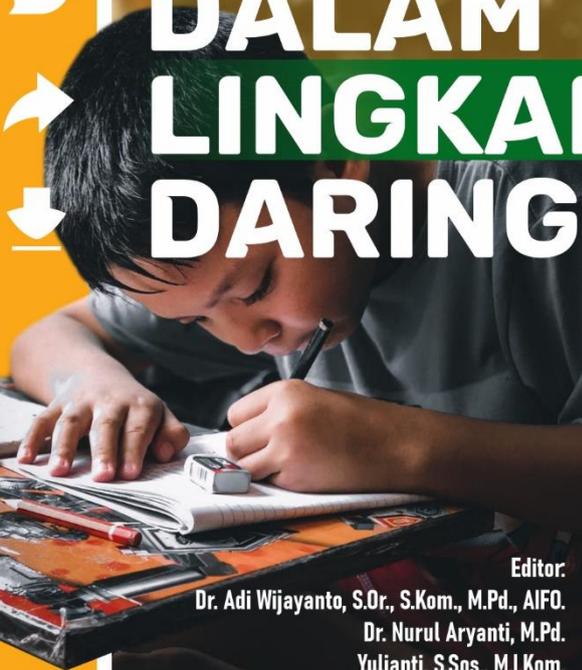


Pengantar : Prof. Dr. H. Akhyak, M.Ag.



# AKADEMISI DALAM LINGKARAN DARING



Editor:

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

Dr. Nurul Aryanti, M.Pd.

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

Dr. Saidna Zulfiqar Bin Tahir, Lc., M.Pd., Ph.D



Jonni Siahaan | Rora Rizky Wandini | Wahab Syakhirul Alim  
Wahyu Nugroho | Lorena Dara Putri Karsono | Nur Faizin | Ahmad Fawaid  
Eli Titi Khoeriyah | Dyah Normaning Poncorini | Desy Rinawati  
Faricha Andriani | Trie Nadilla | Mochammad Ronaldy Aji Saputra  
Dwi Martiningsih | Wing Prasetya Kurniawan | Andriani Paulin Nalle  
Danni Nursalim | Topo Yono | Erni Raster Klau | Gumilar Mulya  
Wahyu Indra Bayu | Pinton Setya Mustafa | Nur Ahmad Muharram  
Muhammad Soleh Fudin | Silvi Aryanti | Fegie Rizkia Mulyana  
Andi Fepriyanto | Arief Wildan Jufri | Idris Moh. Latar | I Nyoman Suarna

Pengantar:  
**Prof. Dr. H. Akhyak, M.Ag.**

# AKADEMISI DALAM LINGKARAN DARING

Jonni Siahaan - Rora Rizky Wandini -  
Wahab Syakhirul Alim - Wahyu Nugroho -  
Lorena Dara Putri Karsono - Nur Faizin - Ahmad Fawaid -  
Eli Titi Khoeriyah - Dyah Normaning Poncorini -  
Desy Rinawati - Faricha Andriani - Trie Nadilla -  
Mochammad Ronaldy Aji Saputra - Dwi Martiningsih -  
Wing Prasetya Kurniawan - Andriani Paulin Nalle -  
Danni Nursalim - Topo Yono - Erni Raster Klau -  
Gumilar Mulya - Wahyu Indra Bayu -  
**Pinton Setya Mustafa** - Nur Ahmad Muharram -  
Muhammad Soleh Fudin - Silvi Aryanti -  
Fegie Rizkia Mulyana - Andi Fepriyanto -  
Arief Wildan Jufri - Idris Moh. Latar - I Nyoman Suarna

**Editor:**

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

Dr. Nurul Aryanti, M.Pd.

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

Dr. Saidna Zulfikar Bin Tahir, Lc., M.Pd., Ph.D



## **Akademisi dalam Lingkaran Daring**

Copyright © Jonni Siahaan, dkk., 2021  
Hak cipta dilindungi undang-undang  
*All right reserved*

Editor: Adi Wijayanto, dkk.  
Layouter: Muhamad Safi'i  
Desain cover: Dicky M. Fauzi  
Penyelaras akhir: Saiful Mustofa  
x + 238 hlm: 14 x 21cm  
Cetakan: Pertama, Juni 2021  
ISBN: 978-623-6704-99-8

### **Anggota IKAPI**

Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memplagiasi atau memperbanyak seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit.

Diterbitkan oleh:

#### **Akademia Pustaka**

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

# MOTIVASI DAN KEPERCAYAAN DIRI DALAM MELAKUKAN AKTIVITAS FISIK MELALUI PEMBELAJARAN DARING

Pinton Setya Mustafa, M.Pd<sup>22</sup>  
(Universitas Islam Negeri Mataram)



*“Pembelajaran daring memberikan tren serta warna baru dalam model pembelajaran yang terintegrasi. Kepercayaan diri dan motivasi sangat diperlukan dalam pembelajaran daring bagi peserta didik, sebab mereka melakukan aktivitas kegiatan belajar dari tugas-tugas secara online tanpa berdekatan langsung dengan pendidik”*

Pada perkembangan pembelajaran di era industri 4.0 ini terjadi pergeseran yang cukup signifikan, dimana metode serta informasi dan sumber belajar tersedia secara luas melalui berbagai media, diantaranya: media cetak, elektronik, audio, video, internet, dan sumber lain yang dapat diakses. Dengan terjadinya fenomena tersebut, mengakibatkan pola pendidikan di Indonesia

---

<sup>22</sup> Penulis lahir di Tulungagung, 04 Agustus 1992, penulis merupakan Dosen Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Universitas Islam Negeri Mataram, penulis menyelesaikan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di Universitas Negeri Malang (2016), kemudian gelar Magister Pendidikan diselesaikan di Universitas Negeri Malang pada Program Studi Pendidikan Olahraga (2019).

melahirkan tema pada Hari Pendidikan Nasional pada 02 Mei 2021 “Serentak Bergerak Wujudkan Merdeka Belajar”. Dalam merdeka belajar, peserta didik dengan bebas dapat mengakses informasi dan sumber belajar tanpa ada hambatan dan kendala dari sisi ruang dan waktu, selain itu guru juga tidak dipusingkan dengan administrasi pembelajaran yang rumit dan tidak fungsional (Mustafa, 2021: 157). Walaupun pembelajaran terjadi di tengah pandemi COVID-19 ini, kualitas pembelajaran tetap terjaga dengan baik dan mampu membentuk *output* sumber daya manusia (SDM) yang unggul dan berdaya saing. Sudah satu tahun lebih pembelajaran tatap muka tidak dapat dilakukan sebagaimana mestinya di sekolah, sehingga dalam kurun waktu ini pembelajaran dilakukan lebih banyak menggunakan dalam jaringan (daring). Banyak terjadi perselisihan dengan pembelajaran daring tersebut. Salah satu dari segi positif adalah dapat menghemat waktu, biaya, dan tenaga serta memperluas jaringan pembelajaran. Namun dari segi negatifnya hubungan sosial dan psikis peserta didik akan terganggu jika tidak mampu mengikuti pola pembelajaran daring tersebut. Perlu adanya monitoring, refleksi dan evaluasi agar hambatan dan kendala yang terjadi selama pembelajaran daring dapat berjalan dengan optimal, walaupun masih ada aspek yang tidak tergantung dari pembelajaran tatap muka.

Pembelajaran daring atau yang dikenal dengan pembelajaran *online* atau *e-learning* yang menggunakan jaringan internet dapat sukses apabila didukung oleh: (1) infrastruktur yang memadai; (2) sumber daya pendidik yang profesional dan kompeten; (3) regulasi yang baik; (4) sistem informasi yang berkualitas; (5) berkualitas satuan pendidikan, yaitu: sekolah maupun perguruan tinggi; (6) dan metode pembelajaran yang tepat (Pangondian et al., 2019: 59). Kondisi saat ini di

Indonesia sedang meningkatkan keenam aspek tersebut, jadi untuk membangun pembelajaran daring yang baik tidak hanya dipengaruhi oleh satu atau dua faktor saja. Namun hal tersebut bukan menjadi alasan bahwa menyalahkan kondisi yang belum memadai jika dilakukan pembelajaran daring. Jika terus menunggu semuanya standar tentunya tidak ada progres secara bertahap dalam menerapkan pembelajaran daring di tengah pandemi COVID-19 ini. Sarana dan prasarana memadai merupakan hal pokok yang harus dipenuhi dalam pembelajaran daring agar interaksi antara pendidik dan peserta didik dapat diakses dengan lancar (Handarini & Wulandari, 2020: 502). Di zaman sekarang selama tidak berada di daerah tertinggal, jarang ditemukan alasan bahwa pendidik maupun peserta didik tidak memiliki *device* (laptop atau *smartphone*) dalam pembelajaran daring. Selain itu pemerintah juga memberikan bantuan kuota internet bagi pendidik dan peserta didik selama pembelajaran via daring. Sedangkan yang berada di daerah tertinggal, pemerintah juga berupaya membangun jaringan komunikasi yang dapat terhubung secara *online* dan terintegrasi sebagai peningkatan teknologi, informasi, dan komunikasi (TIK) abad 21. Selanjutnya kemandirian peserta didik akan terbentuk secara kreatif, inovatif, dan kritis dalam memperoleh ilmu pengetahuan selama mengikuti pembelajaran daring, karena tidak dibatasi oleh tempat dan waktu (Syarifudin, 2020: 33).

Pembelajaran daring memberikan tren serta warna baru dalam model pembelajaran yang terintegrasi, akan tetapi tujuan pembelajaran daring dapat tercapai apabila peserta didik mendukung secara penuh dalam kegiatan belajar mengajar (KBM). Pembelajaran tatap muka masih menjadi pilihan utama peserta didik sebagai metode yang paling disukai, dengan alasan

bahwa materi lebih mudah dipahami (Ningsih, 2020: 131). Kurangnya pemahaman peserta didik dalam pembelajaran daring dapat disebabkan oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Motivasi merupakan salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi peserta didik dalam semangat belajar, sehingga mereka akan berusaha untuk memahami materi pembelajaran secara sukarela, tanpa ada paksaan dan tekanan dari pendidik. Adapun penyebab minimnya motivasi pada peserta didik antara lain: pembelajaran yang kurang menarik atau monoton, fasilitas pendidikan dan pembelajaran yang kurang memadai, dan kurangnya ikatan sosial pada pendidik dan peserta didik (Perdana, 2019: 84). Dalam tantangan global saat pandemi COVID-19 ini salah satu yang dapat menjadi alternatif pilihan untuk mentransfer ilmu melalui pembelajaran daring. Oleh sebab itu, peran pendidik dalam menumbuhkan motivasi belajar kepada peserta didik menjadi aspek utama yang perlu dilakukan. Salah satu indikator peserta didik memiliki motivasi adalah mereka dapat percaya diri dalam melakukan tugas belajar yang diberikan (Fitriyani et al., 2020: 172).

Percaya diri merupakan sikap yang tidak mudah terpengaruh kepada orang lain dan mereka percaya bahwa yang dilakukan itu benar dan terbaik baginya (Goel & Aggarwal, 2012: 91). Salah satu yang menjadi dasar agar peserta didik mampu membentuk pengetahuan secara mandiri adalah dengan memiliki rasa percaya diri yang tinggi dalam belajar (Safitri & Widjajanti, 2019: 2). Selain itu, keterampilan pemecahan masalah dalam pembelajaran yang melibatkan siswa dipengaruhi oleh rasa percaya diri (Pajares & Miller, 1994: 193). Dengan memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan menumbuhkan motivasi yang besar pula dalam KBM (Perdana, 2019: 86). Kepercayaan diri dan motivasi sangat diperlukan

dalam pembelajaran daring bagi peserta didik, sebab mereka melakukan aktivitas kegiatan belajar dari tugas-tugas secara *online* tanpa berdekatan langsung dengan pendidik. Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) merupakan salah satu mata pelajaran yang dilakukan secara daring selama pandemi COVID-19 ini. Ciri khas dari pelajaran ini adalah melibatkan siswa untuk beraktivitas menggunakan fisik mereka untuk mencapai tujuan integral pendidikan yaitu: afektif, kognitif, dan psikomotor.

Tubuh manusia perlu pemeliharaan kesehatan dan kebugaran melalui aktivitas fisik yang tepat sesuai dengan kemampuan fisik dan porsi tertentu berdasarkan karakteristik masing-masing individu (Sahabuddin & Hakim, 2020: 39). Dengan adanya mata pelajaran PJOK di sekolah, maka dapat memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk melakukan aktivitas fisik sesuai dengan prinsip-prinsip pemeliharaan tubuh yang sehat dan bugar. Dalam masa pandemi COVID-19 ini pembelajaran PJOK dilakukan dengan daring, sehingga pola pembelajaran yang biasanya dapat dilakukan bersama-sama di lapangan masih belum dianjurkan kembali. Sebenarnya pembelajaran daring ini dapat memberikan pengalaman yang berharga untuk membiasakan pola pembelajaran selain tatap muka di masa depan (Jamaluddin et al., 2020: 8). Kendala yang terjadi dalam pembelajaran PJOK melalui daring salah satunya adalah menurunnya motivasi belajar sehingga mereka kurang percaya diri dalam melakukan instruksi tugas aktivitas fisik, sebab setiap peserta didik memiliki kondisi yang berbeda di tempat tinggal mereka masing-masing (Febriyanto, 2021: 10). Padahal dengan kurangnya porsi individu dalam melakukan aktivitas fisik dapat mempengaruhi pemeliharaan kesehatan mereka (Dwidiyanti et al., 2016: 54). Dalam menumbuhkan motivasi belajar dan

percaya diri kepada peserta didik untuk beraktivitas fisik adalah dengan cara melakukan analisis kondisi setiap peserta didik masing-masing. Kemudian memberikan mereka keleluasaan dalam berkreasi secara mandiri, sukarela, dan aman ketika melakukan aktivitas fisik di rumah. Keterbatasan fasilitas yang beragam menjadi tantangan pendidik dalam merancang pembelajaran daring yang membuat peserta didik termotivasi dan percaya diri untuk beraktivitas jasmani sehari-hari.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dwidiyanti, P., Meidiana, P., & Muin, M. (2016). Konseling Manajemen Diri: Metode 5 A dalam Perubahan Aktifitas Fisik Anak. *Adi Husada Nursing Journal*, 2 (2), 53–56.
- Febriyanto, A. (2021). Survei Minat Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Jaringan (Daring) pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Islam Az Zamir Kota Tangerang. *JP3M*, 2(01), 1–11.
- Fitriyani, Y., Fauzi, I., & Sari, M. Z. (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa pada Pembelajaran daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 6(2), 165–175. <https://doi.org/https://doi.org/10.33394/jk.v6i2.2654>
- Goel, M., & Aggarwal, P. (2012). A comparative study of self confidence of single child and child with sibling. *International journal of research in social sciences*, 2(3), 89–98.

- Handarini, O. I., & Wulandari, S. S. (2020). Pembelajaran Daring sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*, 8(3), 496–503.
- Jamaluddin, D., Ratnasih, T., Gunawan, H., & Paujiah, E. (2020). Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 pada Calon Guru: Hambatan, Solusi dan Proyeksi. *LP2M UIN Sunan Gunung Djati*, 1–10.
- Mustafa, P. S. (2021). Merdeka Belajar dalam Rancangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Indonesia. In A. Wijayanto, N. Indrianto, W. I. Bayu, & T. Yono (Ed.), *Integrasi Keilmuan dalam Menyongsong Merdeka Belajar* (1 ed., hal. 153–160). Tulungagung: Akademia Pustaka. <https://doi.org/10.31219/osf.io/z39pr>
- Ningsih, S. (2020). Persepsi Mahasiswa terhadap Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *JINOTEP (Jurnal Inovasi Dan Teknologi Pembelajaran): Kajian Dan Riset Dalam Teknologi Pembelajaran*, 7(2), 124–132. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/um031v7i22020p124>
- Pajares, F., & Miller, M. D. (1994). Role of self-efficacy and self-concept beliefs in mathematical problem solving: A path analysis. *Journal of Educational Psychology*, 86(2), 193–203. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.86.2.193>
- Pangondian, R. A., Santosa, P. I., & Nugroho, E. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesuksesan Pembelajaran Daring dalam Revolusi Industri 4.0. In *Seminar Nasional Teknologi Komputer & Sains (SAINTEKS)* (Vol. 1, hal. 56–60).
- Perdana, F. J. (2019). Pentingnya Kepercayaan Diri dan Motivasi Sosial dalam Keaktifan Mengikuti Proses

Kegiatan Belajar. *Edueksos: Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*, 8(2), 73–87.  
<https://doi.org/10.24235/edueksos.v8i2.5342>

Safitri, R. E., & Widjajanti, D. B. (2019). The effect of inquiry in scientific learning on students' self-confidence. *Journal of Physics: Conference Series*, 1157(4), 042073. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1157/4/042073>

Sahabuddin, & Hakim, H. (2020). Penerapan Latihan Model Dhin Dhon pada Klub Bolavoli di Kabupaten Bantaeng. *Celebes ABdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 32–42.

Syarifudin, A. S. (2020). Impelementasi Pembelajaran Daring untuk Meningkatkan Mutu Pendidikan sebagai Dampak Diterapkannya Social Distancing. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Metalingua*, 5(1), 31–34.  
<https://doi.org/ttps://doi.org/10.21107/metalingua.v5i1.7072>