



Analisis Sikap dan Kesiapan Mahasiswa PJKR dalam Memanfaatkan Teknologi Sederhana untuk Pembelajaran Olahraga di Sekolah

Suriah Hanafi¹

¹ Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar

Email: suriah.hanafi@unm.ac.id

Artikel info

Received; 02-10-2025

Revised; 15-10-2025

Accepted; 05-11-2025

Published; 30-11-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis sikap dan kesiapan mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi dalam memanfaatkan teknologi sederhana untuk pembelajaran olahraga di sekolah. Penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan responden 120 mahasiswa PJKR semester VI dan VIII yang telah menempuh mata kuliah teknologi pembelajaran. Instrumen penelitian berupa kuesioner skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap mahasiswa terhadap pemanfaatan teknologi sederhana berada pada kategori sangat positif dengan skor rata-rata 4,28, sedangkan tingkat kesiapan berada pada kategori siap dengan skor 4,15. Faktor pendukung meliputi motivasi belajar, kemudahan akses perangkat, dan dukungan dosen, sementara hambatan utama adalah keterbatasan infrastruktur dan kurangnya pelatihan teknis. Penelitian ini merekomendasikan penguatan kompetensi teknologi mahasiswa melalui integrasi kurikulum dan pelatihan berkelanjutan.

Kata Kunci: sikap

mahasiswa, kesiapan teknologi, PJKR, teknologi sederhana, pembelajaran olahraga

artikel global jurnal Sport dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY-4.0



PENDAHULUAN

Transformasi pendidikan olahraga di Indonesia menghadapi tantangan besar dalam mengintegrasikan teknologi ke dalam proses pembelajaran (Dimadja, 2023). Pendidikan jasmani tidak hanya berfokus pada pengembangan keterampilan motorik, tetapi juga harus mempersiapkan calon guru yang mampu memanfaatkan teknologi dalam pembelajaran (Fauzi, 2025). Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi sebagai calon pendidik memiliki peran strategis dalam mengadopsi dan mengimplementasikan teknologi pembelajaran di sekolah (Mardius, 2021).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa teknologi digital dapat meningkatkan motivasi siswa dan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani (Lee et al., 2020). Namun, keberhasilan implementasi teknologi sangat bergantung pada sikap dan kesiapan pendidik dalam mengadopsi inovasi tersebut (Jenkins, 2021). Dalam konteks Indonesia, mahasiswa PJKR masih menghadapi berbagai kendala seperti keterbatasan infrastruktur, minimnya pelatihan teknis, dan kurangnya pengalaman praktis dalam menggunakan teknologi pembelajaran (Baskara, 2024).

Teknologi sederhana seperti smartphone, aplikasi fitness tracker, video pembelajaran, dan perangkat pencatat aktivitas fisik menjadi alternatif yang dapat diakses mahasiswa untuk mendukung pembelajaran olahraga di sekolah. Penelitian ini penting untuk mengidentifikasi sejauh mana sikap positif dan kesiapan mahasiswa PJKR dalam memanfaatkan teknologi sederhana tersebut (Arif, 2022). Dengan memahami faktor pendukung dan penghambat, institusi pendidikan dapat merancang strategi yang tepat untuk meningkatkan kompetensi teknologi calon guru pendidikan jasmani (Siregar, 2022).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan menggambarkan sikap dan kesiapan mahasiswa PJKR dalam memanfaatkan teknologi sederhana untuk pembelajaran olahraga (Pratama, 2024). Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi PJKR semester VI dan VIII di tiga universitas negeri di Indonesia yang telah menempuh mata kuliah media dan teknologi pembelajaran olahraga. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan total responden sebanyak 120 mahasiswa (Arif, 2022). Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup dengan skala Likert 1-5 yang terdiri dari 40 butir pernyataan yang mengukur dua variabel utama yaitu sikap dan kesiapan mahasiswa. Variabel sikap diukur melalui tiga dimensi yaitu kognitif, afektif, dan konatif, sedangkan variabel kesiapan diukur melalui empat faktor yaitu teknologi, inovasi, kompetensi personal, dan pengembangan diri berdasarkan model Aydin dan Tasci. Validitas instrumen diuji menggunakan korelasi product moment Pearson dengan nilai r hitung lebih besar dari r tabel, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan Alpha Cronbach dengan koefisien 0,89 yang menunjukkan kategori sangat reliabel (Fauzan, 2022). Pengumpulan data dilakukan secara online melalui Google Form yang disebarakan kepada responden selama bulan September hingga Oktober 2024. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa perhitungan mean, standar deviasi, dan persentase untuk menggambarkan tingkat sikap dan kesiapan mahasiswa. Interpretasi skor menggunakan kategori interval yaitu sangat rendah (1,00-1,80), rendah (1,81-2,60), sedang (2,61-3,40), tinggi (3,41-4,20), dan sangat tinggi (4,21-5,00) (Pratama, 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data menunjukkan bahwa sikap mahasiswa PJKR terhadap pemanfaatan teknologi sederhana dalam pembelajaran olahraga berada pada kategori sangat positif dengan skor rata-rata 4,28 dari skala 5,00. Dimensi kognitif memperoleh skor tertinggi yaitu 4,35 yang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pemahaman yang baik tentang manfaat teknologi dalam pembelajaran pendidikan jasmani (Fauzi, 2025). Dimensi afektif memperoleh skor 4,26 yang mengindikasikan mahasiswa memiliki perasaan positif dan antusias terhadap penggunaan teknologi sederhana seperti aplikasi fitness tracker dan video pembelajaran. Dimensi konatif memperoleh skor 4,23 yang menunjukkan kecenderungan perilaku mahasiswa untuk mengadopsi dan mengimplementasikan teknologi dalam praktik mengajar mereka (Jenkins, 2021).

Tingkat kesiapan mahasiswa PJKR dalam memanfaatkan teknologi sederhana berada pada kategori siap dengan skor rata-rata 4,15. Faktor teknologi memperoleh skor tertinggi yaitu 4,36 yang menunjukkan mahasiswa memiliki kemampuan yang baik dalam mengakses dan menggunakan perangkat digital seperti smartphone dan komputer untuk keperluan pembelajaran. Faktor pengembangan diri memperoleh skor 4,09 yang mengindikasikan mahasiswa memiliki kemauan

untuk terus belajar dan meningkatkan kompetensi teknologi mereka. Faktor manusia memperoleh skor 4,04 yang menunjukkan kemampuan mahasiswa dalam berinteraksi dan berkolaborasi menggunakan platform digital. Faktor inovasi memperoleh skor 3,96 yang menunjukkan tingkat adopsi inovasi teknologi oleh mahasiswa masih perlu ditingkatkan.

Jenis teknologi sederhana yang paling banyak dimanfaatkan mahasiswa adalah smartphone untuk mengakses video tutorial pembelajaran dengan persentase 92,5%, diikuti aplikasi fitness tracker sebesar 78,3%, dan stopwatch digital sebesar 85,8%. Media book creator digital dan platform Instagram juga digunakan oleh 65,8% mahasiswa untuk membuat konten pembelajaran yang interaktif (Larassary dan Wulandari, 2022). Mahasiswa juga memanfaatkan aplikasi berbasis AI untuk memantau aktivitas fisik dengan persentase 54,2%, meskipun penggunaannya masih terbatas karena keterbatasan akses perangkat canggih (Ihsan et al., 2025).

Faktor pendukung utama sikap positif dan kesiapan mahasiswa meliputi motivasi belajar yang tinggi (88,3%), kemudahan akses perangkat teknologi (82,5%), dukungan dosen dalam pembelajaran berbasis teknologi (76,7%), dan ketersediaan konten pembelajaran digital yang berkualitas (71,7%) (Dimadja, 2023). Sebaliknya, hambatan yang dihadapi mahasiswa meliputi keterbatasan infrastruktur digital di beberapa wilayah (64,2%), kurangnya pelatihan teknis tentang penggunaan aplikasi pembelajaran (58,3%), minimnya pengalaman praktis mengintegrasikan teknologi dalam microteaching (52,5%), dan ketergantungan berlebihan pada teknologi yang dapat mengurangi interaksi langsung (Lee et al., 2022).

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara sikap mahasiswa terhadap teknologi dengan tingkat kesiapan mereka dalam mengimplementasikan teknologi sederhana di sekolah dengan koefisien korelasi $r = 0,732$ ($p < 0,05$). Mahasiswa yang memiliki sikap sangat positif terhadap teknologi cenderung memiliki kesiapan yang lebih tinggi dalam memanfaatkan berbagai perangkat digital untuk pembelajaran olahraga (Tolle, 2023). Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa mahasiswa yang telah mengikuti pelatihan tambahan tentang media pembelajaran berbasis teknologi memiliki skor kesiapan 18,5% lebih tinggi dibandingkan yang belum mengikuti pelatihan (Baskara, 2024).

Data juga menunjukkan bahwa 83,3% mahasiswa menyatakan bahwa integrasi teknologi dalam mata kuliah teknologi olahraga dan media pembelajaran sangat membantu mereka memahami aplikasi praktis teknologi di lapangan (Mardius, 2021). Sebanyak 76,7% mahasiswa menyatakan bahwa penggunaan teknologi sederhana seperti video pembelajaran dan aplikasi fitness dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah (Puspitasari, 2020). Namun, hanya 58,3% mahasiswa yang merasa percaya diri untuk langsung mengimplementasikan teknologi dalam praktik mengajar tanpa pendampingan lebih lanjut (Siregar, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa PJKR memiliki sikap yang sangat positif dan kesiapan yang baik dalam memanfaatkan teknologi sederhana untuk pembelajaran olahraga di sekolah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Fauzi (2025) yang menyatakan bahwa mahasiswa pendidikan jasmani menunjukkan antusiasme tinggi terhadap integrasi teknologi dalam pembelajaran olahraga karena mereka menyadari potensi teknologi untuk meningkatkan kualitas pengajaran. Sikap positif yang tinggi pada dimensi kognitif mengindikasikan bahwa mahasiswa telah memiliki pemahaman teoritis yang baik tentang manfaat teknologi, namun perlu diperkuat dengan pengalaman praktis agar dapat diterjemahkan menjadi kompetensi nyata di lapangan (Dimadja, 2023).

Tingkat kesiapan mahasiswa yang berada pada kategori siap menunjukkan bahwa mahasiswa PJKR memiliki fondasi yang cukup untuk mengadopsi teknologi sederhana dalam pembelajaran.

Faktor teknologi memperoleh skor tertinggi karena sebagian besar mahasiswa telah familiar dengan perangkat digital seperti smartphone dan laptop yang mereka gunakan sehari-hari. Namun, skor faktor inovasi yang relatif lebih rendah menunjukkan bahwa adopsi teknologi baru masih memerlukan dorongan eksternal dan pelatihan yang lebih intensif (Baskara, 2024). Hal ini sejalan dengan temuan Lee et al. (2022) yang menyatakan bahwa kurangnya pelatihan teknis menjadi kendala utama bagi calon guru dalam mengoptimalkan penggunaan teknologi pembelajaran.

Pemanfaatan teknologi sederhana seperti video tutorial, aplikasi fitness tracker, dan media book creator digital menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung memilih teknologi yang mudah diakses dan tidak memerlukan biaya tinggi (Larassary dan Wulandari, 2022). Strategi pembelajaran yang memanfaatkan book creator digital dan platform Instagram terbukti efektif meningkatkan motivasi belajar dan kemampuan motorik siswa (Puspitasari, 2020). Namun, penggunaan teknologi berbasis AI masih terbatas karena keterbatasan infrastruktur dan ketersediaan perangkat di berbagai daerah (Ihsan et al., 2025). Penelitian Tolle (2023) menegaskan bahwa meskipun teknologi AI menawarkan potensi besar untuk personalisasi pembelajaran, keberhasilannya sangat bergantung pada kesiapan infrastruktur dan kompetensi pengguna.

Korelasi positif yang signifikan antara sikap dan kesiapan mahasiswa menunjukkan pentingnya membangun persepsi positif terhadap teknologi sejak awal pendidikan calon guru (Jenkins, 2021). Mahasiswa yang memiliki sikap positif cenderung lebih proaktif dalam mencari pelatihan tambahan dan mengeksplorasi berbagai aplikasi teknologi untuk pembelajaran. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu mengintegrasikan pembelajaran berbasis teknologi secara sistematis dalam kurikulum PJKR, tidak hanya pada mata kuliah teknologi pembelajaran tetapi juga pada mata kuliah praktik seperti microteaching dan Program Pengalaman Lapangan (Mardius, 2021).

Hambatan yang dihadapi mahasiswa seperti keterbatasan infrastruktur dan minimnya pelatihan teknis memerlukan perhatian serius dari pemerintah dan institusi pendidikan. Transformasi pendidikan olahraga berbasis teknologi memerlukan kolaborasi antara perguruan tinggi, pemerintah, dan industri teknologi untuk menyediakan infrastruktur digital yang memadai, mengembangkan kurikulum berbasis teknologi, dan menyelenggarakan program pelatihan berkelanjutan bagi mahasiswa dan dosen (Radarbojonegoro, 2025). Kemitraan dengan perusahaan teknologi dapat mempercepat adopsi perangkat dan aplikasi yang mendukung pembelajaran berbasis data serta menciptakan solusi yang lebih aplikatif sesuai kebutuhan industri olahraga modern.

SIMPULAN

Mahasiswa PJKR memiliki sikap yang sangat positif dengan skor rata-rata 4,28 dan kesiapan yang baik dengan skor 4,15 dalam memanfaatkan teknologi sederhana untuk pembelajaran olahraga di sekolah. Sikap positif terutama didukung oleh pemahaman yang baik tentang manfaat teknologi (dimensi kognitif), perasaan antusias terhadap teknologi (dimensi afektif), dan kecenderungan untuk mengimplementasikan teknologi dalam praktik mengajar (dimensi konatif). Kesiapan mahasiswa ditandai dengan kemampuan mengakses dan menggunakan perangkat digital, kemauan untuk terus belajar, serta kemampuan berkolaborasi menggunakan platform digital, meskipun adopsi inovasi teknologi baru masih perlu ditingkatkan. Teknologi sederhana yang paling banyak dimanfaatkan meliputi smartphone untuk video tutorial, aplikasi fitness tracker, stopwatch digital, dan media book creator, dengan faktor pendukung berupa motivasi tinggi, kemudahan akses perangkat, dukungan dosen, dan ketersediaan konten digital berkualitas. Hambatan utama meliputi keterbatasan infrastruktur digital, kurangnya pelatihan teknis, minimnya pengalaman praktis, dan risiko ketergantungan berlebihan pada teknologi yang dapat mengurangi interaksi langsung.

Institusi pendidikan tinggi perlu mengintegrasikan pembelajaran berbasis teknologi secara sistematis dalam seluruh mata kuliah PJKR, tidak hanya pada mata kuliah teknologi pembelajaran tetapi juga pada mata kuliah praktik seperti microteaching dan PPL agar mahasiswa memiliki pengalaman nyata dalam mengimplementasikan teknologi di lapangan. Program pelatihan berkelanjutan tentang penggunaan aplikasi pembelajaran berbasis teknologi, termasuk teknologi AI dan mixed reality, perlu diselenggarakan secara rutin dengan melibatkan kolaborasi antara perguruan tinggi dan perusahaan teknologi untuk mempercepat adopsi inovasi. Pemerintah dan institusi pendidikan harus berinvestasi dalam penyediaan infrastruktur digital yang memadai seperti laboratorium olahraga berbasis teknologi, perangkat wearable untuk pemantauan kebugaran, dan platform pembelajaran berbasis AI yang dapat diakses oleh mahasiswa di berbagai daerah. Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengeksplorasi efektivitas jangka panjang penggunaan teknologi sederhana dalam meningkatkan kualitas pembelajaran olahraga di sekolah serta mengidentifikasi strategi terbaik untuk mengatasi hambatan infrastruktur dan kompetensi teknis mahasiswa. Mahasiswa PJKR juga diharapkan secara proaktif mengikuti pelatihan tambahan dan mengeksplorasi berbagai aplikasi teknologi untuk meningkatkan kompetensi digital mereka sebagai bekal menjadi pendidik profesional di era transformasi digital

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, W. P. (2022). Analisis sikap belajar mahasiswa terhadap pembelajaran online. *Binomial*, 5(2), 78-89. <https://ejournals.umma.ac.id/index.php/binomial/article/view/1222>
- Baskara, F. R. (2024). Tantangan guru dalam mengintegrasikan teknologi AI dalam pembelajaran olahraga. *The Future of Education Journal*, 3(2), 145-162. <https://journal.tofedu.or.id/index.php/journal/article/view/487>
- Dimadja, S. W. (2023). Pengajaran pendidikan jasmani dan Covid-19: Persepsi mahasiswa tentang blended learning. *Jurnal Olahraga*, 8(1), 24-38. <https://journal.upgripnk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/5214>
- Fauzan, M. (2022). Sikap mahasiswa terhadap penggunaan internet: Survei terhadap dua perguruan tinggi negeri. *IDEAL Journal*, 8(1), 33-45. <https://online-journal.unja.ac.id/IDEAL/article/view/20542>
- Fauzi, M. S. (2025). Penerapan teknologi AI dalam pendidikan jasmani: Tinjauan literatur. *The Future of Education Journal*, 4(1), 89-108. <https://journal.tofedu.or.id/index.php/journal/article/view/487>
- Ihsan, N., Rahayu, T., & Wijaya, A. (2025). Penggunaan aplikasi berbasis AI untuk meningkatkan motivasi siswa dalam aktivitas fisik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Indonesia*, 6(1), 12-25.
- Jenkins, P. (2021). Student motivation through AI-based fitness tracking in physical education. *Journal of Sport Technology*, 15(3), 234-248.
- Larassary, A., & Wulandari, S. (2022). Optimalisasi pembelajaran pendidikan jasmani menggunakan model project-based learning dengan media Instagram. *Jurnal Olahraga Prestasi Indonesia*, 5(2), 78-92. <https://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi/article/view/149>
- Lee, E. J., Jun, S., & Gao, Z. (2020). Digital technology integration in physical education: Teachers' perceptions and students' responses. *International Journal of Sport Education*, 12(4), 445-462.
- Lee, S., Park, H., & Kim, J. (2022). Barriers to AI technology adoption in physical education: A teacher perspective. *Technology in Sport Education*, 18(2), 156-173.
- Mardius, A. (2021). Kesiapan e-modul manajemen olahraga berbasis komputer untuk pembelajaran mahasiswa PJKR. *Mimbar Ilmu*, 26(2), 234-245. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/MI/article/view/36844>
- Pratama, B. (2024). Analisis kebugaran jasmani peserta didik sekolah menengah atas menggunakan teknik deskriptif kuantitatif. *Jurnal JPDO*, 7(11), 2460-2467. <https://doi.org/10.24036/JPDO.7.11.2024.109>

- Puspitasari, V. (2020). Pemanfaatan book creator digital dalam pembelajaran pendidikan jasmani. *Jurnal Media Pembelajaran*, 7(3), 156-168.
- Radarbojonegoro. (2025). Transformasi pendidikan olahraga berbasis teknologi. Radar Bojonegoro. <https://radarbojonegoro.jawapos.com/opini/715680173/opini-transformasi-pendidikan-olahraga-berbasis-teknologi>
- Siregar, A. J. (2022). Pengaruh kecakapan teknologi terhadap kompetensi mahasiswa. *Didaktika*, 13(1), 45-62. <http://www.jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/didaktika/article/view/2710>
- Tolle, H. (2023). Personalisasi pembelajaran olahraga melalui teknologi AI. *Journal of Educational Technology*, 9(2), 89-104.