

**PENGEMBANGAN E-MODUL MATA PELAJARAN PENDIDIKAN
JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN PADA MATERI
KEBUGARAN JASMANI UNTUK SISWA KELAS VII
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

TESIS



Oleh :

**BOKI ARIANESA
NIM : 20199069**

*Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA S2
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

ABSTRAK

Boki Ariantesa. 2022 :Pengembangan E-Modul Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Materi Kebugaran Jasmani untuk Siswa Kelas VII SMP

Penelitian ini berawal dari pengamatan peneliti di Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 Kerinci pada masa pandemi, terlihat keterbatasan sumber belajar yang berupa *E-modul* dalam mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan *E-Modul* materi kebugaran jasmani untuk siswa kelas VII sekolah menengah pertama.

Jenis penelitian adalah penelitian pengembangan (*Research and Development*) dengan model pengembangan ADDIE (*Analysis, Define, Development, Implementation and Evaluation*). Penelitian dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 Kerinci, Sekolah Menengah Pertama Negeri 10 Kerinci dan Sekolah Menengah Pertama Negeri 19 Kerinci. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar validasi. Teknik pengumpulan data berupa instrument yang telah divalidasi oleh pakar. Teknik analisis data menggunakan lembar validasi. Teknik analisis data menggunakan skala penilaian dan rentang persentase.

Hasil penelitian menunjukkan 1) produk *E-Modul* mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi kebugaran jasmani untuk siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama sangat layak digunakan sebagai bahan ajar dengan nilai validasi sebesar 92,8 %, 2) produk *E-Modul* mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada materi kebugaran jasmani untuk siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama yang dikembangkan efektif untuk siswa Sekolah Menengah Pertama kelas VII dengan hasil uji efektivitas sebesar $76,8 > 76$.

Kata Kunci : E-Modul, Materi Kebugaran Jasmani, Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

ABSTRACT

Boki Ariantesa. 2022

:Development of E-Module for Sports and Health Physical Education Subjects on Physical Fitness Materials for Grade VII Junior High School Students

This research began with the observations of researchers at the 23 Kerinci Junior High School during the pandemic, it was seen that there were limited learning resources in the form of e-modules in sports and health physical education subjects. This study aims to develop an e-module of physical fitness material for junior high school grade VII students.

The type of research is development research (Research and Development) with the ADDIE (Analysis, Define, Development, Implementation and Evaluation) development model. The research was conducted at 23 Kerinci Junior High School, 10 Kerinci Junior High School and 19 Kerinci Junior High School. The instrument used in this study was a validation sheet. Data collection techniques are in the form of instruments that have been validated by experts. Data analysis techniques use validation sheets. Data analysis techniques use a grading scale and a percentage range.

The results showed that 1) the e-module product of the Sports and Health Physical Education subject on physical fitness material for grade VII junior high school students is very suitable for use as teaching material with a validation value of 92.8%, 2) the e-module product for sports and health physical education subjects on physical fitness material for grade VII junior high school students which is developed effectively for junior high school students in class VII with effectiveness test results of $76.8 > 76$.

Keywords :E-Module, Physical Fitness Materials, Sports and Health Physical Education Subjects

PERSETUJUAN AKHIR TESIS


Mahasiswa : Boki Ariantesa
NIM : 20199069

Nama

Tanda tangan

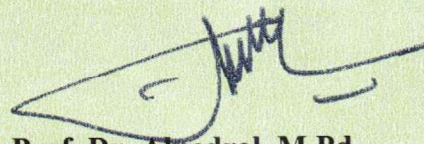
Tanggal

Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M.Pd
NIP. 19840906 201404 1 001
Pembimbing

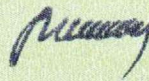


Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan

Program Studi Pendidikan Olahraga S2
Koordinator



Prof. Dr. Almedral, M.Pd
NIP. 19600430 198602 1 001




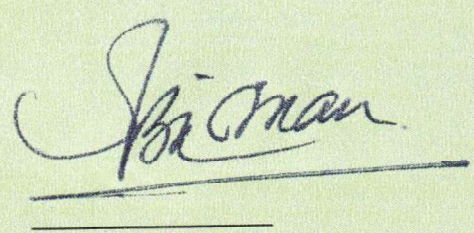
Dr. Damrah, M.Pd
NIP. 19610607 198803 1 001

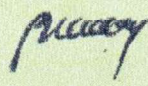
PERSETUJUAN KOMISI

UJIAN TESIS PENDIDIKAN OLAHRAGA S2

No	Nama	Tanda Tangan
----	------	--------------

1.	Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si, M.Pd NIP. 19840906 201404 1 001 (Ketua)	
----	---	---

2.	Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO NIP.19591104 198510 1 001 (Anggota)	
----	---	--

3.	Dr. Damrah, M.Pd NIP. 19610607 198803 1 001 (Anggota)	
----	--	---

Mahasiswa

Nama : Boki Ariantesa
NIM : 20199069
Tanggal Ujian : 14 November 2022

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan :

1. Karya tulisan ini, tugas akhir berupa tesis dengan judul **“Pengembangan E-Modul Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada materi Kebugaran Jasmani untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama.”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik magister, baik Universitas Negeri Padang maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan dalam perpustakaan.
3. Pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang telah berlaku.

Padang, November 2022
Yang menyatakan



Boki Ariantesa
NIM. 20199069/2020

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan segala puji dan syukur kepada Allah Yang Maha Kuasa atas segala rahmat dan karunia yang diberikan kepada kita semua. Berkat izin dari Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan Tesis ini dengan berjudul: “Pengembangan *E-Modul* Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Materi Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama.”. Kemudian Syalawat beserta salam kepada Nabi Besar Muhammad Salallahu Wa’alaihiwassalam yang telah membawa umat manusia keluar dari zaman *jahilliah* hingga kepada zaman yang berilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan pada saat ini.

Tujuan penelitian tesis ini adalah untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Pendidikan Olahraga S2, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Penulis mengakui dalam penulisan tesis ini mungkin masih jauh dari kata kesempurnaan dan harapan. Untuk itu, penulis bersedia menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun dari semua pihak, guna untuk kesempurnaan tesis ini.

Dalam pelaksanaan penulisan tesis ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis

ini. Terutama untuk yang paling special didalam kehidupan penulis yaitu kepada kedua orang tua (Ayah dan Ibu) beserta Keluarga yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga tesis ini dapat diselesaikan. Selain itu, secara khusus peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam mengikuti perkuliahan di Universitas Negeri Padang.
2. Prof. Dr. Alnedral, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk menyelesaikan tesis penelitian ini.
3. Dr. Damrah, M.Pd sebagai Koordinator Program Studi Pendidikan Olahraga S2 di Universitas Negeri Padang sekaligus dosen Kontributor dua yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan akademik yang optimal. dan juga yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan, dan koreksi selama penyelesaian tesis ini.
4. Dr. Asep Sujana Wahyuri, S.Si., M.Pd sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini.
5. Prof. Dr. Bafirman, HB.M.Kes.AIFO selaku dosen kontributor satu sekaligus guru besar di Universitas Negeri Padang yang telah memberikan nasehat, saran, masukan, arahan, dan koreksi selama penyelesaian tesis ini.

6. Seluruh staf pengajar Jurusan pendidikan olahraga S2 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Olahraga S2 yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil.
8. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah SWT. Amin.

Padang, November 2022

Peneliti



Boki Ariantesa
NIM.20199069

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK BAHASA INDONESIA	i
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS.....	iii
PERSETUJUAN KOMISI	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Kegunaan Hasil Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Konsep Pengembangan Model	12
B. Acuan Teoritik	14
1. pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan	14
a. Pengertian	14
b. Tujuan	17
2. Modul	18
a. Pengertian.....	18

b. Fungsi.....	19
c. Ciri – ciri	21
d. Sifat modul.....	23
e. Kelebihan dan kekurangan modul.....	23
f. Penyusunan modul.....	25
3. E-Modul	27
4. Kurikulum 2013	29
a. Kebugaran jasmani.....	32
1. Pengertian.....	32
2. Manfaat	33
b. Materi aktivitas kebugaran jasmani	37
C. Penelitian yang relevan.....	40
D. Desain model penelitian	40

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	46
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	46
C. Karakteristik Sasaran Penelitian	46
D. Langkah-langkah Pengembangan Model	46
E. Pengumpulan Data.....	49
F. Teknik Analisis Data	51

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	53
1. Pengembangan Model.....	53
B. Kelayakan Model.....	76
1. Validasi Materi	77
2. Validasi Media	85
3. Validasi Bahasa	87
C. Efektivitas Model (Melalui Uji Coba).....	90

1. Uji Coba Skala Kecil	90
2. Uji Coba Skala Besar	92
3. Uji Efektivitas Produk (E-Modul)	94
D. Pembahasan	95
1. Validasi Empirik	97
2. Pengembangan E-Modul PJOK Materi Kebugaran Jasmani	98
3. E-Modul yang dihasilkan	98
4. Kelebihan E-Modul	99
5. Kelemahan E-Modul	100
6. Keterbatasan Penelitian	100
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	103
B. Implikasi	103
C. Saran	105
DAFTAR RUJUKAN	105
LAMPIRAN	110

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Prosedur Pengembangan ADDIE.....	42
2. Tampilan canva pada browser.....	58
3. Gambar pencarian tamplate	58
4. Proses pembuatan cover E-Modul	59
5. Pembuatan animasi/gambar pada E-Modul	59
6. Mengganti warna animasi/gambar	60
7. Pembuatan teks pada E-modul	60
8. Penambahan slide.....	61
9. Tampilan setelah slide di tamah.....	61
10. Pembuatan cover belakang dan gambar transpran	62
11. Tampilan cover awal E-Modul	62
12. Tampilan Cover Belakang Modul.....	63
13. Tampilan Pengambilan Bahan Video E-Modul	63
14. Proses pengeditan video E-Modul	65
15. Proses memasukkan video yang akan di edit.....	65
16. Tampilan pengambilan bahan video yang akan di edit.....	66
17. Tampilan pengambilan bahan video yang akan di edit.....	66
18. Tampilan penambahan video pada timeline.....	67
19. Cara menghilangkan latar pada animasi	67
20. Cara menambahkan teks bacaan pada video	68
21. Memilih animasi, jenis huruf dan efek tampilan teks	68
22. Cara menggeser teks/video	69
23. Cara menyimpan video yang telah selesai di edit	69
24. Cara menyimpan video yang telah selesai di edit	70
25. Tahap penyusunan E-Modul yang telah di buat	71

26. Tampilan canva E-Modul awal	71
27. penambahan video pada canva E-Modul	72
28. Tampilan Penyusunan E-Modul.....	73
29. Tampilan E-Modul dengan link	74
30. Histogram Hasil Skor Angket Ahli Materi 1	78
31. Histogram Hasil Skor Angket Ahli Materi 2	81
32. Histogram Hasil Skor Angket Ahli Materi 3	83
33. Histogram Hasil Skor Angket Ahli Media	86
34. Histogram Hasil Skor Angket Ahli Bahasa	89
35. Bersama Siswa Kelas VII SMP Negeri 23 Kerinci	144
36. Bersama Guru Dan Siswa Pada Saat Melakukan Penelitian Di SMP Negeri 19 Kerinci.....	144
37. Bersama Guru Dan Siswa Pada Saat Melakukan Penelitian Di SMP Negeri 10 Kerinci.....	145
38. Pembelajaran menggunakan E-Modul pada uji coba skala kecil menggunakan In-focus di SMP Negeri 23 kerinci.....	145
39. Siswa Sedang Melakukan Pengisian Kuesioner	146
40. Pembelajaran menggunakan E-Modul pada uji coba skala Besar menggunakan computer di SMP Negeri 19 kerinci	146
41. Peneliti sedang Menjelaskan Cara Pengisian Koisioner dan Penggunaan e-Modul.....	147
42. Siswa Sedang Melakukan Pengisian Kuesioner di SMP Negeri 19 Kerinci.....	147
43. siswa sedang Menggunakan E-Modul Dengan menggunakan Handphone (HP) di SMP Negeri 10 Kerinci	148
44. Siswa Sedang Melakukan Pengisian Kuesioner di SMP Negeri 10 Kerinci.....	148
45. Peneliti Sedang Menjelaskan Penggunaan E-Modul	149
46. Validasi materi dengan guru PJOK SMP Negeri 23 Kerinci.....	149

47. Validasi materi dengan guru PJOK SMP Negeri 10 Kerinci	150
48. Validasi Dengan Dosen FIK UNP Sebagai Ahli Materi	150
49. Validasi Dengan Dosen FBS UNP Sebagai Ahli Bahasa	151
50. Validasi Dengan Dosen FT UNP Sebagai Ahli Media	151
51. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (push up).....	152
52. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (back up).....	152
53. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (sit up)	153
54. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (pull up).....	153
55. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (naik turun bangku) ...	154
56. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (Tarik menarik)	154
57. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (lari 100 M)	155
58. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (lari 800 M)	155
59. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (gerobak dorong).....	156
60. Dokumentasi pengambilan bahan video E- Modul (pemanasan)	156

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Perbandingan Antara Modul Elektronik Dengan Modul Cetak	29
2. Kompetensi Dasar, materi pembelajaran dan indicator	30
3. Skala penilaian	51
4. Kriteria persentase lembar validasi	52
5. Skor Angket Validasi E-Modul oleh Ahli Materi 1	77
6. Hasil Penilaian Ahli Materi 1	78
7. Persentase Hasil Penilaian Materi 1	79
8. Skor Angket Validasi E-Modul oleh Ahli Materi 2	80
9. Hasil Penilaian Ahli Materi 2	81
10. Persentase Hasil Penilaian Materi 2	82
11. Skor Angket Validasi E-Modul oleh Ahli Materi 3	83
12. Hasil Penilaian Ahli Materi 3	84
13. Persentase Hasil Penilaian Materi 3	84
14. Skor Angket Validasi E-Modul oleh Ahli Media	85
15. Hasil Penilaian Ahli Media	86
16. Persentase Hasil Penilaian Ahli Media	87
17. Skor Angket Validasi E-Modul oleh Ahli Bahasa	88
18. Hasil Penilaian Ahli Bahasa	89
19. Persentase Hasil Penilaian Ahli Bahasa	90
20. Hasil Uji Coba Skala Kecil	91
21. Hasil Uji Coba Skala Besar	93
22. Hasil Uji Efektivitas	94
23. Persentase dan Tingkat Kelayakan dari Para Ahli	97

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Ahli Mater	111
2. Kisi-kisi Instrumen Penilaian Ahli Media	116
3. Kisi-Kisi Instrumen Penilaian Ahli Bahasa	119
4. Instrumen Angket Peserta Didik	122
5. RPP Materi Kebugaran Jasmani.....	128
6. Hasil Validitas Instrumen Uji Coba Skala Kecil	136
7. Hasil Validitas Instrumen Uji Coba Skala Besar	137
8. Hasil Uji Reabilitas (Instrumen)	139
9. Nilai R Product Moment	141
10. Hasil Rekapitulasi Pretest Dan Posttest	142
11. Dokumentasi	144
12. Bentuk E-Modul.....	157
13. Surat Izin Penelitian	167
14. Surat Rekomendasi Penelitian	168
15. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Di SMPN 23 Kerinci..	169
16. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Di SMPN 10 Kerinci..	170
17. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Di SMPN 10 Kerinci..	171

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia pendidikan, pembelajaran merupakan interaksi dua arah dari seorang pendidik dan peserta didik, dimana antara keduanya terdapat komunikasi (Transfer) yang intens dan terarah menuju pada suatu tujuan yang telah ditentukan. Yang mana tujuan tersebut dapat kita lihat pada undang – undang nomor 20 tahun 2003 tentang system pendidikan nasional bab II pasal 3, dijelaskan bahwa fungsi pendidikan nasional yaitu:

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga, negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan merupakan suatu upaya dan usaha yang dilakukan pemerintah untuk mengembangkan potensi siswa, sehingga mereka menjadi manusia-manusia yang terampil, berilmu, kreatif, sehat dan mandiri. Selanjutnya melalui pendidikan dapat membentuk watak dan kepribadian peserta didik menjadi lebih baik dan bermartabat serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta bertanggung jawab pada diri sendiri, keluarga dan orang lain serta bangsa dan negara.

Terkait dengan hal tersebut diatas pembelajaran dalam dunia pendidikan sekarang ini harus menyesuaikan dengan perkembangan zaman yang terus - menerus berkembang. Siswa sebagai calon generasi muda harus belajar secara cepat, tepat serta menggunakan dan memanfaatkan teknologi untuk mencapai kesuksesan belajarnya.

Dari berbagai mata pelajaran dalam pendidikan yang harus di ajarkan terhadap siswa, diantaranya yang tidak kalah penting harus diajarkan adalah mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes). Penjasorkes merupakan salah satu mata pelajaran yang diajarkan kepada seluruh siswa mulai dari tingkat dasar sampai tingkat atas bahkan sampai perguruan tinggi. Penjasorkes mempunyai peranan yang signifikan dalam menyumbang dunia pendidikan, melalui Penjasorkes memungkinkan seorang siswa memiliki tingkat kebugaran yang baik sehingga dapat menunjang ketahanan dalam mengikuti mata pelajaran yang lain dan juga agar tujuan dari pendidikan nasional yang sudah di tetapkan dapat tercapai sebagaimana mestinya.

Ruang lingkup pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dengan materi kebugaran jasmani memfokuskan pada peningkatan kemampuan tubuh seorang siswa agar memiliki ketahanan untuk mengikuti pembelajaran – pembelajaran yang lainnya dengan bersemangat tanpa mengalami kelelahan yang berarti. Hal ini sesuai dengan pengertian kebugaran jasmani menurut Muhajir (2017:) “Kebugaran jasmani adalah kesanggupan dan kemampuan tubuh untuk melakukan penyesuaian (adaptasi) terhadap pembebasan

fisik yang diberikan kepadanya (dari kerja yang dilakukan sehari - hari) tanpa menimbulkan kelelahan berlebihan yang berarti”.

Dari pendapat tersebut sudah jelas bahwa kebugaran sangat penting dimiliki oleh siswa agar siswa memiliki kemampuan tubuh yang baik untuk mengikuti seluruh pembelajaran di sekolah dengan bersemangat sehingga tujuan pendidikan nasional dapat tercapai dengan maksimal. Hal ini membuktikan, bahwa kebugaran jasmani pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan harus disampaikan secara optimal, supaya tujuan yang pendidikan nasional dapat tercapai.

Tidak bisa dipungkiri bahwa pada saat sekarang ini karena wabah penyakit Covid 19 mengharuskan siswa untuk tidak beraktivitas di luar kelas, dan solusi pada saat ini yang dimiliki oleh guru yaitu siswa diberikan tugas secara mandiri untuk dilakukan di rumah yang maksudnya agar tujuan pendidikan jasmani dapat berjalan sebagaimana mestinya, namun hal yang terjadi tidak sesuai dengan harapan guru yang mana siswa menjadi jenuh dan bosan karena mereka tidak memahami materi dengan baik karena siswa hanya dibekali dengan sebuah modul cetak yang berupa gambarnya saja, dan hal tersebut membuat pembelajaran menjadi tidak menarik sehingga siswa malas untuk belajar dan tugas yang diberikan hasilnya tidak sesuai dengan harapan guru di sekolah.

Perlu diketahui bahwa agar tercapainya tujuan dari pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) tentu harus didukung dengan beberapa factor. Yang mana factor tersebut yaitu menurut Aris (2016: 12) ada dua fakto

factor internal dan eksternal. Yang mana factor internal yaitu berupa minat, motivasi, yang timbul di dalam diri peserta didik sehingga mendorong peserta didik untuk melakukan atau mengikuti proses pembelajaran.

Selain itu factor eksternal yaitu, guru, sarana dan prasarana, modul (buku) yang dapat membantu siswa atau mendorong siswa untuk belajar secara mandiri. Terkait dengan hal tersebut masalah yang timbul seperti yang sudah di samapaikan sebelumnya di atas yaitu seperti yang sedang dirasakan saat ini, Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan tidak dapat dilakukan di lapangan seperti biasanya dikarenakan wabah penyakit atau kerap kita sebut dengan Covid 19. Oleh karena itu, Untuk membantu murid dalam pelaksanaan pembelajaran perlu adanya pengembangan bahan ajar dan media pembelajaran agar dapat mengatasi permasalahan yang terjadi saat ini, salah satunya dengan adanya modul yang memanfaatkan teknologi yang didesain untuk peserta didik.

Modul cetak sekarang ini dapat dijadikan penyajiannya ke dalam bentuk elektronik, sehingga melahirkan istilah *E-Modul* (Modul Elektronik). Dengan begitu, modul elektronik menjadi sebuah bentuk bahan ajar yang sesuai dengan karakteristik materi ajar yang telah dikemas di dalam satu kesatuan utuh, disusun secara sistematis, dipelajari secara mandiri dan lebih aktif dipelajari oleh siswa tanpa bimbingan guru meskipun belajar di rumah saja. *E-Modul* adalah fasilitas pembelajaran secara mandiri tanpa bantuan guru karena bersifat fleksibel maka siswa dapat memilih waktu, tempat dan kapan akan mengulang pembelajaran.

Dari penjelasan di atas nampak jelas bahwa ada beberapa pengaruh yang menyebabkan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sulitnya pencapaian tujuan belajar yaitu : hasil belajar yang kurang memuaskan karena pembelajaran tidak diterima dengan baik oleh murid khususnya dimasa Pandemi Covid-19 ini, masih kurangnya media pembelajaran yang kreatif dan metode pembelajaran yang monoton, sarana dan prasarana yang masih belum memadai serta kurangnya kemampuan guru dalam mengelola kelas. Sehingga pendidik harus lebih memperhatikan hal tersebut untuk mencapai tujuan pembelajaran karena kondisi belajar sekarang tidak sama dengan kondisi belajar sebelumnya, sehingga harus disesuaikan dengan kebutuhan, kondisi dan tujuan yang akan dicapai.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara yang penulis lakukan terhadap guru dan siswa dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di salah satu Sekolah Menengah pertama yang berada di Kerinci yaitu Sekolah Menengah Pertama Negeri 23 kerinci, Pembelajaran dilakukan selama masa Covid 19 ini yaitu menggunakan metode tugas dan ceramah. Dan media pendukung yang ada di sekolah yaitu seperti : buku, gambar, sarana dan prasarana yang ada di sekolah. Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan saat ini dilakukan di dalam kelas saja.

Melalui wawancara yang dilakukan terhadap beberapa siswa pembelajaran tidak dilakukan secara efektif terkhususnya pada materi praktek selain dikarenakan keadaan yang melarang untuk melakukan praktek diluar kelas, sarana

dan prasarana di sekolah juga bisa dikatakan masih sangat jauh dari kata sempurna untuk digunakan oleh siswa terkhusus dalam mata pelajaran penjas. Hal ini dibuktikan dengan sarana seperti bola yang hanya ada beberapa saja seperti untuk sepak bola hanya ada 2, bola voli ada 2, bola takraw 2, bola basket 3, kun/patok hanya ada 10, hanya ada itu sarana yang ada di sekolah, hal ini tentu untuk tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan akan sangat sulit tercapai. Begitu juga dengan semangat belajar di sekolah dan di rumah, disebabkan pembelajaran praktek tidak bisa dilakukan di lapangan serta belajar mandiri di rumah hanya dengan media yang ada seperti buku yang diberikan oleh pihak sekolah tentu akan sulit untuk dimengerti oleh siswa. Selain sulit dimengerti tentu siswa juga kurang berminat untuk melakukannya, karna penjelasan di dalam buku tidak membuat mereka tertarik karena hanya melihat gambarnya saja yang terkadang tidak jelas gambarnya. Akibatnya nilai penjas yang seharusnya di atas kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu di atas 70 malah sebaliknya.

Berdasarkan wawancara dengan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Menengah Pertama Tersebut mengatakan nilai siswa banyak sekali yang di bawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang mana nilai kriteria ketuntasan minimal untuk mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berdasar informasi dari sekolah yaitu 70, dan hanya beberapa orang saja yang mencapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) itupun nilainya tidak ada yang lebih dari 75. Hal tersebut sudah tampak jelas tujuan dari pendidikan

jasmani yang seharusnya membuat siswa menjadi sehat dan bugar agar mereka semangat untuk mengikuti pembelajaran, dengan melihat hasil belajarnya dan mendengar dari hasil wawancara dengan siswa maka penulis menyimpulkan bahwa kebugaran jasmani siswa tersebut belum tercapai sebagaimana mestinya.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk memberikan solusi yang tepat guna tercapainya tujuan belajar meskipun dengan cara belajar mandiri, yaitu Pengembangan *E-Modul* Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan pada Materi Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama. Dengan memberikan pengembangan tersebut diharapkan mampu menjadi solusi yang tepat pada permasalahan yang sedang dialami khususnya di masa sekarang ini.

B. Identifikasi Masalah

Bertitik tolak dari uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa dugaan penyebab permasalahan antara lain yaitu:

1. Kurangnya sarana dan prasarana, apabila sarana dan prasarana pendidikan jasmani tidak lengkap atau terbatas maka tentu akan berdampak terhadap hasil belajar siswa yang kurang maksimal.
2. Motivasi belajar siswa, apabila motivasi belajar siswa kurang maka proses pembelajaranpun tidak akan bisa berjalan sebagaimana mestinya.
3. Tidak tepatnya pemilihan media dan metode pembelajaran, apabila pemilihan media dan metode pembelajaran oleh guru tidak sesuai dengan

karakteristik siswa yang di ajarkan tentu juga akan berdampak terhadap hasil belajar siswa.

4. Strategi belajar yang kurang tepat, jika strategi yang di pakai oleh seorang guru tidak bagus tentu siswa tidak akan berminat dan termotivasi untuk melakukan pembelajaran.
5. Keterbatasan sumber belajar siswa yang hanya menggunakan Modul cetak atau tidak adanya modul elektronik di sekolah, hal ini juga berdampak besar terhadap hasil belajar mengingat pada saat sekarang ini mengharuskan siswa untuk belajar di rumah, dengan tidak adanya modul elektronik atau *E- modul* maka siswa akan kesulitan untuk memahami materi pembelajaran sehingga siswa akan bosan dan jenuh untuk belajar karna hanya melihat media cetak saja sehingga hasil belajar siswapun tidak maksimal.

C. Pembatasan Masalah

Karena banyaknya penyebab masalah dan juga keterbatasan dana, waktu, serta literatur yang ada pada penulis serta kompleksnya permasalahan untuk lebih fokusnya maka penulis membatasi penelitian ini yang berhubungan dengan Pengembangan *E-Modul* Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Materi Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama.

D. Perumusan Masalah

Dalam penelitian ini masalah yang akan diteliti dirumuskan sebagai berikut: Bagaimanakah Pengembangan *E-Modul* Mata Pelajaran Pendidikan

Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada Materi Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama.

E. Tujuan Penelitian

Bertitik tolak dari latar belakang dan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan *E-Modul* Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Materi Kebugaran Jasmani Untuk Siswa Kelas VII Sekolah Menengah Pertama.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang diuraikan di atas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat dari penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Dengan adanya penggunaan *E-modul* sebagai media pembelajarannya, diharapkan kualitas pembelajaran dapat ditingkatkan, baik pembelajaran yang berlangsung saat di dalam kelas ataupun pembelajaran yang dilakukan secara mandiri oleh siswa.
- b. Dengan adanya penelitian pengembangan ini sehingga dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam melakukan penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

- a. Kepala sekolah, dapat memberikan inovasi berupa pengembangan media pembelajaran dalam bentuk *E-Modul* yang bisa dijadikan sumber untuk belajar secara mandiri bagi siswa. Selain itu diharapkan *E-Modul* ini dapat menjadi bahan alternatif dalam meningkatkan mutu serta memperbaiki kualitas pembelajaran.
- b. Guru, dapat menambah inovasi media pembelajaran agar pembelajaran dapat dilaksanakan meski pembelajaran dilakukan secara *daring*. Selain itu juga untuk bahan masukan guru dalam penggunaan *E-modul* saat dilaksanakannya kegiatan belajar.
- c. Siswa, meningkatkan semangat belajar dan meningkatkan tingkat pemahaman peserta didik terhadap materi yang disampaikan, sehingga memudahkan siswa dalam melaksanakan praktik secara langsung. selain itu juga diharapkan dapat meningkatkan hasil belajar siswa sehingga dapat mencapai atau melebihi dari nilai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan.
- d. Orang tua, dapat membantu dalam membimbing anak untuk belajar dirumah, dan dapat mengawasi anak dalam melakukan pembelajaran meski tidak adanya guru.
- e. peneliti, sebagai salah satu persyaratan dalam rangka memperoleh gelar Magister (M.Pd) di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, dan bisa memberikan pengalaman untuk peneliti dalam pelaksanaan

penelitian pengembangan *E-modul* pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

- f. Peneliti Lain, diharapkan mampu memberikan informasi terkait dengan *E-modul* pembelajaran dan bisa dipergunakan untuk bahan kajian atau sebagai bahan rujukan untuk penelitian lanjutan atau yang serupa.