

TINGKAT PEMAHAMAN SISWA KELAS X DALAM PEMBELAJARAN DARING PENDIDIKAN JASMANI DI SMAN 2 CIKARANG PUSAT

Ricky Fauzi¹, Irfan Zinat Achmad², Aria Kusuma Yuda R³

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang

Rickyfauzi21.rf@gmail.com/

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tidak adanya pembelajaran teori di kelas yang dikhususkan untuk pendidikan jasmani, dan waktu pembelajaran yang sangat minim sehingga siswa sulit memahami pembelajaran pendidikan jasmani. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, metode yang digunakan adalah survey. Teknik pengumpulan data berupa angket menggunakan tes soal pilihan ganda. Populasi yang digunakan adalah siswa kelas X SMAN 2 Cikarang Pusat yang berjumlah 220 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 122 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *quota sampling*. Data pada penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat secara keseluruhan berada pada kategori "Cukup Baik" dengan jumlah 51 siswa dan presentase sebesar (42%).

Kata Kunci: tingkat pemahaman; daring; pendidikan jasmani

ABSTRACT

*This research is motivated by the absence of learning theory in class that is devoted to physical education, and the learning time is very minimal so that students find it difficult to understand physical education learning. This study aims to determine the level of understanding of class X students in learning physical education online at SMAN 2 Cikarang Pusat. This research is a descriptive quantitative research, the method used is a survey. The data collection technique was in the form of a questionnaire using a multiple choice test. The population used was class X SMAN 2 Cikarang Pusat, totaling 220 students. The sample used in this study were 122 students with a sampling technique that is *quota sampling*. The data in the study were analyzed using descriptive statistics with percentages. The results showed the level of understanding of class X students in learning physical education online at SMAN 2 Cikarang Pusat as a whole was in the "Good Enough" category with a total of 51 students and a percentage of (42%).*

Keywords: *comprehension level; online; physical education*

Dipublikasikan Oleh :
UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

PENDAHULUAN

Pembelajaran adalah suatu proses kegiatan yang sistematis bersifat interaktif dan komunikatif antara pendidik dengan peserta didik, sumber belajar dan lingkungan untuk menciptakan suatu kondisi yang memungkinkan terjadinya tindakan belajar peserta didik, baik di kelas maupun di luar kelas, dihadiri guru secara fisik atau tidak, untuk menguasai kompetensi yang telah ditentukan oleh Arifin, (2015:17).

Bentuk pembelajaran yang dapat dijadikan solusi dalam masa pandemi *Covid-19* adalah pembelajaran daring. Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran yang telah dikemukakan oleh Setiawan, (2019:216). Dari pendapat peneliti dapat ditarik kesimpulan bahwa pembelajaran daring adalah pembelajaran jarak jauh yang memanfaatkan suatu teknologi dalam proses pembelajaran, agar pembelajaran tetap efektif demi tercapainya tujuan pembelajaran di masa pandemi seperti ini.

Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani agar berlangsung secara efektif dan peserta didik dapat memahaminya, strategi pembelajaran yang digunakan adalah dapat ditunjang oleh pemanfaatan media pembelajaran yang telah ditentukan oleh Jatmika, (2010:91). Beragam pilihan media pembelajaran yang bisa dimanfaatkan guru pendidikan jasmani untuk kepentingan penyampaian materi kepada peserta didik. Pembelajaran daring merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat membantu guru pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.

Pemahaman adalah suatu kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu dipahami dan diingat yang telah ditentukan oleh Ulinnuha, (2017:86). Pemahaman belajar adalah tingkat kemampuan yang mengharapkan seseorang mampu memahami arti atau konsep dan situasi fakta yang diketahuinya, dalam hal ini peserta didik tidak hanya hafal secara verbalitas, tetapi memahami konsep dari masalah atau fakta yang ditanyakan, maka operasionalnya dapat membedakan, mengubah, mempersiapkan, menjelaskan, mendemonstrasikan, memberi contoh, memperkirakan, menentukan, dan mengambil keputusan yang telah ditentukan oleh Walangadi & Pratama, (2020:202). Dengan kata lain, pemahaman adalah mengerti atau dapat menjelaskan apa yang telah diingat dan telah dipelajari dari sesuatu yang telah didapatkan. Dengan banyaknya manfaat akan pemahaman dalam pembelajaran pendidikan jasmani, siswa akan lebih cepat bisa melakukan pembelajaran setelah memahami apa yang akan di pelajari.

Pada pelaksanaan observasi melalui wawancara di rumah salah satu guru pendidikan jasmani SMAN 2 Cikarang Pusat, guru pendidikan jasmani pun menjelaskan masih banyak siswa kelas X yang belum menunjukkan hasil maksimal dalam pembelajaran dan masih banyak siswa kelas X yang belum memahami dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hal itu dapat dilihat dari penjelasan guru pendidikan jasmani tersebut ketika peneliti hendak mewawancarai guru tersebut.

Permasalahan diatas menginspirasi penulis untuk melakukan penelitian terhadap tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat. Hal tersebut bertujuan sebagai bahan evaluasi bagi siswa untuk dapat meningkatkan pemahaman siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani secara daring. Hal itu dapat dibuktikan melalui penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Dinata, (2019) dengan judul “Tingkat Pemahaman Guru Penjas Terhadap Penerapan *E-Learning* Dalam Proses Pembelajaran Sekolah Menengah Pertama”. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan subjek penelitian adalah guru. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan lembar kuesioner. Analisis data dengan menggunakan skala likert dengan menggunakan lima skala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh skor 69% dengan kategori cukup baik. Hal ini dikarenakan pelaksanaan *e-learning* belum digunakan secara maksimal, hanya digunakan beberapa kali saja dalam seminggu oleh guru. Sedangkan, dalam penelitian ini penulis mengganti sampel untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan memperbaharui instrument yang digunakan dengan menyesuaikan rancangan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani yang digunakan guru di SMAN 2 Cikarang Pusat.

Seorang guru penjas dalam melakukan pembelajaran daring pendidikan jasmani sebaiknya harus dapat melihat terlebih dahulu seberapa paham semua siswa dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani, yang meliputi pemahaman mengenai pendidikan jasmani secara umum, sarana dan prasarana yang digunakan, teknik dasar, dan peraturan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Setelah melakukan proses tersebut dapat

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

dilakukan dengan baik dan yang paling penting tidak terjadi kecelakaan. Oleh karena itu maka mengetahui tingkat pemahaman dan keterampilan siswa sangat penting sebelum melakukan proses pembelajaran.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif melalui penggunaan instrumen *survey* untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani.

Sebelum kuisioner digunakan, maka diperlukan uji instrumen berupa uji validasi konstruksi (*expert judgement*) yang telah diujikan oleh Dosen Pendidikan Jasmani Dan Rekreasi Universitas Singaperbangsa Irfan Zinat Achmad, S.Pd., M.Pd. lalu uji validitas untuk mengukur ketepatan disetiap butir soal, digunakan teknik *person product momen* dengan taraf signifikansi 5%. Butir soal dikatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ untuk nilai r_{tabel} dengan responden 10 orang adalah sebesar 0,632. Setelah dilakukan perhitungan dapat diketahui ada 11 butir soal yang menunjukkan tidak valid karena hasil r hitung kurang dari r tabel (0,632). Butir soal yang tidak valid yaitu soal nomor 13 dengan r tabel (0,359), soal nomor 15 dengan r tabel (0,045), soal nomor 19 dengan r tabel (0,479), soal nomor 21 dengan r tabel (0,235), soal nomor 22 dengan r tabel (0,157), soal nomor 23 dengan r tabel (0,549), soal nomor 28 dengan r tabel (0,440), soal nomor 29 dengan r tabel (0,353), soal nomor 37 dengan r tabel (0,180), soal nomor 38 dengan r tabel (0,180), dan soal nomor 40 dengan r tabel (0,440). Selanjutnya ke sebelas soal tersebut tidak digunakan pada penelitian karena butir soal yang valid sudah mewakili untuk digunakan penelitian yang sesungguhnya, jadi soal pilihan ganda yang digunakan untuk penelitian menjadi 29 butir. Jadi peneliti hanya memakai 29 butir soal dari total 40 butir soal, dan dilakukan uji reabilitas dengan menggunakan rumus *alpha cronbach* dengan taraf signifikansi 5%, suatu instrumen dikatakan reliabel jika $r_{11} > r_{tabel}$, hasil uji reabilitas diperoleh nilai $r_{11} = 0,761 > r_{tabel} = 0,632$ dengan demikian menunjukkan angket yang diuji cobakan reliabel dan dapat digunakan untuk pengumpulan data penelitian.

Adapun Desain dalam penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan langkah langkah penelitian kuantitatif deskriptif terdiri dari: (a) Mengidentifikasi adanya permasalahan yang signifikan untuk dipecahkan melalui metode deskriptif, (b) Membatasi dan merumuskan permasalahan secara jelas, (c) Menentukan tujuan dan manfaat penelitian, (d) Melakukan studi pustaka yang berkaitan dengan permasalahan, (e) Menentukan kerangka berpikir, dan pertanyaan penelitian dan atau hipotesis penelitian, (f) Mendesain metode penelitian yang hendak digunakan termasuk dalam hal ini menentukan populasi, sampel, teknik sampling, menentukan instrumen, mengumpulkan data, dan menganalisis data, (g) Mengumpulkan, mengorganisasikan, dan menganalisis data dengan menggunakan teknik statistika yang relevan, dan (h) Membuat laporan penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 2 Cikarang Pusat dengan jumlah 2 program keahlian yaitu MIPA dan IPS, 6 Kelas dan 220 siswa. Dan penentuan jumlah sampel menurut Sugiyono, (2013:87) dengan batas toleransi kesalahan 1%, 5%, dan 10%. Peneliti mengambil sampel dengan batas toleransi kesalahan 10%, yang didasari dari hasil perhitungan pada subjek dengan besar populasi 251 maka sampel penelitian sebesar 130 responden. Dalam perhitungan statistik menggunakan bantuan aplikasi *microsoft excel 2013*. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikan data dalam bentuk histogram. Dalam pengkategorian skor menggunakan lima kategori yaitu, sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, dan sangat tidak baik yang telah di kemukakan oleh Achmad, (2013:8) :

Tabel 1. Norma Pengkategorian

Interval	Kategori
$M + 1,5 SD \leq X$	Sangat baik
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Baik
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup baik
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang baik
$X < M - 1,5 SD$	Sangat tidak baik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan keadaan sesungguhnya yang diperoleh oleh peneliti. Sebelum penelitian ini dilakukan peneliti telah meminta izin untuk melakukan penelitian pada siswa kelas X SMAN 2 Cikarang Pusat dan kepada bagian kesiswaan dan bagian staff di sekolah tersebut, dikarenakan pada saat itu kepala sekolah SMAN 2 Cikarang Pusat sedang tidak ada ditempat. Dan mendapatkan izin pada tanggal 29 Oktober 2020 Untuk menyebar angket atau kuisioner berupa soal pilihan ganda, karena dalam keadaan wabah *Covid -19* jadi pengambilan data ini dilakukan melalui google formulir. Angket yang digunakan diisi oleh responden sebanyak 122 siswa dari total populasi 220 siswa.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Selanjutnya responden mengisi angket atau kuisioner berupa soal pilihan ganda sebanyak 29 soal, dengan 5 pilihan jawaban setiap soalnya. Tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat meliputi tujuh faktor yaitu, tingkat pemahaman siswa mengenai permainan dan olahraga, tingkat pemahaman siswa mengenai aktivitas pengembangan diri, tingkat pemahaman siswa mengenai aktivitas senam, tingkat pemahaman siswa mengenai aktivitas ritmik, tingkat pemahaman siswa mengenai aktivitas akuatik, tingkat pemahaman siswa mengenai pendidikan luar kelas, dan tingkat pemahaman siswa mengenai kesehatan. Dikarenakan dalam faktor tingkat pemahaman siswa mengenai aktivitas ritmik tidak ada butir soal yang valid, maka faktor tersebut diabaikan. Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase menggunakan bantuan *Microsoft excel 2013 for windows*. Dari hasil penelitian yang diperoleh, tingkat pemahaman aktivitas renang siswa kelas X di kategorikan menjadi 5 kategori yaitu kategori sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik dan sangat tidak baik. Sehingga statistik deskriptif mengenai tingkat pemahaman aktivitas renang siswa kelas X dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 2. Hasil Statistik Deskriptif Penelitian

Keterangan	Keseluruhan	Pemainan dan Olahraga	Aktifitas Pengembangan Diri	Aktivitas Senam	Aktivitas Akuatik	Pendidikan Luar Kelas	Kesehatan
<i>Mean</i>	23,28	11,89	1,80	1,61	2,52	1,87	3,70
Standar Deviasi	3,39	2,09	0,46	0,55	1,19	0,38	0,70
<i>Median</i>	24	12	2	2	2,50	2	4
<i>Range</i>	16	9	2	2	4	2	3
<i>Minimum</i>	13	6	0	0	0	0	1
<i>Maximum</i>	29	15	2	2	4	2	4

Hasil analisis data statistik penelitian secara keseluruhan memperoleh nilai *mean* sebesar 23,28, standar deviasi sebesar 3,39, *median* sebesar 24, *range* sebesar 16, nilai *minimum* sebesar 13, dan nilai *maksimum* sebesar 29. Kemudian hasil data statistik secara ideal dimasukkan kedalam table distribusi frekuensi, maka data tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat :

Tabel 3. Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X Dalam Pembelajaran Daring Pendidikan Jasmani Di SMAN 2 Cikarang Pusat

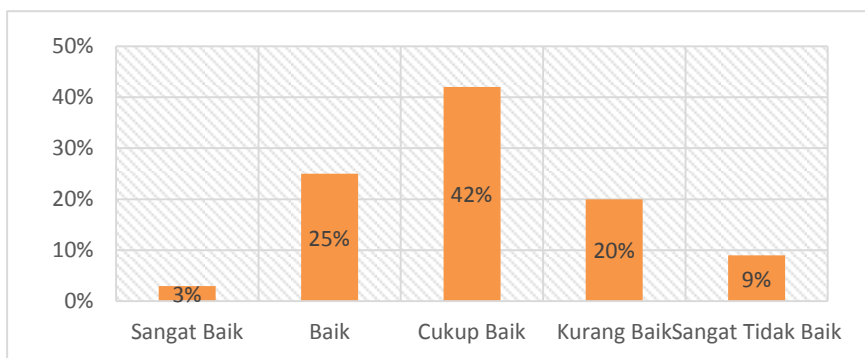
No	Interval		Kategori	Frekuensi	%
1	$x >$	28,46	Sangat Baik	4	3%
2	25,07 $< x <$	28,46	Baik	31	25%
3	21,68 $< x <$	25,07	Cukup Baik	51	42%
4	18,30 $< x <$	21,68	Kurang Baik	25	20%
5	$x <$	18,30	Sangat Tidak Baik	11	9%
Jumlah				122	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat, secara rinci terdapat 4 siswa (3%) dalam kategori “Sangat Baik”, 31 siswa (25%) dalam kategori “Baik”, 51 siswa (42%) dalam kategori “Cukup Baik”, 25 siswa (20%) dalam kategori “Kurang Baik”, dan 11 siswa (9%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Cukup Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berkategori “Cukup Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram sebagai berikut :

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin



Gambar 1. Tingkat Pemahaman Siswa Kelas X Dalam Pembelajaran Daring Pendidikan Jasmani Di SMAN 2 Cikarang Utara Secara Keseluruhan

Faktor Permainan Dan Olahraga

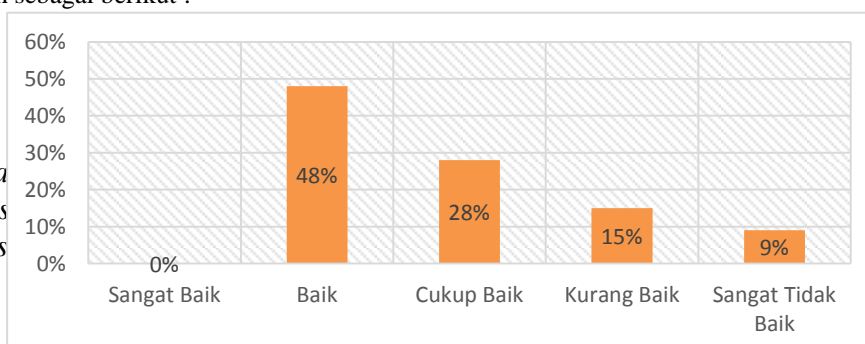
Dalam instrumen penelitian ini terdapat 8 indikator yaitu sepakbola, bolavoli, bulutangkis, tenis meja, lari jarak pendek, tolak peluru, lompat jauh, dan lompat tinggi. Masing-masing indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, sepakbola 3 butir pertanyaan, bolavoli 2 butir pertanyaan, bulutangkis 3 butir pertanyaan, tenis meja 1 butir pertanyaan, lari jarak pendek 1 butir pertanyaan, tolak peluru 2 butir pertanyaan, lompat jauh 1 butir pertanyaan, dan lompat tinggi 1 butir pertanyaan. Tetapi dalam lompat jauh terdapat 1 butir soal dinyatakan tidak valid, jadi dalam lompat jauh hanya menggunakan 1 butir pertanyaan. Dari semua soal lainnya dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor permainan dan olahraga diperoleh *mean* sebesar 11,89, standar deviasi sebesar 2,09, *range* sebesar 9, *median* sebesar 12, nilai *minimum* 6 dan nilai *maximum* 15. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Faktor Permainan Dan Olahraga

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$x > 15,03$	Sangat Baik	0	0%
2	$12,93 < x < 15,03$	Baik	59	48%
3	$10,84 < x < 12,93$	Cukup Baik	34	28%
4	$8,74 < x < 10,84$	Kurang Baik	18	15%
5	$x < 8,74$	Sangat Tidak Baik	11	9%
Jumlah			122	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor permainan dan olahraga, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 59 siswa (48%) dalam kategori “Baik”, 34 siswa (28%) dalam kategori “Cukup Baik”, 18 siswa (15%) dalam kategori “Kurang Baik”, 11 siswa (9%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor permainan dan olahraga berkategori “Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :



Gambar 2. Diagram Batang Faktor Permainan Dan Olahraga

Faktor Aktivitas Pengembangan Diri

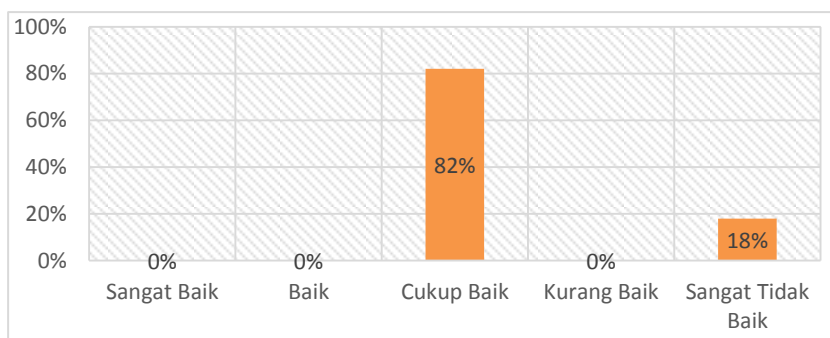
Dalam instrumen penelitian ini terdapat 1 indikator yaitu kebugaran jasmani. Indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, kebugaran jasmani meliputi 3 butir pertanyaan. Tetapi dalam kebugaran jasmani terdapat 1 butir soal dinyatakan tidak valid, jadi dalam kebugaran jasmani hanya menggunakan 2 butir pertanyaan. Dari semua soal lainnya dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor aktivitas pengembangan diri dengan indikator kebugaran jasmani diperoleh *mean* sebesar 1,80, standar deviasi sebesar 0,46, *range* sebesar 2, *median* sebesar 2, nilai *minimum* 0 dan nilai *maximum* 2. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 5. Faktor Aktivitas Pengembangan Diri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$x >$	Sangat Baik	0	0%
2	$2,03 < x <$	Baik	0	0%
3	$1,56 < x <$	Cukup Baik	100	82%
4	$1,10 < x <$	Kurang Baik	0	0%
5	$x <$	Sangat Tidak Baik	22	18%
Jumlah			122	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas pengembangan diri dengan indikator kebugaran jasmani, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Baik”, 100 siswa (82%) dalam kategori “Cukup Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Kurang Baik”, 22 siswa (18%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Cukup Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas pengembangan diri dengan indikator kebugaran jasmani berkategori “Cukup Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :



Gambar 3. Diagram Batang Faktor Aktivitas Pengembangan Diri

Faktor Aktivitas Senam

Dalam instrumen penelitian ini terdapat 1 indikator yaitu senam lantai. Indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, senam lantai meliputi 3 butir pertanyaan. Tetapi dalam kebugaran jasmani terdapat 1 butir soal dinyatakan tidak valid, jadi dalam kebugaran jasmani hanya menggunakan 2 butir pertanyaan. Dari semua soal lainnya dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor aktivitas senam dengan indikator senam lantai diperoleh *mean* sebesar 1,61, standar deviasi sebesar 0,55, *range* sebesar 2, *median* sebesar 2, nilai *minimum* 0 dan nilai *maximum* 2. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 6. Faktor Aktivitas Senam

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$x >$	Sangat Baik	0	0%
2	$1,88 < x <$	Baik	78	64%
3	$1,33 < x <$	Cukup Baik	0	0%
4	$0,78 < x <$	Kurang Baik	40	33%

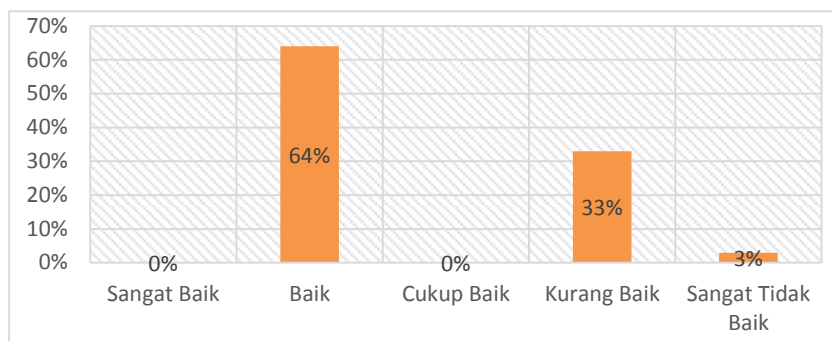
Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

5	$x <$	0,78	Sangat Tidak Baik	4	3%
Jumlah				122	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas senam dengan indikator senam lantai, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 78 siswa (64%) dalam kategori “Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Cukup Baik”, 40 siswa (33%) dalam kategori “Kurang Baik”, 4 siswa (3%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas senam dengan indikator senam lantai berkategori “Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :



Gambar 4. Diagram Batang Faktor Aktivitas Senam

Faktor Aktivitas Akuatik

Dalam instrumen penelitian ini terdapat 3 indikator yaitu renang gaya bebas, renang gaya punggung, renang gaya dada. Indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, renang gaya bebas meliputi 2 butir pertanyaan, renang gaya punggung meliputi 2 butir pertanyaan, dan renang gaya dada meliputi 2 butir pertanyaan. Tetapi dalam aktivitas akuatik terdapat 1 indikator dinyatakan tidak valid yaitu renang gaya dada yang meliputi 2 butir pertanyaan, jadi dalam aktivitas akuatik hanya menggunakan 4 butir pertanyaan. Dari semua soal lainnya dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor aktivitas akuatik diperoleh *mean* sebesar 2,52, standar deviasi sebesar 1,19, *range* sebesar 4, *median* sebesar 2,50, nilai *minimum* 0 dan nilai *maximum* 4. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 7. Faktor Aktivitas Akuatik

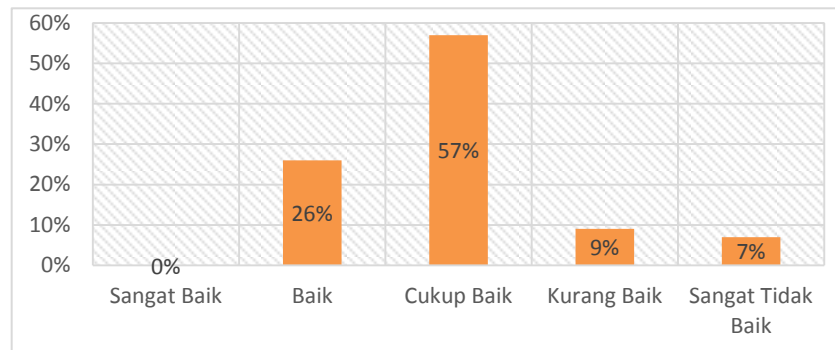
No	Interval	No	Kategori	Frekuensi	%
1	$x >$	4,30	Sangat Baik	0	0%
2	$3,12 < x <$	4,30	Baik	32	26%
3	$1,93 < x <$	3,12	Cukup Baik	70	57%
4	$0,74 < x <$	1,93	Kurang Baik	11	9%
5	$x <$	0,74	Sangat Tidak Baik	9	7%
Jumlah				122	100%

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas akuatik, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 32 siswa (26%) dalam kategori “Baik”, 70 siswa (57%) dalam kategori “Cukup Baik”, 11 siswa (9%) dalam kategori “Kurang Baik”, 9 siswa (7%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Cukup Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor aktivitas akuatik berkategori “Cukup Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin



Gambar 5. Diagram Batang Faktor Aktivitas Akuatik

Faktor Pendidikan Luar Kelas

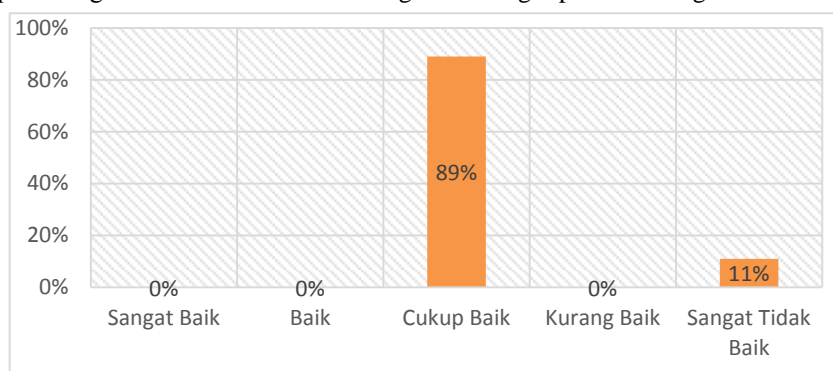
Dalam instrumen penelitian ini terdapat 1 indikator yaitu kegiatan *outbound*. Indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, kegiatan *outbound* meliputi 2 butir pertanyaan. Dari semua soal dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor pendidikan luar kelas dengan indikator kegiatan *outbound* diperoleh *mean* sebesar 1,87, standar deviasi sebesar 0,38, *range* sebesar 2, *median* sebesar 2, nilai *minimum* 0 dan nilai *maximum* 2. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 8. Faktor Pendidikan Luar Kelas

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%	
1	$x >$	2,45	Sangat Baik	0	0%
2	$2,06 < x <$	2,45	Baik	0	0%
3	$1,68 < x <$	2,06	Cukup Baik	108	89%
4	$1,29 < x <$	1,68	Kurang Baik	0	0%
5	$x <$	1,29	Sangat Tidak Baik	14	11%
Jumlah			122	100%	

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor pendidikan luar kelas dengan indikator kegiatan *outbound*, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Baik”, 108 siswa (89%) dalam kategori “Cukup Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Kurang Baik”, 14 siswa (11%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Cukup Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor pendidikan luar kelas dengan indikator kegiatan *outbound* berkategori “Cukup Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :



Gambar 6. Diagram Batang Pendidikan Luar Kelas

Faktor Kesehatan

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

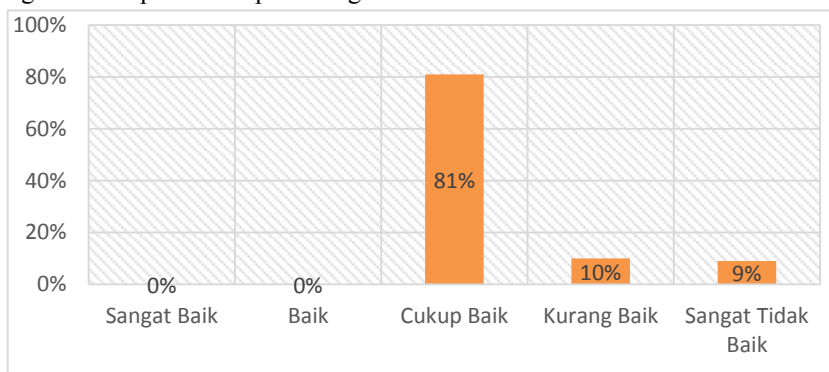
Dalam instrumen penelitian ini terdapat 2 indikator yaitu pergaulan sehat dan narkoba. Indikator dijabarkan melalui beberapa butir pertanyaan, pergaulan sehat meliputi 2 butir pertanyaan, narkoba meliputi 2 butir pertanyaan. Jadi dalam faktor kesehatan menggunakan 4 butir pertanyaan. Dari semua soal dinyatakan valid, sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian dari faktor kesehatan diperoleh *mean* sebesar 3,70, standar deviasi sebesar 0,70, *range* sebesar 3, *median* sebesar 2,50, nilai *minimum* 1 dan nilai *maximum* 4. Setelah diketahui dapat dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 9. Faktor Kesehatan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%	
1	x>	4,75	Sangat Baik	0	0%
2	4,05 <x<	4,75	Baik	0	0%
3	3,35 <x<	4,05	Cukup Baik	99	81%
4	2,64 <x<	3,35	Kurang Baik	12	10%
5	x<	2,64	Sangat Tidak Baik	11	9%
Jumlah			122	100%	

Berdasarkan tabel tersebut dapat dijelaskan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor kesehatan, secara rinci terdapat 0 siswa (0%) dalam kategori “Sangat Baik”, 0 siswa (0%) dalam kategori “Baik”, 99 siswa (81%) dalam kategori “Cukup Baik”, 12 siswa (10%) dalam kategori “Kurang Baik”, 11 siswa (9%) dalam kategori “Sangat Tidak Baik”. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori “Cukup Baik”, sehingga dapat disimpulkan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berdasarkan faktor kesehatan berkategori “Cukup Baik”. Apabila digambarkan dalam bentuk :



Gambar 7. Diagram Batang Faktor Kesehatan

PENUTUP

Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berada pada kategori “Sangat Baik” sebesar 3% (4 Siswa), kategori “Baik” sebesar 25% (31 Siswa), kategori “Cukup Baik” sebesar 42% (51 Siswa), kategori “Kurang Baik” sebesar 20% (25 Siswa), dan kategori “Sangat Tidak Baik” sebesar 9% (11 Siswa), Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 23,38 dari jumlah 29 butir soal. Jadi dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat pemahaman siswa kelas X dalam pembelajaran daring pendidikan jasmani di SMAN 2 Cikarang Pusat berada di kategori “Cukup Baik” dengan jumlah 51 siswa dengan presentase 42%. Berdasarkan penelitian tersebut terdapat saran yang akan disampaikan oleh peneliti yaitu :

1. Peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani ditingkatkan, peningkatan tersebut dapat berupa pembuatan model pembelajaran dan praktik secara langsung agar hasil yang diperoleh dapat maksimal, sehingga tingkat pemahaman siswa tentang pembelajaran pendidikan jasmani meningkat.
2. Perlu adanya penambahan sarana dan prasarana yang mendukung sebagai media pembelajaran, baik yang asli maupun modifikasi sehingga dapat digunakan secara maksimal dalam pembelajaran.
3. Disarankan kepada guru PJOK untuk memberikan materi dikelas sebelum anak melakukan praktek khususnya pada pembelajaran pendidikan jasmani. Sehingga anak dapat memahami dengan baik mengenai gerakan-gerakan yang akan dipraktikkan.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

4. Pemanfaatan waktu yang efektif dalam pembelajaran PJOK, sehingga pemahaman teori maupun praktik tentang pendidikan jasmani dapat meningkat dan maksimal.
5. Pemberian motivasi pada setiap pertemuan sehingga meningkatkan minat dan dorongan siswa agar lebih mudah menerima pembelajaran dan dapat menciptakan proses pembelajaran yang kondusif sehingga mampu memberikan hasil yang maksimal.

REFERENSI

- Achmad, I. Z., & R, A. K. Y. (2013). Persepsi Mahasiswa Pjkr Pada Matakuliah Pembelajaran Permainan Bola Voli Di Universitas Singaperbangsa Karawang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Arifin, Z. (2015). Evaluasi Pembelajaran Penulis. In *Direktorat Jenderal Pendidikan Islam Kementerian Agama RI*.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian (cetakan kelima belas)*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Dinata, W. W., Haris, F., & Padang, U. N. (2019). Tingkat Pemahaman Guru Penjas Terhadap Penerapan E-Learning Dalam Proses Pembelajaran. *Stamina*, 2, 12–19.
- Jatmika, H. M. (2010). Pemanfaatan Media Visual dalam Menunjang Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 3(1), 89–99.
- Setiawan, A. R., Puspaningrum, M., & Umam, K. (2019). Pembelajaran Fiqh Mu'Āmalāt Berorientasi Literasi Finansial. *TARBAWY: Indonesian Journal of Islamic Education*, 6(2), 187–192. <https://doi.org/10.17509/t.v6i2.20887>
- Sugiyono, P. D. (2013). *Statistik untuk Penelitian*. CV. Alfabeta Bandung.
- Sugiyono, P. D. (2018). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. xiii.
- Ulinuha, A. (2017). Tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI sman 1 jogonalan klaten. *Tingakat Pemahaman Aktivitas Renang*, 1, 1–10.
- Walangadi, H., & Pratama, W. P. (2020). Meningkatkan Pemahaman Belajar Siswa Menggunakan Media Video Animasi 2D. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 4(3), 201–208.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin