

Editor:

Adi Wijayanto | Andi Asrifan |  
Yulianti | Rifqi Festiawan

Penulis:

Dr. Karwanto, M.Pd., dkk.



# ADAPTASI KEBIASAAN BARU MASYARAKAT INDONESIA

PADA ERA PANDEMI COVID 19:  
Tinjauan Berbagai Disiplin Ilmu



| Karwanto | Wahab Syakhirul Alim | Nurlia Latipah | Bona Ventura |  
Veramyta Maria Martha Flora Babang | Tuti Nuriyati | Muhajir | Alventur Baun |  
Achmad Baidawi | Aria Septi Anggaira | Lasmi Febrianingrum | Nurul Nitasari |  
Sabaruddin Yunis Bangun | Muhamad Syamsul Taufik | Idris Moh Latar | Ratno  
Susanto | Siti Marlida | Makhfudz | Frida Akmalia | Mita Mahda Saputri | Yenny  
Anastasia Pellondou | Maria Patrisia Ivonie Babang | Arie Asnaldi | Benny Badaru |  
Adi Rahadian | Arga | Nenni Dwi Aprianti Lubis |  
Merita Eka Rahmuniyati |

# *Antologi*

## ADAPTASI KEBIASAAN BARU

### MASYARAKAT INDONESIA

## *Pada Era Pandemi COVID - 19: Tinjauan dari Berbagai Disiplin Ilmu*

Dr. Karwanto, M.Pd., dkk.

Editor:

Dr. Adi Wijayanto, S.Or., S.Kom., M.Pd., AIFO.

Dr. Andi Asrifan, S.Pd., M.Pd.

Yulianti, S.Sos., M.I.Kom.

Rifqi Festiawan, S.Pd., M.Pd., AIFO.

Pengantar:

Prof. Dr. H. Akhyak, M.Ag.

Direktur Pascasarjana IAIN Tulungagung



## **ANTOLOGI**

Adaptasi Kebiasaan Baru Masyarakat Indonesia  
pada Era Pandemi Pandemi Covid-19:  
Tinjauan dari Berbagai Disiplin Ilmu

Copyright © Karwanto, dkk., 2020  
Hak cipta dilindungi undang-undang  
*All right reserved*

Layout: Arif Riza  
Desain cover: Diky M. Fauzi  
Penyelaras Akhir: Adi Wijayanto, dkk  
vii + 213 hlm: 14.8 x 21 cm  
Cetakan Pertama, November 2020  
ISBN: 978-623-6704-22-6

## **Anggota IKAPI**

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memplagiasi atau  
memperbanyak seluruh isi buku ini.

Diterbitkan oleh:

### **Akademia Pustaka**

Perum. BMW Madani Kavling 16, Tulungagung  
Telp: 081216178398  
Email: redaksi.akademia.pustaka@gmail.com  
Website: <http://akademiapustaka.com/>

# KATA PENGANTAR



Puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan karuniaNYA buku dengan judul "Adaptasi Kebiasaan Baru Masyarakat Indonesia pada Era Pandemi Covid 19: Tinjauan Berbagai Disiplin Ilmu" selesai disusun. Buku ini merupakan karya anak bangsa, yang ditulis secara kolaboratif oleh para akademisi dari berbagai perguruan tinggi nasional dan para praktisi bidang pendidikan nasional. Gagasan penulisan kolaboratif ini muncul saat terjadi Pandemi Covid-19. Topik-topik tulisan yang cukup menarik dari para penulis (dosen, mahasiswa, guru dan praktisi pendidikan) tersebut muncul sebagai upaya membantu pemikiran menghadapi situasi yang berubah secara drastis.

Proses pendidikan yang sudah terbiasa dilakukan di sekolah dan perguruan tinggi harus mampu juga diwujudkan ketika harus belajar dari rumah. Kondisi ini tentu menjadi tantangan bagi profesi bidang pendidikan. Buku ini hadir tentunya untuk menjadi salah satu referensi bagaimana seharusnya para profesi bidang pendidikan menjalankan profesinya. Prediksi berbagai pihak bahwa belajar di rumah secara digital (*online*) diperkirakan relatif tidak dapat mewujudkan hasil belajar yang optimal, seperti diketahui bahwa hasil belajar di sekolah secara umum diukur melalui tiga domain yaitu kognitif (pengetahuan), psikomotor (keterampilan atau penguasaan gerak atau keahlian) dan afektif (perubahan sikap atau perilaku atau karakter). Domain kognitif, afektif dan psikomotor diyakini masih dapat diwujudkan melalui *online* meskipun relatif kurang optimal hasil belajarnya.

Terobosan yang banyak disarankan melalui berbagai webinar terkait tantangan dan peluang belajar daring (dalam jaringan) atau secara digital (*online*) di tengah badai *Covid-19*. Kondisi Adaptasi Kebiasaan Baru (*New Normal Era*) bukan hanya tantangan bagi para profesi bidang pendidikan tetapi juga para orangtua yang kebanyakan belum mampu menyiapkan lingkungan belajar di rumah relatif sama dengan di sekolah dan selain juga harus menyiapkan kuota internet yang cukup besar agar dapat mengakses video keterampilan gerak sebagai materi ajar pendidikan yang akan dipelajari di rumah.

Ada pepatah kuno mengatakan “tiada rotan akar pun jadi”. Artinya para profesi bidang pendidikan harus dapat mendisrupsi pikirannya bagaimana caranya agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan hasil belajar yang tinggi diharapkan dapat terwujud di tengah kondisi adaptasi kebiasaan baru selama masa pandemi *Covid-19*. Kondisi inilah yang melatarbelakangi pikiran para pakar dalam bidang pendidikan untuk menuangkan pikiran-pikirannya dalam buku ini dengan tulisan ringan, ilmiah, logika dan mudah dipahami, setidaknya mampu menjadi referensi untuk menghadapi adaptasi kebiasaan baru selama masa Pandemi *Covid-19*.

Terima kasih kepada para penulis dari berbagai lembaga pendidikan nasional mulai Aceh sampai Papua, yang telah meluangkan waktu dan berkenan mengisi tulisan dalam Antologi ini, semoga tetap semangat berkarya dan terus berkarya mengisi ruang literasi pendidikan nasional. Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca semua, dan mampu mendorong munculnya karya-karya ilmiah berikutnya.

Tulungagung, 28 Oktober 2020

Prof. Dr. H. Akhyak, M.Ag

# DAFTAR ISI



<b>Kata Pengantar</b> .....	iii
<b>Daftar Isi</b> .....	v
<b>Bab I Upaya Peningkatan Mutu Pendidikan selama Pandemi Covid-19.1</b>	
Peningkatan Mutu Pengelolaan Pendidikan melalui Six Sigma	
<i>Dr. Karwanto, M.Pd.</i> .....	1
Penggunaan Flipped Classroom pada Pembelajaran Efl di Era New Normal	
<i>Wahab Syakhirul Alim, M.Pd.</i> .....	13
Pelatihan Pembelajaran Online bagi Guru IPA di Era Covid-19	
<i>Nurlia Latipah, M.Pd.Si.</i> .....	21
Tiga Pilar Pendidikan pada Masa Pandemi	
<i>Bona Ventura</i> .....	27
<b>Bab II Problematika Pembelajaran Daring</b> .....	35
Permasalahan dalam Belajar Online selama Pandemi Covid 19	
<i>Veramyta Maria Martha Flora Babang, S.Pd Jas, M.Or</i> .....	37
Problematika Pendidikan Islam di Masa Pandemi	
<i>Tuti Nuriyati, M.Pd</i> .....	45
Problematika Pendidikan Jarak Jauh pada Masa Pandemi Covid-19 di SD/MI (Ditinjau dari Sisi Kelebihan dan Kekurangannya)	
<i>Muhajir, S. Ag., M.Pd.</i> .....	51
Kendala Pembelajaran Mata Kuliah Teori dan Praktek Tenis Meja Secara Daring	
<i>Alventur Baun, S.Pd., M.Pd</i> .....	59
<b>Bab III Pemanfaatan Teknologi pada Masa AKB</b> .....	63
Memilih Platform dan Metode yang Mudah Digunakan dalam Pembelajaran Daring	
<i>Achmad Baidawi, M.Pd</i> .....	65
Pembelajaran Teaching Media dengan Project-Based Learning Model Via Online	
<i>Dr. Aria Septi Anggaira, M.Pd</i> .....	71

Bite-Sized Learning dalam Pembelajaran Listening di Telegram Selama Pandemi Covid-19	
<i>Lasmi Febrianingrum, M.Pd</i> .....	79
Pemanfaatan Media Sosial dalam Pembelajaran Daring di Sekolah	
<i>Nurul Nitasari, M. Pd</i> .....	87
<b>Bab IV Strategi Daring Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga</b> .....	<b>91</b>
Dinamika Implementasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) dalam Jaringan	
<i>Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd</i> .....	93
Persiapan Pembelajaran PJOK Menuju AKB berbasis Blended Learning	
<i>Muhamad Syamsul Taufik, S.Si., M.Pd</i> .....	101
Penilaian Autentik dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar	
<i>Dr. Idris Moh Latar, S.Pd., M.Pd</i> .....	107
Efektifitas Pendidikan Olahraga dalam Pembelajaran Edlink Semiva di Era Adaptasi Kebiasaan Baru	
<i>Ratno Susanto, M.Pd</i> .....	115
<b>Bab V AKB dalam Perspektif Spiritualitas</b> .....	<b>123</b>
Mengembangkan Motivasi Dakwah bil-Lisan di Kalangan Mahasiswa Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah	
<i>Siti Marlida, M.Ag</i> .....	125
Tinjauan Islam Terhadap Wabah Corona Virus Disease (Covid 19)	
<i>Drs. Makhfudz, M.Si</i> .....	133
New Normal dalam Perspektif Maqashid Syari'ah: Konsep dan Implementasinya	
<i>Frida Akmalia, S.Pd</i> .....	141
Membangun Kecerdasan Spiritual untuk Menumbuhkan Semangat Siswa Dalam Mencetak Prestasi di Masa Pandemi	
<i>Mita Mahda Saputri, S.Ag</i> .....	147
<b>Bab VI Sudut Pandang Budaya Nusantara</b> .....	<b>153</b>
Tradisi Mamat Bagi Atoni Pah Meto di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru	
<i>Yenry Anastasia Pellondou, M.Si</i> .....	155
Covid 19 dan Budaya Cium Hidung di Sumba	
<i>Maria Patrisia Ivonie Babang, S.Pd.Si.,M.Pd.,Gr</i> .....	161
Olahraga Tradisional dan Budaya	
<i>Arie Asnaldi, M.Pd</i> .....	165

<b>Bab VII Bugar dan Sehat selama AKB.....</b>	<b>173</b>
Pilihan Olahraga Sederhana Tanpa Sit Up di Rumah selama Masa Pandemi Covid-19	
<i>Dr. Benny Badaru, M.Pd .....</i>	<i>175</i>
Optimalisasi Imunitas dengan Olahraga Terukur dalam Kondisi Adaptasi Kebiasaan Baru	
<i>Adi Rahadian, S.Si, M.Pd .....</i>	<i>185</i>
Body Weight Training sebagai Wadah Meningkatkan Daya Tahan Tubuh selama Pandemic Covid-19	
<i>Arga, S.Pd.....</i>	<i>193</i>
Kiat Pemilihan Makanan Sehat di Era Pandemi Covid-19	
<i>Nenni Dwi Aprianti Lubis, SP, M.Si .....</i>	<i>201</i>
Tetap Sehat dan Produktif Dengan Gizi Seimbang di Era Adaptasi Kebiasaan Baru	
<i>Merita Eka Rahmuniyati, SKM., M.Gizi .....</i>	<i>207</i>



# **DINAMIKA IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA KESEHATAN (PJOK) DALAM JARINGAN**

**Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd<sup>13</sup>  
Universitas Negeri Medan**

*“Praktik pendidikan di era digital memerlukan inovasi dan kreasi yang terus-menerus sehingga guru maupun anak didik tidak mudah mengalami kejenuhan dan kebosanan”*

Pendidikan berperan sangat penting dalam keseluruhan aspek kehidupan manusia, sebab pendidikan berpengaruh langsung kepada kepribadian umat manusia. Pendidikan sangat menentukan terhadap berbagai sumber daya manusia yang dihasilkannya. Pendidikan bisa kita rasakan dalam kondisi apapun termasuk di dalamnya pendidikan umum., yakni pendidikan di sekolah. “Pendidikan di sekolah merupakan pendidikan formal yang melibatkan guru dan siswa. Interaksi antara guru dan siswa ini dapat disebut sebagai proses pembelajaran. Proses pembelajaran merupakan suatu proses penyampaian ilmu dari guru ke siswa. Tujuan pendidikan pada

---

<sup>13</sup> Sabaruddin Yunis Bangun, lahir di Langkat, 09 Juni 1982, penulis merupakan Dosen di Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan dengan bidang ilmu Manajemen Olahraga dan Kesehatan, penulis menyelesaikan gelar Sarjana Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Medan (2005) sedangkan gelar Magister Pendidikan Olahraga diselesaikan di Universitas Negeri Jakarta Program Studi Pendidikan Olahraga (2008), dan akhirnya Doktor Pendidikan Olahraga diselesaikan di Universitas Negeri Jakarta (2016).

dasarnya mengantarkan para pelajar menuju perubahan tingkah laku baik intelektual, moral, maupun sosial budaya. Proses pembelajaran mempunyai tujuan agar siswa dapat mencapai kompetensi seperti yang diharapkan”.

Perkembangan jaman yang semakin modern terutama pada era globalisasi seperti sekarang ini menuntut adanya sumber daya manusia yang berkualitas tinggi. Peningkatan kualitas sumber daya manusia merupakan prasyarat mutlak untuk mencapai tujuan pembangunan. Salah satu wahana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia tersebut adalah pendidikan. “Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 2 Tahun 1989: Pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan latihan bagi peranannya di masa yang akan datang”. “Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003: 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 dan masyarakat”. Penulis dapat menyimpulkan pendidikan merupakan suatu usaha sadar untuk meningkatkan dan mengembangkan kemampuan dengan potensi sumber daya manusia melalui bentuk kegiatan pembelajaran.

Tujuan pembelajaran menggambarkan proses dan hasil belajar yang diharapkan dicapai oleh peserta didik sesuai dengan kompetensi dasar. Proses pembelajaran dirancang dengan berpusat pada peserta didik untuk mendorong motivasi, minat, kreativitas, inisiatif, inspirasi, kemandirian, dan semangat belajar. Belajar merupakan proses internal peserta didik, sedang pembelajaran melibatkan kondisi eksternal yang mempengaruhi proses belajar. Kondisi eksternal yang berpengaruh pada proses

belajar seperti, bahan ajar, suasana belajar, media belajar dan sumber belajar.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk sekolah dasar sederajat, sekolah menengah pertama sederajat dan sekolah menengah atas sederajat. Pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan diseluruh Indonesia. Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral. Bangun Sabaruddin Y (2016) pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu proses yang dilaksanakan pada setiap jenjang mulai dari sekolah dasar sampai sekolah menengah yang menggunakan aktivitas atau anggota fisik untuk mencapai kesehatan dan kebugaran fisik, keterampilan gerak yang berakibat pada berkembangnya kemampuan sikap dan intelektual pada kehidupan sehari-hari. Pendidikan jasmani berfungsi sebagai berikut: (1) memenuhi hasrat untuk bergerak; (2) merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani serta perkembangan gerak; (3) memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kesegaran jasmani; (4) menyembuhkan suatu penyakit dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit; (5) mengurangi kejenuhan, stress; (6) menanamkan disiplin, kerjasama, sportivitas dan mengikuti peraturan dan ketentuan yang berlaku; (7) meningkatkan daya tangkal terhadap pengaruh dari luar, Depdikbud (1993).

“Tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari, Suryobroto (2004). Tujuan Pendidikan Jasmani menurut

Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006: (1) Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, (2) Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, (2) Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, (3) Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, (4) Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis, (5) Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan, (6) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif'.

Apabila diperhatikan tujuan pendidikan jasmani secara umum merupakan untuk membantu pelajar dalam memelihara kebugaran jasmani dan kesehatan melalui pengertian, pengembangan sikap positif dan keterampilan gerak dasar serta berbagai aktifitas jasmani. Tercapainya arti dan tujuan pendidikan jasmani, akan mampu menciptakan sumber daya manusia yang sehat dan segar jasmani dalam mengatasi tantangan di era globalisasi ini.

Namun pada akhir Desember 2019, terjadi pandemi Covid-19 yang melanda dunia sudah lebih dari sepuluh bulan terakhir ini berdampak terhadap perubahan aktifitas belajar mengajar. Tak terkecuali di Indonesia, sejak bulan Maret aktifitas pembelajaran daring (*online learning*) menjadi sebuah pilihan kementerian pendidikan dan kebudayaan untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 semakin meluas. Peraktek pendidikan daring (*online learning*) ini dilakukan oleh berbagai

tingkatan jenjang pendidikan sejak tingkat SD, SMP, SMA, hingga perguruan tinggi. Tidak ada lagi aktifitas pembelajaran di ruang-ruang kelas sebagaimana lazim dilakukan oleh tenaga pendidik sebelum Pandemic Covid-19 terjadi: Guru ataupun pendidik. Langkah yang tepat namun tanpa persiapan yang memadai. Akibatnya banyak tenaga pendidik gagap bahkan sampai kualahan menghadapi perubahan drastis ini. Sementara itu praktis tidak ada cara lain untuk meminimalisir penyebaran Covid-19 selain dengan membatasi perjumpaan manusia dalam jumlah yang banyak.

Pemerintah pun membatasi pertemuan, maksimal 30-40 orang. Itupun dengan protokol kesehatan yang sangat ketat: Penggunaan masker, menjaga jarak minimal 1,5 meter, mencuci tangan memakai sabun. Hal ini didasarkan pada pendapat para ahli kesehatan di seluruh dunia setelah mereka melakukan riset bagaimana memutus mata rantai Covid-19. Areal pusat-pusat pendidikan atau sekolah, sebagai ruang belajar mengajar antara murid dengan guru, mahasiswa dengan dosen pun pada akhirnya dilarang dilakukan belajar tatap muka. Sebagai gantinya yakni pembelajaran secara daring (dalam jaringan). "Perubahan sangat cepat ini tanpa diiringi persiapan yang memadai sebelumnya, akibatnya banyak kegagapan, kualahan menghadapi proses pembelajaran daring". Selain itu, masalah lain muncul adalah, kuota internet, pulsa yang sangat banyak tersedot dalam penggunaannya berdampak pada perekonomian para orangtua pelajar yang membengkak.

Kemudian masalah lain adalah ketika melihat ke daerah - daerah, masih jauh panggah dari api. Pembelajaran yang dipaksakan, demikian sepiintas terlihat. Pilihan sangat sulit di tengah situasi yang tidak menentu pula. Pandemic Covid-19 sebagai makhluk hidup yang berupa mikroorganisme ini harus segera diputus mata rantainya, akibat penularannya melalui kontak antar manusia. Maka perlu dilakukan langkah-langkah

strategis taktis dalam menghadapinya. Pembelajaran daring yang belum dipersiapkan secara matang ini tentu berdampak terhadap metode pembelajaran yang dilakukan oleh para guru atau tenaga pendidik. Demikian pula penerimaan atas pembelajaran dari para pelajar pun sangat beragam, seringkali tidak memahami materi maupun penyampaian miss persepsi dari guru. Terlebih para orang tua atau wali murid yang ada di rumah. Lagi-lagi mengalami hal pembelajaran yang luar biasa. Orang tua yang sibuk bekerja dengan terpaksa harus mendampingi anak-anak mereka pada saat jam pembelajaran daring, terutama para orang tua yang anak-anaknya masih berada pada sekolah dasar dan sekolah menengah pertama. Anak-anak yang biasanya di sekolah, berubah seketika untuk melakukan aktifitas pembelajaran di rumah.

Untuk level SMA sederajat barangkali tidak terlalu mengkhawatirkan. Namun untuk level SD bahkan SMP, banyak orang tua pelajar yang mengeluh akibat pembelajaran daring selama ini. Keluhan ini dirasakan oleh penulis sendiri, begitu juga dengan teman-teman penulis yang masih banyak anaknya sekolah pada tingkat sekolah dasar dan SMP. Kemudian para mahasiswa penulis yang ada sudah mengajar di sekolah-sekolah. Tidak sedikit guru yang sekadar memberikan tugas kepada para muridnya, melalui aplikasi *Whatsapp* grup daring. Guru membuat grup dengan para orang tua/wali murid untuk update apa saja yang perlu dilakukan tiap harinya selama proses pembelajaran berlangsung. Selanjutnya sore hari guru akan mengoreksi dan mengabsen murid yang tidak atau belum mengumpulkan tugas yang diberikan oleh guru.

Menurut penulis metode ini memiliki banyak kelemahan karena aplikasi pesan daring dari aplikasi whatsapp ini sesungguhnya bukan sepenuhnya media untuk mendukung aktifitas pembelajaran. Tidak sedikit parapedidik yang memahami cukup menggunakan aplikasi whatsapp untuk

mendukung aktifitas pembelajaran. Tepatkah penggunaan aplikasi daring ini sebagai medium pembelajaran disaat krisis Covid-19? Penulis berpendapat aplikasi whatsapp bisa memang dipergunakan sebagai salah satu pelengkap media pembelajaran dalam jaringan ini, namun buka sepenuhnya. Para pendidik dapat mengkombinasi pembelajaran dengan aplikasi google meet, zoom meeting, Cisco Webex, google class room, email atau aplikasi yang memang dibuat oleh anak negeri seperti SIPDA. Namun muncul juga masalah lain yaitu tidaksemua orang tua siswa kita memiliki kemampuan untuk memiliki perangkat laptop atau smartpone yang mendukung untuk *menginstall* aplikasi-aplikasi tersebut, sehingga dapat dipergunakan sebaik-baiknya.

Masalah lain yang sering penulis temui sendiri ketika mengajar daring menggunakan aplikasi seperti google meet, zoom dll, adalah koneksi internet yang tidak stabil, mati listrik, kendala ekonomi sehingga pelajar tidak bisa membeli kuota internet. Menyebabkan pembelajaran manjadi tidak efektif. Dinamika implementasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan (PJOK) dalam jaringan yang saat ini terjadi di tengah-tengah masyarakat sangatlah nyata. Dimasa adaptasi kebiasaan baru masa Covid-19 ini, menurut saya dapat dijadikan momentum untuk kebangkitan pendidikan kita sekiranya seluruh pemangku kepentingan di negeri ini saling bergotong-royong.

Peraktik pendidikan diera digital memerlukan inovasi dan kreasi yang terus-menerus sehingga guru maupun anak didik tidak mudah mengalami kejenuhan dan kebosanan. Oleh karna itu belajar sesungguhnya tidak pernah berhenti sejak dari dalam kandungan hingga sepanjang masa.

### **Daftar Pustaka**

- Undang-Undang No. 2 Tahun 1989, Sistem Pendidikan Nasional Tentang Pendidikan. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Undang-Undang No. 20 Tahun 2003, Sistem Pendidikan Nasional Tentang Pendidikan. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 Tahun 2006, Tujuan Pendidikan Jasmani. Jakarta: Kementerian Pendidikan Nasional.
- Sabaruddin Yunis Bangun, 2016. Pengembangan Pengetahuan Anak Difabel Melalui Pendidikan Jasmani Olahraga dan Outbound. *Journal Physical Education, Health and Recreation*. Volume: 1, Nomor: 1.
- Depdikbud, 1993. *Garis Besar Program Pengajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdikbud.
- Suryobroto, Agus S, 2004. *Diklat Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK-UNY.