

**PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE PHYSICAL EDUCATION*
(OLPE) TERHADAP KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*) SISWA
PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA COVID-19**

TESIS

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar magister pada Program Studi
Pendidikan Olahraga



Oleh
Recky Ahmad Haffiandy
1906733

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2021**

**PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE PHYSICAL EDUCATION*
(OLPE) TERHADAP KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*) SISWA
PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA COVID-19**

oleh
Recky Ahmad Haffiandy, S.Pd
UPI Bandung, 2021

Sebuah tesis yang untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Magister
(M.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Olahraga
Sekolah Pascasarjana UPI

©Recky Ahmad Haffiandy, 2021
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2021

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
difoto kopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Online Physical Education (OLPE) Terhadap Kecakapan Hidup (Life Skills) Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Diera COVID-19” ini dan seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan tersebut, saya siap menanggung risiko yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap karya saya.

Bandung, Juli 2021

Yang Membuat Pernyataan



Recky Ahmad Haffiandy, S.Pd
NIM. 1906733

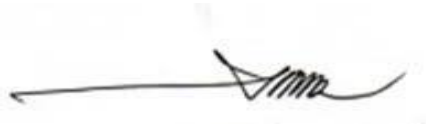
LEMBAR PENGESAHAN

Recky Ahmad Haffiandy

**PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE PHYSICAL EDUCATION*
(OLPE) TERHADAP KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*) SISWA PADA
MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA COVID-19**

disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I,



Dr. Agus Mahendra, M.A

NIP. 196308241989031002

Pembimbing II,

Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO

NIP. 196207181988031004

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd.

NIP. 196001191986031002

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyusunan tesis ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan, arahan, serta bimbingan dari berbagai pihak yang tentunya sangat menentukan sekali dalam penyelesaian tesis ini. Maka dari itu, pada kesempatan ini penulis ucapkan rasa puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, serta nikmat-Nya kepada penulis dan ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Syihabuddin, M. Pd., selaku Direktur Pascasarjana UPI
2. Bapak Prof. Dr. H. Amung Ma'mun, M.Pd. selaku ketua Prodi Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana UPI
3. Bapak Dr. Agus Mahendra, M.A. selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan pengetahuan, bimbingan, arahan, serta nasehat selama proses perkuliahan dan proses pembuatan serta penyelesaian tesis penulis.
4. Bapak Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes., AIFO. selaku pembimbing II sekaligus pembimbing akademik penulis yang telah memberikan bimbingan, motivasi, saran, serta arahan selama proses pembuatan dan penyelesaian tesis.
5. Seluruh dosen dan staff akademik Prodi Pendidikan Olahraga Sekolah Pascasarjana UPI yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
6. Bapak Drs. H. Slamet Heryadi, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMKN 12 Bandung yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian dilingkungan sekolah.
7. Bapak Ade Aris Wanto, S.Pd dan bapak Rahman Arief, M.Pd selaku Guru Pendidikan Jasmani serta selaku obesver saat penelitian di SMKN 12 Bandung.
8. Seluruh guru serta siswa-siswi SMKN 12 Bandung yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis selama proses penelitian berlangsung.
9. Norma Anggara M.Pd. atas motivasi dan bantuan kepada penulis sehingga tesis ini selesai pada waktu yang tepat
10. Bapak Dr. Ma'ruful Kahri, M.Pd. serta Ibu Ani Saidah yang saya cintai dan hormati, selaku Ayahanda dan Ibunda dari penulis. Terimakasih atas segala dorongan moril maupun materil serta doa yang tidak luput terhenti sampai kapanpun dengan segala pengorbanan dan kesabaran yang telah diberikan demi

anaknya meraih cita-cita. Sehingga tesis ini selesai pada waktu yang tepat, penulis persembahkan tesis ini sebagai karya tulis pertama yang telah dibuat.

11. Adik dan kakaku Ridhani Rahima Utami, M.Pd dan Rema Ananda yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis sehingga tesis ini selesai pada waktunya.
12. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan semangat sehingga pembuatan tesis ini selesai sesuai dengan harapan.
13. Indah Fadilla, S.Pd. sebagai motivator yang selalu ada untuk memberikan waktu, dukungan, motivasi dan semangat kepada penulis sehingga tesis ini selesai pada waktu yang tepat.
14. Bapak Saepuloh dan ibu Yeti yang saya cintai dan saya hormati, selaku ayah dan ibu mertua dari penulis terimakasih atas segala dorongan moril maupun materil serta doa yang tidak luput terhenti sampai kapanpun
15. Sahabat–Sabahat terbaik Agung Apriandi Satya, Irfan Kurniawan, Ilham Nurul Alam, Sefta Sandi yang selalu ada dalam suka maupun suka serta selalu memberikan dorongan dan semangat.
16. Teman-teman Asrama Mahasiswa Kalimantan Selatan Demang Lehman yang telah menjadi keluarga kedua dan selalu memberikan dukungan selama dua tahun perkuliahan ini.
17. Rekan-rekan POR 1 B dan rekan-rekan mahasiswa POR 2019 yang telah berjuang bersama-sama berjuang bersama dari mulai kaderisasi hingga saling bahu membahu selama proses perkuliahan.
18. Pihak-pihak yang tidak sempat penulisan sebutkan satu persatu.
19. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting*

Bandung, Juli 2021



Recky Ahmad Haffiandy, S.Pd

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas kuasa dan kehendaknya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis yang dimaksudkan untuk memenuhi tugas akhir dalam perkuliahan untuk mendapatkan gelar Magister S2 Pendidikan Olahraga Universitas Pendidikan Indonesia. Tesis yang berjudul “Pengaruh Pembelajaran Online Physical Education (OLPE) Terhadap Kecakapan Hidup (Life Skills) Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Diera Covid-19”. Selain itu, tesis ini juga dimaksudkan untuk dijadikan sebagai alternatif pemecahan masalah dalam pembelajaran pendidikan jasmani di era pandemi Covid 19 yaitu dengan menerapkan *Online Physical Education* (OLPE). Dengan adanya temuan penelitian ini diharapkan pembelajaran dengan metode daring lebih memberikan nilai dan karakter kepada siswa dengan menerapkan integrasi program kecakapan hidup (*life skills*) pada materi pembelajaran pendidikan jasmani.

Sekiranya manusia yaitu tak pernah luput dari kesalahan maka demikian pula dengan adanya tesis ini. Sehingga sangat penting kritik dan saran yang membangun bagi penulis untuk perbaikan berikutnya. Semoga tesis yang dibuat penulis dapat memberikan manfaat yang positif.

Bandung , Juli 2021

Recky Ahmad Haffiandy, S.Pd

PENGARUH PEMBELAJARAN *ONLINE PHYSICAL EDUCATION* (OLPE) TERHADAP KECAKAPAN HIDUP (*LIFE SKILLS*) SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI ERA COVID-19

Recky Ahmad Haffiandy ¹, Agus Mahendra ², & Yudy Hendrayana ³
¹²³ Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Jawa Barat, Indonesia
rickyahmad21@gmail.com

Abstrak

Pandemi COVID-19 telah memberikan dampak negatif pada bidang pendidikan khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani. Solusi dalam menghadapi keterbatasan belajar di masa pandemi ini adalah dengan menerapkan pembelajaran berbasis *online* yang terintegrasi pada jaringan internet. Namun pembelajaran *online* ini mengandung kelemahan, di antaranya terfokusnya tujuan pelajaran hanya pada aspek kognitif dan aspek psikomotor semata, sedangkan aspek afektif dipandang terabaikan. Penelitian ini untuk mencari alternatif pemecahan masalah di atas dengan cara menerapkan OPLE dengan mengintegrasikan *Life Skills* di dalamnya. Dan untuk mengetahui perbedaan antara OLPE yang diintegrasikan dengan program kecakapan hidup dan OLPE yang tidak diintegrasikan program kecakapan hidup. Metode yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian adalah *pretest posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI usia 15 – 16 tahun di SMKN 12 Bandung yang mengikuti pembelajaran penjasorkes *online* dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data pada penelitian ini yaitu *independent sample Ttest* dan *paired sample Ttest*. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari *Online Physical Education* (OLPE) terhadap kecakapan hidup siswa (*sig 2 tailed* = 0,013 < 0,05). Kemudian terdapat perbedaan yang signifikan antara OLPE yang diberikan program integrasi kecakapan hidup dan OLPE yang tidak diberikan program integrasi kecakapan hidup (*sig 2 tailed* = 0,000 < 0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru harus mampu memadukan nilai-nilai dasar siswa dalam mengikuti pembelajaran dengan menerapkan program integrasi *life skills* sehingga pendidikan jasmani online akan lebih bermakna dan tidak terjadi pembelajaran yang monoton.

Kata kunci : *online physical education*, kecakapan hidup, Covid-19

THE EFFECT OF ONLINE PHYSICAL EDUCATION (OLPE) LEARNING ON STUDENT'S LIFE SKILLS IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS DURING COVID-19 ERA

Recky Ahmad Haffiandy ¹, Agus Mahendra ², & Yudy Hendrayana ³
¹²³ Indonesia University of Education, Bandung, West Java, Indonesia
rickyahmad21@gmail.com

Abstract

The COVID-19 pandemic has had a negative impact on the education sector, especially in physical education subjects. The option offered as a solution in dealing with learning limitations during this pandemic is to apply online-based learning that is integrated on the internet network. However, this online learning contains weaknesses, including the focus on learning objectives only on cognitive and psychomotor aspects, while affective aspects are seen as neglected. This research is to find alternative solutions to the problems above by implementing OPLE by integrating Life Skills in it. The aim is to find out the difference between OLPE which is integrated with the Life Skills program and OLPE which is not integrated with the Life Skills program. The method used is quasi-experimental with quantitative research. The research design was a pretest posttest control group design. The population in this study were all class XI students aged 15-16 years at SMKN 12 Bandung who took part in online physical education learning with purposive sampling technique. Analysis of the data in this study, namely the independent sample T-test and paired sample T-test. The calculation results show that there is a significant effect of Online Physical Education (OLPE) on students' life skills (sig 2 tailed = 0.013 < 0.05). Then there was a significant difference between OLPE who were given the life skills integration program and those who were not given the life skills integration program (sig 2 tailed = 0.000 < 0.05). So it can be concluded that teachers must be able to integrate the basic values of students in participating in learning by implementing an integration of life skills program so that online physical education will be more meaningful and there will be no monotonous learning.

Keyword : Online physical education, life skills, Covid-19

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
KATA PENGANTAR.....	v
Abstrak	vi
Abstract	vii
DAFTAR ISI	viii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.2. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1. Kajian Pustaka	Error! Bookmark not defined.
2.1.1. Pembelajaran Daring (<i>Online Learning</i>) ...	Error! Bookmark not defined.
2.1.2. Pendidikan Jasmani <i>Online (Online Physical Education/OLPE)</i>	Error! Bookmark not defined.
2.1.3. <i>Kecakapan hidup (Life skills)</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2. Teori yang relevan	Error! Bookmark not defined.
2.3. Penelitian terdahulu yang relevan.....	Error! Bookmark not defined.
2.4. Hipotesis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1. Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2. Metode dan desain penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3. Partisipan, Populasi, Sampling dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3.1. Partisipan	Error! Bookmark not defined.
3.3.2. Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.3.3. Sampling.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.4. Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.4. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.

3.5	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5.1	Uji validitas instrumen	Error! Bookmark not defined.
3.5.2	Uji reliabilitas instrument	Error! Bookmark not defined.
3.6	Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.7.1	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
3.7.2	Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
3.7.3	Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..		Error! Bookmark not defined.
4.1	Deskripsi Data	Error! Bookmark not defined.
4.2	Uji Prasyarat Statistik	Error! Bookmark not defined.
4.2.1	Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
4.2.2	Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
4.3	Uji Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.1	Uji Hipotesis Pertama.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.2	Uji Hipotesis kedua.....	Error! Bookmark not defined.
4.3.3	Uji Hipotesis Ketiga.....	Error! Bookmark not defined.
4.4	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI		Error! Bookmark not defined.
5.1	Simpulan	Error! Bookmark not defined.
5.3	Implikasi.....	Error! Bookmark not defined.
5.3	Batasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
5.4	Rekomendasi	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN		Error! Bookmark not defined.
DOKUMENTASI		Error! Bookmark not defined.
BIODATA PENULIS		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, G., Rhind, D., & Koshy, V. (2015). Enablers and barriers for male students transferring life skills from the sports hall into the classroom. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 7(1), 53–67. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2014.893898>
- Allen, J. B. (2015). *Development & Validation of the Life Skills Scale for Sport (LSSS)* LORCAN CRONIN & JUSTINE ALLEN. November 2016. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.29884.03200>
- Anira, (2019) PENGARUH PHYSICAL ACTIVITY TERHADAP PENINGKATAN LIFE SKILLS. S2 thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Apriyanto, R., & S, A. (2021). Effectiveness Of Online Learning and Physical Activities Study In Physical Education During Pandemic Covid 19. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 5(1), 64–70. <https://doi.org/10.33369/jk.v5i1.14264>
- Ariyana, Y., Pudjiastuti, A., Bestary, R., & Zamromi, Z. (2018). Buku Pegangan Pembelajaran Keterampilan Berpikir Tingkat Tinggi Berbasis Zonasi. *Direktorat Jendral Guru Dan Tenaga Kependidikan*, 1–87.
- Bandura, A. (1999). A social cognitive theory of personality. *Handbook of Personality: Theory and Research*, 154–196. <https://www.google.com/books?hl=en&lr=&id=b0yalwi1HDMC&oi=fnd&pg=PA154&dq=Social+cognitive+theory+of+personality&ots=767yO2WqNj&sig=yJSrel-r7pTwEDiqNK1VhqoMDfw>
- Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education and Behavior*, 31(2), 143–164. <https://doi.org/10.1177/1090198104263660>
- Beamish, N. (2012). *Developing Life Skills through Physical Activity: A Teaching Personal and Social Responsibility Model Approach*. November 2012.
- Bean, C., & Forneris, T. (2016). Examining the Importance of Intentionally Structuring the Youth Sport Context to Facilitate Positive Youth Development. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(4), 410–425. <https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1164764>

- Bean, C., Kendellen, K., & Forneris, T. (2016). Moving Beyond the Gym: Exploring Life Skill Transfer Within a Female Physical Activity-Based Life Skills Program. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 274–290. <https://doi.org/10.1080/10413200.2015.1124155>
- Beard, J., & Konukman, F. (2020). Teaching Online Physical Education: The Art of Connection in the Digital Classroom. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 91(7), 49–51. <https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1785772>
- Brooks, C., Mosier, B., & Bassett, M. (2020). Teaching from Home? Now What? Preparing Your Online Emergency Teaching Toolkit. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 91(6), 46–49. <https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1770523>
- Brunelle, J., Danish, S. J., & Forneris, T. (2007). The impact of a sport-based life skill program on adolescent prosocial values. *Applied Developmental Science*, 11(1), 43–55. <https://doi.org/10.1080/10888690709336722>
- Buschner, C. (2006). Online Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 77(2), 3–8. <https://doi.org/10.1080/07303084.2006.10597818>
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *Sport Psychologist*, 26(2), 243–260. <https://doi.org/10.1123/tsp.26.2.243>
- Centre for Operations Research and Training. (2018). *Evaluation of Adolescent Life Skills Education Programme in Secondary Schools of Chandrapur, Maharashtra. March.*
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2), 103–104. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.02.001>
- Creswell, J. W. (2002). Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative (pp. 146-166). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hal
- Creswell, John W. (2014). Research design : qualitative, quantitative, and mixed

methods approaches 4th edition. United States of America. SAGE Publications, Inc.

Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105–119. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.11.001>

Cronin, L. D., Allen, J., Mulvenna, C., & Russell, P. (2018). An investigation of the relationships between the teaching climate, students' perceived life skills development and well-being within physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 23(2), 181–196. <https://doi.org/10.1080/17408989.2017.1371684>

Danish, S., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (n.d.). *Sport Enhancing Youth Development Through Sport*. October 2014, 37–41. <https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674365>

Danish, S. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2005). Sport-based life skills programming in the schools. *Journal of Applied School Psychology*, 21(2), 41–62. https://doi.org/10.1300/J370v21n02_04

Daum, David N. (2020). Thinking about Hybrid or Online Learning in Physical Education? Start Here!: Editor: Brian Mosier. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 91(1), 42–44. <https://doi.org/10.1080/07303084.2020.1683387>

Daum, David N, & Buschner, C. (2014). Research on teaching blended and online physical education. *Handbook of Research on K-12 Online and Blended Learning*, 201–222.

Daum, David Newman, & Buschner, C. (2012). The status of high school online physical education in the United States. *Journal of Teaching in Physical Education*, 31(1), 86–100. <https://doi.org/10.1123/jtpe.31.1.86>

Dyson, B., Griffin, L. L., & Hastie, P. (2006). Rieter: Entwicklung der neuen Regulierstrecke RSB-D 40. *Melliand Textilberichte*, 87(3).

Elliott, A., & Woodward, W. (2011). Statistical Analysis Quick Reference Guidebook. In *Statistical Analysis Quick Reference Guidebook*. <https://doi.org/10.4135/9781412985949>

- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). How To Design And Evaluate Research In Education - Eight Edition. In *United States , McGraw-Hill* (Vol. 53, Issue 9). <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Fraenkel, Jack R. (1987). Toward improving research in social studies education. *Theory and Research in Social Education*, 15(3), 203–222. <https://doi.org/10.1080/00933104.1987.10505546>
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Goad, T., Towner, B., & Jones, E. (2019). *Instructional Tools for Online Physical Education : 3084*. <https://doi.org/10.1080/07303084.2019.1614118>
- Goudas, M. (2010). Prologue : a review of life skills teaching in sport. *Hellenic Journal of Psychology*, 7(January), 241–258. https://www.researchgate.net/profile/Marios_Goudas/publication/285223772_Prologue_A_review_of_life_skills_teaching_in_sport_and_physical_education/links/588ef63792851cef1363bbda/Prologue-A-review-of-life-skills-teaching-in-sport-and-physical-education.pdf
- Goudas, M., & Giannoudis, G. (2008). A team-sports-based life-skills program in a physical education context. *Learning and Instruction*, 18(6), 528–536. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2007.11.002>
- Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krustrup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 0(0), 1–6. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1757494>
- Hasan, A. M., & Ahmad, J. (2019). Teacher Professional Education in the Era of Industrial Revolution 4.0. *International Conference on Education, Science and Technology*, 2(1), 410–414.
- Hinson, L., Kapungu, C., Jessee, M. C., Skinner, M., Bardini, M., & Tracy, E.-W. (2016). Positive Youth Development Measurement Toolkit. *Measuring Positive Youth Development Toolkit: A Guide for Implementers of Youth Programs*, (December). Retrieved from

[https://static.globalinnovationexchange.org/s3fs-public/asset/document/PYD Measurement Toolkit Final.pdf](https://static.globalinnovationexchange.org/s3fs-public/asset/document/PYD%20Measurement%20Toolkit%20Final.pdf)

- Hodge, K., Danish, S., & Martin, J. (2013). Developing a Conceptual Framework for Life Skills Interventions. *The Counseling Psychologist*, 41(8), 1125–1152. <https://doi.org/10.1177/0011000012462073>
- Holt, N. L., Tink, L. N., Mandigo, J. L., & Fox, K. R. (2008). Do youth learn life skills through their involvement in high school sport? A case study. *Canadian Journal of Education*, 31(2), 281–304
- Jacobs, J. M., & Wright, P. M. (2016). *An alternative application of imagery in youth sport : Promoting the transfer of life skills to other contexts Promoting the transfer of life skills to other contexts*. 0704(March). <https://doi.org/10.1080/21520704.2015.1123205>
- Jenny, S. E., & Rhodes, S. (2017). Physical Education Professionals Developing Life Skills in Children Affected by Poverty. *The Physical Educator*, 74(4), 653–671. <https://doi.org/10.18666/tpe-2017-v74-i4-7524>
- Jeong, H. C., & So, W. Y. (2020). Difficulties of online physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197279>
- Johnston, J., Harwood, C., & Minniti, A. M. (2013). Positive Youth Development in Swimming: Clarification and Consensus of Key Psychosocial Assets. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(4), 392–411. <https://doi.org/10.1080/10413200.2012.747571>
- Joosten, T., & Cusatis, R. (2020). Online Learning Readiness. *American Journal of Distance Education*, 34(3), 180–193. <https://doi.org/10.1080/08923647.2020.1726167>
- Kabir, S. M. S. (2016). Sample and sampling designs. *Fundamentals of Research Methodology and Statistics*, July 2016, 323.
- Kemendikbud (2020). SK KaBalitbang nomor 018/H/KR/2020 tentang Kompetensi Inti Dan Kompetensi Dasar Pelajaran Pada Kurikulum 2013 Pada Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, Dan Pendidikan Menengah Berbentuk

Sekolah Menengah Atas Untuk Kondisi Khusus, Jakarta : Kemendikbud

- Kendellen, K., Camiré, M., Bean, C. N., & Forneris, T. (2016). *Integrating life skills into Golf Canada 's youth programs : Insights into a successful research to practice partnership.* 0704(September).
<https://doi.org/10.1080/21520704.2016.1205699>
- Kesiraju, L., & Vogels, T. (2017). Health and fitness app users are going the distance with record-high engagement [Blog Post online]. (Diakses 10 Desember 2020) <http://flurrymobile.tumblr.com/post/165079311062/health-fitness-app-users-are-going-the-distance>
- Kim, H. S., Sherman, D. K., & Taylor, S. E. (2008). Culture and Social Support. *American Psychologist*, 63(6), 518–526. <https://doi.org/10.1037/0003-066X>
- Kooiman, B. J., & Sheehan, D. P. (2014). The Efficacy of Exergames Played Proximally and Over the Internet on Cognitive Functioning for Online Physical Education. *American Journal of Distance Education*, 28(4), 280–291. <https://doi.org/10.1080/08923647.2014.957946>
- Lead, J. (2011). *Online Learning. May*, 1–3.
- Lewis, Diane E. 2002. “A Departure from Training by the Book, More Companies Seeing Benefits of E-Learning”, The Boston Globe, Globe Staff (sumber Internet: <http://bostonworks.boston.com/globe/articles/052602/elearn.html>)
- Mohnsen, B. (2012). Implementing Online Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 83(2), 42–47. <https://doi.org/10.1080/07303084.2012.10598727>
- Mossman, G. J., & Cronin, L. D. (2019). Life skills development and enjoyment in youth soccer: The importance of parental behaviours. *Journal of Sports Sciences*, 37(8), 850–856. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1530580>
- Muro, M., & Jeffrey, P. (2008). A critical review of the theory and application of social learning in participatory natural resource management processes. *Journal of Environmental Planning and Management*, 51(3), 325–344. <https://doi.org/10.1080/09640560801977190>
- Mustafa, P. S., & Dwiyoogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan di Indonesia Abad 21. *JARTIKA Jurnal Riset*

Teknologi Dan Inovasi Pendidikan, 3(2), 422–438.
<https://doi.org/10.36765/jartika.v3i2.268>

Nabavi, R. T. (2016). Theories of Developmental Psychology: Bandura ' s Social Learning Theory & Social Cognitive Learning Theory. *Research Gate*, January 2012, 1–24.

NASPE. (2007). Initial Guidelines for Online Physical Education. *Recreation*, 703, 1–16.

Nguyen, T. (2015). The Effectiveness of Online Learning: Beyond No Significant Difference and Future Horizons. *MERLOT Journal of Online Learning and Teaching*, 11(2), 309–319.

Rahayu, A. S. (2016). MODUL STATISTIKA. Untuk Ilmu Keolahragaan: Bandung.

Reimers, F., Education, G., & Initiative, I. (2020). *Supporting the continuation of teaching and learning during the COVID-19 Pandemic*. 1–38.

Rosali, E. S., Pendidikan, J., & Universitas, G. (2020). Aktifitas Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Jurusan Pendidikan Geografi Universitas Siliwangi Tasikmalaya. *Geography Science Education Journal (GEOSEE)*, 1(1), 21–30.

SHAPE. (2018). *Guidance Document Guidelines for K-12 Online Physical Education*.

SHAPE America – Society of Health and Physical Educators, American Heart Association (AHA), & Voices for Healthy Kids. (2016). 2016 Shape of the Nation Report: Status of Physical Education in the USA. Reston, VA: Authors. Artikel tersedia di https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/son/Shape-of-the-Nation-2016_web.pdf.

Siahaan, Sudirman, (2002). “Studi Penjajagan tentang Kemungkinan Pemanfaatan Internet untuk Pembelajaran di SLTA di wilayah Jakarta dan sekitarnya.” *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, Tahun Ke 8, No. 039, November 2002, Jakarta :

Sugiyono. (2008). Metode penelitian pendidikan:(pendekatan kuantitatif, kualitatif

- dan R & D). Alfabeta.
- Suharsaputra, Uhar. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: PT Refika Aditama
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- Syarifatunnisa. (2019). Integrasi Program Life Skills Dalam Olahraga Bola Basket Pada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan. *S2 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia*, 53(9), 1689–1699.
- Turnidge, J., Côté, J., & Hancock, D. J. (2014). Positive Youth Development From Sport to Life: Explicit or Implicit Transfer? *Quest*, 66(2), 203–217. <https://doi.org/10.1080/00336297.2013.867275>
- UNESCO & IESALC. (2020). *COVID-19 and higher education: Today and tomorrow. Impact analysis, policy responses and recommendations*. 1–46.
- Wahid, A. H., & Karimah, R. A. (2018). Integrasi High Order Thinking Skill (HOTS) dengan Model Creative Problem Solving. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 5(1), 82–98. <http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/modeling/article/view/161>
- Waryanto, N. H. (2006). Online Learning Sebagai Salah Satu Inovasi Pembelajaran. In *Pythagoras* (Vol. 2, Issue 1, pp. 10–23). [http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132304807/Online Learning sebagai Salah Satu Inovasi Pembelajaran.pdf](http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/132304807/Online_Learning_sebagai_Salah_Satu_Inovasi_Pembelajaran.pdf)
- Wei, Z., & Liqiang, S. (2011, May). Mobile-learning (m-learning) apply to physical education in colleges. Paper presented at the IEEE Conference on Circuits, Communications and System, Wuhan, China
- Welbers, K., Konijn, E. A., Burgers, C., de Vaate, A. B., Eden, A., & Brugman, B. C. (2019). Gamification as a tool for engaging student learning: A field experiment with a gamified app. *E-Learning and Digital Media*, 16(2), 92–

109. <https://doi.org/10.1177/2042753018818342>
- WHO. (1994). Programme on Mental Health: Life Skills in Schools. *WHO World Health Organization*.
- Wicks, M. (2010). A National Primer on K-12 Online Learning. *International Association for K-12 Online Learning*, 2(October), 48. http://whhttp://www.inacol.org/wp-content/uploads/2015/02/iNCL_NationalPrimerv22010-web1.pdfwww.inacol.org/research/docs/national_report.pdf
- Williams, L., & Sanders, S. (2013). A Case Study of Virtual Physical Education Teachers' Experiences in and Perspectives of Online Teaching. *Scholar Commons USF. Graduate Theses.*, 3604849(January), 264. http://scholarcommons.usf.edu/etdhttp://scholarcommons.usf.edu/etd/4962%0Ahttp://proxy2.hec.ca/login?url=http://search.proquest.com/docview/1476209733?accountid=11357%5Cnhttp://gutenberg.hec.ca:3210/sfxlc13?url_ver=Z39.88-2004&rft_val_fmt=info:ofi/fmt:kev
- World Health Organization. (1999). Partners in life skills education. Geneva, Switzerland: Author.
- Yulika. (2020). Pernyataan Lengkap Jokowi Soal 2 Orang Positif Corona di Indonesia.(Online):<https://www.liputan6.com/news/read/4191757/pernyataan-lengkap-jokowi-soal-2-orang-positif-corona-di-indonesia>. Lipuran 6 News. (Diakses: 1 Desember 2020)
- Zahrotunnimah, Z. (2020). Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 di Indonesia. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15103>
- Zimmerman, W. A., & Kulikowich, J. M. (2016). Online Learning Self-Efficacy in Students With and Without Online Learning Experience. *American Journal of Distance Education*, 30(3), 180–191. <https://doi.org/10.1080/08923647.2016.1193801>