



Global Journal Sport Science

<https://jurnal.sainsglobal.com/index.php/gjss>

Volume 2, Nomor 1 Januari 2024

e-ISSN: xxxx-xxxx

DOI.10.35458

ANALISIS HASIL BELAJAR JALAN CEPAT DENGAN MEGGUNAKAN METODE PEMBELAJARAN DARING PADA SISWA SMA NEGERI 19 BULUKUMBA

Awad Aswar

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, aswar9418@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *one shot case study* yang bertujuan untuk mengetahui Hasil Belajar jalan Cepat Dengan Meggunakan Metode Pembelajaran Daring Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Hasil Belajar jalan Cepat sedangkan variabel terikat adalah Metode Pembelajaran Daring. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 65 orang sedangkan Sampelnya penelitian terdiri dari siswa kelas Xi Mipa 2 SMA Negeri 19 Bulukumba sebanyak 24 orang. Data penelitian diperoleh menggunakan lembar observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik menggunakan fasilitas komputer melalui program SPSS dengan uji seskriptif. Berdasarkan hasil penelitian terdapat. 0 siswa atau 0% untuk kategori kurang, 12 siswa atau 50% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 9 atau 38% siswa, kategori sangat baik 3 atau 12% siswa. maka dapat disimpulkan bahwa Hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba dalam kategori cukup dengan presentase 50%.

Kata Kunci: *Hasil Belajar jalan Cepat, Metode Pembelajaran Daring*

PENDAHULUAN

Pendidikan mempunyai peran yang sangat penting dalam memajukan suatu bangsa. Pendidikan diharapkan dapat mencerdaskan generasi muda yang mampu mengembangkan potensi dalam diri, serta berpola pikir secara kritis dan dinamis, bertanggung jawab, berakhhlak mulia, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pendidikan juga harus mampu menghasilkan sumber daya manusia yang memiliki kompetensi yaitu sikap, pengetahuan dan keterampilan.

Pada awal Desember 2019 dunia sedang dihadapkan dengan ancaman virus corona atau *Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)* yang menyebar pertama kali dari kota Wuhan, China. Sedangkan pada tanggal 2 Maret 2020, kasus pertama *Covid-19* ditemukan di Indonesia pada perempuan berusia 31 tahun dan 64 tahun yang merupakan seorang anak dan orangtua (Almuttaqi, 2020).

Organisasi kesehatan internasional atau *World Health Organization* (WHO) mengumumkan status virus *Covid-19* sebagai pandemi mengharuskan seluruh dunia segera melakukan upaya menghentikan dan mengatasi dampak yang ditimbulkannya. Mengantisipasi penularan virus tersebut pemerintah telah mengeluarkan berbagai kebijakan, seperti isolasi, social and physical distancing hingga pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Kondisi ini

mengharuskan warganya untuk tetap *stay at home*, bekerja, beribadah dan belajar dirumah sehingga Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan dan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran *Corona Virus Disease* (Covid-19) dengan meliburkan dan mengganti proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di sekolah dengan menggunakan sistem dalam jaringan (daring) dirumah.

Pembelajaran daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Pembelajaran daring membuat siswa memiliki keleluasaan waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun. Siswa dapat berinteraksi dengan guru menggunakan beberapa aplikasi seperti classroom, video conference, telepon atau live chat, zoom maupun melalui whatsapp group.

Proses pembelajaran pendidikan jasmani sering kali menggunakan media aplikasi pembelajaran seperti Whatsapp dan Microsoft Teams. Pendidik yang akan menjelaskan tentang materi pendidikan jasmani melalui aplikasi Microsoft Teams. Adapun proses pembelajaran yang diterapkan oleh pendidik memberikan bahan pembelajaran seperti video dan diakhir pembelajaran memberikan tugas kepada siswa untuk membuat video terkait pembelajaran yang telah dilaksanakan lalu dikirim melalui aplikasi Whatsapp. Berbagai keterbatasan seperti akses internet dan kemampuan operasional pada fitur-fitur online, pendidikan jasmani dengan sendirinya menemui berbagai hambatan dan kendala di masa pandemi COVID-19.

Berdasarkan hasil observasi di SMA Negeri 19 bulukumba kecamatan Gantarang Kabupaten Bulukumba yang dilaksanakan oleh peneliti menemukan bahwa kondisi siswa saat pembelajaran berlangsung cenderung hanya mencatat materi, menjadikan siswa hanya mengembangkan kemampuan intelektual tanpa mengembangkan sisi kreatifitasnya secara optimal. SMA Negeri 19 Bulukumba telah menggunakan Kurikulum 2013 sehingga sehingga bukan hanya aspek pengetahuan yang utama, tetapi juga afektif dan psikomotorik siswa. Sehingga pembelajaran harus optimal untuk mencapai ketiga aspek kurikulum 2013. Proses pembelajaran masih secara konvensional yaitu guru menjelaskan materi kemudian peserta didik berusaha sendiri dalam mencari dan menemukan segala konsep-konsep yang dipelajarinya. Hal ini yang menjadikan siswa kurang aktif dalam proses pembelajaran.

Pandemi COVID-19 yang terjadi di Indonesia sangat mempengaruhi kegiatan belajar mengajar di sekolah, sehingga kegiatan belajar mengajar yang awalnya dilakukan dengan bertatap muka langsung di kelas harus beralih dengan pembelajaran secara daring atau jarak jauh. Hal ini tentu saja memberikan dampak pada pembelajaran PJOK di SMA Negeri 19 Bulukumba diantaranya pembelajaran Jalan Cepat yang tidak dapat terlaksana sesuai dengan RPP, banyaknya peserta didik yang mengeluh karena terlalu banyak tugas, dan orangtua mengalami kesulitan dalam mendampingi kegiatan belajar anak, sehingga diperlukan gambaran analisis hasil belajar siswa agar pembelajaran dapat terlaksana lebih baik lagi. Dalam hal ini maka peneliti sangat tertarik untuk mengetahui “Analisis Hasil Belajar Jalan Cepat Dengan Menggunakan Metode Pembelajaran Daring Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 19 Bulukumba”

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *one shot case study*. Arikunto (2017: 3) menyatakan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan keadaan, situasi, peristiwa dan lainnya. Menurut Sugiyono (2017: 9) metode kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel. Analisis data bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “analisis hasil belajar jalan cepat dengan menggunakan metode pembelajaran daring pada siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba.”

Arikunto (2006) Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan penelitian dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, sehingga mudah diolah. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 149), instrumen penelitian adalah alat dan fasilitas yang digunakan pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode. Manfaat dari instrumen penelitian ini mempermudah pekerjaan peneliti dalam mengumpulkan data dan hasilnya pun lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah. Dalam pola prosedur penelitian penyusunan instrumen penelitian merupakan hal yang sangat penting. Instrumen

penelitian yang digunakan ada dua jenis, yaitu:

1. instrumen pengumpul data, meliputi nilai rata-rata hasil belajar jalan cepat yaitu;
 - a. Penilaian Pengetahuan

Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Hasil Nilai Pengetahuan Jalan Cepat

No	Pertanyaan	Kriteria Perskoran				Jumlah
		1	2	3	4	
1.	Mengidentifikasi hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat (<i>start</i> , posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, dan <i>finish</i>) secara individual, berpasangan atau berkelompok.					
2.	Menjelaskan berbagai hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat (<i>start</i> , posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, dan <i>finish</i>) secara individual, berpasangan atau berkelompok.					
3.	Menjelaskan cara menerapkan berbagai hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat (<i>start</i> , posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, dan <i>finish</i>) secara individual, berpasangan atau berkelompok.					
4.	Menjelaskan cara melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat (<i>start</i> , posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, dan <i>finish</i>) secara individual, berpasangan atau berkelompok.					
6.	Melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat (<i>start</i> , posisi kaki, posisi lengan, kemiringan tubuh, dan <i>finish</i>) secara individual, berpasangan atau berkelompok.					
7.	Melakukan berbagai hasil analisis keterampilan gerak jalan cepat dalam bentuk perlombaan yang sederhana dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasikan dengan menekankan pada nilai-nilai disiplin, sportifitas, tanggung jawab, dan kerja sama secara berkelompok.					

Keterangan;

- 1). Skor 4, jika peserta didik mampu menjelaskan tiga indikator (kaki, tangan, dan pandangan)
- 2). Skor 3, jika peserta didik mampu menjelaskan dua indikator
- 3). Skor 2, jika peserta didik mampu menjelaskan salah satu indikator
- 4). Skor 1, jika peserta didik tidak ada satupun pertanyaan di atas mampu dijelaskan

jumlah skor yang diperoleh

Rumus Penilaian : $\frac{\text{jumlah skor maksimal}}{\text{jumlah skor yang diperoleh}} \times 100$

b. Penilaian Keterampilan

Tabel 3.2 Rubrik Penilaian Hasil Nilai Pengetahuan jalan cepat Keterampilan jalan cepat

No	Aspek yang dinilai	Kualitas gerakan			
		1	2	3	4
1.	Analisis Aktivitas Olahraga Jalan				
	Perhatikan togok				
	posisi kepala				
	Kaki waktu melangkah				
	Gerakan lengan dan bahu				
2.	Melakukan teknik jalan cepat				
	Fase Tumpuan dua kaki				
	Fase Tarikan				
	Fase Relaksasi				
	Fase Dorongan				
Skor Maksimal					

Skor Yang Diperoleh

Rumus Penilaian : $\frac{\text{Skor Yang Diperoleh}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Hasil belajar jalan cepat indikator kognitif

Dalam hasil deskripsi data ini akan membahas tentang rata-rata, standart deviasi, median, nilai tertinggi dan terendah hasil belajar indikator kognitif.

Tabel 4.1 Data deskriptif berdasarkan hasil belajar jalan cepat indikator kognitif

Variabel	N	Rentang (range)	Minimum	Maksimum	Rata-rata	SD	variance
KOGNITIF	24	23	72	95	78.54	9.632	92.781

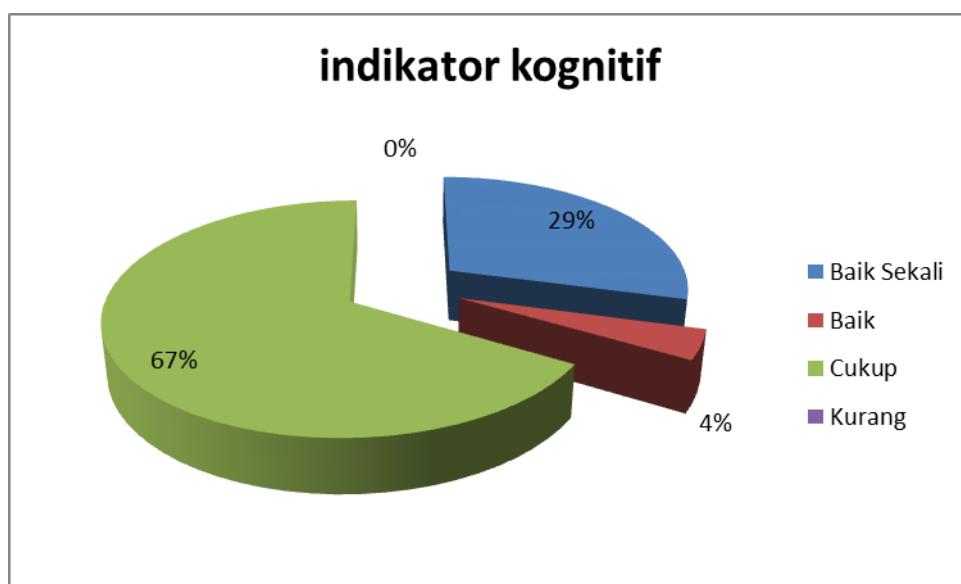
Sumber: Data Hasil belajar indikator kognitif

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa hasil belajar jalan cepat indikator kognitif. Bahwa nilai rentang 23, minimum 72 dan maksimum 95 mean 78.54 dengan standart deviasi 9.632 dan variance 92.781.

Tabel 4.2 Distribusi Data frekuensi hasil belajar jalan cepat indikator kognitif.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	90 – 100	Baik Sekali	7	29%
2	80 – 89	Baik	1	4%
3	70 – 79	Cukup	16	67%
4	< 70	Kurang	0	0%
	Jumlah		24	100%

Sumber: *Data Hasil belajar indikator kognitif*



Gambar 4.1 diagram lingkaran hasil belajar indikator kognitif.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar indikator kognitif terdapat. 0 siswa atau 0% untuk kategori kurang, 16 siswa atau 67% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 1 atau 4% siswa, kategori sangat baik 7 atau 29% siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba indikator kognitif dalam kategori cukup dengan presentase 67%.

2. Hasil belajar indikator afektif

Dalam hasil deskripsi data ini akan membahas tentang rata-rata, standart deviasi, median, nilai tertinggi dan terendah hasil belajar jalan cepat indikator afektif.

Tabel 4.3 deskriptif data berdasarkan hasil belajar jalan cepat Indikator afektif

Variabel	N	Rentang (range)	Minimum	Maksimum	Rata-rata	SD	variance
AFEKTIF	24	23	72	95	81.21	8.439	71.216

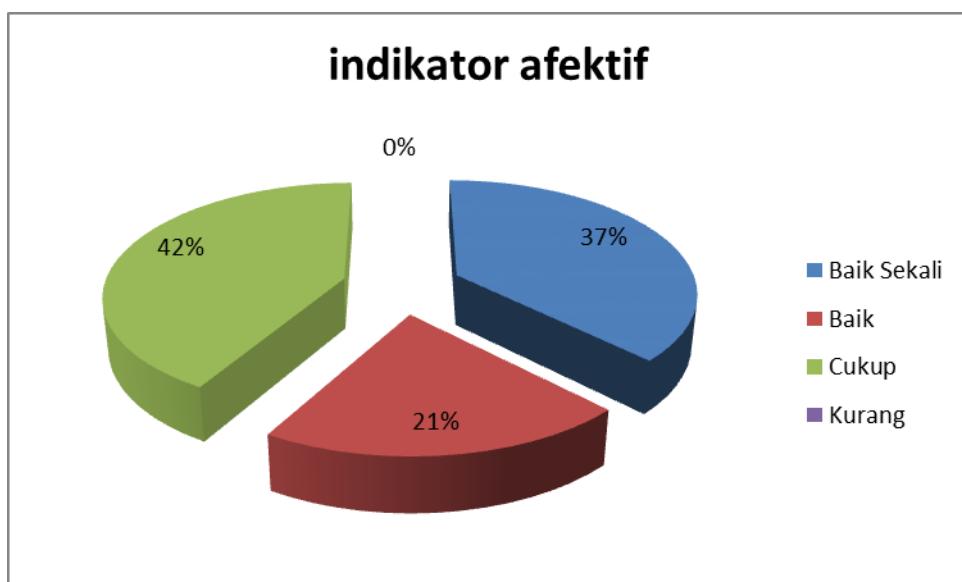
Sumber: *Data Hasil belajar indikator afektif*

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa hasil belajar jalan cepat indikator afektif. Bahwa nilai rentang 23, minimum 72 dan maksimum 95 mean 81.21 dengan standart deviasi 8.439 dan variance 71.216.

Tabel 4.4 Distribusi Data frekuensi hasil belajar jalan cepat indikator afektif.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	90 – 100	Baik Sekali	9	37%
2	80 – 89	Baik	5	21%
3	70 – 79	Cukup	10	42%
4	< 70	Kurang	0	0%
	Jumlah		24	100%

Sumber: *Data Hasil belajar indikator afektif*



Gambar 4.2 diagram lingkaran hasil belajar indikator afektif.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar indikator afektif terdapat. 0 siswa atau 0% untuk kategori kurang ,10 siswa atau 42% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 5 atau 21% siswa, kategori sangat baik 9 atau 37% siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba indikator afektif dalam kategori cukup dengan presentase 42%.

3. Hasil belajar indikator jalan cepat psikomotor

Dalam hasil deskripsi data ini akan membahas tentang rata-rata, standart deviasi, median, nilai tertinggi dan terendah hasil belajar lari 40 meter indikator psikomotor.

Tabel 4.5 deskriptif data berdasarkan hasil belajar jalan cepat indikator psikomotor

Variabel	N	Rentang (range)	Minimum	Maksimum	Rata-rata	SD	variane
PSIKOMOTOR	24	20	70	90	80.83	5.41	29.710

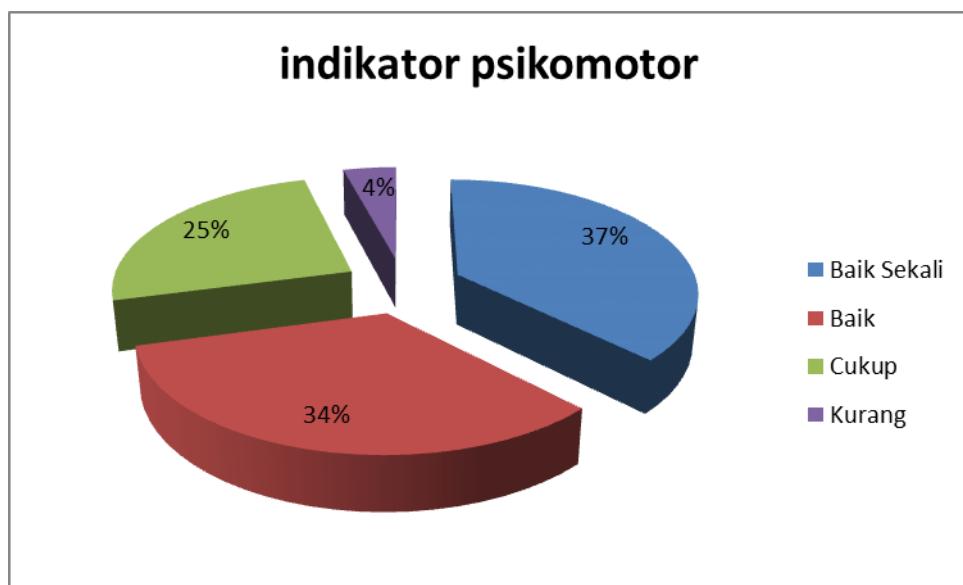
Sumber: *Data Hasil belajar indikator psikomotor*

Berdasarkan tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa hasil belajar jalan cepat indikator psikomotor. Bawa nilai rentang 20, minimum 70 dan maksimum 90 mean 80.83 dengan standart deviasi 5.451 dan variance 29.710.

Tabel 4.6 Distribusi Data frekuensi hasil belajar jalan cepat indikator psikomotor.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	90 – 100	Baik Sekali	9	37%
2	80 – 89	Baik	8	34%
3	70 – 79	Cukup	6	25%
4	< 70	Kurang	1	4%
	Jumlah		24	100%

Sumber: *Data Hasil belajar indikator psikomotor*



Gambar 4.3 diagram lingkaran hasil belajar indikator psikomotor.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar indikator psikomotor terdapat. 1 siswa atau 4% untuk kategori kurang ,6 siswa atau 25% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 8 atau 34% siswa, kategori sangat baik 9 atau 37% siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba indikator psikomotor dalam kategori cukup dengan presentase 37%.

4. Hasil belajar jalan cepat

Dalam hasil deskripsi data ini akan membahas tentang rata-rata, standart deviasi, median, nilai tertinggi dan terendah hasil belajar jalan cepat.

Tabel 4.7 deskriptif data berdasarkan hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba

Variabel	N	Rentang (range)	Minimum	Maksimum	Rata-rata	SD	variance
HASI BELAJAR	24	18.7	71.3	90.0	80.188	5.6456	31.873

Sumber: *Data Hasil belajarjalan cepat*

Berdasarkan tabel 4.7 diatas menunjukkan bahwa hasil belajar jalan cepat. Bahwa nilai rentang 18.7, minimum 71.3 dan maksimum 90 mean 80.188 dengan standart deviasi 5.6456 dan variance 31.873

Tabel 4.8 Distribusi Data frekuensi hasil belajar jalan cepat.

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	90 – 100	Baik Sekali	3	12%
2	80 – 89	Baik	9	38%
3	70 – 79	Cukup	12	50%
4	< 70	Kurang	0	0%
	Jumlah		24	100%

Sumber: *Data Hasil belajarjalan cepat*



Gambar 4.4 diagram lingkaran hasil belajar jalan cepat.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar jalan cepat terdapat. 0 siswa atau 0% untuk kategori kurang, 12 siswa atau 50% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 9 atau 38% siswa, kategori sangat baik 3 atau 12% siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba dalam kategori cukup dengan presentase 50%.

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar jalan cepat menurut ketuntasan terdapat. 24 siswa atau 100% yang tuntas sedangkan yang tidak tuntas, 0 siswa atau 0%. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba tuntas semua.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang didapat dalam proses penelitian yang telah dipaparkan di atas adalah Tingkat hasil belajar siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba. Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa kriteria dari hasil belajar terdapat. 0 siswa atau 0% untuk kategori kurang, 12 siswa atau 50% kategori cukup, selanjutnya untuk kategori baik terdapat 9 atau 38% siswa, kategori sangat baik 3 atau 12% siswa. Jadi dapat disimpulkan bahwa hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba dalam kategori cukup dengan presentase 50%.

Hasil belajar dalam kategori cukup karena dari segi kognitif, afektif dan psikomotorik. Yaitu sebagai berikut:

1. Kategori sangat baik 3 atau 12% karena Permulaan diawali dengan sikap start berdiri dan menunggu aba-aba „bersedia.“ Peserta menempatkan kaki kiri di belakang garis start, sedang kaki kanan di samping belakang kaki kiri, dengan badan agak condong ke depan dan kedua lengan rileks. Pada aba-aba selanjutnya „ya“ peserta segera melangkah ke depan dengan gerakan jalan cepat. Langkah tentunya dilakukan dengan gerakan yang cepat, untuk menghasilkan power yang kuat Anda bisa mengangkat paha kaki dan ayun ke depan lutut. Otomatis tungkai bawah ikut terayun ke depan dan lutut lurus. Tumit terlebih dahulu menyentuh tanah, bersamaan dengan mengangkatnya. Selanjutnya ujung kaki tumpu lepas dari tanah, secara bergantian ayunkan kaki. Sehingga salah satu kaki tidak ada yang melayang. Posisi tubuh harus condong ke depan untuk menghasilkan gerakan yang cepat. Mulai dari kepala, dada, pinggang sampai tungkai bawah. Tekuk siku depan sampai 90 derajat, saat mengayun lengan kiri ke depan pastikan sambil mengangkat paha dan kaki kanan. Koordinasikan keduanya hingga membentuk gerak ayunan. Peserta yang sudah melewati garis finish dianggap sudah selesai dalam perlombaan. Tidak ada gerakan khusus saat menuju finish, hanya saja kecepatan yang digunakan bisa dipercepat saat akan sampai di garis.

2. Kategori baik sebanyak 9 atau 38 % karena siswa sudah melakukan jalan cepat dengan baik dan benar sesuai dengan teknik yang diajarkan oleh guru tetapi masih perlu ditingkatkan terutama posisi tangan yang harus lurus dan ada beberapa siswa yang pinggulnya tidak digoyangkan.

3. Kategori cukup 12 siswa atau 50% kategori cukup karena berapa siswa yang pada saat penilaian jalan cepat posisi badan yang condong kedepan yang seharusnya tegap kemudian lutut yang dibengkokkan yang seharusnya di luruskan artinya siswa masih perlu peningkatan hasil belajar jalan cepat.

4. Kategori kurang 0 siswa atau 0 % artinya sudah tidak ada siswa yang tidak mengetahui tentang jalan cepat walaupun masih banyak yang perlu ditingkatkan

Berdasarkan uraian di atas, hasil belajar lari cepat siswa sudah baik dilihat dari indikator kognitif, afektif dan psikomotorik yaitu sebagai berikut:

a. Kognitif

Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Ranah kognitif berkaitan dengan hasil belajar intelektual siswa dalam berfikir, mengetahui dan memecahkan masalah. Juga berkaitan dengan segala upaya yang menyangkut dengan aktivitas otak. Ada enam aspek atau jenjang proses berfikir yang terdapat dalam ranah kognitif, yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi,

analisis, sintesis dan evaluasi. Kedua aspek pertama disebut kognitif tingkat rendah dan keempat aspek berikutnya termasuk kognitif tingkat tinggi. Dalam sebuah penelitian mengatakan bahwa ranah kognitif memiliki peranan yang penting karena inti dalam kegiatan pembelajaran. Aktivitas-aktivitas dalam proses pembelajaran merupakan kombinasi dari aktivitas yang dilakukan oleh guru ataupun siswa. Oleh guru, aktivitas tersebut umumnya berupa penjelasan terhadap siswa. Sedangkan oleh siswa, aktivitas yang berkaitan dengan pembelajaran aspek kognitif dirancang pada aktivitas untuk menjelaskan sampai dengan mendiskusikan ataupun menentukan pilihan atau memutuskan suatu hal. Sehingga bisa dikatakan bahwa dalam ranah kognitif dapat mengasah kemampuan berfikir siswa yang mencakup kemampuan intelektual yang lebih sederhana, sampai pada kemampuan memecahkan masalah yang menuntut siswa untuk menghubungkan dan menggabungkan beberapa ide, gagasan, metode atau prosedur yang dipelajari untuk memecahkan suatu permasalahan.

b. Afektif

Ranah afektif mencakup watak perilaku seperti perasaan, minat, sikap, emosi dan nilai. Ciri-ciri hasil belajar afektif akan tampak pada peserta didik dalam bertingkah laku. Seperti perhatiannya terhadap mata pelajaran, kedisiplinannya dalam mengikuti mata pelajaran di sekolah, motivasinya yang tinggi untuk tahu lebih banyak mengenai pelajaran yang diterima serta penghargaan atau rasa hormatnya terhadap guru. Ranah afektif terdiri dari lima aspek yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi, dan internalisasi. Dalam suatu penelitian menjelaskan bahwa penilaian afektif juga penting dilakukan setiap guru terutama guru olahraga, karena melalui pengalaman dan proses belajar PJOK terlihat sangat sarat ranah sikap yang dimunculkan siswa. Guru harus menyadari bahwa sikap siswa dipengaruhi oleh kesadaran (kognisi) dan persepsi siswa. Kemampuan guru dalam merancang dan melaksanakan pembelajaran dengan baik termasuk merancang permainan yang mengakomodir kebutuhan gerak terbentuk sikap dalam kegiatan belajar mengajar sangat menentukan sikap dan karakter siswa.

c. Psikomotorik

Ranah psikomotor merupakan ranah yang berkaitan dengan keterampilan (*skill*) atau kemampuan bertindak setelah seseorang menerima pengalaman belajar tertentu. Hasil belajar psikomotor ini sebenarnya merupakan kelanjutan dari hasil belajar kognitif (memahami sesuatu) dan hasil belajar afektif (yang baru tampak dalam bentuk kecenderungan- kecenderungan berperilaku).

Ranah psikomotor berkenaan dengan kemampuan yang dihasilkan oleh fungsi motorik manusia yaitu berupa keterampilan untuk melakukan sesuatu. Keterampilan melakukan sesuatu tersebut, meliputi keterampilan motorik, keterampilan intelektual dan keterampilan sosial. Ada enam aspek ranah psikomotor, yakni gerakan refleks, keterampilan gerak dasar, kemampuan perceptual, keharmonisan atau ketepatan, gerakan keterampilan kompleks dan gerakan ekspresif dan interpretative. Dalam sebuah penelitian menjelaskan bahwa keterampilan psikomotor adalah serangkaian gerakan untuk menyelesaikan tugas dengan berhasil.

Ketiga ranah tersebut menjadi objek penilaian hasil belajar. Di antara ketiga ranah itu, ranah kognitiflah yang paling banyak dinilai oleh para guru di sekolah karena berkaitan dengan kemampuan para siswa dalam menguasai isi bahan pengajaran. Namun hasil belajar afektif dan psikomotor juga tak kalah penting tetapi ada yang tampak pada saat proses belajar mengajar berlangsung dan ada pula yang baru tampak kemudian setelah pengajaran diberikan dalam praktek kehidupannya di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Itulah sebabnya hasil belajar afektif dan psikomotor sifatnya lebih luas, lebih sulit dipantau namun memiliki nilai yang sangat berarti bagi kehidupan siswa sebab dapat secara langsung mempengaruhi perilakunya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan kerendahan hati penulis sampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. H. Husain Syam, M.TP., IPU, ASEAN Eng selaku rektor Universitas Negeri Makassar
2. Bapak Dr. Ir. H. Darmawang, M.Kes., IPM selaku Ketua Prodi PPG Universitas Negeri Makassar.

3. Pihak PPG selaku pelaksana kegiatan Pengembangan Profesi Guru Dalam Jabatan yang bekerjasama dengan program kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi pada sub kegiatan PPL. Bapak Dr. Benny Badaru, S.Pd.M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang telah memberikan masukan dan kritik selama bimbingan dalam menyusun penelitian ini.
4. Ibu Nezia Indang T, S.Pd., M.Pd Selaku Guru Pamong (GP) yang telah memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan tugas akhir penelitian ini.
5. Kedua orangtuaku yang tak pernah berhenti mendoakan dan memberikan dukungan selama proses penyusunan penelitian ini.
6. Teman-teman seperjuangan mahasiswa PPG PRAJABATAN yang telah memberikan banyak masukan dan bantuan selama proses penelitian ini.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan dalam Bab IV, maka dapat dikemukakan kesimpulan dan saran sebagai berikut: Hasil belajar jalan cepat siswa kelas XI SMA Negeri 19 Bulukumba dalam kategori cukup.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, maka dapat diketegahkan saran-saran sebagai berikut.

1. Guru diharapkan dapat melakukan penguatan untuk motivasi agar dapat meningkatkan hasil belajar jalan cepat siswa.
2. Penelitian ini membahas tentang hasil belajar. Untuk itu disarankan kepada peneliti selanjutnya agar membahas, memperluas atau menambah variabel penelitian guna pengembangan penelitian pada bidang studi Pendidikan Jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2017). *Pengembangan Instrumen Penelitian dan Penilaian Program*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktis edisi revisi VI*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Almuttaqi, A. I. 2020. Kekacauan respons terhadap COVID-19 di Indonesia. Jakarta: The Habibie center.
- Bilfaqih, Yusuf dan M. Nur Qomarudin. (2015: 1). *Pembelajaran Daring Panduan Berstandar Pengembangan Pembelajaran Daring untuk Pendidikan dan Pelatihan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Bilfaqih, Y., & Qomarudin, M. N. (2015). *Esensi Pengembangan Pembelajaran Daring*. Yogyakarta: Deepublish.
- Dimyant dan Mudjiono. (2006). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Renika Cipta.
- Kuntarto, E. (2017). *Keefektifan Model Pembelajaran Daring dalam Perkuliahan Bahasa Indonesia di Perguruan Tinggi*. Indonesian Language Education and Literature, 3(1), 99-110. 10.24235/ileal.v3i1.1820.
- Majib, A dan Rochman, C. (2014). *Pendekatan Ilmiah dalam Analisis Kurikulum 2013*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Majid, A. (2014). *Analisis Kurikulum 2013*. Bandung: Interes Media.
- Menteri Pendidikan. (2020). Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat CoronaVirus (COVID-19).

- Mulyasa, E. (2002). *Kurikulum berbasis kompetensi*. Bandung: Rosda Karya
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? Internet and Higher Education.
- Majid, Abdul. 2011. *Perencanaan Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rahmawati, D. S (2009). *Kendala Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh Melalui Internet Pada Mahasiswa PJJ S1 PGSD Universitas Negeri Semarang*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang: Semarang
- Slameto. (2010). *Belajar dan Faktor Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudjana, N. (2005). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Algen Indo
- Sumaryoto & Soni Nopembri. (2016). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.
- Sudijono, Anas. 2011. *Evaluasi Pendidikan*. Jakarta; Raja Grafindo Persada.
- Syarifudin, A. S. (2020). Implementasi Pembelajaran Daring Untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan Sebagai Dampak Diterapkannya Social Distancing. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Metalingua*, 5(1),31-34.
- Warsita. 2007. "Peranan TIK Dalam penyelenggaraan PJJ". *Jurnal Teknодик*. April 2007. Nomor 20: 9 – 41. Jakarta: Pustekkom depdiknas.
- Zakiah Darajat. 2004. *Metodik Khusus Pengajaran Agama Islam*. Jakarta: Bumi Aksara**
- .