



## 1. Pendahuluan

Diberlakukannya masa darurat pandemi covid-19 dan penutupan aktivitas belajar di sekolah, menyebabkan peserta didik terpaksa harus belajar dari rumah melalui pembelajaran daring, untuk memutus rantai penularan virus corona yang penyebarannya sangat mudah melalui udara. Pada masa pandemi covid-19 pemerintah mengambil kebijakan mengutamakan kesehatan, keselamatan peserta didik, pendidik dan tenaga kependidikan. Tujuan pendidikan lebih diutamakan pada penguatan karakter dan pembiasaan melaksanakan protokol kesehatan yaitu mencuci tangan, menjaga jarak, memakai masker, mengurangi mobilitas dan menghindari kerumunan.

Pada kenyataannya pembelajaran daring atau belajar dari rumah (BDR) tidak dapat terlaksana secara efektif, bahkan menimbulkan banyak masalah. Permasalahan tersebut dirasakan oleh peserta didik, guru, bahkan orang tua. Peserta didik kurang antusias, tidak disiplin waktu, kurang merespon bahan ajar, sehingga hasil belajarnya rendah. Partisipasi peserta didik sangat tergantung pada motivasi dan dukungan lingkungan belajarnya. Hal ini karena peserta didik belum terbiasa dengan belajar mandiri. Bahkan dalam proses pembelajaran regulerpun, peserta didik masih kurang aktif sehingga guru sering harus mengendalikan aktivitas belajarnya dengan pertanyaan. Padahal pembelajaran daring hanya mengandalkan kemampuan peserta didik berinteraksi dengan bahan ajar yang disediakan guru. Respon peserta didik terhadap instruksi dan panduan belajar sangat tergantung pada motivasi belajar dan kemampuan berkomunikasinya.

Pada mata pelajaran penjasorkes, permasalahan akan semakin kompleks. Salah satunya bahan ajar yang diandalkan adalah buku paket dan lembar kerja. Guru menemui kesulitan dalam menyediakan pembelajaran yang berbasis aktivitas praktik memerlukan peralatan dan memperhatikan keselamatan peserta didik, Proses pembelajaran reguler maupun BDR interaksi antara guru, peserta didik, dan materi pembelajaran. Dalam pembelajaran secara daring, interaksi tersebut banyak menemui masalah.

Oleh karena itu pembelajaran harus memberikan pengalaman belajar yang bermakna dalam kaitannya dengan perkembangan gerak lokomotor, non lokomotor, dan gerak manipulatif dalam permainan bola basket. Untuk melatih kemampuan melakukan memegang, melempar, menangkap, mendribling dan memasukan bola ke ring melalui kegiatan

membaca buku, mempraktikkan contoh dari video, peserta didik mengalami kesulitan dalam melakukan gerakan secara daring menjadi semakin kompleks baik yang dirasakan oleh peserta didik, guru maupun orang tua. Ternyata dari hasil pembelajaran bermain basket berupa video yang dikirim guru, masih menunjukkan hasil pada kategori kurang. Dalam memegang bola siswa belum tepat, bolanya sekedar dipegang supaya tidak jatuh, bukan ada maksud, bagaimana bola dipegang tetapi mudah dilempar kembali. Dalam menangkap bola demikian juga guru tidak dapat memperbaiki pembelajaran bermain basket. Sehingga hasil kemampuan gerak dasar bermain bola basket masih didapatkan pada kategori kurang. Kemampuan dalam melempar bola masih belum pas. Dalam menangkap bola masih sering tidak tertangkap, dan masih belum biasa memasukkan bola ke dalam keranjang dengan tepat.

Tetapi bagaimanapun juga pembelajaran penjasorkes yang memerlukan praktik tetap harus berjalan di masa pandemi covid-19 dilakukan dari rumah, pembelajaran harus tetap berjalan secara efektif. Dalam rangka pencegahan covid-19 disarankan agar peserta didik melakukan olahraga secara rutin untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh serta meningkatkan imunitas. Oleh karena itu guru sebagai penulis mencoba mencari solusi untuk pembelajaran penjasorkes bermain bola basket, digunakan pembelajaran campuran atau *blended learning*, yaitu mengkolaborasikan pembelajaran daring dan kunjungan ke rumah. Kunjungan ke rumah untuk membetulkan gerakan dasar bermain bola basket yang kurang pas.

Berdasarkan keadaan dan permasalahan di awal semester perlu adanya upaya mengatasi masalah pembelajaran penjasorkes di SD N Kedungtangkil. Dengan demikian dapat diperoleh rumusan masalah *best practice* ini adalah bagaimana *blended learning* dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar bermain bola basket peserta didik dalam masa pandemic covid-19? *Best practice* ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar bermain bola basket peserta didik pada masa pandemi covid-19 dengan menerapkan *blended learning*.

Penggunaan *blended learning* ini berdasarkan penelitian lain yang telah dilakukan sebagai bahan pengembangan. Merujuk hal tersebut diharapkan penerapan *blended learning* pada penelitian ini mampu memberikan hasil dan dampak yang signifikan sebagai solusi pembelajaran penjasorkes dimasa pandemi covid-19 dengan demikian pembelajaran penjasorkes dimasa pandemi ini dapat lebih variatif, peserta

didik dapat menguasai kemampuan gerak dasar bola basket dengan baik dan dengan suasana yang menyenangkan walaupun belajar dari rumah.

## 2. Kajian Pustaka *Blended Learning*

Menurut Handoko dan Waskito (2018: 6) *Blended Learning* pada prinsipnya adalah penggabungan pembelajaran model tradisional (tatap muka) dengan model pembelajaran *on-line* (*elearning*). Berdasarkan kelebihan dari kedua model pembelajaran tersebut kemudian diakomodasi menjadi model *blended learning*. Sebagai contoh, pembelajaran tatap muka terbatas waktu, sedangkan pembelajaran *on-line* dengan waktu yang sangat fleksibel dan tanpa batas waktu. Sedangkan pembelajaran tatap muka terbuka kesempatan untuk terjadinya interaksi guru, peserta didik, dan materi pelajaran. Penggabungan model pembelajaran ini menjadi lebih memungkinkan guru untuk dapat memberikan pengalaman belajar yang komprehensif.

Menurut Graham, Alen & Ure (2006: 4) terdapat tiga kombinasi dalam *blended learning* yaitu (1) kombinasi anatara strategi pembelajaran, (2) kombinasi antara metode pembelajaran dan kombinasi, (3) dan kombinasi pembelajaran daring dan luring. Pembelajaran daring tidak terbatas waktu dan kesempatan baik bagi peserta didik maupun guru. Sedangkan pembelajaran luring memberi kesempatan terjadinya umpan balik yang intensif baik dalam proses pembelajaran maupun penilaian. Bahkan, pembelajaran masa depan, pembelajaran daring lebih utama dan luring sebagai penguatan pembelajaran daring.

Adapun komponen *blended learning* meliputi desain pembelajaran, produksi konten, penyampaian konten. Desain pembelajaran meliputi kegiatan merumuskan tujuan, menganalisis materi, menentukan strategi, menyiapkan bahan ajar serta penilaian hasil belajar. Produksi konten berupa penyediaan bahan ajar dalam bentuk modul, LKPD, video, dan sebagainya. Sedangkan penyampaian konten dapat dilakukan melalui WAG, *google drive*, pengiriman buku paket dan LKS.

Implikasi *blended learning* dalam kombinasi model pembelajaran yang berpusat pada peserta didik. Menurut Setiawan dan Kastrena (2020: 129) salah satu model dalam pendidikan jasmani adalah *the sport education*, yaitu model pembelajaran yang memungkinkan siswa lebih nyaman, memiliki lebih banyak waktu bermain

sehingga tidak jenuh dan berlatih untuk meningkatkan keterampilan.

*Blended learning* sebagai solusi pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi covid-19 ini juga merujuk hasil penelitian dari Istiningsih dan Hasbulah (2015), menyatakan bahwa *blended learning* adalah trend strategi pembelajaran masa depan. Sedangkan hasil penelitian Millatana (2019) menunjukkan bahwa pembelajaran *blended learning* berbantuan *google classroom* mampu meningkatkan prestasi belajar IPS di SMA N 7 Yogyakarta. Dalam hal ini, peran teknologi informasi tentunya tidak dapat dipisahkan dengan pembelajaran masa depan, selain itu *blended learning* memberikan pengalaman belajar yang lebih bervariasi pada peserta didik.

## Pembelajaran Gerak lokomotor, Non lokomotor, dan Gerak manipulatif

Dalam pembelajaran gerak dasar bola basket kelas VI SD Negeri Kedungtangkil terdapat kombinasi pola gerak dasar lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Menurut Montolalu (2008: 4.22-4.24) keterampilan lokomotor adalah gerakan tubuh yang berpindah tempat. Misalnya berlari, melompat, memanjat, menggeser. Sebagai contoh dalam aktivitas menggiring bola basket, maka semua bagian tubuh seperti tangan, badan, dan kaki akan berpindah tempat. Dalam pembelajaran penjasorkes seperti permainan bola basket. Manfaat gerakan lokomotor antara lain melatih kelincahan dan ketangkasan, melatih kekuatan dan keseimbangan tubuh, menjaga kesehatan dan kebugaran badan.

Masih menurut Montolalu (2008: 4.22-4.24) keterampilan non lokomotor adalah menggerakkan anggota tubuh dengan posisi tubuh diam di tempat. Misalnya gerakan memutar, mengayun, menggeng, berjongkok, dan membungkuk. Sebagai contoh gerak non lokomotor dalam gerak dasar permainan bola basket adalah menangkap dan melempar bola.

Adapun keterampilan manipulatif adalah penggunaan serta pengontrolan gerakan otot-otot kecil yang terbatas, terutama yang berada di tangan dan kaki, atau gerakan yang melibatkan suatu alat. Misalkan menangkap, melempar, memukul, menggiring, dan memantulkan bola. Gerakan dasar tersebut dikombinasikan ketika melakukan teknik tertentu dalam sebuah permainan.

Kemampuan gerak dasar bermain bola basket menurut Sugiarto (2009: 20) meliputi penguasaan bola, posisi *triple threat*, *pivoting*, melangkah dan berhenti, *passing*, *dribbling*, *shooting*, *rebound*, dan bertahan. Berdasarkan

kajian tentang gerak lokomotor dan gerak dasar bermain bola basket tersebut, maka pada *best practice* ini menggunakan 5 kemampuan dasar yaitu memegang bola, menangkap bola, melempar bola, menggiring bola, menembak/memasukan bola.

Menurut Nugroho (2020) keterampilan gerak lokomotor berkembang dari hasil tingkat kematangan, namun dapat dilakukan dengan latihan rutin dan pengalaman. Dijelaskan manfaat gerak lokomotor antara lain melatih kelincahan dan ketangkasan, menjaga kesehatan dan kebugaran badan.

### 3. Pembahasan

*Best practice Blended Learning*, solusi pembelajaran gerak dasar bola basket pada masa pandemi covid-19 dilaksanakan di kelas VI, SD Negeri Kedungtangkil, pada semester genap (Juni –Desember) 2020. Dengan jumlah peserta didik 22 anak, terdiri dari 13 siswa laki-laki dan 9 siswa perempuan. Jenis penelitian menggunakan deskriptif dan kualitatif. Teknik pengambilan data menggunakan observasi. Jenis

data kualitatif, data yang diperoleh dari hasil observasi dalam materi pembelajaran gerak dasar permainan basket yang meliputi memegang, melempar, menangkap, mendribling dan memasukan bola dianalisis dengan teknik analisis deskriptif.

### Strategi pemecahan masalah

Pada awal evaluasi BDR pembelajaran pada masa pandemi covid -19 kemampuan gerak dasar bermain bola basket kelas VI SD Negeri Kedungtangkil awal semester genap Tahun Pelajaran 2019/ 2020 dari beberapa indikator kemampuan pembelajaran bola basket antara lain memegang bola, menangkap bola, melempar bola, menggiring bola dan menembak/memasukan bola dalam ring (*Shoting*) dengan metode daring melalui *Whatsapp grup* masih banyak gerakan-gerakan yang dilakukan peserta didik yang belum sempurna dan memenuhi KKM yaitu 75. Persentase hasil pengamatan praktik peserta didik dalam mempraktikkan setiap indikator materi pembelajaran bola basket diperoleh data pada tabel 1 berikut.

Tabel 1 Data Awal Observasi Kemampuan Gerak Dasar Bermain Bola Basket

No	Kemampuan	Indikator Kemampuan	Rerata Hasil (%)
1	Memegang Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memegang bola dengan kedua tangan</li> <li>• Memegang bola kedua telapak tangan harus dibuka lebar</li> <li>• Memegang bola kedua telapak tangan berada di sisi kanan dan kiri bola</li> <li>• Memegang bola dengan jari-jari tangan direntangkan melekat di bagian sisi kanan dan kiri bola</li> <li>• Memegang bola kedua kaki dibuka lebar satu kaki agak ke depan</li> <li>• Memegang bola badan sedikit condong ke depan dan lutut tidak kaku (<i>rileks</i>)</li> </ul>	69,50
2	Menangkap Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola dengan telapak tangan yang terbuka lebar dan jari -jari direntangkan</li> </ul>	62,5
3	Melempar Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola dari hasil pantulan tembok</li> <li>• Melempar bola dari posisi depan dada</li> <li>• Melempar bola dari posisi atas kepala</li> <li>• Melempar bola dengan cara memantutkan bola ke lantai</li> <li>• Melempar bola ke tembok</li> <li>• Melempar bola dari belakang tubuh</li> </ul>	69,88
4	Menggiring Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memantulkan bola di lantai sambil berjalan</li> <li>• Mendribling bola di bawah lutut</li> <li>• Mendribling bola diatas lutut</li> <li>• Mendribling dengan muka menghadap ke depan</li> </ul>	68, 75
5	Menembak / memasukan Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memasukan bola dengan cara melangkah sebanyak dua kali kedalam ring</li> <li>• Memasukan bola dari sebelah kanan atau kiri sisi keranjang</li> </ul>	62,5
Rerata keseluruhan			66,62

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dideskripsikan bahwa setiap indikator materi bola basket memperoleh persentase hasil observasi praktik masih kurang. Hal tersebut terlihat pada materi memegang bola memperoleh persentase rata-rata sebesar 69,50%. Materi ini merupakan materi awal dalam permainan bola basket, peserta didik belum mampu memosisikan tangan dan jari saat memegang bola basket. Materi menangkap bola memperoleh persentase 62,5%. Pada materi ini peserta didik belum mampu melakukan sikap menangkap bola sesuai indikator. Materi selanjutnya yaitu melempar bola, dengan perolehan persentase rata-rata pencapaian 69,88%, berdasarkan hasil tersebut peserta didik belum mampu melempar bola dengan sempurna pada posisi-posisi yang ditentukan. Materi mendribling bola memperoleh rata-rata persentase 68,75%. Persentase tersebut masih perlu ditingkatkan karena kemampuan peserta didik dalam mendribling bola masih kurang. Materi terakhir yaitu menembak/memasukan bola dalam ring dengan persentase 62,5%. Peserta didik sangat kesulitan dalam mempraktikkan langkah saat menembak bola dalam ring.

Hasil pengamatan yang disajikan dalam tabel membuktikan hasil rata-rata persentase pada kategori kurang pada setiap materinya. Pembelajaran yang diterapkan pada awal kondisi ini yaitu dengan mengirimkan contoh video dan lembar kerja kemudian peserta didik mengirimkan hasil tugas kepada guru. Hal tersebut membuat peserta didik kurang memahami kemampuan memegang, melempar, menangkap dan menembak bola yang tepat. Oleh karena itu perlu upaya untuk memperbaiki kualitas pembelajaran sehingga peserta didik dapat termotivasi untuk belajar dan berakibat pada peningkatan kemampuan dalam menguasai materi dalam proses pembelajaran materi bola basket di masa pandemi covid-19.

Pelaksanaan *blended learning* mencakup komponen yang bersinergi memberi pengaruh terhadap pencapaian tujuan. Implementasi *blended learning* dalam pembelajaran penjasorkes meliputi perancangan pembelajaran, penyediaan konten pembelajaran, dan penyampaian konten pembelajaran. Perancangan *pembelajaran* penjasorkes pada masa pandemi covid-19 mengacu pada kurikulum yang disederhanakan.

Tujuan pembelajaran pada aspek keterampilan antara lain setelah melakukan serangkaian aktivitas belajar peserta didik dapat melakukan gerak dasar memegang bola, menangkap bola, melempar bola, mendribling bola dan menembak/memasukan bola kedalam

ring menggunakan peralatan seadanya maupun dengan peralatan standar.

Penyediaan konten pembelajaran pada materi gerak dasar bola basket berupa *soft copy* dan *hard copy*. Konten pembelajaran yang mencakup aspek ketrampilan dalam bentuk video pemodelan yang dibuat guru dan dari youtube. Untuk memastikan aktivitas belajar, peserta didik difasilitasi dengan lembar kerja peserta didik (LKPD). Perintah itu dilengkapi juga dengan gambar dan petunjuk melakukan gerakan misalnya melempar/mengumpan bola baik dalam posisi diam maupun bergerak.

Penyampaian konten pembelajaran yang berbentuk *soft copy* diberikan melalui Whatapps Group (WAG) dan *google drive*. Sedangkan yang berbentuk *hard copy* berupa buku, bahan ajar, modul dan LKPD disampaikan diawal semester dan bersamaan dengan kunjungan rumah Dalam penyampaian konten pembelajaran melalui kunjungan rumah dimaksudkan untuk memastikan kesiapan peserta didik melakukan aktivitas belajar, dan mengklarifikasi tugas, dan penilaian hasil hasil belajar. Penyampaian konten memuat kegiatan pendahuluan, kegiatan inti dan penutup. Selain penyampaian konten, guru mengingatkan peserta didik dalam melakukan aktivitas selalu menjaga dan mentaati protocol kesehatan.

Strategi yang digunakan untuk mengatasi masalah adalah dengan *blended learning* yaitu kombinasi antara pembelajaran tatap muka, *on-line* dan belajar mandiri. Adapun pelaksanaan *blended learning* dalam pelajaran gerak dasar bola basket pada kelas VI SD Negeri Kedungtangkil dengan tahapan perancangan pembelajaran, penyediaan konten dan pengiriman konten.

Perancangan pembelajaran dilakukan dengan menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan materi kemampuan gerak dasar bermain bola basket memegang, menangkap, melempar, mendribling dan memasukan bola ke ring. Memasukan bola ke ring dapat dilakukan dalam posisi diam maupun bergerak pada saat melakukannya. *Blended learning* harus memperhatikan pemilihan dan pengaturan aktivitas pembelajaran dan tugas yang dapat memaksimalkan hasil untuk mengatasi permasalahan pembelajaran tatap muka (Handoko dan Waskito, 2018: 19)

Kegiatan dalam tahap penyediaan konten permainan basket berupa penjelasan teknis dan langkah-langkah melakukan gerak dasar bermain bola basket. Pada langkah-langkah tersebut dilengkapi gambar dan petunjuk serta keselamatan kerja selama melakukan aktivitas. Untuk memastikan aktivitas pembelajaran,

konten pembelajaran dilengkapi dengan lembar periksa diri. Peserta didik melakukan gerak dasar secara berulang-ulang dan mengisikan lembar periksa diri. Konten pembelajaran juga dilengkapi dengan video pemodelan yang diperagakan guru atau model.

Pengiriman konten merupakan tahap terakhir dengan melakukan pengiriman konten pembelajaran dalam masa pandemi covid-19 yang berbentuk *soft copy* dilakukan dengan media *WhatsApp grup* dan *google drive*. Sedangkan konten yang berbentuk *hard copy* disampaikan guru bersamaan kunjungan rumah.

Pembelajaran dilaksanakan dengan berbasis konstruktivisme dan pendekatan *starter eksperimen*, yaitu dengan langkah-langkah 1) Peserta didik dengan didampingi orang tua mempelajari dan mengamati bahan ajar video pemodelan pola gerak dasar bermain bola basket, hasilnya digunakan sebagai observasi awal (bagian eksplorasi). 2) Peserta didik melakukan aktifitas belajar dengan bantuan Lembar Kerja Siswa (LKS) dan atau lembar periksa didik (bagian konsolidasi dan pembentukan sikap). 3)

Peserta didik melaporkan hasil periksa diri melalui *WhatsApp* dan *google drive* (bagian formatif). 4) Lembar periksa diri dinilai dan diklarifikasi oleh guru pada saat kunjungan rumah sebagai bagian dari pembelajaran tatap muka

Metode yang digunakan dalam menerapkan *blended learning*, pada pembelajaran kemampuan gerak dasar bermain bola basket adalah kombinasi dari metode simulasi, diskusi, eksperimen dan pemberian tugas. Simulasi untuk masing-masing tema diberikan dalam bentuk video pemodelan variasi dan kombinasi gerak dasar. Sedangkan gambar-gambar melengkapi informasi pada bahan ajar dan modul misalkan gerakan dasar dalam bermain bola basket. Pada informasi pemanfaatan bahan ajar atau modul, peserta didik diminta melakukan eksperimen dalam pengawasan dan kendali orang tua. Hal tersebut untuk menjamin keselamatan kerja dan untuk menghindari cedera.

Bagian yang juga sangat penting dan efektif adalah kunjungan rumah sebagai bagian dari tatap muka dengan tetap melaksanakan protokol kesehatan pencegahan penularan covid-19.

Tabel 2. Data Akhir Observasi Kemampuan Gerak Dasar Bermain Bola Basket

No	Kemampuan	Indikator Kemampuan	Rerata Hasil (%)
1	Memegang Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memegang bola dengan kedua tangan</li> <li>• Memegang bola kedua telapak tangan harus dibuka lebar</li> <li>• Memegang bola kedua telapak tangan berada di sisi kanan dan kiri bola</li> <li>• Memegang bola dengan Jari -jari tangan direntangkan melekat di bagian sisi kanan dan kiri bola</li> <li>• Memegang bola kedua kaki dibuka lebar satu kaki agak ke depan</li> <li>• Memegang bola badan sedikit condong ke depan dan lutut tidak kaku(<i>rileks</i>)</li> </ul>	78,97
2	Menangkap Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola dengan telapak tangan yang terbuka lebar dan jari -jari direntangkan</li> </ul>	75
3	Melempar Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menangkap bola dari hasil pantulan tembok</li> <li>• Melempar bola dari posisi depan dada</li> <li>• Melempar bola dari posisi atas kepala</li> <li>• Melempar bola dengan cara memantutkan bola ke lantai</li> <li>• Melempar bola ke tembok</li> <li>• Melempar bola dari belakang tubuh</li> </ul>	77,08
4	Menggiring Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memantulkan bola di lantai sambil berjalan</li> <li>• Mendribling bola di bawah lutut</li> <li>• Mendribling bola di atas lutut</li> <li>• Mendribling dengan muka menghadap ke depan</li> </ul>	76,70
5	Menembak / memasukan Bola	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memasukkan bola dengan cara melangkah sebanyak dua kali kedalam ring</li> <li>• Memasukan bola dari sebelah kanan atau kiri sisi keranjang</li> </ul>	76,13
Rerata keseluruhan			76,75

Kunjungan rumah dilakukan sebagai bagian tatap muka yang dilakukan guru yang setelah melihat hasil tugas peserta didik masih belum sesuai kriteria. Prasetyaningtyas (2021) menyebutkan bahwa pada kegiatan kunjungan ini guru mendapatkan secara langsung data yang akurat dan masalah yang dihadapi peserta didik.

Setelah dengan beberapa kali melalui daring mengirim tugas dan dengan kunjungan tatap muka ke rumah hasil pelaksanaan pembelajaran gerak dasar bermain bola basket pada siswa kelas VI SD Negeri Kedungtangkil setelah menerapkan *blended learning* dapat diamati pada tabel 2.

Tabel 2 merupakan rata-rata persentase perolehan peserta didik dalam mempraktikkan kemampuan bermain bola basket setelah diterapkan *blended learning*. Hasil yang disajikan dalam tabel menunjukkan adanya peningkatan jika dibandingkan dengan tabel hasil sebelum menerapkan *blended learning*. Peningkatan terjadi pada setiap materi. Kemampuan memegang bola meningkat sebesar 9,47%, dari sebelum penerapan *blended learning* 69,50% menjadi 78,97%. Peningkatan juga terjadi pada materi menangkap bola dari perolehan rata-rata persentase sebesar 62,5% meningkat menjadi 75%. Peningkatan penguasaan materi menangkap bola sebesar 12,5%. Rata-rata persentase penguasaan materi melempar bola mengalami peningkatan 7,2%, dari 69,88% menjadi 77,08%. Materi menggiring bola mengalami peningkatan sebesar 7,95% dari 68,75% menjadi 76,70%. Sedangkan materi menembak bola meningkat dari sebelumnya sebesar 62,5% menjadi 76,73%. Materi tersebut meningkat sebesar 14,23%. Peningkatan pada semua materi ini membuktikan bahwa penerapan *blended learning* berhasil memperbaiki kualitas pembelajaran dan menjadi solusi pembelajaran pada masa pandemi covid-19. Untuk lebih jelasnya peningkatan dari awal pembelajaran permainan bola basket, dan setelah menggunakan *blended learning* dapat dilihat pada gambar 1.

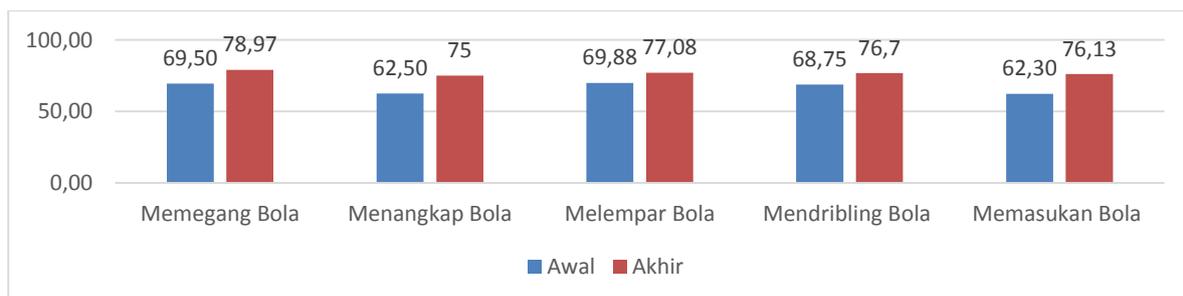
Berbagai cara memodifikasi sarana dan prasarana yang tersedia dan apa adanya justru membangkitkan kreativitas peserta didik.

Sebagai contoh pada materi pembelajaran basket, ring menggunakan keranjang yang digantung. Tempat sampah ditempel pada tembok begitu pula mengumpan bola ke tembok kemudian pantulan bola ditangkap kembali, dalam hal ini peserta didik berlatih lempar tangkap secara mandiri. Dalam laporan pengiriman tugas yang berbentuk video dan juga saat klarifikasi pada kunjungan rumah dan peserta didik melakukan aktivitas dengan riang gembira. Kegembiraan yang dirasakan peserta didik akan menambah tingkat kebugaran dan kesehatan serta meningkatkan imun.

Peningkatan kemampuan peserta didik dalam menguasai kemampuan gerak dasar bola basket di atas merupakan dampak keberhasilan penerapan *blended learning* sebagai salah satu inovasi pembelajaran penjasorkes. Peserta didik memiliki motivasi lebih untuk belajar dan memberikan rasa senang selama melakukan aktivitas belajar di rumah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Millatana (2019) yang menyimpulkan bahwa *blended learning* mampu memberikan motivasi bagi peserta didik sehingga mengalami peningkatan pada kemampuan belajarnya.

Penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Rachman (2019) dalam penelitiannya menyatakan adanya perubahan positif pada peserta didik dan meningkatkan daya tarik pada proses pembelajaran. Berdasarkan uraian di atas, nampak bahwa *blended learning* dalam pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi covid-19 dapat meningkatkan persentase kemampuan gerak dasar bermain bola basket.

Kendala dalam pelaksanaan pembelajaran dengan menggunakan *blended learning* tidak adanya sinyal dan sarana komunikasi yang dipakai bersama dalam satu rumah sehingga mengirim tugas kadang tidak sesuai jadwal, kelemahannya belum semua peserta didik bisa dikunjungi ke rumah untuk pembetulan Gerakan. Sedang kebanyakan ada interaksi antara guru dan peserta didik saat kunjungan rumah (tatap muka) sehingga dapat memotivasi dan meningkatkan kemampuan gerak dasar bermain bola basket.



Gambar 1. Perbandingan observasi awal dan akhir kemampuan gerak dasar bermain bola basket

#### 4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan penerapan *blended learning* dalam pembelajaran penjasorkes dalam masa pandemi covid-19 didapat hasil bahwa *blended learning* sebagai solusi pembelajaran kemampuan gerak dasar bola basket. Terlihat dari hasil pembelajaran gerak dasar bermain bola basket dengan *blended learning* sebagai berikut: Kemampuan memegang bola meningkat sebesar 9,47%, dari 69,50% menjadi 78,97%. Menangkap bola dari perolehan rata-rata persentase sebesar 62,5% meningkat menjadi 75%. Peningkatan sebesar 12,5%. Melempar bola mengalami peningkatan 7,2%, dari 69,88% menjadi 77,08%. Menggiring bola mengalami peningkatan sebesar 7,95% dari 68,75% menjadi 76,70%. Menembak bola sebesar 62,5% menjadi 76,73%. Peningkatan sebesar 14,23%.

Dengan demikian *blended learning* dapat meningkatkan pembelajaran penjasorkes sehingga hal ini merupakan solusi dari permasalahan pembelajaran penjasorkes dalam masa pandemi covid-19.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, beberapa saran yang dapat direkomendasikan dari *best practice* ini antara lain 1) Guru diharapkan menggunakan *blended learning* dalam pembelajaran penjasorkes pada masa pandemi covid-19 untuk meningkatkan pembelajaran penjasorkes. 2) Sekolah diharapkan menyediakan sarana pendukung dalam pembuatan konten, pengiriman, maupun penyediaan media untuk forum diskusi dan pembelajaran mandiri. 3) Guru diharapkan menggunakan *blended learning* dalam pembelajaran regular ini dapat memberikan pengalaman belajar pada peserta didik yang lebih komprehensif dengan waktu yang lebih fleksibel.

#### Daftar Pustaka

\_\_\_\_\_ (2020). *Surat Edaran Nomor 3 tahun 2020 tentang Pencegahan Covid-19*. Jakarta: Kemendikbud.

Graham C., Alen, S., & Ure, D. (2006). *Benefits And Challenges Of Blended Learning*

*Environment*. In M. Khosrow-Pour (Ed.) Encyclopedia of Information Science And Technology I-V. Hershey, PA: Idea Group Inc. Setiawan, E., dkk. (2020). *Model-model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Handoko dan Waskito. (2018). *Blended Learning: Teori dan Penerapannya*, Padang: LPTIK Universitas Andalas.

Istiningsih, Siti dan Hasbulah. (2015). Blended Learning, trend pembelajaran masa depan. *Jurnal Elemen*, 1(1), 49-56.

Millatana, M. E. (2019). Peningkatan Prestasi Belajar Matriks dengan Pembelajaran Blended Learning Berbantuan Google Classroom di Kelas XI IPS 1 SMA Negeri 7 Yogyakarta. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 4(2), 76-85. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v4i2.97>

Montolalu, dkk. (2008). *Bermain dan Permainan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka

Nugroho, F.T. (2020). *Pengertian Gerak Lokomotor, Ketahui Manfaat dan Contoh-contohnya diambil dari <https://www.bola.com/ragam/read/4411371/pengertian-gerak-lokomotor-ketahui-manfaat-dan-contoh-contohnya> hari Rabu, 24 Januari 2021*

Prasetyaningtyas, S. (2021). Optimalisasi Pembelajaran Jarak Jauh pada Pelajaran Prakarya dengan Penerapan Blended Learning melalui Kegiatan Tilik Siswa. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 6(1), 50-57. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v6i1.204>

Rachman, A., dkk. (2019). Penerapan Model Blended Learning dalam Peningkatan Hasil Belajar Menggambar Objek 2 Dimensi. *Journal of Mechanical Engineering Education*, 6(2).

Setiawan, E., dkk. (2020). *Model-Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Sugiarto, dkk. (2009). *Langkah Menjadi Pemain Basket Hebat*. Jakarta: Mediantara Semesta.