

## Keterlaksanaan Pembelajaran PJOK Tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid 19 Kota Kupang

Yusuf Nikodemus Lopo<sup>1</sup>, Wasis Djoko Dwiyogo<sup>2</sup>, Roesdiyanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia; yusufnikodemuslopo@gmail.com

<sup>2</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia; wasis.djoko.fik@um.ac.id

<sup>3</sup> Universitas Negeri Malang, Indonesia; roesdiyanto.fik@um.ac.id

---

### ARTICLE INFO

#### Keywords:

Implementation of Learning;  
Physical Education;  
Elementary School

#### Article history:

Received 2022-05-05

Revised 2022-07-13

Accepted 2022-09-19

---

### ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the implementation of PJOK learning at the elementary school level during the COVID-19 pandemic in Kupang City. The method in this research is qualitative, using purposive sampling and snowball sampling. The results of his research show that the PJOK learning planning at the elementary school level during the covid-19 pandemic for teachers throughout the city of Kupang is adjusted to the PJOK elementary school curriculum and also adapted to online learning. The implementation of PJOK learning at the elementary school level during the covid-19 pandemic for teachers throughout the city of Kupang is in accordance with the lesson plan that has been made. Evaluation of PJOK learning at the elementary school level during the covid-19 pandemic for teachers throughout the city of Kupang uses affective, cognitive and psychomotor assessments. For students they are not happy with learning PJOK online but they always do the assignments from the teacher. Parents always help children when learning PJOK from home. The conclusion is that the implementation of PJOK learning during the covid 19 pandemic for teachers, students and parents has been carried out but there are still obstacles.

*This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.*



---

### Corresponding Author:

Yusuf Nikodemus Lopo

Universitas Negeri Malang, Indonesia; yusufnikodemuslopo@gmail.com

---

## 1. PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang dirancang secara sengaja kemudian dilaksanakan yang bertujuan dapat mempermudah proses belajar. Pembelajaran merupakan kegiatan yang dibuat dan dilakukan secara sistematis dengan cara-cara dan berbagai pendekatan agar tercapai tujuan belajar yang telah dirancang dan ditetapkan (Rahayu, Poerwanto, Efendi, & Widodo, 2020). Pembelajaran merupakan kegiatan dan suatu proses yang tersusun secara sistematis dan sistemik meliputi sejumlah komponen yaitu mulai dari guru/pendidik/pengajar, kurikulum, siswa, bahan belajar, strategi, metode, administrasi dan fasilitas. Beberapa komponen tersebut saling bergantung serta

diharapkan melalui komponen tersebut siswa dapat belajar dan mendapatkan hasil yang baik berupa sikap, pengetahuan dan keterampilan (Rahayu et al., 2020) Pembelajaran adalah sebuah aktivitas atau kegiatan yang dilaksanakan oleh guru agar peserta didik dapat belajar dengan baik serta dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan.

Keterlaksanaan pembelajaran adalah suatu kegiatan yang dicanangkan dan dibuat sedemikian rupa sesuai dengan langkah-langkah tertentu sehingga diharapkan dalam pelaksanaannya dapat mencapai tujuan dan hasil yang maksimal (Sudjana, 2010) Pelaksanaan pembelajaran adalah suatu kegiatan pelaksanaan belajar maupun belajar sebagai salah satu poin penting dari kegiatan pembelajaran yaitu dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar disesuaikan dengan aturan-aturan yang disusun saat perencanaannya (Majid, 2020) Disimpulkan bahwa keterlaksanaan pembelajaran adalah suatu proses yang terjadi atau interaksi antara guru dan siswa dengan sumber belajar agar tercapai tujuan dalam kurikulum.

Pendidikan jasmani merupakan aspek yang tidak terpisahkan dari proses pendidikan, dikatakan demikian karena pendidikan jasmani bukan hanya mata pelajaran pelengkap dalam program sekolah tetapi pendidikan jasmani merupakan bagian yang terpenting dari pendidikan karena dengan belajar pendidikan jasmani siswa dapat mengembangkan berbagai kemampuan seperti keterampilan motorik, sosial dan pengetahuan, membuat anak terlihat bugar, pengisi waktu senggang, dan penyumbang kesehatan fisik dan mental seorang individu (Alif & Sudirjo, 2019). Pendidikan jasmani merupakan salah satu aspek penting atau suatu mata pelajaran dalam pendidikan karena dengan belajar pendidikan jasmani maka seorang individu dapat mengembangkan keterampilan melalui aktivitas fisik dan memperoleh kesehatan serta mencapai tujuan pendidikan yang diinginkan yaitu pengetahuan, keterampilan dan sikap. Penting bagi guru PJOK untuk mengetahui serta memahami sasaran pendidikan jasmani agar aktivitas gerak yang diajarkan menjadi sejalan dengan target yang sudah ditetapkan untuk dicapai (Mustafa & Dwiyoogo, 2020). Pendidikan jasmani diartikan sebagai proses pembelajaran yang dilaksanakan dengan melibatkan gerak agar siswa dapat bergerak dan belajar dengan baik serta dapat menumbuhkembangkan aspek psikomotorik, kognitif dan afektif.

Program *online* yang disiapkan oleh guru pendidikan jasmani harus mencerminkan pendekatan berorientasi nilai yang mencakup perilaku seperti sosialisasi, interaksi/komunikasi, kerja sama, pemecahan masalah dan kerjasama. Juga, tidak semua siswa di kelas memiliki tingkat kemampuan yang sama. Guru harus mengembangkan program *online* yang memungkinkan siswa untuk mengembangkan keterampilan dasar mereka pada tingkat mereka sendiri. Selain itu, mereka dapat menyiapkan model berbasis kesehatan dan kebugaran yang menggabungkan pedoman Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Singkatnya, model peran positif yang memfasilitasi pembelajaran keterampilan hidup sehat dapat dikembangkan dalam pengaturan pendidikan jasmani. Hubungan antara siswa dan guru penting untuk memastikan bahwa pembelajaran berlangsung. Ini merupakan tantangan baru dalam mengajar pendidikan jasmani, dan guru pendidikan jasmani akan menjadi guru narasumber/pelatih pribadi dan pelatih bagi semua siswa selama masa pembelajaran. Pandemi covid-19, meskipun ada perdebatan tentang seberapa banyak nilai dan perilaku ini dapat diperoleh melalui kelas pendidikan jasmani jarak jauh. Moto guru pendidikan jasmani harus "Membimbing anak-anak dalam proses menjadi aktif secara fisik dan sehat seumur hidup (Filiz & Konukman, 2020). Pelaksanaan pembelajaran secara daring atau *online* merupakan kegiatan pembelajaran tanpa tatap muka atau metode tradisional atau tanpa kontak fisik antara guru dan siswa, yang terbagi menjadi dua jenis yakni pembelajaran sinkron yaitu pembelajaran yang dilakukan secara maya dan dilakukan menggunakan komunikasi elektronik sehingga pengajar dan pebelajar hadir pada waktu yang bersamaan meskipun tidak bertemu secara fisik, dan pembelajaran tidak sinkron merupakan pembelajaran yang dilakukan tanpa kehadiran guru dan siswa, dengan memanfaatkan media elektronik (Dwiyoogo & Cholifah, 2016). Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani berbasis *online* berpengaruh baik dan cukup efektif dan ada perubahan niat dan motivasi belajar dari peserta didik.

Kaitannya dengan proses pembelajaran, guru prajabatan mengalami kesulitan dalam menyusun kembali pembelajaran pendidikan jasmani di saat keadaan covid 19 dan hal ini menimbulkan efek

kerawanan, ketakutan, dan ketidakamanan (Di Mascio et al., 2020). Masih banyak guru yang mengalami tekanan, hal ini dibuktikan dengan 64% dari 113 guru memiliki tingkat stress yang sangat tinggi, 22% dengan 38 guru yang menghadirkan tingkat stres sedang dan 24 guru dengan tingkat stress rendah dan 14% tidak mengalami stress. Yang paling terpengaruh adalah tingkat emosional (Morochó et al., 2021). Ada sisi negatif dari mengajar pendidikan jasmani dengan jarak fisik. Guru universitas menekankan perlu mempertimbangkan kembali tujuan mata pelajaran untuk beradaptasi dengan situasi baru ini, sementara guru sekolah mengakui sangat terbatas pada muatan mata pelajaran yang akan diajarkan dan untuk calon guru mengungkapkan rasa tidak aman yang amat besar untuk menerapkan apa yang telah diajarkan selama perkuliahan (Bores-García, Hortigüela-Alcalá, Fernández-Rio, González-Calvo, & Barba-Martín, 2021).

Guru olahraga yang melakukan praktek mengajar mengalami kendala seperti banyaknya situasi emosional yang bercampur aduk selama ini, kehilangan kontak fisik dengan peserta didik dan dipercaya bahwa subjek pendidikan jasmani kehilangan identitasnya sebagai konsekuensi dari situasi saat ini (Varea & González-Calvo, 2021). Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring membuat guru pendidikan jasmani kewalahan dalam mengelola proses pembelajaran dikarenakan semua aktivitas pembelajaran dilakukan secara daring sehingga semua aktivitas yang dilakukan siswa tidak terdeteksi.

Pembelajaran kelompok pendidikan jasmani secara online di masa pandemi covid 19 tidak terlaksana, implementasi pembelajaran pendidikan jasmani di masa pandemi covid 19 secara *online* menimbulkan banyak masalah, pada tahap evaluasi guru melaporkan bahwa siswa kurang menyukai pembelajaran *online* dan hanya mengumpulkan tugas, keefektifitasan pembelajaran pendidikan jasmani secara *online* menunjukkan perbedaan yang nyata antara guru dan siswa (Fei et al., 2021). Peserta didik tidak bersemangat mengikuti pembelajaran secara online yaitu kurangnya pengetahuan teknologi, banyak tantangan selama pembelajaran *online*, peserta didik ingin melakukan aktivitas fisik, saat pembelajaran pendidikan jasmani secara pendukung pembelajaran namun tidak semua siswa mendapatkan fasilitas yang sama dari orang tuanya, baik dari segi sarana dan prasarana belajar di rumah (Williyanto, Masri, Santoso, & Wiyanto, 2020). Dapat dikatakan secara keseluruhan bahwa perubahan secara tiba-tiba dari awalnya pembelajaran tatap muka di sekolah kemudian beralih ke pembelajaran *online* atau pembelajaran dari rumah bagi siswa selama pandemi covid-19 sangat mengganggu kehidupan keluarga dalam berbagai cara dan memberikan beban baru pada orang tua dan wali ((Hale et al., 2021). Kenyataan yang terjadi bahwa selama pandemi covid 19 guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan kewalahan dalam proses pembelajaran, peserta didik sulit untuk mengikuti proses pembelajaran karena memiliki keterbatasan dalam sarana penunjang pembelajaran dan tidak mahir mengoperasikan media digital serta orang tua harus menemani anak pada pembelajaran dilakukan dari rumah. Untuk mengetahui proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tingkat sekolah dasar di Kota Kupang maka peneliti melakukan penelitian yang berjudul "Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid 19 Se-Kota Kupang"

## 2. METODE

Metode kualitatif adalah metode yang dipakai dalam penelitian ini. Menurut (Creswell, 2017) bahwa penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna dari sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Subjek dalam penelitian ini yaitu guru, siswa kelas enam dan orang tua di tiga sekolah di Kota Kupang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dan snowball sampling. Berikut ini tiga sekolah yang digunakan yaitu SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, SD Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang. Analisis dalam penelitian ini menggunakan Miles dan Huberman untuk menganalisis data guru sedangkan untuk menganalisis data siswa dan orang tua menggunakan langkah-langkah yaitu: (1) data subjek satu dikumpulkan, (2) data subjek satu disimpulkan dan dikategorikan, (3) data subjek dua dikumpulkan, (4) data subjek dua disimpulkan dan dikategorikan, (5) hasil subjek satu dan dua dibandingkan, hasil subjek dua sama dengan subjek satu atau muncul temuan baru (6), data subjek tiga dikumpulkan, (7), data subjek tiga disimpulkan dan dikategorikan (8),

bandingkan hasil subjek tiga dengan subjek satu dan dua hasilnya sama atau muncul temuan baru, (9) data subjek empat dikumpulkan, langkah-langkah ini dilakukan sampai tidak ditemukan hasil baru.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara mengenai keterlaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tingkat sekolah dasar di masa pandemi covid 19 di Kota Kupang dapat dideskripsikan beberapa tahapan bagi guru yakni perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi sedangkan bagi siswa dan orang tua yakni pelaksanaan. Sesuai data hasil penelitian didapatkan dengan wawancara mendalam pada guru, siswa kelas enam dan orang tua di sejumlah sekolah dasar di Kota Kupang yaitu SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Keapa Lima 1 Kupang.

#### a. Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Tingkat Sekolah Dasar Di Masa Pandemi Covid 19 Bagi Guru-Guru se-Kota Kupang

Kegiatan perencanaan pembelajaran dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dipersiapkan oleh guru-guru harus disesuaikan dengan kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat sekolah dasar sama seperti mata pelajaran lainnya. Informasi dari guru-guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah dasar di Kota Kupang yaitu Guru 1 menyatakan bahwa:

“Perencanaan pembelajaran yang saya lakukan yaitu meliputi persiapan-persiapan yang dilakukan sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yaitu sebelum masuk semester berjalan maka untuk pembelajaran satu semester ke depan saya sudah membuat rencana pelaksanaan pembelajaran daring yang dimulai dengan membuat pemetaan mengenai kebutuhan, minat dan bakat siswa. Silabus sebagai pedoman untuk merancang pembelajaran dan juga sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, rancangan pembelajaran merupakan kewajiban yang harus dikerjakan oleh guru karena ketika Guru hendak memulai pembelajaran, rancangan pembelajaran merupakan dasar untuk melakukan pembelajaran. Setelah itu langkah-langkah atau proses perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dimulai dari membuat pemetaan mengenai kebutuhan, minat, dan bakat siswa yang disesuaikan dengan keadaan sekarang pada masa pandemi covid 19. Dilanjutkan dengan menentukan dan membuat rancangan pembelajaran sesuai dengan kompetensi dasar dan tujuan yang ada dalam kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah dasar dan disesuaikan juga dengan model pembelajaran yang tepat di saat masa pandemi covid 19. Kemudian menyusun rencana pembelajaran yang dimulai dari materi yang diajarkan sesuai dengan melihat kompetensi dasar sesuai materi yang hendak diajarkan. Selanjutnya menentukan langkah-langkah pembelajaran yang di dalamnya ada kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup sesuai dengan pendekatan-pendekatan baik itu pendekatan kelompok maupun pendekatan individu. Kemudian untuk melibatkan orang dalam proses pembelajaran maka saya mendesain media pembelajaran dengan keadaan sekarang untuk siswa dapat semangat untuk belajar. Sebagai guru saya perlu menyesuaikan pembelajaran untuk alat, bahan, model dan sumber belajar perlu diperhatikan yaitu penggunaan media digital seperti handphone, labtop dan aplikasi pendukung pembelajaran seperti whatsapp dan zoom dan jaringan internet untuk pembelajaran daring. Diakhir perencanaan pembelajaran saya menyiapkan penilaian”.

Guru 1 menyiapkan perangkat pembelajaran selama satu semester ke depan sesuai dengan pemetaan kemampuan peserta didik. Guru 1 menyiapkan perangkat pembelajaran berupa rencana pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan kurikulum dan disesuaikan dengan pembelajaran online dimulai dari membuat tujuan pembelajaran dan langkah-langkah pembelajaran. Selanjutnya guru 2 mengatakan bahwa:

“Persiapan saya yaitu biasanya selalu mempersiapkan segala perangkat pembelajaran selama satu semester sudah saya buat di awal semester. Sebagai seorang guru perlu untuk menyiapkan rancangan pelaksanaan pembelajaran sebelum pembelajaran termasuk pembelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan saat pandemi seperti ini. Langkah awal yang saya buat adalah melihat kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tingkat sekolah kemudian membuat rancangan pelaksanaan pembelajaran sesuai dengan kompetensi dan tujuan serta materi yang ada di dalam kurikulum dan menyesuaikan juga dengan pembelajaran saat sekarang yaitu pembelajaran online. Selanjutnya saya mengembangkan kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan pembelajaran online, penggunaan media digital dan aplikasi pembelajaran, sumber belajar, waktu pembelajaran dan merincikan macam-macam penilaian yang akan dipakai dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.”

Guru 2 menyiapkan perangkat pembelajaran walaupun di masa pandemi covid 19 dengan berpedoman pada kurikulum. Guru 2 mengembangkan kegiatan pembelajaran sesuai dengan pembelajaran jarak jauh. Selanjutnya guru 3 mengatakan bahwa:

“Sekolah saya selalu diingatkan oleh kepala sekolah pada setiap rapat untuk memulai semester baru dengan menyiapkan seluruh perangkat pembelajaran baik itu silabus, rancangan pelaksanaan pembelajaran daring, penilaian, dan perangkat lainnya di awal semester untuk pembelajaran selama satu semester agar memudahkan guru dalam proses pembelajaran. Secara rinci saya akan menyebutkan komponen-komponen yang saya persiapkan dalam merancang pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang disesuaikan dengan kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat sekolah dasar yaitu dimulai dari merumuskan tujuan pembelajaran yang akan dicapai sesuai dengan materi yang akan diajarkan kemudian merancang kegiatan pembelajaran yang dimulai dari kegiatan awal, inti dan kegiatan akhir. Kegiatan pembelajaran saya susun berdasarkan pembelajaran dalam jaringan menggunakan media digital seperti handphone, labtop dan aplikasi pendukung pembelajaran seperti whatsapp dan zoom. Membuat metode pembelajaran disesuaikan dengan pembelajaran online serta sumber belajar dan pada akhir perancangan saya merancang evaluasi pembelajaran untuk dapat mengetahui hasil belajar dari siswa.”

Guru 3 diingatkan kepala sekolah untuk menyusun perangkat pembelajaran untuk proses pembelajaran selama satu semester ke depan. Guru 3 menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran dalam jaringan sesuai dengan kurikulum. Menyiapkan kegiatan pembelajaran dimulai dari kegiatan pendahuluan, inti dan penutup. Selanjutnya guru 4 mengatakan bahwa:

“Semua guru termasuk guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sudah dibiasakan untuk selalu menyiapkan perangkat pembelajaran termasuk rancangan pelaksanaan pembelajaran daring yang dibuat supaya mempermudah guru untuk mengelola pembelajaran. Saya sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan juga menyiapkan rancangan pelaksanaan pembelajaran yang diawali dengan mendeteksi kebutuhan proses pembelajaran di masa pandemi covid 19 tanpa menghilangkan tujuan, standar kompetensi dan materi yang ada di dalam kurikulum. Rencana pelaksanaan pembelajaran yang saya buat sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran daring antara lain membuat tujuan pembelajaran yang harus dicapai peserta didik, kompetensi dasar dan indikator sesuai dengan materi, memilih metode dan media pembelajaran, menyusun langkah-langkah pembelajaran sesuai pembelajaran jarak jauh dan yang terakhir mendesain penilaian pembelajaran.”

Guru 4 membiasakan diri menyusun perangkat pembelajaran selama satu semester ke depan dengan menyesuaikan pada pembelajaran saat ini yaitu online. Rencana pelaksanaan pembelajaran disusun berdasarkan kurikulum dan tidak mengurangi tujuan dan standar kompetensi.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan sebagaimana di atas dapat diketahui bahwa keterlaksanaan pembelajaran PJOK era covid 19 bagi guru sekolah dasar Kota Kupang pada kegiatan perencanaan pembelajaran dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dipersiapkan oleh guru-guru disesuaikan dengan yang ada di dalam kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat sekolah dasar sama seperti mata pelajaran lainnya. Informasi yang diperoleh dari guru-guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah dasar di Kota Kupang ditemukan langkah-langkah atau proses perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dimulai dari membuat pemetaan mengenai kebutuhan, minat, dan bakat siswa yang disesuaikan dengan keadaan sekarang pada masa pandemi covid 19. Demikian pula menurut (Sopa & Pomohaci,

2021) bahwa kegiatan perencanaan harus diubah dan disesuaikan dengan kebutuhan baru anak menurut pendapat guru. Setelah guru-guru membuat pemetaan maka dilanjutkan dengan menentukan dan membuat rancangan pembelajaran sesuai dengan kompetensi dasar dan tujuan yang ada dalam kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sekolah dasar yang terdiri dari materi aktivitas fisik melalui permainan, Atletik, Senam, Renang, Kebugaran Jasmani dan Permainan dan disesuaikan juga dengan model pembelajaran yang tepat di saat masa pandemi covid 19. Kemudian guru-guru menyusun rencana pembelajaran yang dimulai dari materi yang diajarkan sesuai dengan melihat kompetensi dasar sesuai materi yang hendak diajarkan. Selanjutnya guru menentukan langkah-langkah pembelajaran yang di dalamnya ada kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup sesuai dengan pendekatan-pendekatan baik itu pendekatan kelompok maupun pendekatan individu. Kemudian untuk melibatkan orang dalam proses pembelajaran maka guru-guru mendesain media pembelajaran dengan keadaan sekarang untuk siswa dapat semangat untuk belajar. Guru-guru perlu menyesuaikan pembelajaran untuk alat, bahan, model dan sumber belajar perlu diperhatikan yaitu penggunaan media digital seperti handphone, labtop dan aplikasi pendukung pembelajaran seperti whatsapp dan zoom dan jaringan internet untuk pembelajaran daring. Diakhir perencanaan pembelajaran guru menyiapkan kegiatan evaluasi.

#### **b. Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Tingkat Sekolah Dasar Di Masa Pandemi Covid 19 Bagi Guru-Guru se-Kota Kupang**

Kegiatan pelaksanaan pembelajaran untuk pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus disesuaikan isi rencana pelaksanaan yang sudah disusun sebelumnya. Informasi yang diperoleh dari guru 1 menyatakan bahwa:

“dalam melaksanakan pembelajaran selain saya juga merupakan calon guru penggerak angkatan tiga Kota Kupang. Saya menerapkan pembelajaran yang didalamnya memuat tentang pembelajaran berdiferensiasi dan juga pembelajaran tentang sosioemosional. Jadi sebelum memulai pembelajaran anak-anak dibiasakan dengan senyum, sapa, salam, presensi, dan berdoa sebelum belajar dan mengajarkan anak tentang pola hidup bersih dan sehat. Dalam penerapan proses pembelajaran anak-anak diberhentikan sejenak untuk merefleksikan diri mereka memberi penguatan sebelum memulai pembelajaran. Saat ini pembelajaran di sekolah dilakukan dengan tatap muka terbatas dengan menggunakan dua sif yaitu sif satu dilakukan pada hari senin, selasa dan rabu sedangkan sif dua dilakukan pada hari kamis, jumat dan sabtu. Penerapan proses pembelajaran berdiferensiasi digunakan juga pada pembelajaran daring dengan metode saintifik pengamatan dan metode kolaboratif. Anak-anak mengamati video konten pembelajaran yang saya berikan kemudian mereka bisa mempraktekan dan menganalisis terkait kegiatan pembelajaran yang diberikan. Selama masa pandemi covid 19 pada aspek kognitif yang biasa saya terapkan yaitu melatih kecerdasan anak, memberikan stimulus, pertanyaan, lembar kerja siswa menjodohkan serta mendorong siswa untuk mengamati agar siswa dapat menguasai materi. Pada aplikasi pelaksanaan pembelajaran saya menerapkan kompetensi sosial emosional yang terdiri dari kesadaran diri, pengelolaan diri dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Ketika anak-anak melakukan gerak, mereka menyadari betul bahwa seberapa pentingnya gerakan tersebut. Pada aspek motorik anak-anak melakukan gerakan sesuai apa yang ada dalam lembar kerja siswa. Pada lembar kerja anak-anak disuruh untuk membuat gerak secara individu. Pada saat melakukan gerakan anak-anak disuruh untuk merekam aktivitas mereka (produk yang dihasilkan). Banyak Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kota Kupang mengalami keresahan menyangkut dengan jaringan internet namun di sekolah ini dan semua guru mempunyai kuota internet pribadi maupun kuota internet dari Kementerian Kebudayaan serta sekolah ini memiliki wi-fi sehingga dapat mendukung proses pembelajaran secara online. Untuk anak-anak sendiri penekanannya ada pada video pembelajaran dan bisa dilakukan secara offline jadi ketika anak-anak di Sekolah mereka diarahkan untuk mendownload video untuk dipelajari. Dalam pembelajaran saya menggunakan handphone untuk mendukung proses pembelajaran online dibanding labtop karena handphone memudahkan akses. Untuk aplikasi pendukung proses pembelajaran online biasanya digunakan whatsapp, dan zoom.”

Guru 1 merupakan calon guru penggerak. Dalam pembelajaran guru 1 menerapkan pembelajaran yang didalamnya memuat tentang pembelajaran berdiferensiasi dan juga pembelajaran tentang sosioemosional. Guru 1 melakukan pembelajaran dengan online berdasarkan rancangan pelaksanaan pembelajaran dalam jaringan yang telah dibuat. Informasi yang diperoleh dari guru 2 mengatakan bahwa:

“Kegiatan pembelajaran di masa sekarang tentu menuntut saya sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk beradaptasi dengan cepat. Saat pembelajaran daring pun awal pembelajaran dan penyampaian materi harus disesuaikan dengan pembelajaran tatap muka yaitu walaupun daring tetapi guru harus menyapa siswa, berdoa, merefleksi, mengingatkan siswa untuk menjaga kesehatan, dan memberitahu tujuan pembelajaran. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa sekarang saya memakai metode saintifik pengamatan dan kolaboratif. Siswa-siswi sering diberikan video untuk dipelajari di rumah kemudian melakukan gerakan tersebut di rumah. Komposisi aspek kognitif atau pengetahuan yang biasa saya gunakan yaitu memberikan lembar kerja siswa berupa pertanyaan-pertanyaan selama pembelajaran melalui whatsapp untuk siswa dapat menjawab. Selain itu soal-soal berkaitan dengan aspek kognitif lebih banyak diberikan saat pertengahan maupun akhir semester. Aspek sikap atau afektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di saat sekarang yaitu saya melihat keseriusan siswa dalam mengikuti pembelajaran yaitu dalam mengerjakan soal-soal kognitif maupun psikomotorik. Terkait dengan aspek psikomotorik yaitu pemberian video pembelajaran seperti permainan bola besar seperti teknik dasar sepakbola untuk dapat ditonton oleh siswa kemudian siswa melakukan seperti yang ada pada video kemudian direkam. Saat ini pembelajaran menuntut menggunakan media digital sebagai sarana penunjang. Saya selalu menggunakan handphone dan labtop untuk melakukan pembelajaran secara online dan didukung dengan aplikasi pembelajaran seperti zoom dan whatsapp pertemuan dengan siswa-siswa secara virtual, dan untuk kuota internet, guru-guru juga mendapatkan kuota dari kementerian kebudayaan. Untuk jaringan internet kadang mengalami gangguan namun cepat untuk diatasi.”

Guru 2 melakukan pembelajaran sesuai dengan pembelajaran jarak jauh. Guru 2 melaksanakan pembelajaran mulai dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup yang dengan menerapkan aspek afektif, kognitif dan psikomotorik secara online. Informasi yang diperoleh dari guru 3 mengatakan bahwa:

“Untuk memulai Pembelajaran saya selalu menyapa siswa, berdoa, menanyakan kabar, memberitahu siswa untuk tetap belajar, menjaga protokol kesehatan serta memberitahu tujuan pembelajaran. Saya selalu menggunakan metode pengamatan yaitu dengan memberikan video pembelajaran untuk dipelajari kemudian siswa-siswi saya arahkan untuk melakukan gerakan sama seperti yang ada pada video tersebut. Untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, salah satu aspek penting adalah kognitif. Walaupun di masa pandemi seperti ini saya selalu memberikan kegiatan aspek kognitif seperti memberikan soal-soal yang melatih kemampuan berpikir, memberikan pertanyaan kepada siswa untuk menjawab. Untuk semua kegiatan aspek kognitif yang dilakukan kadang tidak efektif karena sebagian siswa tidak efektif. Komposisi aspek afektif dari pelaksanaan pembelajaran di masa sekarang ialah melihat keseriusan, kesadaran, bertanggung jawab dari siswa dalam mengikuti pembelajaran baik itu melakukan gerakan maupun mengerjakan tugas. Pemberian video konten pembelajaran (youtube) untuk siswa melakukan gerakan seperti yang ada di dalam video tersebut. Siswa merekam aktivitas gerak tersebut dan dikirim ke guru. Pembelajaran di masa sekarang mengharuskan untuk belajar jarak jauh atau online. Saya selalu menggunakan handphone, labtop, aplikasi whatsapp saja untuk berkomunikasi secara online. Untuk zoom saya gunakan beberapa kali saja dan google classroom sama sekali tidak saya gunakan, karena siswa siswi susah untuk mengakses aplikasi tersebut. Jaringan internet lumayan bagus karena saya menggunakan wifi saat di sekolah dan mendapat kuota internet dari Kementerian Kebudayaan pada setiap bulan.”

Guru 3 dalam pelaksanaan pembelajaran dimulai dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan penutup secara online melalui zoom dan whatsapp. Informasi yang diperoleh dari guru 4 mengatakan bahwa:

“Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa sekarang sebagian sudah tatap muka terbatas dan sebagian masih daring. Untuk membuka pelajaran, saya sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan wajib menyapa siswa, berdoa, menanyakan kesehatan, mengecek kehadiran. Terkait metode maka pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa sekarang lebih cenderung memberikan metode tugas kepada siswa (proyek), untuk pembelajaran daring untuk mengawasi kemajuan belajar siswa di rumah maka saya selalu mengunjungi siswa untuk memberikan edukasi kepada siswa maupun orang tua. Pada aspek kognitif dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa sekarang yaitu memberikan materi yang merujuk pada kemampuan berpikir siswa dan pemberian tugas yang menekankan pada kemampuan berpikir. Itulah yang saya lakukan. Komposisi sikap atau afektif dalam pembelajaran yaitu sebagai guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merancang pembelajaran agar siswa merespon pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan baik, melakukan aktivitas di rumah dengan sungguh-sungguh. Namun hal ini tidak sejalan karena tidak semua anak dapat melakukannya. Terkait dengan aspek kognitif, guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memberikan konten video youtube tentang psikomotorik untuk dilakukan di rumah namun tidak semua bisa melakukan gerakan atau keterampilan karena sebagian anak-anak tidak memiliki sarana pendukung pembelajaran online seperti handphone dan labtop. Saya selalu menggunakan labtop, handphone, aplikasi pembelajaran seperti zoom, whatsapp untuk menunjang pembelajaran. Jaringan internet kadang terganggu namun bisa diantisipasi, terkait dengan kuota bahwa guru-guru mendapat kuota internet dari Kementerian Kebudayaan”

Guru 4 melaksanakan pembelajaran di masa sekarang secara online. Dalam pelaksanaan pembelajaran guru 4 menerapkan aspek kognitif, afektif dan psikomotorik.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan sebagaimana di atas dapat diketahui bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat sekolah Dasar di masa pandemi covid 19se-Kota Kupang sesuai hasil wawancara pada guru-guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Kota Kupang yaitu SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang ditemukan hasil rincian keterlaksanaan pembelajaran PJOK masa covid 19 pada kegiatan pelaksanaan yaitu bahwa guru-guru sekolah dasar di Kota Kupang melaksanakan pembelajaran sesuai dengan perencanaan yang sudah dibuat. Kegiatan pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tingkat sekolah dasar di masa pandemi covid 19 guru-guru mengajar sesuai dengan rencana pelaksanaan pembelajaran daring yaitu mengikuti kegiatan pembelajaran yang ada pada rencana pelaksanaan pembelajaran yaitu kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Kegiatan pendahuluan diawali dengan membuka kegiatan belajar mengajar dengan sapa, senyum, salam, dan sama-sama berdoa sebelum memulai pembelajaran. Melakukan presensi, menyampaikan tujuan pembelajaran dan mengaitkan materi sebelumnya dengan materi yang akan diajarkan hari ini sesuai dengan pengalaman siswa-siswi, mengingatkan untuk selalu menjaga kesehatan dan pola hidup bersih dan sehat walaupun di masa pandemi covid 19. Pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa pandemi covid 19 bagi pengajar dan siswa sama-sama melakukan KBM dari rumah masing-masing menggunakan media digital seperti labtop, handphone, aplikasi whatsapp, zoom dan menggunakan bantuan jaringan internet untuk belajar secara online. Kegiatan inti dimulai dengan guru menyampaikan cara belajar saat pandemi covid 19 atau pembelajaran jarak jauh kepada siswa-siswi melalui whatsapp dan zoom. Cara belajar saat pandemi covid 19 yang paling efektif yaitu guru memberikan penugasan kepada siswa yaitu siswa mengamati video melalui link youtube tentang suatu materi contohnya materi atletik lompat jauh di grup whatsapp. Selanjutnya guru membuka sesi tanya jawab agar siswa bertanya kepada guru tentang materi yang sudah diberikan. Kemudian siswa diajak untuk berdiskusi dengan sesama teman atau orang di sekelilingnya mengenai materi tersebut. Setelah itu siswa mencoba melakukan atau



mempraktekkan materi variasi, kombinasi gerak dasar lokomotor, non lokomotor, dan manipulatif pada permainan sepak bola, dan saat siswa sedang mempraktekkan gerakan tersebut siswa meminta bantuan dari orang tua untuk merekamnya. Setelah itu video rekaman tersebut dikumpulkan ke guru. Hal ini sesuai dengan pendapat (Filiz & Konukman, 2020) bahwa mengatur, menyiapkan dan memberikan materi secara online berupa video dengan konten praktek, praktis dan teoritis merupakan hal paling populer dan cara mengajar pendidikan jasmani di masa pandemi covid 19. Pembelajaran pendidikan jasmani untuk aspek psikomotorik yang telah ditemukan sesuai dengan pendapat (Sopa & Pomohaci, 2021) yang juga mengatakan bahwa untuk pembelajaran pendidikan jasmani di masa pandemi terkait aspek psikomotorik seringkali guru memberikan video yang berisi gerakan atau aktivitas olahraga kepada siswa. Selanjutnya menurut (Lenka & Jankovic, 2021) bahwa guru memberikan tugas video pembelajaran kepada siswa kemudian siswa melakukan gerakan seperti yang ada pada video lalu direkam dan ada siswa yang termotivasi untuk proses seperti itu dan siswa berupaya untuk meningkatkan keterampilan mereka. Aspek fisik pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga di masa sekarang juga disampaikan oleh (Sopa & Pomohaci, 2021) bahwa sistem manajemen pembelajaran yang dipersiapkan oleh guru dapat menjadi platform yang digunakan untuk mendorong serta bermanfaat bagi guru untuk mempromosikan aktivitas fisik. selanjutnya menurut (Premana, Ubaedillah, & Pratiwi, 2021) bahwa Sangat penting untuk menyediakan program pendidikan jasmani yang berkualitas oleh sekolah mereka untuk mengajarkan keterampilan siswa yang akan memungkinkan mereka untuk memimpin dan mengadopsi gaya hidup aktif secara fisik, dan untuk merenungkan bagaimana karantina akan mempengaruhi tingkat aktivitas fisik dan kesehatan mereka. Selanjutnya untuk aspek kognitif guru memberikan soal-soal saat pembelajaran kemudian siswa mengerjakan lalu mengirimkan hasil kerja siswa dalam bentuk foto hasil pengerjaannya. Proses ini sejalan juga dengan pendapat (Rahmadi, 2021) mengatakan di masa pandemi seperti ini untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan untuk aspek kognitif adalah guru memberikan tugas berupa soal-soal ataupun video pembelajaran untuk siswa dapat menyelesaikan maupun menganalisis maka dengan sendirinya kemampuan berpikir siswa akan digunakan untuk memecahkan masalah. Kemudian untuk aspek afektif adalah melihat siswa selama mengikuti pembelajaran dari rumah. Pembelajaran seperti ini sependapat dengan (Laili, Handayani, & Putranto, 2021) bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara online bagi aspek afektif adalah guru melihat sikap siswa saat menerima tugas, keseriusan siswa dalam menerima tugas dan saat menyelesaikan tugas tersebut. Kegiatan penutup dilakukan dengan aktivitas atau gerakan pendinginan setelah itu berdoa untuk menutup pembelajaran. Kegiatan penutup bagi guru sekolah dasar Kota Kupang berjalan sesuai yang ada dalam rancangan pelaksanaan pembelajaran namun terdapat banyak kekurangan saat pelaksanaan yaitu diakhir pembelajaran saat guru hendak menutup pembelajaran jarang melakukan pendinginan karena sebagian siswa tidak merespon lagi pada akhir pembelajaran diakibatkan kebosanan yang dialami siswa dengan situasi pembelajaran sekarang ini di masa pandemi covid 19.

### **c. Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid 19 bagi Siswa-Siswi Se-Kota Kupang**

Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat Sekolah Dasar di masa pandemi covid 19 se-Kota Kupang sesuai informasi yang didapat dari siswa-siswi di SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang ditemukan dari 4 sampel siswa menyatakan bahwa;

“Saya bersemangat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dari rumah dengan selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Saya menggunakan handphone dan labtop untuk belajar online karena guru-guru memberikan tugas dan mengirim materi serta video pembelajaran secara online”

Siswa 1 bersemangat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan mengerjakan tugas dari guru. Informasi yang diperoleh dari siswa 2 mengatakan bahwa:

“Saya kurang bersemangat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dari rumah namun saya selalu selesaikan tugas yang dikasih oleh guru. Guru berikan tugas maupun materi berupa video pembelajaran secara online sehingga saya menggunakan whatsapp, zoom dan handphone untuk belajar secara online.

Siswa 2 kurang bersemangat mengikuti pembelajaran dari rumah namun siswa 1 selalu mengerjakan tugas. Siswa 2 menggunakan handphone dan aplikasi zoom serta whatsapp untuk mengikuti pembelajaran online. Informasi yang diperoleh dari siswa 3 mengatakan bahwa:

“Saya tidak bersemangat mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tetapi saya selalu kerjakan tugas dari guru. Guru memberikan video youtube berisi materi pembelajaran. Saya biasanya gunakan whatsapp dan zoom serta menggunakan media digital seperti handphone dan labtop untuk belajar.”

Siswa 3 tidak bersemangat mengikuti pembelajaran dari rumah namun siswa 3 selalu mengerjakan tugas. Siswa 3 menggunakan handphone, labtop dan aplikasi zoom serta whatsapp untuk mengikuti pembelajaran online. Informasi yang diperoleh dari siswa 4 mengatakan bahwa:

“Saya selalu bersemangat dan Saya juga mengerjakan tugas mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Ya, guru memberi tugas melalui whatsapp dan zoom sehingga saya menggunakan handphone dan labtop.

Siswa 4 selalu bersemangat mengikuti pembelajaran dan siswa 4 juga selalu mengerjakan tugas. Siswa menggunakan hadphone, labtop dan aplikasi zoom serta whatsapp untuk mengikuti pembelajaran online. Informasi yang diperoleh dari siswa 5 mengatakan bahwa:

“Saya kurang bersemangat tetapi saya mengerjakan tugas dan berolahraga di rumah. Saya menggunakan whatsapp dan zoom serta handphone untuk belajar online.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan sebagaimana di atas dapat diketahui bahwa Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat Sekolah Dasar di masa pandemi covid 19 se-Kota Kupang bagi siswa-siswi di SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang sesuai hasil wawancara ditemukan hasil rincian keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa pandemi covid 19 pada kegiatan pelaksanaan bahwa mereka mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara online dan dilakukan dari rumah mereka masing-masing. Siswa-siswi selalu mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sesuai jadwal melalui aplikasi pembelajaran seperti whatsapp dan zoom dengan bantuan media digital seperti handphone dan labtop. Siswa-siswi mengatakan bahwa pelaksanaan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dilakukan secara online yaitu langkah-langkah pembelajarannya yang dilakukan oleh guru sama seperti pada tatap muka namun yang membedakan hanya untuk PJOK dilakukan secara tatap maya atau secara online sehingga tidak terjadi kontak fisik dengan sesama teman maupun dengan guru dan metode pembelajaran lebih ke pemberian tugas gerak dari guru untuk mereka mengerjakannya di rumah. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan diikuti siswa dari rumah yaitu pemberian video pembelajaran oleh guru melalui whatsapp untuk ditonton kemudian menganalisisnya, bertanya ke guru mengenai materi yang ada di video tersebut, mengkomunikasikan dengan teman dan diakhir pembelajaran guru memberikan tugas kepada mereka untuk mempraktekkan materi sesuai dengan yang ada di video tersebut. Misalnya materi tentang materi atletik lompat jauh, saat siswa mempraktekkan materi tersebut maka akan direkam dengan bantuan orang tua, kemudian video tersebut dikirim ke guru. Metode pembelajaran seperti inilah yang siswa-siswi ikuti pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa pandemi covid 19. Namun dalam pelaksanaannya masih terjadi beberapa kendala yang dialami oleh siswa diakibatkan oleh sejumlah masalah yaitu ada beberapa siswa- siswi tidak senang berpartisipasi dalam pembelajaran PJOK dari rumah dengan alasan tidak bersama-sama dengan teman-teman yang lain maupun guru seperti belum terdampak covid 19 yaitu pembelajaran tatap muka atau tradisional di kelas. Masalah lain yaitu jaringan internet, minimnya sarana pendukung seperti handphone dan labtop serta aplikasi pembelajaran yang belum dikuasai oleh siswa-siswi. Hal ini dibenarkan oleh Mustafa, I. et al (2021)

bahwa beberapa kendala seperti saran penunjang, kehidupan sehari-hari di lingkungan tempat tinggal, dan mental anak sangat berpengaruh pada pembelajaran online.

**d. Peran Orang Tua Membantu Siswa dalam melaksanakan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid 19se-Kota Kupang**

Peran orang tua dalam membantu siswa melaksanakan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat sekolah Dasar di masa pandemi covid 19 se-Kota Kupang yaitu SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang sesuai informasi yang didapat dari orang tua 1 menyatakan bahwa: "Mendampingi anak dan membantu anak dalam belajar"

Orang tua 1 mendampingi anak untuk belajar. Informasi yang diperoleh dari orang tua 2 mengatakan bahwa: "Memantau anak dan membantunya dalam belajar, biasanya siswa melakukan gerakan olahraga dan saya merekam untuk dikirim ke guru"

Orang tua 2 membantu anaknya untuk belajar dengan membantu merekam anaknya. Informasi yang diperoleh dari orang tua 3 mengatakan bahwa: "Dengan mendukung dan menyediakan handphone, membantu anak untuk belajar".

Orang tua 3 mendukung anaknya dengan menyediakan handphone. Informasi yang diperoleh dari orang tua 4 mengatakan bahwa: "Sebagai orang tua harus mendukung anak dalam belajar, saat ada tugas dari guru untuk anak melakukan kegiatan olahraga di rumah maka saya membantu merekam saat anak melakukan gerakan olahraga".

Orang tua 4 membantu merekam saat anak melakukan gerakan olahraga. Informasi yang diperoleh dari orang tua 5 mengatakan bahwa: "Menemani dan mendampingi anak belajar di rumah".

Berdasarkan hasil temuan di lapangan sebagaimana di atas dapat diketahui bahwa Peran orang tua dalam membantu siswa melaksanakan Pembelajaran Pendidikan Jasmani tingkat SD saat covid 19 se-Kota Kupang yaitu SD Inpres Naikoten 1 Kupang, SD Inpres Naikoten 2 Kupang, dan SD Inpres Bertingkat Kelapa Lima 1 Kupang sesuai hasil wawancara pada beberapa orang tua siswa ditemukan hasil rincian keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di masa pandemi covid 19 bahwa terkait dukungan orang tua terhadap anak dalam belajar di rumah yaitu bahwa semua orang tua selalu mendukung anak dalam belajar di rumah dengan memotivasi, mendampingi, memantau, menyediakan handphone, laptop untuk anak dapat belajar. Mereka tidak membantu anak dalam menggunakan aplikasi seperti whatsapp karena anak-anak sudah mahir mengoperasikan aplikasi tersebut. Dukungan orang tua kepada anak yaitu pada saat anak mereka mendapatkan tugas dari guru untuk mempraktikkan suatu materi misalnya gerakan dalam olahraga maka orang tua membantu anak membuat video rekaman saat anak mereka sedang melakukan gerakan tersebut. Walaupun situasi pandemi covid 19 yang membuat semua aktivitas pembelajaran dilakukan dari rumah yang membuat anak-anak terkadang tidak bersemangat mengikuti pembelajaran namun orang tua selalu memotivasi dan mendukung anak mereka untuk tetap belajar. Hal ini sesuai dengan pendapat (Ardiawan & Heriawan, 2020) bahwa cara yang bisa dilakukan untuk mendukung anak dalam belajar daring adalah adanya komunikasi antara guru dengan orang tua siswa agar dalam proses pembelajaran yang dilakukan siswa di rumah perlu pemahaman, mendidik dan pengawasan juga dari orang tua. Selanjutnya menurut (Fadliansyah & Imanullah, 2021) dalam penelitiannya bahwa orang tua merasakan kemudahan dalam membimbing anaknya, mengawasi, dan sabar saat berlangsungnya pembelajaran. Ditambahkan oleh (Sodry, Iqbal, & Purmaningsih, 2021) bahwa dengan adanya pengawasan dan bantuan dari orang tua terhadap anak maka perhatian, hasil belajar anak dalam pembelajaran PJOK semakin meningkat.

Hasil riset keterlaksanaan pembelajaran PJOK saat covid 19 bagi sekolah dasar se Kota Kupang sesuai hasil dari keseluruhan wawancara pada pelaksanaan bagi siswa-siswi bahwa mereka mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dari rumah masing-masing secara online melalui aplikasi whatsapp. Siswa-siswi berpartisipasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan menonton video pembelajaran berisi materi pembelajaran kemudian mereka mempraktikkan gerakan tersebut dan saat melakukan gerakan direkam dengan bantuan orang

tua kemudian hasil rekaman dikumpulkan ke guru sebagai tugas. Hasil riset keterlaksanaan pembelajaran PJOK saat pandemi tingkat sekolah dasar se Kota Kupang sesuai hasil dari keseluruhan wawancara pada orang tua dalam membantu anak dalam pembelajaran bahwa mereka selalu menemani, memotivasi, menyediakan sarana pembelajaran seperti handphone, labtop, kuota internet karena pembelajaran dilakukan dari rumah sehingga orang tua berperan penting dalam membantu anak untuk belajar. Para orang tua juga mengatakan bahwa mereka membantu anak dalam menyelesaikan tugas seperti membantu merekam atau membuat video saat anak mempraktikkan materi gerakan yang ada pada video yang dikirim guru. Walaupun dalam masa pandemi covid 19 tetapi orang tua selalu memotivasi anak untuk terus belajar.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari riset keterlaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga saat covid 19 tingkat sekolah dasar terdapat banyak kendala diakibatkan kegiatan pembelajaran yang beralih ke pembelajaran jarak jauh (online). Perincian keterlaksanaan pembelajaran dijabarkan sebagai berikut. Kegiatan perencanaan pembelajaran yang dilakukan guru-guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berdasarkan pedoman yang ada dalam kurikulum tanpa menghilangkan tujuan dan standar kompetensi yang harus dicapai. Rencana pelaksanaan pembelajaran yang dibuat terdiri dari tujuan pembelajaran, metode pembelajaran, sumber belajar, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, dan penilaian

Kegiatan pelaksanaan pembelajaran bagi guru-guru disesuaikan dengan rencana pelaksanaan pembelajaran dalam jaringan yang telah dibuat menurut kegiatan pembelajaran yang dimulai dari kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Namun pada kegiatan pelaksanaan pembelajaran masih mengalami beberapa kendala diakibatkan pembelajaran dilakukan secara online. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan secara online yang efektif adalah pemberian video berisi materi pembelajaran, soal-soal untuk siswa mengerjakannya di rumah yang dilakukan secara online. Partisipasi siswa mengikuti pembelajaran online sangat rendah karena pembelajaran dilakukan dari rumah masing-masing tanpa kontak fisik sehingga siswa tidak semangat mengikuti proses pembelajaran.

Kegiatan evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang dilaksanakan guru-guru yaitu menggunakan penilaian afektif, kognitif, dan psikomotorik. Namun dalam pelaksanaannya guru-guru mengalami kewalahan karena beberapa aktivitas siswa tidak terdeteksi.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan bagi peserta didik sekolah dasar di Kota Kupang sangat memprihatinkan karena sebagian besar siswa tidak bersemangat mengikuti pembelajaran dari rumah (online). Namun siswa-siswi selalu mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Peran orang tua siswa dalam membimbing anak dalam belajar sangat tinggi karena pembelajaran dilakukan dari rumah sehingga orang tua berperan penting untuk membantu, membimbing, mengawasi anak mereka untuk tetap belajar walaupun dalam situasi covid 19.

#### REFERENSI

- Alif, M. N., & Sudirjo, E. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Muhammad Nur Alif.
- Ardiawan, I. K. N., & Heriawan, I. G. T. (2020). Pentingnya Komunikasi Guru Dan Orang Tua Serta Strategi Pmp Dalam Mendukung Pembelajaran Daring. *Danapati: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(1), 95–105.
- Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., Fernandez-Rio, F. J., González-Calvo, G., & Barba-Martín, R. (2021). Research On Cooperative Learning In Physical Education: Systematic Review Of The Last Five Years. *Research Quarterly For Exercise And Sport*, 92(1), 146–155.
- Creswell, J. D. (2017). Mindfulness Interventions. *Annual Review Of Psychology*, 68(1), 491–516.
- Di Mascio, D., Sen, C., Saccone, G., Galindo, A., Grünebaum, A., Yoshimatsu, J., ... Suárez, M. J. R. (2020). Risk Factors Associated With Adverse Fetal Outcomes In Pregnancies Affected By

- Coronavirus Disease 2019 (Covid-19): A Secondary Analysis Of The Wapm Study On Covid-19. *Journal Of Perinatal Medicine*, 48(9), 950–958.
- Dwiyogo, W. D., & Cholifah, P. S. (2016). Continuing Professional Development (Cpd) For Physical Education Teacher In Elementary School Through Blended Learning. *International Conference On Education (Ice2) 2018: Education And Innovation In Science In The Digital Era*, 948–955.
- Fadliansyah, F., & Imanullah, F. (2021). Analisis Peran Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Daring (Online) Siswa Pada Pelajaran Pjok. *Jp3m*, 2(2), 29–43.
- Fei, P., Li, Z., Wang, Z., Yu, X., Li, D., & Jee, K. (2021). {Seal}: Storage-Efficient Causality Analysis On Enterprise Logs With Query-Friendly Compression. *30th Usenix Security Symposium (Usenix Security 21)*, 2987–3004.
- Filiz, B., & Konukman, F. (2020). Teaching Strategies For Physical Education During The Covid-19 Pandemic: Editor: Ferman Konukman. *Journal Of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(9), 48–50.
- Hale, T., Angrist, N., Goldszmidt, R., Kira, B., Petherick, A., Phillips, T., Majumdar, S. (2021). A Global Panel Database Of Pandemic Policies (Oxford Covid-19 Government Response Tracker). *Nature Human Behaviour*, 5(4), 529–538.
- Laili, H. N., Handayani, S. T., & Putranto, S. (2021). Eksplorasi Media Dalam Pembelajaran Matematika Daring Di Madrasah Ibtidaiyah. *Union: Jurnal Pendidikan Matematika*, 9(2), 203–213.
- Lenka, A., & Jankovic, J. (2021). Tremor Syndromes: An Updated Review. *Frontiers In Neurology*, 12.
- Majid, W. (2020). Perilaku Aktivitas Olahraga Terhadap Peningkatan Kebugaran Jasmani Pada Masyarakat. *Seminar Nasional Keolahragaan*, 1.
- Mustafa, P. S., & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Indonesia Abad 21. *Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan (Jartika)*, 3(2), 422–438.
- Premana, A., Ubaedillah, U., & Pratiwi, D. I. (2021). Peran Video Blog Sebagai Media Pembelajaran Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Bahasa Inggris. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 14(2), 132–138.
- Rahayu, R. S., Poerwanto, R., Efendi, D., & Widodo, W. D. (2020). *Cekaman Kekeringan Berat Mempengaruhi Keberhasilan Induksi Bunga Jeruk Keprok Madura Severe Drought Stress Influences The Success Of Madura Tangerine Flower*. (March 2021). <https://doi.org/10.29244/jhi.11.1.13-23>
- Rahmadi, I. F. (2021). Teachers' technology Integration And Distance Learning Adoption Amidst The Covid-19 Crisis: A Reflection For The Optimistic Future. *Turkish Online Journal Of Distance Education*, 22(2), 26–41.
- Roesdiyanto. (2017). Kompetensi Profesional Guru Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan (Dalam Kompetensi Inti Pemahaman Tujuan Pembelajaran Dan Memilih Materi Pembelajaran Sesuai Dengan Tingkat Perkembangan Peserta Didik). In *Seminar Nasional Pendidikan Olahraga*, 1(1), 624–630.
- Sodry, W. I., Iqbal, R., & Purmaningsih, I. R. (2021). Hubungan Perhatian Orang Tua Dengan Hasil Belajar Pjok Pada Pembelajaran Daring Siswa Kelas Viii Smpn 2 Karawang Barat. *Journal Of Sport Coaching And Physical Education*, 6(2), 146–152.
- Sopa, I. S., & Pomohaci, M. (2021). Using Coaching Techniques In Assessing And Developing The Static And Dynamic Balance Level Of Young Volleyball Players. *Bulletin Of The Transilvania University Of Braşov. Series Ix: Sciences Of Human Kinetics*, 89–100.
- Sudjana, N. (2010). Dasar-Dasar Proses Belajar, Sinar Baru Bandung Setyono, B. Et Al.(2006). *Multimedia Pembelajaran Berbasis Macromedia Authorware*, 6.
- Varea, V., & González-Calvo, G. (2021). Touchless Classes And Absent Bodies: Teaching Physical Education In Times Of Covid-19. *Sport, Education And Society*, 26(8), 831–845.
- Williyanto, S., Masri, M., Santoso, N., & Wiyanto, A. (2020). Physical Education Teacher Strategies To Improving Student Learning Outcomes Through Publication Of Work Results. *Journal Of Physical Education Health And Sport*, 7(1), 5–10.

