dengan penerapan pembelajaran campuran pembelajaran pendidikan jasmani lebih tinggi daripada siswa dalam pembelajaran tradisional.
9. Keogh, J. W. dkk (2017). *Perceptions of Sport Science Students on The Potential Applications and Limitations of Blended Learning in their Education*. Artikel ini membahas mengenai persepsi mahasiswa ilmu olahraga terhadap manfaat dan potensi penerapan BL. Mahasiswa setelah diberi pengenalan pemebelajaran BL dapat lebih memahami lebih baik dan merespon dengan cepat informasi yang telah diperoleh dari penerapan pemebelajaran campuran.
10. Aida, A. A. (2019). *Students' Satisfaction with Blended Learning Programmes in the*. Artikel ini membahas mengenai penerapan BL di fakultas ilmu olahraga di Yordania yang telah

- Faculty of Physical Education mengembangkan kursus pembelajaran campuran tatap muka dan online berdasar platform virtual. Program *blended learning* memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dalam proses pembelajaran motorik dan pengetahuan pemahaman, serta dapat melaksanakan pembelajaran secara mandiri.
11. Vohle, F., & Reinmann, G. (2014). Social Video Learning and Social Change in German Sports Trainer Education. Artikel ini membahas mengenai penerapan BL yang lebih fokus terhadap pembelajaran video sosial yang menjadi unggulan bagi pelatihan pelatih di Jerman dan internasional. Melalui BL seorang pelatih dan peserta didik mampu mengkolaborasi antara video pembelajaran dengan praktik, dengan adanya motivasi lebih serta adanya inovasi dan keunggulan media digital masih menjadi unggulan pelatih di Jerman.
 12. Mylsidayu, A., (2019). Children Circuit Model for Kids Physical Activity Based Blended Learning. Artikel ini dibahas untuk mengetahui apakah model sirkuit anak dalam BL berbasis aktivitas fisik anak dapat berpengaruh terhadap daya tahan tubuh anak. Model aktivitas sirkuit yang diterapkan dalam BL mampu meningkatkan daya tahan tubuh anak melalui kolaborasi aktivitas fisik di rumah di dampingi orang tua sebagai pemandu gerak lewat penayangan materi di edmodo dengan mempraktikkan aktivitas yang sudah disajikan dan tersedia sebelumnya.
 13. Daum, D. N., & Buschner, C. (2014). Research on Teaching Blended and Online Physical Education. Artikel ini membahas mengenai seberapa baik program K-12 penjas secara online. Pembelajaran campuran dalam penjas dapat menyediakan alat pengukur menggunakan pedometer, alat ini mampu mengukur aktivitas siswa yang benar benar melakukan aktivitas fisik atau gerak.
 14. Testa, A. (2011). Experiences of Online Learning: an Evaluation of First-year Sport Sciences University Students' Attitudes towards the Use of U-Link. Artikel ini membahas mengenai evaluasi sikap siswa terhadap sistem pembelajaran virtual U-Link. U-Link memberikan umpan balik yang berguna mengenai strategi pengajaran dengan mengidentifikasi apa yang menarik bagi siswa, dan membantu mengembangkan topik bahasan yang lebih dalam. Para responden merasa puas dengan pengalaman U-Link, mereka menganggap U-Link sebagai alat utama dalam pembelajaran mereka.
 15. George, K., & Spyros, P. (2016). Blended Learning in K-12 Education: a Case Study for Teaching Athletics in Physical Education. Artikel ini membahas mengenai pembelajaran model campuran aplikasi pembelajaran di bidang atletik dalam penjas. Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan yang jelas dalam mendukung *blended learning* pada bidang kognitif pada mata pelajaran atletik. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain yang juga menyimpulkan bahwa penerapan *blended learning* memberikan hasil yang lebih baik daripada pembelajaran tradisional.

PEMBAHASAN

Dari hasil studi literatur lima belas artikel yang telah ada dan dipaparkan sebelumnya terdapat beberapa bahasan yang berkaitan yang saling berkesinambungan, diawali dari beberapa faktor yang mempengaruhi atau yang menjadi daya tarik BL, yaitu model pembelajaran campuran mempunyai daya tarik sendiri. Sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya Wardani dkk (2018) menyimpulkan bahwa *blended learning* merupakan salah satu model pembelajaran yang mempunyai daya tarik tersendiri yaitu tidak meninggalkan pertemuan tatap muka namun menggabungkan pembelajaran *e-learning* dengan pembelajaran tatap muka.. Karena dalam pelaksanaannya *blended learning* menggabungkan beberapa sumber belajar dan mengolaborasikan menjadikan peserta didik tidak jenuh akan cenderung mempunyai motivasi belajar yang lebih. Misalnya penayangan media bahan ajar berbentuk video dalam pembelajaran selanjutnya siswa dapat mempraktikkan apa yang telah ditampilkan sebelumnya.

Selain terdapat daya tarik pembelajaran model ini dapat mempengaruhi motivasi, dan hasil belajar dibandingkan dengan pembelajaran konvensional atau tradisional, Sjukur (2012) menyimpulkan bahwa (1) terdapat perbedaan motivasi belajar antara siswa yang menerapkan model pembelajaran *blended learning* dibandingkan siswa dengan pembelajaran konvensional; (2) terdapat perbedaan hasil belajar antara siswa yang menerapkan pembelajaran *blended learning* dibandingkan siswa dengan pembelajaran konvensional; (3) terdapat peningkatan motivasi belajar siswa yang dipengaruhi penerapan model pembelajaran campuran; (4) terdapat peningkatan hasil belajar siswa dipengaruhi penerapan model pembelajaran campuran. Peningkatan motivasi belajar dan hasil belajar tidak terlepas dari beberapa komponen yang ada dan yang telah diterapkan dalam proses pembelajaran dengan model *blended learning* yang telah dilaksanakan ini.

Karena dalam pelaksanaan pembelajaran model *blended learning* tidak hanya mengandalkan tatap muka atau via *online* saja, namun ada beberapa unsur-unsur pembelajaran yang terdapat didalamnya yaitu mengkombinasikan antara tatap muka dan tatap maya melalui teknologi yang sudah berkembang saat ini, Amin (2017) menyimpulkan bahwa ada beberapa unsur dalam model pembelajaran BL yang dapat dikombinasikan, terdapat enam unsur, yaitu: (a) tatap muka (b) belajar mandiri, (c) aplikasi, (d) tutorial, (e) kerjasama, dan (f) evaluasi. Kelebihan model pembelajaran ini adalah efisiensi waktu, efisiensi biaya, serta pembelajaran lebih efektif dan efisien. Dalam hal ini strategi pendidik untuk mengantisipasi tuntutan pembelajaran di masa yang akan datang dapat menerapkan pembelajaran dengan model *Blended Learning* ini. Dari hasil studi literatur artikel terdapat hasil yang hampir mirip yaitu adanya pengembangan atau pemanfaatan media belajar online dengan tatap muka di dalam pembelajaran model *blended learning* ini. Seperti pemanfaatan situs aplikasi dan web *u-link* dengan pemanfaatan video sebagai bahan ajar dan sebagainya.

Untuk bidang pendidikan jasmani khususnya program *blended learning* memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan dalam dalam pembelajaran motorik dan pengetahuan pemahaman dan dapat melaksanakan pembelajaran secara mandiri. Selaras dengan pendapat dari Kavita dkk (2012) menyimpulkan bahwa keterlibatan pemanfaatan dan penerapan teknologi komputer dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani dapat meningkatkan minat dan motivasi siswa dalam berolahraga dibandingkan pengajaran dengan model tradisional atau konvensional. Chen, (2012:14) berpendapat bahwa metode *e-learning* memberikan keleluasaan pada dosen dan mahasiswa untuk mengakses referensi ilmiah terkait dengan mata kuliah yang mungkin tidak didapat selama jam kuliah maupun praktikum pada saat proses pembelajaran tatap muka di kelas.

Dengan adanya pendapat tersebut dapat menguatkan bahwa model BL menjadikan siswa ataupun mahasiswa salah satunya menjadi mandiri dengan belajar melalui bahan ajar yang diperoleh bermacam-macam dari berbagai sumber yang telah tersedia. Yaman (2008:300) mengungkapkan bahwa metode pembelajaran *e-learning* dapat dijadikan alternatif untuk membangun pola pikir komunikasi yang komprehensif, interaktif dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Sedangkan menurut Dwiyoogo, (2014:33) dalam merekayasa sistem pembelajaran yang optimal, terdapat delapan faktor yang saling berinteraksi, antara lain: pembelajar, isi, tujuan, lingkungan belajar, pembelajar, sumber belajar, strategi, evaluasi. Sumber belajar dan strategi *e-learning* termasuk dalam komponen yang ada dalam model pembelajaran *blended learning*. Jadi dari berbagai bahasan telah diperoleh

bahwa BL merupakan pembelajaran yang terpadu dan relevan untuk diterapkan dalam bidang pendidikan khususnya dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang telah terbukti dari berbagai manfaat dan hasil yang sudah dipaparkan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil studi literatur artikel pembelajaran model *blended learning* dalam pendidikan jasmani dan olahraga, terdapat beberapa manfaat dalam penerapan model ini, pemanfaatan atau penerapan BL menjadikan siswa dapat secara mandiri belajar serta mempraktikkan lewat berbagai sumber belajar yang ada, pendidik tidak menjadi salah satu sumber belajar satu-satunya, namun pendidik juga harus mengontrol atau memberikan pantauan peserta didik guna mencapai tujuan dari BL yaitu menciptakan pembelajaran yang efektif dan efisien. Terdapat motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran ini karena adanya campuran dalam proses belajar menjadikan siswa mempunyai daya tarik tersendiri, serta dapat meningkatkan kualitas pengetahuan yang positif dan lebih baik dibandingkan pembelajaran konvensional atau tradisional. Siswa dengan model pembelajaran BL lebih cepat menerima dan mengolah informasi yang didapat karena adanya kolaborasi dari berbagai sumber belajar yang disajikan pada model pembelajaran *blended learning*. Diharapkan penerapan model pembelajaran ini dapat diterapkan dalam proses pembelajaran khususnya untuk pendidikan jasmani dan olahraga dalam lingkup pendidikan formal dari para pendidik atau guru maupun pelatih olahraga.

DAFTAR RUJUKAN

- Adi, S., & Fathoni, A. F. (2019). Development of Learning Model Based on Blended Learning in Sports School. In *5th International Conference on Physical Education, Sport, and Health (ACPES 19)*. Atlantis Press.
- Aida, A. A. (2019). Students' satisfaction with Blended Learning Programmes in The Faculty of Physical Education. *Science for Education Today*, 9(5).
- Al Qudah, A. H., Abd Rashid, S., Iffah, D., & Al Ani, N. A. (2018). Comparison Study Blended Learning and Conventional Learning in Improving Students' cognitive in The Fitness Element. *Journal of Entrepreneurship Education*, 21(4), 1-6.
- Bonk, C. J., & Graham, C. R. (2012). *The handbook of blended learning: Global perspectives, local designs*. John Wiley & Sons. San Francisco: Pfeiffer
- Chen, Q. (2012). Research for Influence of Physical Education Multimedia Teaching on Sports Motivation of Students. *Advances in Information Sciences and Service Sciences*, 4(16).
- Chen, Q., & Li, Q. (2016). The Blended Learning of Physical Education and Computer Class in Physical Colleges. In *International Conference on Education, Management and Computing Technology (ICEMCT-16)* (pp. 277-280). Atlantis Press.
- Daum, D. N., & Buschner, C. (2014). Research on teaching blended and online physical education. *Handbook of research on K-12 online and blended learning*, 201-222.
- Dwiyogo, W. D. (2014). Pengembangan Model Rancangan Pembelajaran Berbasis Blended Learning (PBBL) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pemecahan Masalah. In *ASEAN Comparative Education Research Conference (ACER-N)*, Institut KWSP Kajang: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- 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.
- 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).
- Husamah. (2014). *Pembelajaran Bauran (Blended Learning) Terampil Memadukan Keunggulan Pembelajaran Face-To-Face, E-learning Offline-Online, dan Mobile Learning*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

- Istiningsih, S., & Hasbullah, H. (2015). Blended learning, trend strategi pembelajaran masa depan. *Jurnal Elemen*, 1(1), 49-56.
- Kavita, V., Sharma, J. P., & Tiwari, R. K. (2012). Use of Information Technology In Physical Education And Sport. *International Journal in Multidisciplinary and Academic Research (SSIJMAR)* Vol. 2, No. 4, (ISSN 2278 – 5973)
- 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.
- Mylsidayu, A., Tangkudung, J., Hanif, S., Bujang., Abidin, D. (2019). Children Circuit Model for Kids Physical Activity Based Blended Learning. *International Journal of Engering and Advenced Technology (IJEAT)*, 8(5) 1473-1479
- Prasetyo, I. (2017). *Inovasi Pembelajaran Penjaskes yang Berbasis pada Blended Learning pada Abad 21*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rosdiani, D. (2012). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sari, M. (2016). Blended learning, model pembelajaran abad ke-21 di perguruan tinggi. *Ta'dib*, 17(2), 126-136.
- Shi, S., & Zainuddin, Z. A. B. (2020). a Review of The Research on Blended Learning In Physical Education in China and International. *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 672-686.
- Sjukur, S. B. (2012). Pengaruh Blended Learning terhadap Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Siswa di Tingkat SMK. *Jurnal pendidikan vokasi*, 2(3).
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sumintono, B. dkk, (2012). *Penggunaan Teknologi Informasi dan Komunikasi dalam Pengajaran: Survei pada GuruGuru Sains di Indonesia*. Universitas Teknologi Malaysia.
- 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.
- Vernadakis, N., Giannousi, M., Tsitskari, E., Antoniou, P., & Kioumourtzoglou, E. (2012). A Comparison of Student Satisfaction Between Traditional and Blended Technology Course Offerings in Physical Education. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 13(1), 137-147.
- 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.
- Vohle, F., & Reinmann, G. (2014). Social Video Learning and Social Change in German Sports Trainer Education. *International Journal of Excellence in Education*, 184(1793), 1-11.
- Wardani, D. N., Toenlio, A. J., & Wedi, A. (2018). Daya tarik pembelajaran di era 21 dengan Blended Learning. *Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 1(1), 13-18.
- Widiara, I. K. (2018). Blended Learning sebagai Alternatif Pembelajaran di Era Digital. *Purwadita: Jurnal Agama dan Budaya*, 2(2), 50-56.
- Yaman, Ç. (2008). The Abilities of Physical Education Teachers in Educational Technologies and Multimedia. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 7(2), 20-31.
- Yildiz, T., & Ocak, M. (2016). Effects of Blended Learning Environment on Professional Competence and Motivation Levels of Coach Candidates. *Journal of Learning and Teaching in Digital Age*, 1(1), 3-11.