
Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dengan Model *Hybrid Learning* Di SMAN 6 Garut

Romi Fikriawan Agusty¹, Azhar Ramadhana Sonjaya², Asep Angga Permadi³

¹²³ Pendidikan Jasmani, Universitas Garut

Abstrak

Penelitian ini didasarkan dari latar belakang permasalahan proses kegiatan pembelajaran pasca pandemi *covid-19*, yang dimana kegiatan pembelajaran dilaksanakan secara terbatas dengan menggunakan model pembelajaran *hybrid learning*, dimana pembelajaran dengan model *hybrid learning* ini memiliki kekurangan serta kelebihan yang dapat berpengaruh terhadap efektivitas pembelajaran, salah satunya pada proses pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN 6 Garut. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jumlah populasi keseluruhan 1.287 siswa. Sedangkan sampelnya dipilih menggunakan teknik *sampling purposive* berdasarkan kriteria siswa-siswi SMAN 6 Garut yang pernah mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di sekolah tersebut, yang kemudian di pangkas kembali menggunakan rumus slovin dengan hasil jumlah sampel yang diperlukan yaitu sebanyak 273 siswa. Pengumpulan data diperoleh dari kuesioner berbentuk *google form* yang di sebarakan, dengan jumlah item sebanyak 43 pernyataan. Teknik analisis data yang digunakan yaitu menggunakan teknik analisis deskriptif dengan rumus persentase yang diolah melalui bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut termasuk kedalam kriteria efektivitas pembelajaran yang efektif. Hal ini bisa dilihat dari hasil analisis statistik dengan rumus persentase yang diolah menggunakan bantuan *Microsoft Office Excel* yaitu nilai rata-rata persentasenya sebesar 70% untuk indikator insentif, dan 69% untuk indikator waktu

Kata Kunci: Hybrid Learning, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Abstract

This research is based on the background of problems in the learning process after the Covid-19 pandemic, where learning activities are carried out on a limited basis using a hybrid learning model, where learning using this hybrid learning model has advantages and disadvantages that can influence the effectiveness of learning, one of which is the process. learning physical education, sports and health at SMAN 6 Garut. The aim of this research is to determine the effectiveness of

Correspondence author: Romi Fikriawan Agusty, Universitas Garut, Indonesia.

Email: fikriawanromi@gmail.com



Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training) is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

learning physical education, sports and health using the hybrid learning model at SMAN 6 Garut. The method used in this research is a quantitative method with a total population of 1,287 students. Meanwhile, the sample was selected using a purposive sampling technique based on the criteria of students at SMAN 6 Garut who had taken part in physical education, sports and health using a hybrid learning model at the school, which was then trimmed again using the Slovin formula with the result that the required sample size was 273 students. . Data collection was obtained from a questionnaire in the form of a Google form which was distributed, with a total of 43 items. The data analysis technique used is descriptive analysis techniques with percentage formulas which are processed with the help of the Microsoft Office Excel application. The results of the research show that physical education and health learning using the hybrid learning model at SMAN 6 Garut is included in the criteria for effective learning. This can be seen from the results of statistical analysis with a percentage formula processed using Microsoft Office Excel, namely the average percentage value is 70% for incentive indicators, and 69% for time indicators.

Keywords: *Hybrid Learning, Physical Education Sport and Health*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses terencana yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan membentuk karakter serta kepribadian seseorang, seperti yang diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003. Pendidikan bertujuan untuk membantu individu mengembangkan kualitas spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, dan keterampilan yang bermanfaat bagi diri mereka sendiri dan masyarakat. Pembelajaran, sebagai bagian penting dari pendidikan, adalah proses interaktif antara pendidik dan peserta didik yang terjadi dalam lingkungan yang telah direncanakan untuk membantu peserta didik memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan. Proses belajar mengajar ini biasanya dilakukan di sekolah secara tatap muka. Namun, pada awal tahun 2020 lalu, kita dihadapkan dengan situasi dan kondisi yang memaksa kita untuk melakukan proses pembelajaran di rumah masing-masing secara daring atau menggunakan media online. Hal itu disebabkan oleh adanya virus yang mewabah ke seluruh dunia, yaitu virus corona atau COVID-19. Virus corona alias Covid-19 adalah virus yang menyerang sistem pernapasan manusia, virus Covid-19 menyebar melalui tetesan air liur atau keluar dari hidung ketika orang yang terinfeksi sedang batuk atau bersin (Rubiana et al, 2022).

Virus corona merupakan virus yang bisa menimbulkan penyakit terhadap manusia juga hewan. Awal virus ini ditemukan yaitu di negara China tepatnya di Kota Wuhan. Proses penularannya tidak memerlukan waktu lama hingga penyebarannya sangat cepat dan menyebar hampir ke seluruh dunia. Gejala yang ditemukan pada manusia jika gejala ringan biasanya berupa demam, batuk, sakit kepala, nyeri sendi, mata merah atau iritasi. Untuk gejala yang lebih parah, biasanya seperti kesulitan bernafas, sulit berbicara atau bergerak, dan nyeri dada. Virus corona ini juga dapat menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan seperti flu biasa sampai penyakit yang mengerikan seperti MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*), bahkan virus ini juga dapat menyebabkan kematian (*World Health Organization 2022*).

Virus corona berbahaya dengan penyebaran cepat. WHO menyatakan virus ini sebagai pandemi, sehingga setiap negara harus segera menanganinya. Pemerintah Indonesia merespons dengan menerapkan *physical distancing* untuk mengurangi penyebaran. *Physical distancing* adalah usaha yang dilakukan pemerintah untuk menekan penyebaran virus corona agar tidak menyebar luas ke masyarakat, masyarakat dianjurkan untuk menjaga jarak lebih dari satu meter dengan siapapun, tidak saling berdekatan atau tidak berkumpul (*Satuan Tugas Penanganan COVID-19 2021*). Yang artinya pemerintah melakukan penutupan di beberapa wilayah agar masyarakat tidak bepergian keluar rumah dan diharuskan melakukan pembatasan sosial agar terhindar dari paparan virus corona.

Kebijakan *physical distancing* berdampak pada sektor ekonomi, sosial, dan pendidikan. Sekolah-sekolah ditutup sementara, namun proses pembelajaran tetap berjalan dari rumah menggunakan media online atau metode manual (*Presiden Republik Indonesia 2020*). Pembelajaran online berlangsung hampir dua tahun. Pada awal 2022, dengan meredanya pandemi, pemerintah Indonesia melonggarkan aktivitas luar rumah, dan beberapa sekolah dibuka kembali dengan protokol kesehatan. Beberapa sekolah menerapkan *Hybrid Learning* untuk membatasi mobilitas. *Hybrid*

Learning menggabungkan metode e-learning dengan pembelajaran tatap muka konvensional, mencampurkan beberapa metode dan pendekatan untuk mencapai tujuan pembelajaran (Sutisna 2016; Fauzan dan Arifin 2017).

Penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) dengan model Hybrid Learning di SMAN 6 Garut karena beberapa permasalahan yang dihadapi dalam praktiknya. PJOK, yang mengutamakan aktivitas fisik, mengalami tantangan signifikan dalam penerapan model Hybrid Learning, terutama dalam pembelajaran jarak jauh yang memerlukan adaptasi teknologi. Proses pembelajaran PJOK secara tatap muka memfasilitasi interaksi langsung dan praktik fisik yang efektif, sedangkan dalam model Hybrid Learning, ketergantungan pada teknologi, seperti jaringan internet dan perangkat digital, menjadi kendala utama yang dapat menghambat proses belajar. Masalah teknis seperti sinyal yang tidak stabil dan keterbatasan perangkat sering mengganggu efektivitas pembelajaran. Selain itu, perlu diteliti bagaimana siswa dan pendidik merespons dan beradaptasi dengan model ini. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efektivitas model Hybrid Learning dalam pembelajaran PJOK, mengidentifikasi kendala dan tantangan yang dihadapi, serta mengevaluasi respons pendidik dan siswa terhadap model pembelajaran ini. Penelitian terdahulu yang relevan termasuk karya Sutisna (2016) dan Fauzan serta Arifin (2017), yang membahas konsep Hybrid Learning dan Blended Learning, serta Depdiknas (2006) yang menguraikan tujuan dan metode PJOK. Dengan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan wawasan tentang efektivitas pembelajaran PJOK dengan model Hybrid Learning dan menyusun rekomendasi untuk perbaikan di masa depan.

METODE

Desain penelitian juga bisa disebut dengan rancangan kegiatan dalam penelitian yang direncanakan secara sistematis dengan tujuan untuk mengungkap dan menyelesaikan suatu hal yang sedang dikhawatirkan

atau memecahkan suatu jawaban yang sifatnya sementara (Arum 2021). Penelitian non-eksperimental merupakan penelitian yang mengutamakan kepada validitas eksternal, dalam kegiatan penelitian ini peneliti tidak mempengaruhi sampel juga tidak memberikan. Sifat dari desain *ex-post facto* yaitu tidak ada kontrol terhadap variabel dan peneliti tidak dapat memanipulasi variabel. Variabel harus tetap terlihat seperti itu. Dalam penelitian ini, peneliti langsung mengolah data tidak melakukan perlakuan atau memulai penelitian dari awal (Arikunto 2019). Sampel merupakan jumlah 857 siswa ebagian yang ada pada populasi, jika populasi jumlahnya cukup besar hingga tidak memungkinkan untuk meneliti semua dalam populasi maka peneliti harus menentukan sampel yang bisa mewakili populasi dengan syarat sampel yang akan ditentukan harus benar-benar representatif (Sugiyono 2018). Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Sampling Purposive*. Teknik *Sampling Purposive* atau Sampel Purposive merupakan teknik sampel yang ditentukan dengan pertimbangan (Sugiyono 2018). Pertimbangan yang dimaksudkan dalam penelitian ini yaitu siswa yang pernah mengikuti kegiatan pembelajaran PJOK dengan model *Hybrid Learning* di SMAN 6 Garut. Jumlah sampel yang akan di teliti sebanyak 273 siswa.

Instrumen penelitian merupakan alat yang diperuntukan untuk mengukur peristiwa alamiah dan sosial secara khusus dan teliti, instrumen penelitian ini juga bisa disebut dengan alat pengukur variabel dalam penelitian (Sugiyono 2018). Instrumen penelitian dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur efektivitas pembelajaran dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut. Dapat disimpulkan bahwa variabel penelitiannya yaitu mengenai efektivitas pembelajaran. Penelitian ini akan menggunakan kuesioner dalam pengumpulan datanya. Sebelum instrumen dibentuk peneliti perlu menyusun kisi-kisi terlebih dahulu untuk memudahkan pembuatan pernyataan yang nantinya dituangkan kedalam kuesioner. Kisi-kisi ini disusun peneliti berdasarkan dari indikator efektivitas pembelajaran menurut (Kaharuddin 2020), yaitu sebagai berikut:

Tabel 1 Kisi-kisi Instrumen Penelitian efektivitas pembelajaran
 (Kaharuddin 2020)

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	No item		Butir		
				(+)	(-)			
1.	Efektivitas Pembelajaran	Kualitas pembelajaran	Keterampilan seorang pendidik dalam mengelola kegiatan pembelajaran	1,2,3	4,5,6, 13,14	8		
			Kegiatan peserta didik	7,9	10	3		
			Ketuntasan belajar peserta didik	8,11	12	3		
			Kesesuaian tingkat pembelajaran	Kesiapan peserta didik menerima materi pembelajaran	15,17, 19,20, 23	16, 18,21, 22,	9	
			Insentif	Memberikan dorongan untuk mencapai tujuan belajar	25,26, 29,30	24,28, 31, 32	8	
				Pemberian penghargaan kepada peserta didik yang memiliki keunggulan belajar	33,35, 36,37	27,34	6	
			Waktu	Pengelolaan waktu dalam kegiatan pembelajaran	38,39, 40,42, 48,49	41,43, 44,45, 46,47, 50	13	
			Jumlah					50

Tabel 2 Alternatif Jawaban dan Skor Kuesioner (Sugiyono 2018)

Alternatif Jawaban	Skor	
	Pernyataan Positif	Pernyataan Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Sebelum angket dalam penelitian ini digunakan, peneliti melakukan uji coba pada instrumen angket terlebih dahulu, langkah ini diambil untuk memeriksa kelayakan instrumen atau alat ukur dan agar menghasilkan jenis data yang dapat dipercaya. Untuk mengukur instrumen atau alat ukur agar dapat menandakan tingkat kecermatan atau kebenaran yaitu menggunakan uji validitas dan reliabilitas. Agar mendapatkan suatu data yang dikatakan valid juga reliabel pada penelitian kuantitatif maka yang diuji validitas dan reliabilitasnya yaitu instrumen penelitiannya (Sugiyono 2018). Uji validitas

dalam penelitian ini dilakukan yaitu untuk mengukur valid dan tidak validnya angket atau kuesioner. peneliti menggunakan uji validitas ahli untuk menguji validitasnya.

Uji validitas dan reliabilitas instrumen dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Validitas merupakan pengukuran ketepatan yang dilakukan oleh peneliti untuk mengukur atau menguji valid tidaknya data yang terjadi pada sasaran penelitian dengan data yang akan dikemukakan oleh peneliti (Sugiyono 2018). Hasil data perhitungan validitas diinterpretasikan dengan berlandaskan pada tabel interpretasi validitas yaitu sebagai berikut:

Tabel 3 Interpretasi Validitas

Interval	Interpretasi
0,00 – 0,19	Sangat Tidak Valid
0,20 – 0,39	Tidak Valid
0,40 – 0,59	Kurang Valid
0,60 – 0,79	Valid
0,80 – 1,00	Sangat Valid

2. Reliabilitas Instrumen

Setelah melakukan uji validitas, peneliti selanjutnya melakukan reliabilitas penelitian, reliabilitas dilakukan karena ini merupakan salah satu syarat yang penting sebelum peneliti terjun kelapangan untuk melakukan penelitian. Reliabilitas merupakan proses kegiatan pengukuran yang dilakukan beberapa kali kepada beberapa objek yang sama dan menghasilkan data yang dapat dipercaya (Azwar 2017).

Adapun tolak ukur yang dijadikan untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas pada instrumen yaitu mencakup kepada tabel kategorisasi reliabilitas menurut (Arikunto 2019).

Tabel 4 Kategorisasi Reliabilitas

Koefisien Korelasi	Kriteria Reliabilitas
$0,80 < r \leq 1,00$	Sangat Tinggi
$0,60 < r \leq 0,80$	Tinggi
$0,40 < r \leq 0,60$	Cukup

$0,20 < r \leq 0,40$	Rendah
$0,00 < r \leq 0,20$	Sangat Rendah

Untuk menentukan kategori efektivitas pembelajaran *hybrid learning* dalam penelitian ini, merujuk pada tabel kriteria efektivitas pembelajaran (Pujiastuti 2021) sebagai berikut:

Tabel 5 Kriteria Efektivitas Pembelajaran Hybrid Learning

Persentase	Kriteria
81% - 100%	Sangat Efektif
61% - 80%	Efektif
41% - 60%	Cukup Efektif
21% - 40%	Tidak Efektif
0% - 20%	Sangat Tidak Efektif

HASIL

1. Uji Validitas

Sebelum kuesioner disebarkan kepada responden, kuesioner ini diberikan kepada tiga validator ahli untuk dilakukan validasi terlebih dahulu, sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya. Berikut ketiga validator kuesioner pada penelitian ini:

Tabel 6 Validator Kuesioner

No	Nama	Pekerjaan/Jabatan
1	Drs H. Nanang. SH.M.Pd	Koordinator Pengawas/KCD Wilayah XI
2	Dr. Ade Suherman. M.Pd	Dosen Institut Pendidikan Indonesia
3	Irsyad. N. M.Pd	Dosen Institut Pendidikan Indonesia

Kuesioner dalam penelitian ini diuji valid tidaknya menggunakan rumus statistik *Aiken's* dengan hasil data butir pernyataan dari 50 item, yang dinyatakan sangat valid sebanyak 30 item pernyataan, dan yang valid sebanyak 13 pernyataan dengan total item yang bisa diambil yaitu sebanyak 43 item pernyataan, dan yang kurang valid sebanyak 7 item pernyataan.

2. Uji Reliabilitas

Setelah instrumen kuesioner dinyatakan valid maka selanjutnya peneliti melakukan uji reliabilitas instrumen dengan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 7 Hasil Reliabilitas

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,91	43

Berdasarkan Tabel Hasil Reliabilitas tersebut, nilai reliabilitasnya yaitu 0,91 dan dapat diinterpretasikan dengan melihat kepada tabel kategorisasi reliabilitas menurut (Arikunto 2019), bahwa reliabilitas kuesioner termasuk kepada kriteria reliabilitas sangat tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner tersebut dapat digunakan sebagai alat pengumpul data.

1. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model hybrid learning di SMAN 6 Garut. Peneliti mengumpulkan data dengan menyebarkan kuesioner melalui Google Form kepada 273 siswa. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui grup WhatsApp kelas dengan bantuan beberapa guru olahraga di sekolah tersebut. Namun, peneliti menghadapi kendala karena banyak responden yang belum mengisi kuesioner, sebagian besar disebabkan oleh kebingungan mengenai model hybrid learning. Untuk mengatasi masalah ini, peneliti mengambil langkah proaktif dengan mengunjungi kelas-kelas untuk memberikan penjelasan langsung tentang apa itu model hybrid learning. Setelah data terkumpul, peneliti mengolah data menggunakan aplikasi Microsoft Office Excel dengan menerapkan teknik analisis statistik deskriptif. Data dianalisis dengan perhitungan persentase pada setiap indikator, dan hasilnya dikelompokkan berdasarkan kategori efektivitas pembelajaran hybrid learning menurut (Pujiastuti 2021), Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel yang menunjukkan tingkat

efektivitas dari berbagai indikator yang relevan, memudahkan pemahaman dan interpretasi hasil penelitian.

Tabel 8 Kriteria Efektivitas Pembelajaran Hybrid Learning

Persentase	Kriteria
81% - 100%	Sangat Efektif
61% - 80%	Efektif
41% - 60%	Cukup Efektif
21% - 40%	Tidak Efektif
0% - 20%	Sangat Tidak Efektif

Hasil dari kuesioner penelitian yang disebarakan di SMAN 6 Garut menunjukkan bahwa efektivitas pembelajaran Hybrid Learning berada dalam kategori efektif dengan rata-rata persentase sebesar 70%. Rinciannya adalah sebagai berikut: indikator kualitas pembelajaran memperoleh rata-rata persentase 72%, kesesuaian tingkat pembelajaran 70%, insentif 70%, dan waktu 69%. Penelitian ini menguraikan hasil rata-rata persentase berdasarkan empat indikator efektivitas pembelajaran untuk mengevaluasi kinerja model Hybrid Learning.

2. Kualitas Pembelajaran

Indikator kualitas pembelajaran diukur menggunakan pernyataan yang berjumlahkan 9 item, lalu disajikan kepada siswa-siswi SMAN 6 Garut, yaitu dengan sampel sebanyak 273 responden. Berikut hasil analisis statistik deskriptif menggunakan rumus persentase dengan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel*:

Tabel 9 Hasil Analisis Statistik Indikator Kualitas Pembelajaran

No Item	Jumlah Item	Skor	F	Jumlah Skor Rata-rata	%
1,2,3,4,	9	5 (SS)	626	3130	35%
5,6,7,8,9		4 (S)	634	2536	29%
		3 (R)	872	2616	30%
		2 (TS)	220	440	5%
		1 (STS)	105	105	1%
Jumlah			2457	8827	100%
Skor Maksimal				12285	

Persentasi Rata-rata	72%
Kriteria	Efektif

Berdasarkan tabel diatas, diketahui dari 273 sampel siswa sebagai responden, telah menyatakan sangat setuju sebanyak 35%, setuju sebanyak 29%, ragu-ragu sebanyak 30%, tidak setuju sebanyak 5%, dan sangat tidak setuju sebanyak 1%, dengan kesimpulan kebanyakan siswa lebih menjawab sangat setuju yaitu sebanyak 35% dengan hasil persentasi rata-rata yaitu 72% maka dapat disimpulkan bahwa pada efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut dalam indikator kualitas pembelajaran bisa digolongkan kepada kriteria efektivitas pembelajaran yang efektif.

3. Kesesuaian Tingkat Pembelajaran

Indikator kesesuaian tingkat pembelajaran diukur menggunakan pernyataan yang berjumlahkan 9 item, lalu disajikan kepada siswa-siswi SMAN 6 Garut, yaitu dengan sampel sebanyak 273 responden. Berikut hasil analisis statistik deskriptif menggunakan rumus persentase dengan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel*:

Tabel 10 Hasil Analisis Statistik Indikator Kesesuaian Tingkat Pembelajaran

No Item	Jumlah Item	Skor	F	Jumlah Skor Rata-rata	%
10,11,12,13, 14,15,16,17,18	9	5 (SS)	631	3155	37%
		4 (S)	537	2148	25%
		3 (R)	844	2532	30%
		2 (TS)	271	542	6%
		1 (STS)	174	174	2%
Jumlah			2457	8551	100%
Skor Maksimal				12285	
Persentasi Rata-rata				70%	
Kriteria				Efektif	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui dari 273 sampel siswa sebagai responden, telah menyatakan sangat setuju sebanyak 37%, setuju sebanyak 25%, ragu-ragu sebanyak 30%, tidak setuju sebanyak 6%, dan sangat tidak setuju sebanyak 2%, dengan kesimpulan kebanyakan siswa

lebih banyak menjawab sangat setuju yaitu sebanyak 37% dengan hasil persentasi rata-rata yaitu 70%, maka dapat disimpulkan bahwa pada efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut dalam indikator kesesuaian tingkat pembelajaran bisa digolongkan kepada kriteria efektivitas pembelajaran yang efektif.

4. Insentif

Indikator Insentif diukur menggunakan pernyataan yang berjumlahkan 13 item, lalu disajikan kepada siswa-siswi SMAN 6 Garut, yaitu dengan sampel sebanyak 273 responden. Berikut hasil analisis statistik deskriptif menggunakan rumus persentase dengan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel*:

Tabel 11 Hasil Analisis Statistik Indikator Insentif

No Item	Jumlah Item	Skor	F	Jumlah Skor Rata-rata	%
19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30,31	13	5 (SS)	901	4505	36%
		4 (S)	811	3244	26%
		3 (R)	1211	3633	29%
		2 (TS)	383	766	6%
		1 (STS)	243	243	2%
Jumlah			3549	12391	100%
Skor Maksimal				17745	
Persentasi Rata-rata				70%	
Kriteria				Efektif	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui dari 273 sampel siswa sebagai responden, telah menyatakan sangat setuju sebanyak 36%, setuju sebanyak 26%, ragu-ragu sebanyak 29%, tidak setuju sebanyak 6%, dan sangat tidak setuju sebanyak 2%, dengan kesimpulan kebanyakan siswa lebih banyak menjawab sangat setuju yaitu sebanyak 36% dengan hasil persentasi rata-rata yaitu 70%, maka dapat disimpulkan bahwa pada efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut dalam indikator insentif bisa digolongkan kepada kriteria efektivitas pembelajaran yang efektif.

5. Waktu

Indikator waktu diukur menggunakan pernyataan yang berjumlah 12 item, lalu disajikan kepada siswa-siswi SMAN 6 Garut, yaitu dengan sampel sebanyak 273 responden. Berikut hasil analisis statistik deskriptif menggunakan rumus persentase dengan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel*:

Tabel 12 Hasil Analisis Statistik Indikator Waktu

No Item	Jumlah Item	Skor	F	Jumlah Skor Rata-rata	%
32,33,34,35,	12	5 (SS)	699	3495	31%
36,37,38,39,		4 (S)	790	3160	28%
40,41,42,43		3 (R)	1227	3681	33%
		2 (TS)	364	728	6%
		1 (STS)	196	196	2%
Jumlah			3276	11260	100%
Skor Maksimal				16380	
Presentasi Rata-rata				69%	
Kriteria				Efektif	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui dari 273 sampel siswa sebagai responden, telah menyatakan sangat setuju sebanyak 31%, setuju sebanyak 28%, ragu-ragu sebanyak 33%, tidak setuju sebanyak 6%, dan sangat tidak setuju sebanyak 2%, dengan kesimpulan kebanyakan siswa lebih banyak menjawab ragu-ragu yaitu sebanyak 33% dengan hasil persentasi rata-rata yaitu 69%, maka dapat disimpulkan bahwa pada efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut dalam indikator waktu bisa digolongkan kepada kriteria efektivitas pembelajaran yang efektif.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis statistik deskriptif yang dilakukan menggunakan aplikasi Microsoft Office Excel, penelitian ini menemukan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut tergolong efektif, dengan nilai rata-rata persentase sebesar 70%. Rinciannya meliputi: 72% pada indikator

kualitas pembelajaran, 70% pada indikator kesesuaian tingkat pembelajaran, 70% pada indikator insentif, dan 69% pada indikator waktu.

- 1. Kualitas Pembelajaran:** Indikator kualitas pembelajaran mencakup perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian kegiatan belajar mengajar. Dengan persentase rata-rata 72%, indikator ini dinilai efektif. Namun, terdapat kekurangan sebesar 28% terkait kepuasan siswa terhadap kualitas pembelajaran, terutama pada aspek keterampilan pendidik, kegiatan peserta didik, dan ketuntasan belajar. Peneliti menyarankan adanya perbaikan untuk meningkatkan kepuasan siswa dan mencapai tingkat efektivitas 100%. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa kualitas pembelajaran berpengaruh terhadap kepuasan peserta didik.
- 2. Kesesuaian Tingkat Pembelajaran:** Indikator ini mengukur seberapa baik materi pembelajaran disesuaikan dengan kesiapan siswa. Hasil analisis menunjukkan persentase efektif sebesar 70%. Walaupun sebagian besar siswa menyatakan sangat setuju, ada juga siswa yang tidak setuju dengan penerapan materi. Perlu adanya perbaikan agar materi yang disampaikan sesuai dengan kesiapan siswa untuk memastikan tujuan pembelajaran tercapai. Kesiapan belajar siswa berpengaruh positif terhadap hasil pembelajaran.
- 3. Insentif:** Indikator insentif mengukur seberapa baik guru memberikan dorongan dan penghargaan kepada siswa. Dengan persentase efektivitas sebesar 70%, indikator ini juga tergolong efektif. Namun, terdapat perbedaan pendapat di antara siswa mengenai motivasi dan penghargaan yang diberikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian insentif dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, yang penting untuk pencapaian tujuan pembelajaran.
- 4. Waktu:** Indikator waktu menilai manajemen waktu dalam kegiatan pembelajaran. Hasil analisis menunjukkan persentase efektivitas sebesar 69%. Meskipun tergolong efektif, terdapat pernyataan siswa yang menunjukkan ketidakpuasan terkait pengelolaan waktu. Peneliti merekomendasikan penyempurnaan dalam manajemen waktu untuk

mencapai hasil yang optimal. Penelitian sebelumnya juga menekankan pentingnya disiplin waktu dalam proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan model *hybrid learning* di SMAN 6 Garut memiliki tingkatan efektivitas pembelajaran yang dapat digolongkan kepada kriteria pembelajaran yang efektif. Dapat dilihat dari hasil data penelitian dengan sampel siswa di SMAN 6 Garut sebagai responden sebanyak 273 orang, yang kemudian hasil datanya dianalisis oleh peneliti menggunakan teknik analisis statistik deskriptif menggunakan bantuan aplikasi *Microsoft Office Excel* dengan rumus hitung persentase, yang mana nilai persentase rata-rata pada efektivitas pembelajaran *hybrid learning* mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMAN 6 Garut sebesar 70%, dengan rata-rata persentase per indikator yaitu sebesar 72% untuk indikator kualitas pembelajaran, 70% untuk indikator kesesuaian tingkat pembelajaran, 70% untuk indikator insentif, dan 69% untuk indikator waktu..

REFERENSI

- Arum, Rifda. 2021. "Desain Penelitian: Pengertian, Fungsi, Klasifikasi, Dan Bentuknya." *Gamedia Blog*.
- Azwar, Saifuddin. 2017. *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dini Alwiyah, Nani Imaniyati. 2018. "Keterampilan Mengajar Guru Dan Kesiapan Belajar Siswa Sebagai Determinan Terhadap Hasil Belajar Siswa." *Manajerial* 3, Nomor 4:95–103.
- Fadillah. 2021. "Kegiatan Belajar-Mengajar Yang Efektif Dengan Melibatkan Siswa Secara Aktif." *KEMENDIKBUD AYO GURU BERBAGI*.
- Fauzan, and Fatkhul Arifin. 2017. "Hybrid Learning Sebagai Alternatif Model Pembelajaran." *Seminar Nasional Profesionalisme Guru Di Era Digital* (November 2017):248–52.
- Issaura Sherly Pamela, Faizal Chan. 2019. "Keterampilan Guru Dalam

- Mengelola Kelas.” *Jurnal Pendidikan Dasar* 3, Nomor 2:23–30.
- Kaharuddin, Andi & Nining Hajeniati. 2020. *Pembelajaran Inovatif & Variatif*. Gowa: Pusaka Almaida.
- Lestari, Indah. 2015. “Pengaruh Waktu Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika.” *Jurnal Formatif* 3:115–25.
- Presiden Republik Indonesia. 2003. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta.
- Presiden Republik Indonesia. 2020. *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020*. Jakarta.
- Pujiastuti, Heni dan Novia Afika Rahma. 2021. “Efektivitas Pembelajaran Daring Matematika Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Cilegon.” *Journal of Holistic Mathematics Education* 5:1–12.
- Rubiana, I. ., Mulyana, F. R. ., Herliana, M. N. ., & Soraya, N. . (2022). Meningkatkan Imunitas Tubuh Melalui Senam Umum Ditengah Pandemi Covid 19. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 529–536. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.1202>
- Samsinar. 2019. “Urgensi Learning Resources (Sumber Belajar) Dalam Meningkatkan Kualitas Pembelajaran.” *Jurnal Kependidikan* 13, No 2:195–205.
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19. 2021. “Apa Dan Bagaimana Cara Physical Distancing.” *COVID-19 Hotline* 119.
- Suardi, Moh. 2018. *Belajar Dan Pembelajaran*. Yogyakarta: PENERBIT DEEPUBLISH (Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA).
- World Health Organization. 2022. “Pertanyaan Dan Jawaban Terkait Coronavirus.” *World Health Organization*.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Alfabeta.