



Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Telagasari dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menghadapi Pertemuan Tatap Muka di Sekolah Pada Masa Pandemi Covid 19

Putra Nova*¹, Ruslan Abdul Gani², Rekha Ratri Julianti³

¹Mahasiswa Universitas Singaperbangsa Karawang

^{2,3}Dosen Universitas Singaperbangsa Karawang

*Email: putra.nova333@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: 30 Agustus 2021

Direvisi: 26 September 2021

Dipublikasikan: September 2021

e-ISSN: 2089-5364

p-ISSN: 2622-8327

DOI: 10.5281/zenodo.5541025

Abstract:

The results of this study indicate that the anxiety level of seventh grade students of SMPN 2 Telagasari in learning physical education facing face-to-face meetings at school during the covid-19 pandemic is in the very high category 0.00% (0 students), high category 23.08% (15 students), sufficient category is 46.15% (30 students), low category is 27.68% (18 students), very low category is 3.08% (2 students). The conclusion is that the anxiety level of seventh grade students of SMPN 2 Telagasari in learning physical education facing face-to-face meetings at school during the COVID-19 pandemic based on indicators of state, feeling, reaction, worry, and emotion based on the sum of the scores of all, it was found that the level of student anxiety class VII SMPN 2 Telagasari in learning physical education facing face-to-face meetings is in the sufficient category. The results of this study are expected to be able to carry out face-to-face learning in schools by increasing strict health protocols to reduce the spread of COVID-19 and direct practical learning to obtain more optimal results.

Keywords: Anxiety, Physical Education, face to face, Covid-19

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani adalah proses menjadikan seseorang dalam kegiatan jasmani memperoleh pertumbuhan serta perkembangan jasmani yang dilakukan secara sadar dari segi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor (Rahman et al., 2020). Pendidikan Jasmani Olahraga dan

Kesehatan (PJOK) pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. PJOK di sekolah merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran

jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas PJOK terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Tetapi dengan kondisi seperti ini Penyebaran pandemi virus corona atau *Covid-19* telah memberikan tantangan tersendiri bagi lembaga pendidikan di Indonesia. Untuk mengantisipasi penularan virus tersebut pemerintah mengeluarkan kebijakan seperti *social distancing*, *physical distancing*, hingga pembatasan sosial berskala besar (PSBB). Sesuai dengan Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *coronavirus disease (Covid-19)* menganjurkan untuk melaksanakan proses belajar dari rumah melalui pembelajaran daring. Dengan pelaksanaan pembelajaran dari rumah secara daring, guru dituntut untuk lebih inovatif dalam menyusun langkah-langkah pembelajaran. Perubahan cara mengajar ini tentunya membuat guru dan siswa beradaptasi dari pembelajaran secara tatap muka di kelas menjadi pembelajaran daring. Media pembelajaran yang tersedia secara *online* sangat beragam dan senantiasa berkembang. Sehubungan dengan adanya Surat edaran kementerian pendidikan dan budaya surat edaran nomor 4 tahun 2021 tentang penyelenggaraan pembelajaran tatap muka tahun akademik 2021/2022, saat ini sudah ada beberapa daerah yang melakukan uji coba pelaksanaan sekolah secara tatap muka. Bahkan sudah ada beberapa sekolah yang juga sudah melakukan pembelajaran sebagaimana biasanya namun tetap dengan protokol kesehatan. Langkah ini diambil sebagai upaya adaptasi masyarakat di tengah pandemi yang disebabkan Covid-19 ini. Pelaksanaan pembelajaran tatap muka ini

banyak respon dari orangtua siswa ada yang setuju dan ada juga yang tidak setuju, Apalagi banyak diberitakan di media tentang munculnya klaster pendidikan.

Berdasarkan wawancara dengan guru PJOK di SMPN 2 Telagasari ternyata pembelajaran penjas mengalami hambatan. Kesulitan tersebut mengakibatkan hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran kurang. Salah satu kesulitan yang dialami yaitu kecemasan peserta didik dalam pembelajaran penjas pada masa pandemi. Kecemasan yang berlebihan akan berdampak buruk pada diri peserta didik, karena dapat mengurangi efektivitas dari usaha yang dilakukan.

Seorang pendidik harus mampu dan memahami karakteristik peserta didik untuk mengatasi masalah belajar perlu mengadakan pendekatan pribadi di samping pendekatan instruksional dalam berbagai bentuk kemungkinan guru dapat lebih mengenal dan memahami peserta didik serta masalah belajarnya terutama pada tingkat kecemasan yang sangat mempengaruhi hasil belajar siswa dalam pembelajaran penjas di masa pandemi (Rozi, 2021).

Muyasaroh (2020), Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang menekan kehidupan seseorang, dan karena itu berlangsung tidak lama. Kecemasan dapat muncul pada setiap individu saat sedang dihadapkan pada kondisi atau keadaan yang tidak menyenangkan sehingga keadaan tersebut menyebabkan keresahan terhadap individu tersebut (Zalukhu & Rantung, 2020). Kecemasan (Febiaji, 2014) adalah suatu sinyal yang menyadarkan, memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman. Kecemasan juga bisa diartikan sebagian perasaan khawatir datangnya

sesuatu yang akan terjadi di masa depan. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang dapat dialami oleh setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Perasaan ini timbul akibat adanya respon terhadap perubahan yang terjadi dan di tuntut dalam keadaan tersebut untuk beradaptasi.

Kondisi anxiety yang dialami remaja pada masa pandemic ini tentu tidak bisa dibiarkan begitu saja (Fitria & Ifdil, 2020). kecemasan sebagai rasa takut dan antisipasi terhadap nasib buruk dimasa yang akan datang, kecemasan ini memiliki bayangan bahwa ada bahaya yang mengancam dalam suatu aktivitas dan objek, yang jika seseorang melihat gejala itu maka ia akan merasa cemas (Ayu et al., 2017)

Deffenbacher dan Hazaleus 1991 (Hidayati, 2012) mengemukakan bahwa aspek kecemasan, meliputi : a) Keadaan (state) adalah suatu kondisi atau situasi yg terjadi pada seseorang. Seperti mengalami keadaan suasana yang berdebd, b) Perasaan (feeling) adalah suatu keadaan dalam kesadaran manusia yang menghasilkan penilaian positif atau negatif terhadap sesuatu hal yang akan maupun telah dilakukan, sehingga bentuk penilaiannya selalu bersifat subjektif karena lebih didasarkan pada pertimbangan manusiawi dari pada tindakan rasionalnya, c) Reaksi (reaction) adalah suatu Kegiatan tanggapan yang timbul dari akibat suatu gejala atau suatu kejadian, seperti menanggapi kejadian yang sedang di alaminya, d) Kekhawatiran (worry) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelas dibandingkan dengan teman-temannya, e) Emosi (emosionalitas) sebagai

reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.

Pendidikan merupakan kebutuhan yang harus dimiliki oleh setiap individu. Aspek yang harus diperhatikan dalam usaha peningkatan mutu pendidikan salah satunya melalui Proses Belajar Mengajar (PBM). Dengan demikian, peningkatan hasil belajar siswa akan dapat dicapai melalui proses belajar yang efektif. Upaya untuk melaksanakan pembangunan disektor pendidikan merupakan suatu kebutuhan yang wajib dilakukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan nasional (Junaedi & Wisnu, 2016). Pendidikan merupakan sumber daya manusia untuk mengembangkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor dalam proses pembelajaran di suatu pendidikan (Pemdiansyah et al., 2021).

Rahayu (2013:3) Pendidikan jasmani adalah bagian integral pada suatu proses pendidikan secara keseluruhan, merupakan proses pendidikan melalui aktivitas fisik yang dipilih untuk mengembangkan serta meningkatkan kemampuan organik, neuromuskuler, interoeratif, sosial dan emosional (Rahman et al., 2020). Pendidikan jasmani sebagai komponen secara keseluruhan dari pendidikan telah di sadari manfaatnya oleh banyak kalangan. Tetapi mereka mempunyai perbedaan pendapat dalam memahami pengertian tentang Penjas. Oktafiani dan Samsudin (2019) Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap

sportif, dan kecerdasan emosi.(Irawati et al., 2020).

(Pane & Darwis Dasopang, 2017) Pembelajaran pada hakikatnya adalah suatu proses, yaitu proses mengatur, mengorganisasi lingkungan yang ada di sekitar peserta didik sehingga dapat menumbuhkan dan mendorong peserta didik melakukan proses belajar. Pembelajaran juga dikatakan sebagai proses memberikan bimbingan atau bantuan kepada peserta didik dalam melakukan proses belajar. Peran dari guru sebagai pembimbing bertolak dari banyaknya peserta didik yang bermasalah.

Model pembelajaran yang mengkombinasikan metode tatap muka atau face to face dengan metode pengajaran berbentuk komputer baik secara offline atau luring, maupun online atau daring untuk membentuk suatu proses pendekatan pembelajaran yang berintegrasi, yang di harapkan nantinya penggunaan model pembelajaran itu sendiri bisa menimbulkan semangat siswa dalam mengikuti pembelajaran(Prastyo et al., 2020).

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki peranan sangat penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang dilakukan secara sistematis (Gustiawati & Julianti, 2018).

Metode tatap muka adalah metode yang paling sering digunakan dalam pemberian pendidikan jasmani atau disebut juga dengan metode ceramah karena sejak dulu metode ini telah dipergunakan sebagai alat komunikasi lisan antara pemberi

materi dengan pendengar dalam proses belajar dan pembelajaran (Iswanto & Hidayat, 2020). Menurut Widiantari (2012) model pembelajaran tatap muka adalah pembelajaran yang lazim atau sudah biasa diterapkan, seperti kegiatan sehari-hari di kelas oleh guru. Komunikasi tatap muka (face to face) adalah suatu bentuk komunikasi yang mempertemukan secara tatap muka pihak komunikator dan komunikan. Pesan disampaikan secara langsung dari komunikator, dan secara langsung dapat langsung menerima umpan balik/feedback dari komunikan (I & Fahriani, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif . Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksud buat menyelidiki keadaan kondisi atau hal – hal lain yang dipaparkan pada bentuk laporan penelitian (Arikunto, 2013).

Metode penelitian (Arikunto, 2013) adalah sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Pemecahan dari penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif metode survey. penelitian survey merupakan penelitian yang menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian.

(Sugiyono, 2018) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan krateristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulanya. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas VII A,B,C,D, dan E SMPN 2 Telagasari dari total keseluruhan berjumlah 189.

Pada penelitian ini penentuan sampel menggunakan *random sampling* dimana pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan kelas atau peringkat yang

ada dalam populasi itu. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus slovin. Penempatan sampel mempertimbangkan batas ketelitian yang dapat mempengaruhi kesalahan pengambilan sampel dan populasi.

Jadi perhitungan jumlah populasi wajib siswa yang mengikuti pembelajaran jasmani di SMPN 2 Telagasari berjumlah 189 siswa dengan jumlah batas kritis 10% dan dihitung menggunakan rumus slovin maka didapat sampel 65 siswa.

Penilaian dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yaitu digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Penelitian ini untuk mengetahui presentase tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi yang disajikan dalam tabel pengkategorian. (Winata, 2021)Skala Likert dengan lima pilihan jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu – Ragu (RR), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penilaian angket dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Masing- Masing Uraian

Kategori	Skor Pernyataan	
	+	-
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu - Ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Dalam menyusun butir pernyataan yang akan disusun dari setiap indikator. Ada 30 jumlah butir pernyataan digunakan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pendidikan jasmani menghadapi

pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi *covid-19*. Di bawah ini adalah kisi-kisi instrumen penelitian :

Tabel 2. Angket Penelitian

Variabel Penelitian	Indikator	Butir Soal		Jumlah
		+	-	
Tingkat Kecemasan	Keadaan	1	2,3,4	6 Butir
	Perasaan	5,8	6,7,10	6 Butir
	Reaksi	11,12,14	9	6 Butir
	Khawatir	13,16,17	15,18	6 Butir
	Emosi	19,22	20,21	6 Butir

Data dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif dan teknik analisis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis deskriptif. Dalam perhitungan ini menggunakan bantuan yaitu aplikasi microsoft excel 2013. Dalam mengelompokkan berdasarkan kategori, skor maksimum dan minimum harus ditentukan terlebih dahulu. Kemudian menentukan nilai rata – rata dan standar deviasi skor yang diperoleh. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikan dalam bentuk histogram. Dalam pengkategorian skor menggunakan lima kategori yaitu, sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah, dan sangat rendah. (Achmad, 2013:8)

Tabel 3. Kriteria Skor

Interval	Kategori
$M + 1,5 SD \leq X$	Sangat Tinggi
$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, sehingga keadaan objek akan digambarkan sesuai dengan keadaan sesungguhnya yang diperoleh oleh peneliti. Sebelum penelitian ini dilakukan peneliti telah meminta izin untuk melakukan penelitian pada siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari bagian kurikulum dan Kepala Sekolah, Dan mendapatkan izin pada tanggal 30 Agustus 2021 Untuk menyebar angket / kuisiner berupa soal pernyataan, karena dalam keadaan wabah Covid -19 jadi pengambilan data ini dilakukan melalui google form. Angket yang digunakan diisi oleh responden sebanyak 65 siswa dari total populasi 189.

Selanjutnya responden mengisi angket / kuisiner berupa soal pernyataan sebanyak 22 soal. Tingkat kecemasan siswa dalam pembelajaran penjas menghadapi pertemuan tatap muka meliputi 5 indikator yaitu keadaan, perasaan, reaksi, khawatir dan emosi. Setelah data penelitian terkumpul dilakukan analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase menggunakan bantuan *Microsoft excel 2013 for windows*. Dari hasil penelitian yang diperoleh, tingkat kecemasan siswa kelas VII menghadapi pertemuan tatap muka di kategorikan menjadi 5 kategori yaitu, kategori sangat tinggi, tinggi, cukup, rendah dan sangat rendah. Sehingga statistik deskriptif mengenai tingkat kecemasan siswa kelas VII menghadapi pertemuan tatap muka dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Hasil statistik deskriptif penelitian

Jumlah Skor	
<i>Mean</i>	67.08
<i>Median</i>	67
<i>Mode</i>	69

<i>Standard Deviation</i>	8.01
<i>Minimum</i>	45
<i>Maximum</i>	89

Hasil analisis data statistik penelitian secara keseluruhan memperoleh nilai Mean sebesar 67,08, Median sebesar 67, Mode sebesar 69, standar deviasi sebesar 8,01, nilai minimum sebesar 45, dan nilai maksimal sebesar 89. Kemudian hasil data statistik secara ideal dimasukan kedalam table distribusi frekuensi , maka data tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi pertemuan tatap muka kelas VII SMPN 2 Telagasari sebagai berikut :

Tabel 5. Tingkat Kecemasan Siswa Dalam Menghadapi Pertemuan Tatap Muka Kelas VII SMPN 2 Telagasari

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	
			Absolut	%
1	$X > 79$	Sangat Tinggi	0	0.00%
2	$71 < X \leq 79$	Tinggi	15	23.08%
3	$63 < X \leq 71$	Cukup	30	46.15%
4	$55 < X \leq 63$	Rendah	18	27.69%
5	$X < 55$	Sangat Rendah	2	3.08%
Jumlah			65	100.00%

Berdasarkan tabel 5 dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran penjas menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah, secara rinci terdapat 0 siswa (0,00%) dalam kategori sangat tinggi, 15 siswa (23,08%) dalam kategori tinggi, 30 siswa (46,15%) dalam kategori cukup, 18 siswa (27,69%) dalam kategori rendah, 2 siswa (3,08%) dalam kategori sangat

rendah. Frekuensi terbanyak terdapat pada kategori cukup, sehingga dapat disimpulkan tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran penjas menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah berkategori Cukup. Apabila digambarkan dalam bentuk diagram batang diperoleh sebagai berikut :



Gambar 1. Diagram Batang Tingkat Kecemasan Siswa SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran penjas menghadapipertemuan tatap muka di sekolah Secara Keseluruhan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi *covid 19*, terbagi dalam lima indikator yaitu keadaan, perasaan, reaksi, khawatir dan emosi. Berdasarkan data yang diperoleh dapat diketahui tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah berada pada kategori 0,00% (0 siswa) kategori sangat tinggi, 23,08% (15 siswa) kategori tinggi, 46,15% (30 siswa) kategori cukup, 27,68% (18 siswa) kategori rendah, 3,08% (2 siswa) kategori

sangat rendah. Sedangkan berdasarkan nilai rata-rata yaitu 67,08 dari jumlah 22 butir soal. Jadi dapat di simpulkan bahwa secara keseluruhan tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah berada di kategori “cukup”. Berdasarkan hasil analisis secara keseluruhan dengan sampel sejumlah 189 dan dari masing-masing indikator, diketahui bahwa tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran pendidikan jasmani menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah sebagian besar mempunyai presentase sebesar 46,15% pada kategori cukup, hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari tahun ajaran 2021/2022 mempunyai tingkat kecemasan yang cukup untuk menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi *covid - 19*. Hal ini tidak jauh berbeda dengan hasil analisis pada kategori rendah yang mempunyai presentase 27,69%, hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir mayoritas siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari mempunyai tingkat kecemasan yang rendah untuk menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah pada masa pandemi *coovid - 19*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran penjas menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah yang termasuk kedalam kategori “Sangat Tinggi” dengan jumlah 0 siswa (0,00%), kategori “Tinggi” dengan jumlah 15 siswa (23,08%), kategori “Cukup” dengan jumlah 30 siswa (46,15%) , kategori “Rendah” dengan jumlah 18 siswa (27,69%), kategori “Sangat Rendah” dengan jumlah 2 siswa (3,08%). Jadi dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat

kecemasan siswa kelas VII SMPN 2 Telagasari dalam pembelajaran penjas menghadapi pertemuan tatap muka di sekolah termasuk dalam kategori “Cukup” yaitu dengan jumlah 30 siswa dengan presentase (46,15%).

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian* (S. Arikunto). PT Rineka Cipta.
- Ayu, G. N. W. A., Kanca, I. N., & Suwiwa, I. G. (2017). Analisis tingkat kecemasan siswa kelas viii dalam pembelajaran senam lantai guling lenting smp negeri 4 sukasada tahun pembelajaran 2017/2018. *E-Journal PJKR, Universitas Pendidikan Ganesha Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi*, 8(2), 1–10. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJP/article/view/13118>
- Febiaji. (2014). *Tingkat kecemasan atlet pomnas xiii cabang olahraga sepakbola sebelum menghadapi pertandingan*. 1–112. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JTI KOR/article/view/4948>
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1–4. <https://doi.org/10.29210/120202592>
- Gustiawati, R., & Julianti, R. R. (2018). Pengaruh Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Terhadap Hasil Penilaian Kognitif Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan. *Jurnal Speed (Sport, Physical ...)*, 2(1), 44–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/speed.v1i2.1731>
- Hidayati, L. (2012). Kecemasan Sosial. In *electronic theses*. Universitas islam negeri maulana malik ibrahim malang.
- I, D. A. N., & Fahriani, M. (2021). Perbandingan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Tatap Muka Dan Metode Sosial Media Tentang Persalinan Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/ann.v8i1.3723>
- Irawati, C., Gustiawati, R., & Gani, R. A. (2020). Hubungan Learning Contract dengan Kedisiplinan Siswa dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Kelas 8 SMP Negeri 1 Purwasari. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1), 51–59. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3885>
- Iswanto, & Hidayat, D. (2020). Perubahan budaya tatap muka menjadi online dalam bimbingan skripsi mahasiswa. *Jurnal Lugas*, 4(2), 78–85.
- Junaedi, A., & Wisnu, H. (2016). Survei Tingkat Kemajuan Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Sma, Smk, Dan Ma Negeri Se-Kabupaten Gresik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(3), 834–842. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/14367>
- Pane, A., & Darwis Dasopang, M. (2017). Belajar Dan Pembelajaran. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 3(2), 333–352. <https://doi.org/https://doi.org/10.24952/fitrah.v3i2.945>
- Pemdiansyah, Y., Gani, R. A., & Nasution, N. S. (2021). PERSEPSI SISWA KELAS VIII TERHADAP PEMBELAJARAN AKTIVITAS AKUATIK. *Penjakora*, 8(1), 34–43. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.p>

- hp/PENJAKORA/article/view/31186/18199
- Prastyo, G. M., Kurniawan, F., & Resita, C. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran Blended Learning Dalam Kebugaran Jasmani Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas 12 Sekolah Ma Nurul Huda. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1), 60–65. <https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3979>
- Rahman, I., Gani, R. A., & Achmad, I. Z. (2020). Persepsi Siswa Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tingkat SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(2), 144–154. <https://doi.org/10.31571/jpo.v9i2.1898>
- Rozi, F. (2021). Pendidikan Jasmani Solusi Atasi Kecanduan Gadget. *Asatiza : Jurnal Pendidikan*, 2(1), 49–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.46963/asatiza.v2i1.251>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian* (Sugiyono). ALFABETA, CV. www.cvalfabeta.com
- Winata, I. K. (2021). Konsentrasi dan Motivasi Belajar Siswa terhadap Pembelajaran Online Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 5(1), 13–24. <https://doi.org/10.32585/jkp.v5i1.1062>
- Zalukhu, A., & Rantung, J. (2020). Tingkat kecemasan terhadap sikap anak Sd terhadap menjaga kesehatan di masa pandemi covid-19. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(2), 114–122. <https://doi.org/https://doi.org/10.35974/jsk.v6i2.2409>