



PROSIDING

WEBINAR NASIONAL 2020

HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS



**MENGURAI PROBLEMATIKA
PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI
DALAM RANGKA MENYIAPKAN SDM UNGGUL**

STKI PPGRI PACITAN

TAHUN 2020

ISBN: 978-602-53557-6-9



PROSIDING SEMINAR NASIONAL *DALAM JARINGAN* HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS TAHUN 2020

**"Mengurai Problematika Pembelajaran pada Masa
Pandemi dalam Rangka Menyiapkan SDM Unggul"**

Pacitan, 23 Desember 2020

**Diterbitkan Oleh
LPPM PRESS STKIP PGRI Pacitan**



**PROSIDING
SEMINAR NASIONAL DALAM JARINGAN
HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS TAHUN 2020**

"Mengurai Problematika Pembelajaran pada Masa Pandemi dalam Rangka Menyiapkan SDM Unggul"

**Diselenggarakan oleh:
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
STKIP PGRI Pacitan**

**Diterbitkan oleh:
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Press STKIP PGRI Pacitan
(LPPM Press STKIP PGRI Pacitan)
Jalan Cut Nyak Dien No 4A Ploso Pacitan**

**Cetakan ke – 1
Terbitan Tahun 2020
Katalog dalam Terbitan (KDT)
Seminar Nasional (2020 Desember 29: Pacitan)
Penyunting: Mukodi [et.al] – Pacitan: LPPM
STKIP PGRI Pacitan, 2020**

ISBN: 978-602-53557-6-9

**Penyuntingan semua tulisan dalam prosiding ini dilakukan
oleh Tim Penyunting Seminar Nasional Pendidikan Tahun 2020 dari LPPM STKIP PGRI
Pacitan**

**Prosiding dapat diakses:
<http://lppm.stkippacitan.ac.id>**

**Diterbitkan Oleh
LPPM PRESS STKIP PGRI Pacitan**



SUSUNAN PANITIA
SEMINAR NASIONAL DALAM JARINGAN
HASIL PENELITIAN DAN ABDIMAS TAHUN 2020

Penanggung Jawab <i>Steering Committee</i>	:	H. Sri Iriyanti, M.Pd. (Ketua STKIP PGRI Pacitan)
	:	1. Dr. Mukodi, M.S.I. (Wakil Ketua I STKIP PGRI Pacitan)
		2. Dr. Agustina Sri Hafidah, M.Pd. B.I. (Wakil Ketua II STKIP PGRI Pacitan)
		3. Saptanto Hari Wibawa, M.Hum. (Wakil Ketua III STKIP PGRI Pacitan)
Ketua Panitia	:	1. Sugiyono, M.Pd.
		2. Eny Setyowati, M.Pd.
Sekretaris	:	1. Welly Novitasari, S.Pd.
		2. Apriyatno, S.Pd.
Bendahara	:	1. Nuryatin, S.Pd., M.Si.
		2. Prely Erwinta Cintariani, S.Pd.
Seksi-seksi	:	
a. Publikasi dan Humas	:	1. Dra. Martini, M.Pd.
		2. Samsul Hadi, M.Pd.
		3. Sutarman, M.Pd.
		4. Taufik Hidayat, M.Pd.
		5. Luky Subianto, S. Kom.
b. Reviewer	:	1. Arif Mustofa, M.Pd.
		2. Urip Tisngati, M.Pd.
		3. Mulyadi, M.Pd.
		4. Chusna Apriyanti, M.Pd.B.I.
		5. Dwi Rahayu, M.Pd.
		6. Sri Dwi Ratnasari, M.Hum.
		7. Ridha Kurniasih Astuti, M.Or.
c. Penyunting	:	1. Sugiyono, M.Pd.
		2. Bakti Sutopo, M.A.
		3. Riza Dwi Tyas Widoyoko, M.Pd.
		4. Indah Puspitasari, M.Pd.
		5. Muga Linggar Famukhit, M.Kom.
d. IT Support	:	1. Budi Setiawan, S.Kom.
		2. Zainal Fanani, S.Pd.
e. Pendaftaran dan Pelayanan <i>online</i>	:	1. Wira Dimuksa, M.Kom.
		2. Anindita Retno Wardani, S.Pd.
f. Logistik dan Konsumsi	:	1. Tri Ruli Vidiani, S.Pd.
		2. Dhita Indah P. S.IP.
		3. Noviani Prahesti, S.Pd.
g. Perlengkapan	:	1. Purwanto, S.Pd., M.Si.
		2. Mujianto, S.Pd.
		3. Zuliyanto, S.Pd.I.
		4. Nanang Sufianto, S.Pd.
h. Kesehatan dan Keamanan	:	1. Agung Susilo
		2. Febri Susanto
		3. Katmanto

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke Hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala Karunia dan Rahmat-Nya sehingga prosiding ini dapat diselesaikan. Prosiding ini merupakan kumpulan makalah yang dipresentasikan pada Seminar Nasional tanggal 23 Desember 2020, dengan tema “Mengurai Problematika Pembelajaran pada Masa Pandemi dalam Rangka Menyiapkan SDM Unggul”.

Sesuai dengan tema seminar, semua makalah menyajikan berbagai ragam kajian konseptual maupun hasil penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang diharapkan dapat memberikan wawasan, inovasi pengembangan keilmuan, utamanya dalam menghadapi pandemi Covid-19 dan tantangannya terhadap dunia pendidikan. Makalah yang dimuat dalam prosiding ini telah melalui tahap seleksi, yakni melalui proses *review* oleh tim yang nama anggotanya tercantum pada halaman awal di prosiding ini.

Pada kesempatan ini panitia mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung penyelenggaraan seminar ini. Khususnya, kepada seluruh peserta seminar diucapkan terima kasih atas partisipasinya, semoga memberikan kebermanfaatan bagi kita semua.

Pacitan, 23 Desember 2020

Panitia

SAMBUTAN KETUA PANTIA

Assalamualaikum Wr. Wb.

Selamat Pagi salam Sehat untuk Kita Semua

Yang terhormat para Narasumber

1. Prof. Dr. Ir. Suprpto, DEA. (Kepala LLDIKTI Wilayah VII Jawa Timur)
2. Prof. Dr. Unifah Rosyidi, M.Pd. (Ketua Umum PB PGRI)
3. Ali Formen, M. Ed., Ph.D. (Pakar dari Universitas Negeri Semarang).

Yang Kita Hormati Bersama

Ketua STKIP PGRI Pacitan (Hj. Sri Iriyanti, M.Pd.)

Yang saya hormati

1. Wakil ketua I STKIP PGRI Pacitan (Dr. Mukodi, MSI)
2. Wakil ketua II STKIP PGRI Pacitan (Dr. Agustina Sri Hafidah, M.Pd. BI.)
3. Wakil ketua III STKIP PGRI Pacitan (Saptanto Hari Wibawa, S.S.M.Hum.)
4. Para Presenter (pemakalah pendamping)
5. Segenap peserta Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring)

yang berbahagia

Syukur Alhamulillah kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada kita semua, sehingga hari ini kita dapat melaksanakan kegiatan Seminar Nasional hasil Penelitian dan Abdimas tahun 2020. Semoga kegiatan ini memberikan keberkahan dan kebermanfaatn bagi kita semua.

Shalawat salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Agung Muhammad SAW, teladan terbaik kita, semoga kelak kita diberikan safa'atnya. **Aamiin.**

Hadirin yang berbahagia,

Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring) yang dilaksanakan pada hari ini menghadirkan tiga narasumber, beliau adalah:

1. **Prof. Dr. Ir. Suprpto, DEA. (Kepala LLDIKTI Wilayah VII Jawa Timur)**
2. **Prof. Dr. Unifah Rosyidi, M.Pd. (Ketua Umum PB PGRI)**
3. **Ali Formen, M. Ed., Ph.D. (Pakar dari Universitas Negeri Semarang).**

Pada kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Para narasumber yang berkenan berbagi bersama kita dalam kegiatan seminar ini. Adapun tema yang kita angkat adalah **“MENGURAI PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI DALAM RANGKA MENYIAPKAN SUMBER DAYA MANUSIA (SDM) UNGGUL”**.

Tema tersebut merupakan wujud kepedulian kita bersama terhadap berbagai problematika akibat dampak pandemi *coronavirus disease 2019 (Covid-19)*, khususnya problematika pembelajaran. Dengan harapan, kita semua dapat mengurai berbagai persoalan pembelajaran dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan nasional. Sehingga, ancaman *lost generation* pasca pandemi nanti tidak terjadi, dan Sumber Daya Manusia Unggul dapat diwujudkan.

Hadirin yang berbahagia

Perlu saya sampaikan bahwa kegiatan ini diikuti peserta dari berbagai wilayah di tanah air, setidaknya ada 10 Provinsi. Jumlah total peserta adalah 323, dengan 78 peserta presenter/pemakalah pendamping, yang terdiri dari dosen dan mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi, guru dan peserta umum dari berbagai instansi. Kami ucapkan terima kasih atas partisipasi Bapak/Ibu/Sdr semua dan Kami ucapkan selamat mengikuti kegiatan ini hingga akhir.

Sekali lagi, pada kesempatan ini saya ucapkan terima kasih dan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada Para Narasumber, segenap unsur pimpinan, para pemakalah pendamping,

seluruh peserta, para panitia, dan semua pihak yang telah bekerja bersama-sama menyukseskan Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring) tahun 2020 ini. Selanjutnya kami mohon kepada yang terhormat ketua STKIP PGRI Pacitan untuk membuka secara resmi kegiatan ini. Demikian jika ada hal yang kurang berkenan mohon maaf yang setulus-tulusnya kepada hadirin sekalian. Semoga kita selalu diberikan kesehatan dan dipertemukan lagi dalam keadaan yang lebih baik.

Hwang Ye Ji dari Korea
Pantas Juga Pakai Sanggul
Mari Kita Lawan Corona
Wujudkan SDM Unggul

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pacitan, 23 Desember 2020
Ketua Panitia

Ttd

SUGIYONO, M.Pd.

SAMBUTAN KETUA STKIP PGRI PACITAN

Yang terhormat para narasumber Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring)

1. Prof. Dr. Ir. Suprpto, DEA. (Kepala LLDIKTI Wilayah VII Jawa Timur)
2. Prof. Dr. Unifah Rosyidi, M.Pd. (Ketua Umum PB PGRI)
3. Ali Formen, M. Ed., Ph.D. (Universitas Negeri Semarang).

Yang saya hormati

1. Ketua dan wakil ketua serta pengawas dan pengurus PPLP-PT PGRI Pacitan
2. Para wakil ketua STKIP PGRI Pacitan
3. Para pemakalah pendamping
4. Para peserta Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring)
5. Para panitia
6. Dan hadirin yang berbahagia

Assalamualaikum Wr. Wb.

Selamat pagi & salam sejahtera bagi kita semua

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan kepada kita semua, sehingga kita dapat bertatap maya dalam rangka melaksanakan kegiatan Seminar Nasional hasil Penelitian dan Abdimas tahun 2020. Semoga kegiatan ini memberikan berkah dan manfaat bagi kita semua.

Shalawat serta salam kita sanjungkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi panutan kita untuk selalu bersemangat menebar kebaikan dan manfaat. Semoga kelak di akhirat, kita diakui sebagai umatnya dan mendapat syafaat darinya. **Aamiin.**

Hadirin yang berbahagia,

Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring) yang dilaksanakan pada hari ini menghadirkan tiga narasumber, yakni:

1. **Prof. Dr. Ir. Suprpto, DEA. (Kepala LLDIKTI Wilayah VII Jawa Timur)**
2. **Prof. Dr. Unifah Rosyidi, M.Pd. (Ketua Umum PB PGRI)**
3. **Ali Formen, M. Ed., Ph.D. (Pakar dari Universitas Negeri Semarang).**

Tentunya, kami mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Bapak Ibu narasumber yang telah berkenan untuk berbagi ilmu dalam kegiatan seminar yang bertema **“MENGURAI PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI DALAM RANGKA MENYIAPKAN SUMBER DAYA MANUSIA (SDM) UNGGUL”** ini.

Tema tersebut diangkat guna merespon berbagai problematika akibat dampak pandemi *Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)*, khususnya problematika pembelajaran. Sebagaimana kita ketahui bersama, Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pembatasan Pertemuan Fisik (*physical distancing*) pada tanggal 24 Maret 2020, mengharuskan para pelaksana pendidikan untuk melakukan penyesuaian sistem pembelajaran, yang difokuskan melalui kegiatan Belajar Dari Rumah (BDR) secara online/daring, demi kesehatan dan keselamatan semua pihak.

Pembelajaran *online* yang dilakukan selama pandemi *Covid-19*, sejatinya sesuai dengan cita-cita merdeka belajar yang dicanangkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan. Namun pada praktiknya, pelaksanaan pembelajaran *online* masih perlu dirancang dan dipersiapkan dengan matang. Sebab, jika kita mencermati kondisi di lapangan, hingga saat ini kita masih menjumpai problematika pembelajaran yang beragam, antara lain: **kesiapan dan kemampuan pendidik dalam meramu strategi pembelajaran yang tepat; kesiapan dan kemampuan peserta didik dalam menerima dan mengikuti pembelajaran; serta**

ketersediaan fasilitas yang memadai, seperti ketersediaan *smartphone* atau laptop dan jaringan internet. Selain itu, persoalan yang tidak kalah peliknya adalah persoalan seputar kualitas karakter peserta didik yang sulit ditanamkan melalui pembelajaran tatap maya. Padahal kita tahu, bahwa berfungsi Pendidikan Nasional adalah mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa (sebagaimana amanah dalam Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional nomor 20 tahun 2003).

Hadirin yang berbahagia

Melalui forum ini, kita akan berdiskusi bersama para narasumber untuk mengurai berbagai problematika pembelajaran tersebut. Dengan harapan, *output* kegiatan ini kita dapat merumuskan formula pembelajaran efektif, yang mengutamakan kesehatan dan keselamatan, dan juga tetap berorientasi pada pencapaian tujuan pendidikan nasional. Sehingga, Sumber Daya Manusia Unggul dapat diwujudkan bersama-sama.

Sekali lagi, pada kesempatan ini saya ucapkan terima kasih dan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada narasumber Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring), ketua dan jajaran pengurus PPLP-PT PGRI Pacitan, para pemakalah pendamping, seluruh peserta, para panitia, keluarga besar civitas akademika, dan segenap pihak yang telah menyukseskan Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring) tahun 2020 ini.

Selanjutnya dengan mengucap **Bismillahirrahmanirrahim** seraya mengharap ridha Allah SWT, kegiatan “**Seminar Nasional Dalam Jaringan (Semnas Daring) Hasil Penelitian Dan Abdimas Tahun 2020 dengan tema “MENGURAI PROBLEMATIKA PEMBELAJARAN PADA MASA PANDEMI DALAM RANGKA MENYIAPKAN SDM UNGGUL”** secara resmi saya nyatakan dibuka dan dimulai.

Wabillahaufiq Walhidayah, Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Pacitan, 23 Desember 2020
Ketua STKIP PGRI Pacitan

Ttd

Hj. SRI IRIYANTI, M.Pd.

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Penerbitan	ii
Halaman Penyunting	iii
Kata Pengantar	iv
Sambutan Ketua Panitia	v
Sambutan Ketua STKIP PGRI Pacitan	vii
Daftar Isi	ix

NO	NAMA PENULIS	JUDUL	HAL
1	Indah Puspitasari, M.Pd. Agung Budi Kurniawan, M.Pd. Siti Mariyam Nova Alfadillah Rukmana	<i>Artificial Intelligence</i> dalam Penulisan Artikel Ilmiah	1
2	Dr. Mukodi, M.S.I.	Bimbingan Teknis Prinsip-Prinsip Manajemen Keorganisasian Bagi Mahasiswa STKIP PGRI Pacitan di Masa Pandemi Covid 19	7
3	Indah Puspitasari, M.Pd. Asdinar Galuh Wahdini Ristia Novita Dewi	Digital Storybook: Developing Students' Skills In Virtual Learning Environments	14
4	Nimas Permata Putri, S. Hum., M.Pd.	Efektivitas Penggunaan Aplikasi Google, In Shot dan Canva dalam Perkuliahan Daring/ <i>Online</i>	23
5	Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd. Bakti Sutopo, S.S., M.A.	Ikan Asap Kalakan Sirnoboyo Pacitan, Jawa Timur	31
6	Samsul Hadi, S.Pd., M.Pd. Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Improving Students' Reading Activities Through Think - Pair Share and Top - Down Process to the Seventh Grade of SMPN 1 Tulakan	39
7	Chusna Apriyanti, M.Pd.B.I. Fitriana Lestari Widyaningsih	Kreativitas Ibu dalam Pendampingan BDR (Belajar Dari Rumah) Selama Pandemi Covid-19	46
8	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd. Margareta Yulitasari Natalia Hana Patiwi	Menggali Manfaat Faktorisasi Prima	71
9	Samsul Hadi, S.Pd., M.Pd. Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum. Ayu Distya	Menggali Peluang Usaha dengan Modal Kecil di Pedesaan	65

10	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd. Maria Vialintina Tuti Susandyanti	Menghitung Luas Daerah yang Diarsir dengan Cara Menyederhanakan Bentuk Daerah yang Akan Dihitung Luasnya	64
11	Vit Ardhyantama, M.Pd.	Minat Baca Mahasiswa pada Pembelajaran Online	83
12	Urip Tisngati, M.Pd. Linda Novitasari	Pelatihan <i>Design Thinking</i> Bagi Calon Guru	94
13	Dwi Cahyani Nur Apriyani, M.Pd.	Pelatihan Pembelajaran Dan Penilaian Online Google Classroom Dan Quizizz	103
14	Nimas Permata Putri, S.Hum., M.Pd. Zunia Kamaluddin Mabruhi, M.Pd. Ferry Aristya, M.Pd.	Pelatihan Pembuatan Materi PPJ Bahasa Indonesia (In shot, Canva, Google)	108
15	Chusna Apriyanti, M.Pd.B.I. Dwi Rahayu, M.Pd. Bella Aprilia	Pelatihan Penulisan Artikel Ilmiah Bagi Mahasiswa	114
16	Dra. Surtini, MM.Pd.	Pencegahan Adiksi <i>Gadget</i> Bagi Peserta Didik dalam Membentuk Karakter Bangsa Berbasis <i>I'tidal</i>	119
17	Erna Setyawati, M.M.	Penerapan Metode Production Based Learning guna Meningkatkan Antusiasme Belajar dan Minat Berwirausaha	126
18	Hari Purnomo Susanto, S.Si., M.Pd.	Pengaruh Kecemasan Terhadap Efikasi Diri Belajar Secara Online Pada Mahasiswa Pendidikan Matematika	137
19	Dra. Martini, M.Pd.	Penguatan Karakter Mahasiswa STKIP PGRI Pacitan Melalui Kegiatan Berbasis Pramuka	146
20	Dheny Wiratmoko, M.Pd. Heru Arif Pianto, M.Hum.	Penguatan Kedaulatan Pangan di Masyarakat	157
21	Dr. Rudi Santoso Yohanes, M.Pd.	Proses Berpikir Siswa SD Dalam Memecahkan Masalah Matematika Tidak Rutin	163
22	Urip Tisngati, M.Pd.	Literasi Digital dan Respon Mahasiswa dalam Memanfaatkan <i>E-learning</i>	174

23	Dheny Wiratmoko, M.Pd.	Sejarah Lokal dalam Perspektif Pembelajaran	185
24	Vit Ardhyantama, M.Pd Nurhayati, M.Pd. Erna Setyawati, M.M	Sosialisasi Pentingnya Mentaati Protokol Kesehatan pada Kegiatan Pengajian Rutin	193
25	Dr. Mukodi, M.S.I.	Studi Ilmu Pendidikan: Tinjauan Filosofis-Aplikatif Di Era Revolusi Industri 4.0	198
26	Dwi Cahyani Nur Apriyani, M.Pd.	Studi Kesiapan Mahasiswa Dalam Mengikuti Perkuliahan Di Masa Pandemi	207
27	Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd. Bakti Sutopo, S.S.,M.A.	Upacara Jangkrik Genggong	212
28	Ridha Kurniasih Astuti, M.Or.	Analisis Antropometri Atlet Petanque Pacitan	220
29	Ana Easti Rahayu Maya Sari, M.Pd. Yohana Dea Wardani Brigita Etik Purwaningsih	Analisis Kemampuan Pemahaman Matematis Mahasiswa pada Mata Kuliah Matematika Bisnis	228
30	Ferry Aristya, M.Pd.	Analisis Kesulitan Pembelajaran Daring Dan Luring Saat Pandemi Covid-19 Di Sekolah Dasar	236
31	Dr. Sri Pamungkas, S.S., M.Hum.	Representasi Perempuan dalam Novel Hati Suhita (Analisis Wacana Kritis Norman Fairclough)	244
32	Mulyadi, M.Pd. Nasikhun Amin	Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) di Kabupaten Pacitan	251
33	Sugiyono, M.Pd. Sofyan Hadi	Edukasi Tata Kelola Media <i>Online</i> Sebagai Sarana Informasi yang Mencerahkan Masyarakat	257
34	Taufik Hidayat, M.Pd.	Efektivitas Pembelajaran Daring Menggunakan Media Online Google Classroom Selama Pandemi Covid-19 Pada Mata Kuliah Belajar dan Pembelajaran	265
35	Dr. Atrup, M.Pd. MM.	Heutagogik Sebagai Alternatif Pengembangan Model Pembelajaran Masa New Normal	273
36	Hasan Khalawi, M.Pd.	Linguistik Terapan: Konsep Tanda dan Tinjauan Epistemologi	279

37	Eka Puji Prasetio Ariesty Fujiastuti, M.Pd.	Media Pembelajaran Teks Drama Berbasis Komik Sebagai Alternatif Pembelajaran di Era <i>New Normal</i>	289
38	Riza Dwi Tyas Widoyoko, M.Pd.	Partisipasi Kolaboratif Mahasiswa dalam Menyusun Media Pembelajaran Daring Berbasis Microsoft Sway	299
39	Hasan Khalawi, M.Pd. Saptanto Hari Wibawa, M.Hum.	Pelatihan Dasar-Dasar Penelitian Bagi Mahasiswa	308
40	Ferry Aristya, M.Pd. Ayatullah Muhammadin Al Fath, M.Pd.	Pemanfaatan Google Form Dan Office 365 untuk Meningkatkan Kualitas Guru dalam Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar	313
41	Bayu Susanto	Media Pembelajaran Teks Eksplanasi di Era New Normal Dengan Aplikasi Flash	318
42	Arif Mustofa, M.Pd.	Pendampingan Produksi Drama di MAN Pacitan Melalui Metode Permainan	326
43	Nurhayati, S.Pd.I, M.Pd. Nova Arief Wibowo, M.Pd.	Pendidikan Kesehatan dalam Islam di Era Pandemi	333
44	Lina Erviana, M.Pd.Si.	Penerapan Media Pembelajaran Daring Terintegrasi di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Motivasi Belajar pada Mahasiswa PGSD STKIP PGRI Pacitan	341
45	Vika Octaviani, S.Pd., M.T.	Pengujian Usability Website STKIP PGRI Pacitan Menggunakan System Usability Scale (SUS)	351
46	Taufik Hidayat, M.Pd. Melly Istanti Gema Bagus Hanggorokasih	Peningkatan Pemahaman Literasi Digital Masyarakat di Tengah Pandemi Covid-19	360
47	Danang Endarto Putro, M.Or.	Perbedaan Tingkat Pendidikan Orang Tua Terhadap Pola Hidup Sehat Siswa-Siswi SMP di Lingkungan Desa Sanggrahan	363
48	Danang Endarto Putro, M.Or. Anung Probo Ismoko, M.Or.	Permainan Tradisional Sebagai Pengenalan Aktivitas Jasmani Anak	368
49	Sugiyono, M.Pd.	Problematika Pembelajaran Daring di Sekolah Dasar	372

50	Mulyadi, M.Pd.	Problematika Pembelajaran Daring Geometri Transformasi Pada Masa Pandemi Covid-19	383
51	Dr. Agustina Sri Hafidah, M.Pd.B.I. Dimas Romadhoni Aji Pangestu Yupita Tri Rejeki	Strategi Pengembangan Kapasitas Ibu Pembelajar dalam Pengasuhan Anak	391
52	Arif Mustofa, M.Pd.	Struktur Legenda Babad Lorog Kabupaten Pacitan: Kajian Struktur Naratif Vladimir Propp	401
53	Akhwani	Alternatif Strategi Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 Bagi Guru Sekolah Dasar	409
54	Ayatullah Muhammadin Al Fath,S.Pd, M.Pd.	Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Covid-19 di SDN Jetiskarangpung 1 Kalijambe	418
55	Suryatin, M.Pd. Melina Yuli Kartika	Efektifitas Pembelajaran Matematika Menggunakan Metode Diskusi Melalui Aplikasi Whatsapp dan Google Classroom	422
56	Zuniar Kamaluddin Mabruri, M.Pd.	Pembelajaran Daring Saat Pandemi Covid-19	435
57	Nely Indra Meifiani, S.Si., M.Pd.	Hubungan Fasilitas Belajar dan Lingkungan Keluarga Terhadap Hasil Belajar Musim Pandemi Covid-19	444
58	Eny Setyowati, M.Pd.	Memasak Bersama Tumbuhkan Karakter Anak	451
59	Nely Indra Meifiani, S.Si. M.Pd. Dwi Cahyani Nur A., M.Pd. Khoirul Qudsiyah, M.Pd.	Matematika Hebat di Musim Pandemi	457
60	Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Membongkar Ketersembunyian Potensi Pantai Dalam Peradaban Kemaritiman di Pacitan Tahun 2004-2014	461
61	Hanggara Budi Utomo, M.Pd., M.Psi	Mengelola Emosi dan Kompetensi Guru Pendidikan Anak Usia Dini	470
62	Bakti Sutopo, S.S.,M.A. Agoes Hendriyanto, S.P., M.Pd.	Pandangan Hidup Masyarakat Dan Nilai Edukatif Dalam Upacara Adat Baritan Masyarakat Desa Gawang Kec. Kebonagung Kab. Pacitan Jawa Timur	481

63	Muga Linggar Famukhit, M.Kom.	Pelatihan Desain Label, Logo dan Brosur Berbasis Aplikasi Online di SMK Diponegoro Tulakan	491
64	Bakti Sutopo, S.S.,M.A. Riza Dwi Tyas Widoyoko, M.Pd.	Pelatihan Menulis Kreatif Bagi Karang Taruna Desa Gunung Sari Kec. Arjosari Kab. Pacitan Jawa Timur	496
65	Zuniar Kamaluddin Mabruhi, M.Pd.	Pelatihan Penyusunan Kurikulum SMP Negeri 2 Gemolong	501
66	Dwi Rahayu, S.S., M.Pd. Chusna Apriyanti, M.Pd. B.I.	Pelatihan Publikasi Ilmiah pada Jurnal Nasional	503
67	Mega Isvandiana Purnamasari, M.Si.	Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PGSD STKIP PGRI Pacitan	508
68	Muga Linggar Famukhit, M.Kom.	Pemanfaatan Aplikasi Khoot! untuk Meningkatkan Motivasi Belajar pada Matakuliah Perakitan dan Instalasi Komputer	516
69	Hj. Sri Iriyanti, M.Pd. Dra. Martini, M.Pd.	Penguatan <i>Manajemen Risiko</i> Kewirausahaan Bagi Mahasiswa	526
70	Suryatin, M.Pd. Slamet Pujiati	Pendampingan Belajar bagi Siswa Usia Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid-19	533
71	Hj. Sri Iriyanti, M.Pd.	Potret Pembelajaran dan Pendampingan Belajar Orang Tua pada Masa Pandemi Covid-19	542
72	Anung Probo Ismoko, M.Or. Danang Endarto Putro, M.Or.	Sehat Mental di Masa Pandemi Covid-19	552
73	Heru Arif Pianto, S.Pd., M.Hum.	Sosialisasi Pentingnya Penanaman Nilai-Nilai Budaya Bahari Melalui Pengajaran Budaya dan Sejarah Maritim di SMKN Pringkuku	558
74	Nurhayati, S.Pd.I, M.Pd. Naufal Dwi Yasin Siti Janatin Nangim	Sosialisasi Peran Orang Tua dalam Menyikapi Dampak Negatif Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak-Anak Sekolah Dasar di Era Pandemi	564
75	Dwi Rahayu, S.S., M.Pd.	Students' Barriers in Completing Thesis during Pandemic of Covid-19	571

76	Ayatullah Muhammadin Al Fath, S.Pd., M.Pd.	Masalah Belajar Lingkungan Keluarga Buruh Siswa Kelas V SDN Jetiskarangpung 1 Kalijambe	581
77	Anung Probo Ismoko, M.Or.	Tingkat Kesegaran Jasmani Anak di Masa Pandemi Covid 19	586

TINGKAT KESEGERAN JASMANI ANAK DI MASA PANDEMI COVID-19**Anung Probo Ismoko**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi STKIP PGRI Pacitan

E-mail: ismokoanung@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemi Covid-19. Penelitian ini adalah penelitian deskripsi dengan menggunakan metode survei. Teknik pengambilan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. peneliti hanya ingin mengetahui tingkat kemampuan dasar bermain bolavoli. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 10-12 tahun di wilayah Kampung Sudagaran, Tegalrejo Yogyakarta yang berjumlah 33 anak. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dalam bentuk persentase sesuai dengan norma 5 kategori yaitu kategori baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan tingkat kesegaran jasmani anak usia 10-12 tahun di wilayah Kampung Sudagaran, Tegalrejo Yogyakarta adalah baik sekali 1 orang (3,03%), baik 10 orang (30,30%), sedang 8 orang (24,24%), kurang 13 orang (39,39%), kurang sekali 1 orang (3,03%).

Kata kunci: *Tingkat Kesegaran Jasmani, Anak, Covid-19*

PENDAHULUAN

Masa pandemi Covid-19 adalah masa tersulit bagi dunia internasional maupun bangsa Indonesia di tahun ini. Covid-19 telah mengancam kehidupan seluruh lapisan masyarakat dan menjadi momok bagi semuanya. Covid-19 telah menimbulkan banyak kekhawatiran, setiap hari korban dari virus ini semakin bertambah. Update bulan Oktober di Indonesia terdapat 345.000 kasus positif dengan menelan korban 12.156 meninggal dunia.

Dengan adanya pandemi Covid-19, semua kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan keramaian dan pengumpulan masa akan di batasi, di karenakan meminimalisir kluster-kluster baru penyebaran virus Covid-19. Pembatasan-pembatasan sosial/physical distancing di maksudkan agar resiko penyebaran virus Covid-19 dapat di tekan. Dampak dari pandemi Covid-19, pemerintah mengeluarkan regulasi-regulasi baru untuk menekan dan memutus mata rantai penyebaran virus Covid-19.

Pendidikan di Indonesia menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat virus Covid-19 ini. Kementrian pendidikan mengeluarkan aturan kebijakan untuk meliburkan sekolah dan mengganti cara kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan system dalam jaringan (daring). Dari bulan Maret sampai Oktober 2020, sudah 7 bulan anak-anak melaksanakan kegiatan belajar dari rumah. Hal ini akan memunculkan berbagai permasalahan yang di hadapi. Salah satu permasalahan adalah selama belajar di rumah guru dan orang tua tidak mengetahui tingkat kesegaran jasmani anak. Kesegaran jasmani merupakan salah satu penunjang bagi anak, dimana seorang anak dapat menjalankan berbagai aktivitas kegiatan fisik dan melakukan kegiatan sehari-hari tanpa mengalami suatu kelelahan yang berarti. Pertumbuhan dan perkembangan anak berkaitan erat dengan kesegaran jasmani, faktor ini

berpengaruh terhadap kemampuan fisik anak dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Semakin tinggi kebugaran jasmani anak maka semakin tinggi pula kemampuan ataupun keterampilan kerja fisik anak untuk aktivitasnya. Manfaat kebugaran jasmani bagi anak sangat penting untuk menjaga kesehatan pada saat belajar maupun di lingkungan.

Kampung Sudagaran Tegalarjo Yogyakarta, adalah salah satu daerah yang berada di tengah perkotaan. Di masa pandemi Covid-19 ini banyak anak-anak yang jarang melakukan kegiatan aktivitas fisik yang berpengaruh terhadap kebugaran jasmani. Anak lebih familiar dengan dunia digital dan hanya banyak berdiam diri di dalam rumah. Kondisi tersebut pula yang memungkinkan dapat menurunkan tingkat kebugaran jasmani setiap anak.

Harapan kondisi tingkat kebugaran jasmani anak di masa pandemi Covid-19 adalah baik, akan tetapi karena berbagai kendala, tidak semua siswa mempunyai kondisi tingkat kebugaran jasmani yang baik.

Kesegaran Jasmani

Moch. Sajoto (1988: 44) menyatakan bahwa kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang menyelesaikan tugas sehari-hari dengan tanpa mengalami kelelahan yang berarti, dengan pengeluaran energi yang cukup besar. Soemosardojo dan Giri Widjojo dalam Toho dan Gusril (2004: 72) menyatakan bahwa: kebugaran jasmani adalah kemampuan tubuh untuk menyesuaikan fungsi alat-alat tubuh dalam bahasa fisiologis terhadap keadaan lingkungan atau kerja fisik secara efisien tanpa lelah berlebihan. Kebugaran jasmani yang dimiliki dan diperlukan setiap anak tidak sama, hal ini bergantung kepada aktivitas-aktivitas fisik anak yang dilakukan sehari-hari. Semakin berat kegiatan yang dilakukan oleh anak, maka kebugaran jasmani yang harus dimiliki anak semakin tinggi. Apabila anak memiliki kebugaran jasmani yang baik maka di dalam beraktivitas sehari-hari tanpa akan mengalami kelelahan yang berarti.

Komponen kebugaran jasmani menurut Iskandar Z Adisapoetra dkk (1999: 4) terdapat dua aspek kebugaran jasmani, yaitu kebugaran jasmani yang berhubungan dengan kesehatan, meliputi: daya tahan jantung-paru, kekuatan otot, daya tahan otot, fleksibilitas dan komposisi tubuh, sedangkan kebugaran jasmani yang berhubungan dengan keterampilan, meliputi: kecepatan, power, keseimbangan, kelincahan, koordinasi dan kecepatan reaksi. Kebugaran jasmani berhubungan dengan aktivitas yang dilakukan oleh anak, dimana anak yang mempunyai kebugaran jasmani yang baik maka akan mudah di dalam melakukan aktivitas-aktivitasnya dengan baik, efektif dan efisien secara maksimal dan optimal.

Kebugaran jasmani yang baik merupakan interaksi dari berbagai faktor yang mempengaruhi baik secara langsung dan tidak langsung bagi setiap lapisan masyarakat meliputi tiga faktor, yaitu: gizi, latihan jasmani dan istirahat.

Djoko Pekik Irianto (2000: 6-7) menyatakan bahwa apabila seseorang atau individu memperoleh dan mendapatkan gizi yang cukup biasanya lebih baik tingkat kebugaran jasmaninya. Gizi dapat diperoleh dari makanan yang sehat dan berimbang serta cukup energi dan nutrisi, yang

meliputi: karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral dan air. Kebutuhan gizi anak pada saat pandemic Covid-19 tercukupi, bahkan kelebihan antara asupan gizi dan kegiatan aktivitas fisik anak, dikarenakan kegiatan aktivitas lebih banyak di dalam rumah. Menurut Djoko Pekik Irianto (2000: 6) bahwa melakukan aktivitas jasmani salah satu alternatif yang paling efektif dan aman untuk memperoleh kesegaran jasmani, karena dengan melakukan aktifitas jasmani yang teratur dan terukur mempunyai multi manfaat. Manfaat yang di peroleh dari kegiatan latihan jasmani yaitu: manfaat jasmani (meningkatkan kebugaran jasmani), manfaat psikis (lebih tahan terhadap *stress* dan lebih mampu untuk berkonsentrasi), dan manfaat sosial (dapat menambah rasa percaya diri, sarana untuk berinteraksi dan bersosialisasi). Kelelahan merupakan salah satu indikator keterbatasan fungsi tubuh manusia. Untuk itu istirahat berguna untuk memulihkan kondisi tubuh dan membantu metabolisme. Dalam sehari semalam umumnya seseorang memerlukan istirahat 7 hingga 8 jam (Djoko Pekik Irianto, 2000: 7).

Pandemi Covid-19

Covid-19 atau virus corona merupakan virus baru yang menjadi momok internasional dan bangsa Indonesia pada saat ini. Dari bulan april 2020 sampai saat ini Indonesia belum bisa lepas dari virus Covid-19. Promkes Kementrian Kesehatan RI (<https://stoppnemunia.id/informasi-tentang-virus-corona-novel-coronavirus/>). Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius seperti MERS dan Sindrom Pernafasan Akut Berat.

Virus Covid-19 ditemukan pertama kali di Wuhan Cina, pada Desember 2019. Gejala umum berupa demam ≥ 38 derajat C, batuk, dan sesak napas. Sekitar 80% kasus dapat pulih tanpa perlu perawatan khusus. Sekitar 1 dari setiap 6 orang mungkin akan menderita sakit yang parah, seperti disertai pneumonia atau kesulitan bernafas, yang biasanya muncul secara bertahap. Walaupun angka kematian penyakit ini masih rendah (sekitar 3%), namun bagi orang yang berusia lanjut, dan orang-orang dengan kondisi medis yang sudah ada sebelumnya (seperti diabetes, tekanan darah tinggi dan penyakit jantung), mereka biasanya lebih rentan untuk menjadi sakit parah.

Seseorang dapat terinfeksi dari penderita COVID-19. Penyakit ini dapat menyebar melalui tetesan kecil (droplet) dari hidung atau mulut pada saat batuk atau bersin. Droplet tersebut kemudian jatuh pada benda di sekitarnya. Kemudian jika ada orang lain menyentuh benda yang sudah terkontaminasi dengan droplet tersebut, lalu orang itu menyentuh mata, hidung atau mulut (segitiga wajah), maka orang itu dapat terinfeksi COVID-19. Atau bisa juga seseorang terinfeksi COVID-19 ketika tanpa sengaja menghirup droplet dari penderita. Inilah sebabnya mengapa kita penting untuk menjaga jarak hingga kurang lebih satu meter dari orang yang sakit. Sampai saat ini, para ahli masih terus melakukan penyelidikan untuk menentukan sumber virus, jenis paparan, dan cara penularannya.

Beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mencegah tertularnya virus ini adalah: 1) Menjaga kesehatan dan kebugaran agar stamina tubuh tetap prima dan sistem imunitas / kekebalan tubuh

meningkat. 2) Mencuci tangan secara teratur menggunakan air dan sabun atau handrub berbasis alkohol. 3) Ketika batuk dan bersin, tutup hidung dan mulut dengan tisu atau lengan atas bagian dalam (bukan dengan telapak tangan). 4) Hindari kontak dengan orang lain atau bepergian ke tempat umum. 5) Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut (segitiga wajah). 6) Gunakan masker penutup mulut dan hidung ketika sakit atau saat berada di tempat umum. 7) Buang tisu dan masker yang sudah digunakan ke tempat sampah dengan benar, lalu cucilah tangan. 8) Menunda perjalanan ke daerah/negara dimana virus ini ditemukan. 9) Hindari bepergian ke luar rumah saat Anda merasa kurang sehat, terutama jika merasa demam, batuk, dan sulit bernapas. 10) Selalu pantau perkembangan penyakit COVID-19 dari sumber resmi dan akurat. Cara yang paling efektif untuk melindungi diri dan orang lain dari penularan COVID-19 adalah mencuci tangan secara teratur, tutup mulut saat batuk dengan lipatan siku atau tisu, dan jaga jarak minimal satu meter dari orang yang bersin atau batuk.

Pendidikan di Indonesia menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat virus Covid-19 ini. Kementerian pendidikan mengeluarkan aturan kebijakan untuk meliburkan sekolah dan mengganti cara kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan system dalam jaringan (daring). Dari bulan Maret sampai Oktober 2020, sudah 7 bulan anak-anak melaksanakan kegiatan belajar dari rumah. Hal ini akan memunculkan berbagai permasalahan yang di hadapi. Salah satu permasalahan adalah selama belajar di rumah guru dan orang tua tidak mengetahui tingkat kesegaran jasmani anak.

Karakteristik Anak

Karakteristik secara umum pada masa anak-anak usia sekolah menurut Hurlock dalam Toho dan Gusril (2004: 18), adalah:

1. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan sebagai makhluk yang umum.
2. Membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh.
3. Belajar menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya.
4. Mulai mengembangkan peran sosial pria dan wanita.
5. Mengembangkan keterampilan dasar untuk membaca, menulis dan berhitung.
6. Mengembangkan pengertian-pengertian yang diperlukan untuk kehidupan sehari-hari.
7. Mengembangkan hati nurani, pengertian dan tingkatan nilai.
8. Mengembangkan sikap terhadap kelompok-kelompok sosial dan institusi.
9. Mencapai kebebasan pribadi.

Karakteristik anak yang berada di Kampung Sudagaran Tegalorejo Yogyakarta berbeda-beda yang satu dengan yang lain, secara fisik ada yang gemuk ada yang kurus, ada yang tinggi ada yang pendek, ada yang kuat ada yang lemah dan ada yang aktif ada yang pasif. Sedangkan secara psikis ada yang suka bicara ada yang pendiam, ada yang pemalu ada yang pemberani, dan ada yang pandai bergaul ada yang penakut. Dengan melihat karakteristik jasmani peserta didik yang berbeda-beda tersebut, maka untuk meningkatkan kesegaran jasmani harus disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan yang dimilikinya, agar peserta didik dapat melaksanakan aktivitas jasmani dengan sebaik-baiknya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain bentuk deskriptif-kuantitatif dengan menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran menggunakan instrumen Tes Kesehatan Jasmani Indonesia untuk anak umur 10-12 tahun yang diterbitkan oleh Kementrian Pendidikan Nasional (2010). Data yang diperoleh dari tes dan pengukuraaan dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

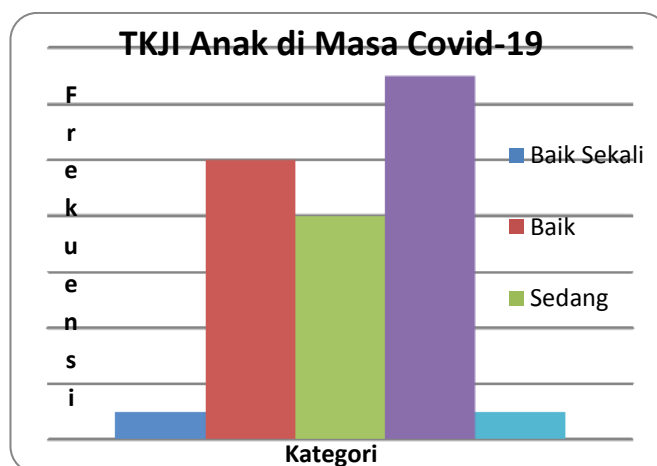
HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil penelitian tentang tes kesehatan jasmani TKJI anak yang berumur 10-12 tahun di masa pandemic Covid-19, diperoleh dari 6 macam item tes, yaitu lari 40 meter, gantung siku tekuk, baring duduk, loncat tegak, dan lari 600 meter. Sehingga perlu dideskripsikan hasil secara keseluruhan. Pendeskripsian data dilakukan secara keseluruhan, serta dilakukan pada data tes kesehatan jasmani secara keseluruhan menjadi 5 kategori berdasarkan Norma Tes Kesehatan Jasmani Indonesia. Skor baku Norma Tes Kesehatan Jasmani Indonesia yang digunakan untuk mendiskripsikan data tingkat kesehatan jasmani TKJI siswa yang berumur 10-12 tahun. Berikut ini adalah hasil Tes Kesehatan Jasmani Indonesia di masa pandemic Covid-19.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesehatan Jasmani TKJI anak di masa pandemi Covid-19

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Frekuensi Relatif
22-25	Baik Sekali	1	3,03%
18-21	Baik	10	30,30%
14-17	Sedang	8	24,24%
13-10	Kurang	13	39,39%
5-9	Kurang Sekali	1	3,03%
Jumlah		33	100,00%

Dari keterangan di atas tingkat kesehatan jasmani anak di masa pandemic Covid-19 dapat disajikan dalam bentuk histogram sebagai berikut:



Gambar 1. Histogram Tingkat Kesehatan Jasmani anak di masa pandemic Covid-19

Berdasarkan penghitungan data hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19 terdapat 1 siswa (3,03%) dalam kategori baik sekali, 10 siswa (30,30%) dalam kategori baik, 8 siswa (24,24%) dalam kategori sedang, 13 siswa (39,39%) dalam kategori kurang, 1 siswa (3,03%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori kurang, sehingga dapat disimpulkan tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19 adalah kurang.

Kesegaran jasmani erat hubungannya dengan aktivitas yang dilakukan anak dalam melakukan kegiatan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti, karena dengan kesegaran jasmani yang baik anak dapat melakukan aktivitasnya dengan baik, efektif, efisien, dan hasilnya akan optimal. Pendidikan di Indonesia menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat virus Covid-19 ini. Kementerian pendidikan mengeluarkan aturan kebijakan untuk meliburkan sekolah dan mengganti cara kegiatan belajar mengajar dengan menggunakan system dalam jaringan (daring). Dari bulan Maret sampai Oktober 2020, sudah 7 bulan anak-anak melaksanakan kegiatan belajar dari rumah. Dari analisis tersebut bisa dimungkinkan tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19 adalah kurang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu: secara keseluruhan tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19 terdapat 1 siswa (3,03%) dalam kategori baik sekali, 10 siswa (30,30%) dalam kategori baik, 8 siswa (24,24%) dalam kategori sedang, 13 siswa (39,39%) dalam kategori kurang, 1 siswa (3,03%) dalam kategori kurang sekali. Frekuensi terbanyak pada kategori kurang, sehingga dapat disimpulkan tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19 adalah kurang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Fakta yang terkumpul berupa data-data anak di masa pandemic Covid-19, ternyata tingkat kesegaran jasmani siswa secara keseluruhan berkategori kurang.
2. Dengan diketahuinya tingkat kesegaran jasmani anak di masa pandemic Covid-19, dapat dijadikan bahan pertimbangan guru dan orang tua untuk mengontrol anak dalam meningkatkan kesegaran jasmani di masa pandemic Covid-19.
3. Hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan dan memperbaiki kualitasnya.

Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan disini antara lain:

1. Pada saat pengambilan data, peneliti tidak dapat mengontrol aktivitas anak sebelumnya.
2. Pada saat pengambilan data, ada beberapa anak yang terlihat kurang serius, sehingga nilai yang diperoleh tidak maksimal.

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Guru dan orang tua selalu mengingatkan kepada anak tentang pentingnya kesegaran jasmani.
2. Melakukan pengembangan penelitian yang lebih kompleks di masa Covid-19.

DAFTAR PUSTAKA

- Djoko Pekik Irianto. (2000). *Panduan Latihan Kesegaran (Yang Efektif dan Aman)*. Yogyakarta: Lukman Offset.
- Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak .Interval* :Dirjen Olahraga. Depdiknas.
- Iskandar Z.A. (1999). *Panduan teknik ters dan latihan kesegaran jasmani*. Jakarta: Pusat dan pengkajian pengembangan IPTEK Olahraga (PPPITOR). Kantor menteri Negara Pemuda dan Olahraga.
- Mohammad Sajoto, (1988). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Promkes Kementerian Kesehatan RI. *Coronavirus Disease 2019*. <https://stopppneumonia.id/informasi-tentang-virus-corona-novel-coronavirus/>. Di akses pada 10 Oktober 2020.
- Toho. (2004). *Perkembangan motorik pada anak-anak*. Jakarta. Asa Mandiri.