

**PENGARUH METODE BLENDED LEARNING PADA MATA
PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
TERHADAP KETERAMPILAN SOSIAL SISWA**

(Studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 12 Bandung)

Diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat untuk mendapat gelar sarjana
Pendidikan di Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



Oleh :
Hanipah
1706072

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESIHATAN DAN
REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2022

**PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* PADA MATA
PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
TERHADAP KETERAMPILAN SOSISAL SISWA
(Studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 12 Bandung)**

Oleh :
Hanipah
1706072

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Hanipah 2022
Universitas Pendidikan Indonesia
Desember 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang.


Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difoto kopi, atau cara lainya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

HANIPAH

**PENGARUH METODE *BLENDED LEARNING* PADA MATA
PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN
TERHADAP KETERAMPILAN SOSIAL SISWA
(Studi Eksperimen pada Siswa SMP Negeri 12 Bandung)**

**DISETUIJUI DAN DISAHKAN OLEH:
PEMBIMBING I**



**Dra. Hj. Oom Rohmah, M.Pd
196005181987032003**

PEMBIMBING II



**Dr. H. Carsiwan, M.Pd
197101052002121001**

Mengetahui
Ketua Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi



**Dr. Yusuf Hidayat, M.Si
196808301999031001**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Metode *Blended Learning* pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Terhadap Keterampilan Sosial Siswa (Studi Eksperimen pada Siswa Smp Negeri 12 Bandung)”. Ini beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri yang didalamnya tidak ada penjiplakan dan pengutipan yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Atas pernyataan tersebut saya siap menanggung resiko/sanksi dan bertanggung jawab apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan dari karya ini.

Bandung, 07 Desember 2022

Yang membuat pernyataan



Hanipah

NIM. 1706072

UCAPAN TERIMAKASIH

Allahamduillahirabbil'alamin segala puji bagi Allah Subhaanahu wata'aala penulis panjatkan yang telah melimpahkan rahmat dan senantiasa memeberikan jalan dan petunjuk yang tebaik bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa keterbatasan yang dimiliki penulis tidak mampu menciptakan karya yang sempurna, karena manusia yagng tidak luput dari kesalahan dan ketidak sempurnaan. dengan segala bantuan dan rahmat yang tuhan berikan sehingga karya ini dapat tercipta. Dengan demikian penulis berharap karya ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Dengan nsegala rangkaian yang telah dilakukan oleh penulis dan tak luput dari doa, bantuan dan petunjuk dari berbagai pihak oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis hendak menyampaikan ucapan terimakasih yaitu kepada:

1. Allah SWT yang selalu memberikan nikmat dan rahmatnya.
2. Nenek Saonah yang selalu mendoakan dan memberikan nasihat serta semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Dr. Yusuf Hidayat, M.Si selaku ketua prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi yang telah memberikan bimbingan dan motovasinya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
4. Dra. Hj. Oom Rohmah, M.Pd selaku pembimbing akademik sekaligus pembimbing satu skripsi penulis yang telah memberikan bimbingan dan ilmunya selam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. H. Carsiwan M.Pd selaku pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis selama penyusunan skripsi
6. Ibu/ Bapak Dosen dan Asisten Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah memberikan ilmu serta pengalamannya kepada penulis.
7. Kepala SMPN 12 Bandung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di sekolah.

Hanipah, 2022

*PENGARUH METODE BLENDED LEARNING PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN TERHADAP KETERAMPILAN SOSISAL SISWA*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

8. Bapak Drs.Aziz Muhakim, Rizki Gunawan, S.Pd, Aditya Al-Asyari Siradjudin, S.Pd selaku guru PJOK di SMPN 12 Bandung yang telah membimbing dan membantu penulis selama penelitian.
9. Siswa SMPN 12 Bandung terutama kelas IX F atas bantuan dan partisipasinya untuk menjadi sampel dalam penelitian penulis.
10. Mamah Lia, Mamah Dewi, dan Bapak Sunarto selaku orang tua penulis yang telah memberikan segala kasih sayangnya kepada penulis
11. Anggi dan Anggun selaku saudara penulis yang telah membantu segala hal pada proses penelitian
12. Adit, Syani, Elina dan Arifin, Rama dan Arsyad yang selalu membantu dan mengingatkan peneliti selam penelitian berlangsung.

Terimakasih atas setiap bantuan, bimbingan dan waktu yang telah diberikan kepada penulis semoga senantiasa selalu di berikan kebaikan dalam setiap halnya.

ABSTRAK

Hanipah. Judul: Pengaruh Metode Blended Learning pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Terhadap Keterampilan Sosial Siswa (Studi Eksperimen pada Siswa SMPN 12 Bandung). Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. FPOK UPI. Pembimbing I: Dra. Hj. Oom Rohmah, M. Pd, Pembimbing II: Dr. H. Carsiwan M.Pd

Penelitian ini dilaksanakan akibat adanya penggunaan metode baru pada pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan selama pembelajaran online berlangsung. Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keterampilan sosial siswa pada saat menggunakan metode *blended learning* khususnya pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen dengan menggunakan desain *pre test apost test control group design* yang dilakukan selama 16 pertemuan di SMP Negeri 12 Bandung. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas IX dengan sampel 30 orang siswa kelas IX F. pengambilan data yang dilakukan menggunakan kuisioner yang telah valid dan reliabel.

Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan aplikasi software SPSS versi 25. Hasil uji hipotesis paired simple t test menunjukkan hasil signifikansi (*2-tailed*) yang didapatkan sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya penggunaan metode *blended learning* pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berpengaruh terhadap keterampilan sosial siswa. Sehingga metode *bleanded learning* efektif dilakukan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga khususnya dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa.

Kata kunci: *Pendidikan Jasmani, Metode Blended Learning, Keterampilan Sosial*

ABSTRACT

Hanipah. Title: The Effect Of Blended Learning On Social Skill In Physycal Health Education and Recreation Subject (Experimental Study On 12th Grade Of SMPN 12 Bandung). Health And Recreation Physical Education Study Program. FPOK UPI. Advisor I: Dra. Hj. Oom Rohmah, M.Pd. Supervisor II: Dr. H. Carsiwan

The research was carried out due to the use of new methods in learning physical education, sports and health during online learning. The purpose of this study was to determine the social skills of students when they use blended learning method, especially in the subjects of physical education, sports and health. This research is experimental research using a pre-test, post-test, and control group design which was carried out for 16 meetings at SMP Negeri 12 Bandung. The sample of the research was 30 students. . The population of this study was students of class IX with a sample of 30 students of class IX F. Data collection was carried out using valid and reliable questionnaires.

Data processing in this study used the SPSS version 25 software application. The results of the hypothesis test. The results of the research showed that the t test has a significant (2-tailed) result that was $0.000 < 0.05$, which means that the use of blended learning methods in sports and health physical education subjects has an effect on students' social skills. So that the blended learning method is effective in physical education subjects, health and sports, especially in improving students' social skills.

Keywords: physical education, blended learning, social skill

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Struktur Organisasi	6
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
2.1 Hakikat Blended Learning	8
2.2 Pendidikan Jasmani	18
2.3 Keterampilan Sosial	26
2.4 Kerangka Berfikir	31
2.5 Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Metode Penelitian	35
3.2 Populasi dan Sampel	36
3.3 Desain Penelitian	37
3.4 Prosedur Penelitian	37
3.5 Instrumen Penelitian	39
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	43
3.7 Teknik Pengumpulan Data	45
3.8 Teknik Analisis Data	46

BAB IV PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Awal Penelitian.....	48
4.2 Hasil Penelitian Keterampilan Sosial	49
4.3 Uji Normalitas Keterampilan Sosial	50
4.4 Uji Homogenitas Keterampilan Sosial	51
4.5 Uji Hipotesis.....	52
4.6 Uji Indeks Gain	53
4.7 Pembahasan.....	54
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	
5.1 Simpulan.....	57
5.2 Implikasi.....	57
5.3 Rekomendasi	57
DAFTAR PUSTAKA.....	58
LAMPIRAN	
1. Bahan Ajar.....	60
2. Surat Menyurat.....	82
3. Dokumentas Penelitian.....	89
4. Tabel Data Uji Validitas Pretest dan Posttest.....	94
5. Plots Pre test dan Post test.....	103
6. Instrumen Penelitian.....	107
7. Daftar Riwayat Hidup	109

DAFTAR TABEL

3.1 Alat Ukur Penelitian	42
3.2 Kisi-kisi Instrumen Keterampilan Sosial	42
3.3 Hasil Uji Validitas Instrumen Keterampilan Sosial	43
3.4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Keterampilan Sosial	45
4.1 Deskripsi Statistik Keterampilan Sosial	49
4.2 Uji Normalitas Keterampilan Sosial	51
4.3 Uji Homogenitas Keterampilan Sosial	52
4.4 Uji Paired Simple T test Keterampilan Sosial	53
4.5 Kriteria Indeks Gain	54
4.6 Nilai Indeks Gain	54

DAFTAR GAMBAR

3.1 Alur Penelitian	37
---------------------------	----