

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN  
KESEHATAN SAAT PANDEMI COVID -19 SISWA DI UNIT PENGELOLA  
TEKNIS SEKOLAH DASAR NEGERI 19 PADANG SIRIH  
KABUPATEN PESISIR SELATAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH :**

**ILHAM DESMA PUTRA  
NIM. 17086405**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2021**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**PELAKSANAAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANII  
OLAHRAGA KESEHATAN PADA SAAT PANDEMI COVID-19 SISWA  
DI UNIT PENGELOLA TEKNIS SEKOLAH DASAR NEGERI 19  
PADANG SIRIH KABUPATEN PESISIR SELATAN**

Nama : Ilham Desma Putra  
NIM : 17086405  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2021

Disetujui Oleh :

Ketua Jurusan  
Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan, M Kes  
NIP. 196112301988031003

Pembimbing



Dra. Pitnawati, M Pd  
NIP. 195905131984032002

## PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Olahraga Jasmani Kesehatan Olahraga dan  
Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

**Judul** : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga Kesehatan Pada Saat Pandemi Covid-19  
Siwa di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri  
19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan

**Nama** : Ilham Desma Putra  
**NIM** : 17086405  
**Program Studi** : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
**Jurusan** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

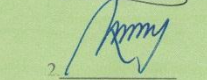
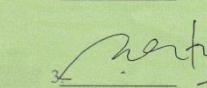
Padang, Juni 2021

Tim Penguji :

**Ketua** : Dra. Pitnawati, M.Pd

**Sekretaris** : Dr. Khairuddin, M.Kes. AIFO

**Anggota** : dr. Eldawaty, MH. Kes

1.   
2.   
3. 

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim

Padang, Mei 2021  
Yang membuat pernyataan



Ilham Desma Putra  
NIM.17086405

## ABSTRAK

### **Ilham Desma Putra (2021): Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Pada Saat Pandemi Covid-19 Siswa di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.**

Masalah dalam penelitian ini adalah Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan kurang terlaksana dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran jasmani olahraga kesehatan pada saat pandemi covid-19 siswa di Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 207 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 20 orang dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik pengisian angket skala likert. Data yang di peroleh dan diperiksa secara teliti kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik presentase dengan formulasi/rumus  $P = f / n \times 100\%$ .

Hasil penelitian adalah 1) Perencanaan pembelajaran PJOK pada saat pandemi covid 19 Siswa di Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan berada dalam kategori **cukup** dengan persentase 70%. 2) Pelaksanaan pembelajaran penjasorkes pada saat pandemi covid 19 Siswa di Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan berada dalam kategori **cukup** dengan persentase 67%. 3) Evaluasi pembelajaran penjasorkes pada saat pandemi covid 19 Siswa di Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan berada dalam kategori **kurang** dengan persentase 62%.

**Kata Kunci : Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan, Pandemi Covid 19**

## KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Pada Saat Pandemi Covid-19 Siwa di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan”.

Skripsi ini dibuat melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .Dalam pelaksanaan penyusunan proposal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Ganefri, M.Pd, Ph.D sebagai Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan pelayanan yang optimal selama mengikuti perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Zarwan, M. Kes sebagai ketua Jurusan Pendidikan Olahraga yang telah memberikan bantuan administrasi dan konsultatif dalam perkuliahan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

4. Ibu Dra. Pitnawati, M.Pd sebagai pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat serta dukungan moral kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.
5. Bapak Dr. Khairuddin, M.Kes. AIFO dan Ibu dr. Eldawaty, MH. Kes sebagai dosen penguji yang telah memberikan masukan, kritik dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, ayahanda dan ibunda yang sangat kucintai yang banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan do'anya yang tulus dan tak kunjung henti kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini
7. Kepada teman-teman dan siswa UPT Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan yang telah memberikan bantuan berupa moril dan materil.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan proposal ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Mei 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

|                                                           | Halaman     |
|-----------------------------------------------------------|-------------|
| <b>ABSTRAK.....</b>                                       | <b>i</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                | <b>ii</b>   |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                    | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                 | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                 | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                              | <b>viii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                  |             |
| A. Latar Belakang Masalah .....                           | 1           |
| B. Identifikasi Masalah .....                             | 6           |
| C. Pembatasan Masalah .....                               | 6           |
| D. Perumusan Masalah .....                                | 7           |
| E. Tujuan Penelitian .....                                | 7           |
| F. Kegunaan Hasil Penelitian .....                        | 8           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>                            |             |
| A. Kajian Teori .....                                     | 10          |
| 1. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan .....        | 10          |
| 2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran .....                 | 15          |
| 3. Pelaksanaan Pembelajaran .....                         | 21          |
| 4. Evaluasi Pembelajaran .....                            | 25          |
| 5. Covid 19.....                                          | 26          |
| B. Kerangka Konseptual.....                               | 28          |
| C. Pertanyaan Penelitian.....                             | 28          |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>                      |             |
| A. Jenis Penelitian.....                                  | 30          |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian .....                      | 30          |
| C. Populasi dan Sampel.....                               | 30          |
| D. Definisi Operasional .....                             | 32          |
| E. Jenis dan Sumber Data .....                            | 33          |
| F. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data ..... | 33          |

|                                               |           |
|-----------------------------------------------|-----------|
| H. Teknik Analisis Data .....                 | 35        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> |           |
| A. Deskripsi Data.....                        | 37        |
| 1. Perencanaan Pembelajaran.....              | 37        |
| 2. Pelaksanaan Pembelajaran .....             | 38        |
| 3. Evaluasi Pembelajaran.....                 | 40        |
| B. Pembahasan .....                           | 41        |
| <b>BAB V PENUTUP</b>                          |           |
| A. Kesimpulan .....                           | 47        |
| B. Saran.....                                 | 47        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                    | <b>49</b> |

## **DAFTAR TABEL**

| <b>Tabel</b>                                                              | <b>Halaman</b> |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Populasi Penelitian.....                                               | 30             |
| 2. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....                                   | 34             |
| 3. Distribusi Frekuensi Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani ..... | 38             |
| 4. Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....  | 39             |
| 5. Distribusi Frekuensi Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....    | 40             |

## **DAFTAR GAMBAR**

| <b>Gambar</b>                                                   | <b>Halaman</b> |
|-----------------------------------------------------------------|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual .....                                    | 27             |
| 2. Histogram Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....  | 38             |
| 3. Histogram Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani.....   | 39             |
| 4. Histogram Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....     | 41             |
| 5. Peneliti dengan Guru Olahraga SD Negeri 19 Padang Sirih..... | 61             |
| 6. Lapangan Depan SD Negeri 19 Padang Sirih .....               | 61             |
| 7. Pengisian Angket Oleh Siswa dengan Google Form .....         | 62             |

## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran                                                           | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------|---------|
| 1. Kisi-Kisi Angket .....                                          | 52      |
| 2. Angket .....                                                    | 53      |
| 3. Tabulasi Data Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani ..... | 58      |
| 4. Tabulasi Data Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani ..... | 59      |
| 5. Tabulasi Data Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani .....    | 60      |
| 6. Dokumentasi .....                                               | 61      |
| 7. Surat Izin Penelitian .....                                     | 67      |
| 8. Surat Balasan Penelitian .....                                  | 68      |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pendidikan mempunyai peran yang sangat penting dalam memajukan suatu bangsa. Pendidikan diharapkan dapat mencerdaskan generasi muda yang mampu mengembangkan potensi dalam diri, serta berpola pikir secara kritis dan dinamis, bertanggung jawab, berakhlak mulia, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Pendidikan juga harus mampu menghasilkan sumber daya manusia yang memiliki kompetensi yaitu sikap, pengetahuan dan keterampilan. Pendidikan adalah reorganisasi pengalaman dalam menambah kemampuan untuk mengarah pendidikan pada masa yang akan datang.

Menurut UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab I Pasal 1 (ayat 1) yaitu sebagai berikut:

“Pendidikan pada dasarnya merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.”

Di dunia saat ini sedang marak wabah *coronavirus* yang dapat menyebabkan penyakit yang disebut COVID-19. COVID-19 yang terjadi di berbagai negara termasuk Indonesia berdampak pada berbagai bidang termasuk pendidikan. Saat ini dunia pendidikan sedang menghadapi permasalahan yang cukup kompleks. Serangan virus tersebut berdampak pada penyelenggaraan pembelajaran di semua. Tentunya tidak ada banyak kendala pada jenjang

perguruan tinggi dan sebagian sekolah menengah atas yang sudah terbiasa menerapkan pembelajaran *online*, namun tidak demikian dengan jenjang sekolah menengah pertama yang bahkan tidak diperbolehkan membawa perangkat komunikasi (*handphone*) ke sekolah atau ke ruang kelas.

Pada tanggal 24 Maret 2020 Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran COVID-19. Proses belajar dilaksanakan di rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh yang bertujuan untuk memutus mata rantai penyebaran COVID-19. Pembelajaran daring merupakan pemanfaatan jaringan internet dalam proses pembelajaran. Pembelajaran daring membuat siswa memiliki keleluasaan waktu belajar, dapat belajar kapanpun dan dimanapun. Siswa dapat berinteraksi dengan guru menggunakan beberapa aplikasi seperti *classroom*, *video conference*, telepon atau *live chat*, *zoom* maupun melalui *whatsapp group*. Pembelajaran ini merupakan inovasi pendidikan untuk menjawab tantangan akan ketersediaan sumber belajar yang variatif. (Nakayama M, Yamamoto H, 2007: 200).

Menurut Suherman, (2018: 37) Pendidikan Jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, kecerdasan emosi dan sikap sportif. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara yang tepat agar memiliki makna bagi siswa.

Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, ketrampilan gerak, ketrampilan berpikir kritis, ketrampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional didalam pendidikan jasmani olahraga terdapat mata pelajaran yaitu pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) (Oyatra Utama Warda, Pitnawati, 2019).

Pendidikan olahraga merupakan disiplin ilmu yang didominasi praktik pada aktivitas fisik dan sedikit teori. Dalam kurikulum 2013 (K13) pendidikan olahraga di jenjang pendidikan dasar menyatu dalam Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Olahraga (PJOK). Sejalan dengan itu maka hakikat pendidikan jasmani mencakup semua unsur kebugaran, keterampilan gerakan fisik, kesehatan, permainan, olahraga, tari dan rekreasi (Qomarrullah, 2014: 78).

Pembelajaran PJOK yang didominasi dengan gerakan fisik dilaksanakan di ruang terbuka atau di lapangan. Metode untuk pendidikan olahraga adalah metode deduktif atau metode perintah, dengan ragam terhadap pemberian tugas, demonstrasi dan sedikit penjelasan (Supriyadi, 2018: 7). Berbagai

keterbatasan seperti akses internet dan kemampuan operasional pada fitur-fitur *online*, pendidikan jasmani dengan sendirinya menemui berbagai hambatan dan kendala di masa pandemi COVID-19.

Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (penjasorkes) menurut K-13 dimulai dari penyusunan rencana pembelajaran yang terdiri dari program tahun, semester, silabus, rencana pelaksanaan pembelajaran. Proses pembelajaran dilaksanakan berdasarkan perencanaan yang sudah ditentukan dalam K-13 tersebut. Pada akhir pembelajaran semester 1, dilakukan ujian akhir semester (evaluasi) untuk mengetahui kemampuan peserta didik dalam pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) dan sebagai tolak ukur apakah guru penjas yang mengajar berhasil dalam memberikan pembelajaran berdasarkan rencana pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

Upaya mewujudkan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) tersebut perlu mendapatkan perhatian secara sungguh-sungguh dari satuan pendidikan, terutama guru pendidikan jasmani. Dalam hal ini hendaknya seorang guru penjasorkes Sekolah Dasar (SD) mengerti tentang prinsip profesi seorang guru penjas seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 14 Tahun 2005 tentang guru dan dosen BAB III Pasal 7 Ayat 1 yaitu :

“a) memiliki bakat, minat, panggilan jiwa dan idealisme, b) Memiliki komitmen untuk meningkatkan mutu pendidikan, keimanan, ketaqwaan, dan akhlak mulia, c) Memiliki kualifikasi akademik dan latar belakang pendidikan sesuai dengan bidang

tugas, d) Memiliki kompetensi yang diperlukan sesuai dengan bidang tugas, e) Memiliki tanggung jawab atas pelaksanaan tugas keprofesionalan, f) Memperoleh penghasilan yang ditentukan sesuai dengan presentasi kerja, g) Memiliki kesempatan untuk mengembangkan keprofesionalan secara berkelanjutan dengan belajar sepanjang hayat, h) Memiliki jaminan perlindungan hukum dalam melaksanakan tugas keprofesionalan; dan i) Memiliki organisasi keprofesionalan yang mempunyai kewenangan mengatur hal-hal yang berkaitan dengan tugas keprofesionalan guru”.

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa seorang guru penjasorkes itu harus memiliki bakat dan minat serta panggilan jiwa dan bersungguh-sungguh dalam memberikan pembelajaran kepada peserta didik sesuai profesi dan selalu menambah ilmu pengetahuan sehingga dapat mempertanggung jawabkan tugasnya sebagai seorang guru penjas khususnya guru penjas sekolah dasar yang dijalankan. Begitu juga ketika melaksanakan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.

Pembelajaran penjasorkes dapat berjalan dengan baik ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, yaitu: motivasi siswa dalam belajar, lingkungan belajar yang kondusif, tenang dan nyaman, metode dan media pembelajaran, sarana dan prasaaran yang diperlukan dalam pembelajaran, perhatian dan pengawasan kepala sekolah terhadap pembelajaran penjasorkes, strategi perencanaan pembelajaran, serta pengetahuan dan kemampuan guru penjas dalam mengajar.

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru penjasorkes pada sabtu 20 Februari 2021 dengan Bapak Afrilafauzi Yendra, S.Pd di Unit

Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan, Untuk sarana prasarana dan alat sebagai media pembelajaran PJOK yang ada di Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan masih tergolong kurang memadai sehingga kurang menunjang proses kegiatan belajar mengajar ditambah dengan keadaan pandemic covid 19 sekarang ini. Akan tetapi, meskipun sarana prasarana dan alat yang ada di sekolah kurang memadai proses pembelajaran tetap berjalan disaat masa pandemic ini siswa belajar di rumah dengan sistem alat komunikasi, karena setiap guru penjasorkes yang ada di sekolah tersebut dituntut untuk selalu mengembangkan kreatifitas dan memodifikasi alat sebagai media pembelajaran dengan kemampuan yang dimilikinya seorang guru.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani Olahraga Kesehatan di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan. Maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut :

1. Motivasi siswa
2. Kemampuan guru penjas
3. Metoda dan media pembelajaran
4. Perencanaan pembelajaran
5. Pelaksanaan pembelajaran
6. Strategi pembelajaran

## 7. Evaluasi pembelajaran

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, banyak faktor yang mempengaruhi pelaksanaan pembelajaran, dan meningkatkan keterbatasan kemampuan dana dan waktu yang penulis miliki, maka peneliti membatasi penelitian ini atas beberapa faktor, yaitu :

1. Perencanaan pembelajaran
2. Pelaksanaan pembelajaran
3. Evaluasi pembelajaran

### **D. Perumusan Masalah**

Dari pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan?
2. Bagaimana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan?
3. Bagaimana evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini untuk memperoleh gambaran yang jelas atau nyata dan untuk mengetahui tentang :

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.
2. Untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.
3. Untuk mengetahui evaluasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada saat pandemic covid 19 di Unit Pengelola Teknis Sekolah Dasar Negeri 19 Padang Sirih Kabupaten Pesisir Selatan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi :

1. Guru penjas dalam usaha mengatasi kendala-kendala yang dialami dalam pembelajaran penjas di sekolah
2. Penelitian selanjutnya sebagai bahan masukan untuk meneliti lebih mendalam dalam hal yang sama
3. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan bacaan di perpustakaan
4. Kepala sekolah sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pengawasan dalam proses pembelajaran di sekolah

5. Dinas terkait guna meningkatkan perhatian dan pengawasan terhadap pelaksanaan pendidikan di sekolah