



## PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI MASA PANDEMI COVID-19 MENGUNAKAN APLIKASI GOOGLE CLASSROOM

**Syavira Aulia <sup>a</sup>, Desty Subroto <sup>b</sup>, Dewi Noviana <sup>c\*</sup>, M Ibnu Kamil <sup>d</sup>**

<sup>a</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Pendidikan Guru Sekolah Dasar, [Syaviraaulia5@gmail.com](mailto:Syaviraaulia5@gmail.com), Universitas Bina Bangsa, Serang Banten

<sup>b</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Pendidikan Guru Sekolah Dasar, [desty2.subroto@gmail.com](mailto:desty2.subroto@gmail.com), Universitas Bina Bangsa, Serang Banten

<sup>c</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Pendidikan Guru Sekolah Dasar, [dewinovian8690@gmail.com](mailto:dewinovian8690@gmail.com), Universitas Bina Bangsa, Serang Banten

<sup>d</sup> Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Pendidikan Guru Sekolah Dasar, [kamilibnu960@gmail.com](mailto:kamilibnu960@gmail.com), Universitas Bina Bangsa, Serang Banten

\* Korespondensi

### ABSTRACT

*During the Covid-19 pandemic, PJOK (Physical Sports and Health Education) learning cannot be carried out in all places because it must follow government regulations regarding maintaining distance and avoiding crowds. This causes various obstacles in its implementation in the field. This research was conducted using a literature review method using sources from Google Scholar. Keywords used include "physical education," "physical education," "PJOK," "covid-19 pandemic," and "primary school," with publication ranges between 2020 and 2021. The research results show that PJOK learning in elementary schools during the pandemic was carried out through various media, such as TVRI broadcasts, multimedia-based distance learning (video-based learning), Google Classroom, instant messaging applications (such as WhatsApp) and hybrid learning. However, the obstacles faced include difficulties in arranging appropriate and efficient learning resources, lack of interaction between teachers and students even though they have used video tutorials, noise interference from the home environment, and parents' unpreparedness in accompanying their children in online learning. These obstacles make the PJOK learning process less than optimal*

**Keywords:** *google classroom, physical education, pandemic, covid-19*

### Abstrak

Selama pandemi Covid-19, pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan) tidak dapat dilaksanakan di semua tempat karena harus mengikuti aturan pemerintah terkait menjaga jarak dan menghindari kerumunan. Hal ini menyebabkan berbagai kendala dalam pelaksanaannya di lapangan. Penelitian ini dilakukan dengan metode kajian literatur menggunakan sumber dari Google Scholar. Kata kunci yang digunakan meliputi "physical education," "pendidikan jasmani," "PJOK," "pandemi covid-19," dan "sekolah dasar," dengan rentang publikasi antara tahun 2020 hingga 2021. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK di sekolah dasar selama pandemi dilakukan melalui berbagai media, seperti siaran TVRI, pembelajaran jarak jauh berbasis multimedia (video-based learning), Google Classroom, aplikasi pesan instan (seperti WhatsApp) serta pembelajaran hibrid (hybrid learning). Namun, kendala yang dihadapi meliputi kesulitan menyusun sumber belajar yang tepat dan efisien, kurangnya interaksi antara guru dan siswa meskipun sudah menggunakan video tutorial, gangguan suara dari lingkungan rumah, serta ketidaksiapan orang tua dalam mendampingi anak belajar daring. Kendala-kendala tersebut membuat proses pembelajaran PJOK menjadi kurang optimal.

**Kata Kunci:** *google classroom, pendidikan jasmani, pandemi, covid-19*

## 1. PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19, yang pertama kali muncul di Wuhan, Provinsi Hubei, China pada tahun 2019, dengan cepat menyebar ke berbagai negara, termasuk Indonesia. Penyebaran ini menyebabkan lonjakan kasus dan angka kematian, menjadikan Indonesia salah satu dari 40 negara dengan jumlah kasus terbanyak. Hal ini menuntut adanya solusi efektif untuk mengendalikan pandemi agar aktivitas masyarakat, termasuk di bidang pendidikan, dapat kembali.

Sebagai respons, pemerintah memberlakukan pembatasan kegiatan di berbagai sektor, termasuk pendidikan, dengan menghentikan pembelajaran tatap muka dan mengalihkannya ke pembelajaran daring. Pemerintah juga terus meningkatkan edukasi masyarakat tentang protokol kesehatan serta mendorong aktivitas seperti belajar, bekerja, dan beribadah dilakukan di rumah. Kondisi ini berdampak signifikan pada dunia pendidikan, di mana seluruh proses belajar mengajar, baik di lembaga formal, nonformal, maupun informal, dilakukan secara daring tanpa persiapan yang memadai.

Pendidikan merupakan hak asasi manusia yang harus dipenuhi oleh pemerintah untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, sesuai dengan tujuan pendidikan nasional dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 Pasal 3, yaitu membentuk individu yang beriman, bertakwa, berakhlak mulia, cerdas, kreatif, dan mandiri. Namun, pandemi membawa berbagai tantangan baru, seperti kendala teknis pembelajaran, tekanan psikologis siswa dan orang tua, serta kesulitan dalam penyesuaian dengan sistem daring.

Pembelajaran daring menggunakan teknologi internet dan memanfaatkan berbagai media, seperti multimedia, kelas virtual, video pembelajaran, Zoom Meeting, dan aplikasi daring lainnya. Sistem ini memerlukan pengawasan orang tua untuk mendukung kemandirian siswa. Bagi sekolah yang sebelumnya telah mengenal teknologi daring, adaptasi lebih mudah dilakukan. Namun, bagi sekolah yang hanya terbiasa dengan metode tatap muka, pembelajaran daring menjadi tantangan baru yang penuh kendala.

Hal ini juga berdampak pada pembelajaran PJOK (Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan), yang umumnya dilakukan melalui aktivitas fisik di luar kelas, seperti berlari, berjalan, melompat, dan melempar. Kebijakan menjaga jarak dan menghindari kerumunan membatasi pelaksanaan pembelajaran PJOK di tempat yang sesuai. Khususnya di tingkat sekolah dasar, sistem pembelajaran daring menjadi pengalaman baru yang membawa berbagai kesulitan. Antusiasme siswa terhadap pembelajaran daring yang awalnya tinggi cenderung menurun seiring waktu.

Penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran PJOK selama pandemi kurang efektif. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan akses internet, perangkat elektronik yang kurang memadai, serta minimnya pendampingan orang tua dalam proses belajar. Beberapa orang tua bahkan tidak memiliki keterampilan untuk mendukung anaknya menggunakan media pembelajaran daring. Faktor-faktor tersebut menunjukkan bahwa pandemi Covid-19 sangat memengaruhi pelaksanaan pembelajaran PJOK secara keseluruhan.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Metode studi ini yakni literature review. Dalam rangka menelusuri artikel, studi ini menggunakan database yakni Google Scholar, Science Direct, dan Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI) dengan kata kunci “physical education” “pendidikan jasmani” “PJOK” “pandemi covid-19” “sekolah dasar”, yang dipublikasikan rentang tahun 2020 sampai dengan tahun 2022.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Metode Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) Selama Pandemi COVID-19 di Sekolah Dasar Pembelajaran semua mata pelajaran, termasuk PJOK, harus tetap dilaksanakan meskipun dilakukan dari rumah selama pandemi COVID-19. Namun, berbagai hambatan ditemukan, seperti keterbatasan akses internet dan kurangnya sarana prasarana yang memadai, baik untuk siswa maupun guru. Berikut metode pembelajaran PJOK yang diterapkan selama pandemi:

### 3.1 Bantuan Pemerintah Melalui TVRI

Model pembelajaran jarak jauh (distance learning) menjadi inovasi selama pandemi COVID-19, dengan menggunakan media pembelajaran seperti file unduhan, modul cetak, serta program TVRI. Program pembelajaran di TVRI yang disediakan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan memberikan kemudahan belajar melalui tayangan video-audio sederhana yang dapat diakses oleh siswa dari berbagai jenjang pendidikan.

Program ini sangat membantu siswa dan guru, terutama di daerah terpencil atau yang kesulitan membeli kuota internet. Efektivitas program terbukti mampu mendukung aspek psikomotorik siswa. Namun, pembelajaran TVRI masih kurang optimal dalam mendukung keterampilan dasar siswa sehingga peran guru tetap tidak tergantikan meskipun siswa didampingi orang tua.

### **3.2 Pendidikan Jarak Jauh dengan Multimedia**

#### **3.2.1 Video-Based Learning**

Penggunaan video dalam pembelajaran PJOK menjadi media efektif untuk menjelaskan materi secara praktis dan interaktif. Guru dituntut untuk membuat video tutorial yang berisi aktivitas fisik atau gerakan olahraga tertentu sehingga siswa dapat menirunya dari rumah. Video yang digunakan sebaiknya interaktif dan dapat dilakukan melalui siaran langsung (live streaming).

Metode seperti vlog juga dimanfaatkan, memberikan contoh gerakan untuk melatih psikomotor siswa. Vlog dapat dibuat menggunakan perangkat sederhana seperti kamera ponsel dengan mikrofon.

#### **3.2.2 Google Classroom**

Google Classroom mempermudah proses pembelajaran daring, seperti distribusi materi, pengumpulan tugas, dan penilaian, tanpa memerlukan kertas. Aplikasi ini gratis dan dapat diakses melalui komputer atau ponsel. Meskipun Google Classroom memberikan kemudahan, masih ada tantangan seperti keterbatasan jaringan internet.

#### **3.2.3 Aplikasi Pesan Singkat (WhatsApp dan WeChat)**

Penggunaan grup WhatsApp membantu guru dalam menyampaikan materi, mengawasi kemajuan siswa, serta memantau hasil belajar. Siswa didorong untuk aktif dan kreatif selama pembelajaran. Penggunaan WeChat juga terbukti efektif secara kolaboratif dibandingkan metode daring biasa.

### **3.3 Hybrid Learning (Blended Learning)**

Model hybrid learning menggabungkan pembelajaran tatap muka dan daring secara bergantian. Pendekatan ini dinilai efektif untuk pembelajaran PJOK, memungkinkan siswa mempraktikkan gerakan olahraga secara langsung sekaligus menggunakan media digital. Penelitian menunjukkan hybrid learning memberikan efek positif, seperti meningkatkan kemampuan praktis siswa dan hasil kognitif.

### **3.4 Kendala Pembelajaran PJOK Selama Pandemi COVID-19 di Sekolah Dasar**

Pandemi memberikan peluang bagi siswa untuk menjelajahi aktivitas fisik baru, tetapi tantangan tetap ada, antara lain:

#### **3.4.1 Ketidaksiapan Siswa**

Siswa sering kesulitan memahami tujuan pembelajaran secara mandiri, terutama untuk materi yang kompleks. Biaya kuota internet yang tinggi dan suasana belajar di rumah yang kurang kondusif juga menjadi hambatan utama.

#### **3.4.2 Kendala Guru**

Guru harus kreatif dalam menyampaikan materi agar mudah dipahami siswa dan orang tua. Kurangnya interaksi langsung antara guru dan siswa mengurangi efektivitas pembelajaran.

#### **3.4.3 Teknologi dan Infrastruktur**

Tidak semua siswa memiliki perangkat digital yang memadai, dan koneksi internet sering kali tidak stabil, sehingga pembelajaran daring sulit dilaksanakan secara optimal.

Meskipun demikian, pembelajaran PJOK selama pandemi tetap dilaksanakan demi tercapainya tujuan pendidikan nasional. Evaluasi kendala yang ada diperlukan agar pembelajaran daring dapat lebih efektif.

## **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Pelaksanaan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar selama pandemi Covid-19 dilakukan dengan memanfaatkan program pemerintah melalui TVRI (Televisi Republik Indonesia), pembelajaran jarak jauh berbasis multimedia seperti video-based learning, penggunaan Google Classroom, aplikasi pesan instan seperti WhatsApp dan WeChat, serta penerapan metode pembelajaran Hibrida (Hybrid Learning) atau Blended Learning. Namun, pembelajaran ini menghadapi berbagai kendala, di antaranya tuntutan bagi guru untuk menyampaikan bahan ajar secara efektif agar mudah diakses oleh

siswa dan orang tua dari jarak jauh. Meskipun sudah menggunakan video tutorial, kurangnya interaksi langsung antara guru dan siswa membuat pembelajaran kurang optimal. Selain itu, gangguan suara dari lingkungan rumah serta ketidaksiapan orang tua atau wali dalam mendampingi anak belajar daring juga menjadi hambatan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ahmadi, F. d. (2021). Desain Pendidikan dan Teknologi Pembelajaran Daring di Era Revolusi Industri 4.0 dan Society 5.0. *Qahar Publisher*.
- [2] Ahsani, E. L. (2020). Pengaruh Pembelajaran Melalui Program TVRI Terhadap Aspek Psikomotorik Siswa SD di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 145-154. Diambil kembali dari <http://doi.org/10.29240/jpd.v4i2.1594>
- [3] Baidhori, A. (2021, April). Pembelajaran Pendidikan Jasmani Berbasis Blended Learning. *Prosiding Seminar Nasional Profesional Tenaga Profesi*, 228-236.
- [4] Bete, D. E. (2021, Desember). Efektivitas Penerapan Video Based Learning di Masa Pandemi Covid-19 Pada Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 51-61. Diambil kembali dari <http://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2911>
- [5] Cahyo, A. D. (2021). Efektifitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Secara Online. 83-96. Diambil kembali dari <http://doi.org/10.32682/bravos.v9i2.1893>
- [6] Elina, A. S. (2021, Oktober). Analisis Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Masa Pandemi Covid-19 Kelas 2 di SDN Cibodas 2 Tangerang. *Jurnal Halaqah*, 114-120.
- [7] Filiz, B. &. (2020). Teaching Strategies for Physical Education during the COVID-19 Pandemic. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 48-50. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1816099>
- [8] Herlina, &. S. (2020). Potensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) di Tengah Pandemi Corona Virus Disease (Covid)-19 di Sekolah Dasar. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 1-7.
- [9] Hidayatullah, F. &. (2020). Hybrid Learning Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar dan Menengah Maupun Pendidikan Olahraga Perguruan Tinggi. *Prosiding SENOPATI (Seminar Olahraga Pendidikan dalam Teknologi dan Inovasi)*, 1-7.
- [10] Ihwanah, A. (2020). Problematika Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar Pada Era Pandemi Covid-19. 44-51. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.47400/jiees.v1i2.15>
- [11] Jayul, A. &. (2020). Model Pembelajaran Daring Sebagai Alternatif Proses Kegiatan Belajar Pendidikan Jasmani di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 190-199. Diambil kembali dari <http://doi.org/10.5281/zenodo.3892262>
- [12] Kurniawan, M. T. (2020). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pendidikan di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional S2 POR: Sukses Menulis Tugas Akhir di Era New Normal*, 111-117.
- [13] Prabawa, I. K. (2021). Pengembangan Video Permainan PJOK Berbasis Tematik (tema kegemaranku) untuk Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia*, 11-26. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.54284/jopi.v1i1.3>
- [14] Wulandari, R. W. (2020). Pemanfaatan Google Classroom dalam Penilaian Autentik Studi Kasus SD Negeri Sidomulyo 05 Silo Kabupaten Jember. *Rekayasa*, 187-196. Diambil kembali dari <https://doi.org/10.21107/rekayasa.v13i2.5904>