

Variasi Penerapan *Blended learning* dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Pinton Setya Mustafa^{(1)*}, Lukman Hakim⁽²⁾

^{1,2} Universitas Islam Negeri Mataram, Indonesia

Email: ¹ pintonsetyamustafa@uinmataram.ac.id,

² lukmanhakim@uinmataram.ac.id

Abstrak: Tujuan artikel ini adalah untuk memberikan informasi tentang pelaksanaan *blended learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Artikel ini merupakan jenis konseptual, yaitu mengungkapkan tentang *blended learning* dalam pendidikan jasmani. Uraian tentang *blended learning* untuk mendukung pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga akan dibahas dalam artikel ini. Dari sini, perkembangan dan kebutuhan dalam berbagai perubahan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga perlu dipikirkan dan ditinjau kembali untuk melahirkan inovasi pembelajaran yang relevan pada zamannya. Hasil dari pelaksanaan *blended learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga ini dapat dilakukan jika terdapat faktor pendukung dalam pelaksanaannya yang terpenuhi. Kesimpulannya *blended learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga memiliki potensi dapat meningkatkan efektivitas dan efisiensi pengalaman belajar yang bermakna.

Tersedia Online di

http://journal.unublitar.ac.id/pendidikan/index.php/Riset_Konseptual

Sejarah Artikel

Diterima pada : 01-07-2023

Disetujui pada : 20-07-2023

Dipublikasikan pada : 31-07-2023

Kata Kunci:

blended learning, pembelajaran, pendidikan jasmani, olahraga

DOI:

http://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v7i3.674

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan terus terjadi berbagai perkembangan mulai dari kebijakan, sistem, sampai pembelajaran. Terjadinya perkembangan ini tidak lain juga dipengaruhi oleh adanya perkembangan teknologi. Salah satu contoh mengenai perkembangan pelaksanaan pembelajaran adalah dengan pendekatan *blended learning*. Ada banyak cara untuk mengintegrasikan alat teknologi ke dalam tutorial tatap muka untuk mengeksplorasi dapat menggunakan pendekatan pembelajaran *blended learning* (Cheung & Hew, 2011:1334). Ketersediaan teknologi sebagai alat yang saling terkait dengan metode tatap muka memungkinkan desain kegiatan belajar lebih sesuai dengan kebutuhan belajar masyarakat saat ini (Torrissi-Steele, 2011:369). Pembelajaran *blended learning* adalah integrasi antara pengalaman belajar tatap muka kelas dengan pengalaman belajar *online* (Garrison & Kanuka, 2004:96). Muncul dari definisi ini dan mengacu pada prinsip-prinsip konstruktivisme, penyelarasan konstruktivis dan desain universal untuk mempelajari pendekatan perencanaan diusulkan (Torrissi-Steele, 2011:369). Pedagogi pendekatan *blended learning* yang telah kita adopsi didasarkan pada asumsi bahwa ada manfaat saling berhubungan dalam interaksi tatap muka serta pemahaman bahwa ada keuntungan menggunakan metode *online* (Clark & James, 2005:19). Konteks pembelajaran *blended learning* dapat memberikan kemandirian dan peningkatan kontrol yang penting untuk mengembangkan pemikiran kritis. Seiring dengan meningkatnya kontrol yang didorong oleh konteks pembelajaran *blended learning* adalah penerimaan tanggung jawab yang terjalin untuk membangun makna dan pengertian (Garrison & Kanuka, 2004:98). Ketersediaan teknologi sebagai alat yang saling terkait dengan metode tatap muka memungkinkan desain kegiatan belajar lebih sesuai dengan kebutuhan belajar masyarakat saat ini (Torrissi-Steele, 2011:369). Di era modern banyak pendidik untuk

menggunakan pengalaman belajar *blended learning* untuk kelas mereka sendiri (Yagcioglu, 2017:36). Jadi dalam penerapan pembelajaran *blended learning* dapat mencapai tujuan yang kritis bagi peserta didik karena timbulnya kemandirian dalam mencari informasi.

Blended learning merupakan model pembelajaran dengan mencampurkan antara tatap muka dan *online*. Model pembelajaran tersebut tentunya dapat dilakukan di berbagai jenis institusi dan mata pelajaran. Institusi pendidikan yang ingin memulai pendekatan *blended learning* harus mempertimbangkan kompleksitas yang berkaitan dengan koordinasi, pengembangan, dan pelaksanaan praktik pendidikan yang kompleks, yang memerlukan integrasi teknologi baru, pengembangan konten terkini, menggabungkan budaya kelembagaan yang berbeda dan dengan mempertimbangkan kepentingan dan konteks sistem yang berkembang (de Jong, Savin-Baden, Cunningham, & Verstegen, 2014:6). Selain itu model pembelajaran *blended learning* juga dapat dilakukan di salah satu mata pelajaran, contohnya pendidikan jasmani dan olahraga. Jika pendidikan jasmani dan olahraga disajikan dalam *blended learning* maka sebagai praktik yang baik untuk dapat memanfaatkan beragam strategi pengajaran-pembelajaran harus seperti dukungan untuk pembelajaran mengajar yang baik, contohnya penyajian materi dapat menggunakan tatap muka dan *online*, maksudnya mengumpulkan informasi, memberikan rangsangan untuk gerakan, merencanakan dan mengembangkan gagasan gerakan, mengumpulkan dan menganalisis informasi yang mengevaluasi kinerja dan pertukaran gagasan. dengan orang lain (Gupta, 2014). Jadi dengan demikian pelaksanaan pembelajaran dapat tetap berjalan walaupun tanpa kehadiran guru dan tanpa harus di sekolah.

Hasil terdahulu mengenai pembelajaran pendidikan jasmani dengan *blended learning* dapat memberikan keleluasaan peserta didik dalam mengakses sumber belajar secara fleksibel (Masgumelar, Dwiyoogo, & Nurrochmah, 2019). Selain itu hasil penelitian dalam materi senam dalam pendidikan jasmani melalui *blended learning*, menghasilkan peningkatan nilai hasil belajar, pengurangan waktu, dan pembelajaran menjadi lebih menarik (Jamaluddin, Dwiyoogo, & Hariyanto, 2018). Dari penelitian yang telah dilakukan, maka temuan riset dapat memberikan penguatan bahwa *blended learning* juga tepat digunakan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani.

Dari uraian di atas maka artikel ini akan mengkaji tentang pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga menggunakan *blended learning*. Ada yang telah menguji bahwa pembelajaran *blended learning* selama delapan minggu dapat meningkatkan tes kognitif dan dapat meningkatkan kepuasan bagi peserta didik pendidikan jasmani dan olahraga (Alruwaih, 2015:447). Dan hasil yang menunjukkan bahwa kinerja pembelajaran yang lebih tinggi oleh peserta didik mungkin dipengaruhi oleh pendekatan pengajaran kelas yang lebih aktif yang digunakan dalam format *blended learning*. (Borchert & Schloeffel, 2017:71). Oleh sebab itu tujuan dari artikel ini akan mengupas tentang sejauh mana pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan menggunakan *blended learning*. Penyajian artikel ini merupakan konseptual, sehingga sumber-sumber dari kajian *blended learning* dan pendidikan jasmani diuraikan berdasarkan sumber skunder, yaitu melalui buku, artikel, dan jurnal yang relevan.

HASIL dan PEMBAHASAN

Konsep *Blended learning*

Pembelajaran *blended learning* adalah integrasi antara pengalaman belajar tatap muka kelas dengan pengalaman belajar *online* serta penerimaan tanggung jawab yang terjalin untuk membangun makna dan pengertian (Garrison & Kanuka, 2004:96). Pada prinsipnya *blended learning* merupakan pembelajaran gabungan antara tatap muka, *offline*, dan *online* sesuai dengan porsi yang didesain pendidik (Masgumelar & Mustafa, 2021). Pembelajaran *blended learning* mengacu pada pengalaman belajar yang diperkaya dan berpusat pada peserta didik yang dimungkinkan oleh integrasi berbagai strategi yang harmonis, yang dicapai dengan menggabungkan interaksi tatap

muka dengan teknologi informasi dan komunikasi (Torrison-Steele, 2011:366). *Blended learning* merupakan media penting untuk masa depan. Kombinasi aktivitas wajah dan *online* sangat menarik, misalnya bagi peserta didik pascasarjana yang perlu menjadi pelajar seumur hidup untuk selalu mengikuti perkembangan. Pengetahuan dan keterampilan baru bisa dipelajari dengan cara yang efisien dan segera ditransfer. Bagi peserta didik sarjana, pembelajaran *blended learning* juga menarik, misalnya karena ini memberi kesempatan untuk melibatkan para ahli dari seluruh dunia dalam pendidikan mereka atau untuk berkolaborasi dengan teman sebayanya dari tempat lain. Pembelajaran *blended learning* mungkin akan mempermudah dalam mewujudkan pembelajaran kolaboratif interprofesional. (Jong et al., 2014:287).

Desain kursus *blended learning* harus mencakup ketiga mitra penting - peserta didik, guru, dan perancang pembelajaran (Miles, Lee, Foggett, & Nair, 2017:101). Pengaruh pembelajaran *blended learning* terhadap akses peserta didik dan menunjukkan bahwa akses dan pertumbuhan akan meningkat dalam lingkungan belajar *blended learning* bila dirancang secara hati-hati untuk alasan pedagogis yang sesuai (Picciano, 2006:100). Pendekatan *blended learning* menunjukkan bahwa guru dan peserta didik yang berkaitan dengan penerimaan dan pencapaian manfaat dari strategi pengajaran yang berkembang ini (Miles, Lee, Foggett, & Nair, 2017:101). Pada pokoknya pendekatan perencanaan adalah gagasan tentang pembelajaran *blended learning* adalah 'kebutuhan berbasis pedagogik' daripada pandangan tekno-sentris tentang pembelajaran *blended learning* (Torrison-Steele, 2011:369). Pembelajaran *blended learning* dapat memulai proses yang diperlukan sebagai pembelajaran berpusat dan memfasilitasi pengalaman belajar yang lebih tinggi (Garrison & Kanuka, 2004:104).

***Blended Learning* dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga**

Pendidikan jasmani dan olahraga pada dasarnya membutuhkan aktivitas fisik yang baik. Hal ini terkait dengan perkembangan keterampilan motorik. Pendidikan jasmani dalam sistem sekolah membutuhkan waktu, ruang fasilitas dan rencana pelajaran interaktif. Teknologi menyediakan akses terhadap informasi, memampatkan informasi, memotivasi peserta didik, dan menghubungkan peserta didik dengan guru dan guru ke rekan kerja. Saat ini banyak tersedia inovasi teknologi yang bisa dimasukkan ke dalam pelajaran pendidikan jasmani. Pelajaran pendidikan fisik visual pada dasarnya didasarkan pada lingkungan belajar yang terhubung yang menggunakan teknologi yang berjejaring dalam struktur. Pendidikan jasmani harus memanfaatkan kesempatan teknologi ini untuk membuat pelajaran mereka lebih nyata dan dinamis (Kavita, Sharma, & Tiwari, 2011:5). Pemanfaatan teknologi dalam pendidikan jasmani dapat menggunakan *blended learning*. Dengan pendekatan pembelajaran *blended learning* dapat lebih banyak bicara dan aktif dalam jam kelas, karena peserta didik memiliki banyak kesempatan untuk mengulangi penyebabnya dengan aktivitas *online* khususnya pada materi pendidikan jasmani (Yagcioglu, 2017:36). Dalam dunia pendidikan, dapat sangat bermanfaat dari model *blended learning* yang dirancang dengan tepat dapat berpengaruh tentang kognitif dan aktivitas fisik (George & Spyros, 2016:42). Hal semacam ini selaras dengan tujuan pendidikan jasmani dan olahraga, sebab pendidikan jasmani dan olahraga adalah suatu proses integral dari keseluruhan pendidikan.

Sebagai praktik pengajaran alternatif yang dapat diterapkan secara langsung untuk membantu peserta didik meningkatkan kinerjanya. Secara keseluruhan, temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa lingkungan belajar *blended learning* mendorong pembelajaran berpusat pada siswa dengan memberdayakan peserta didik untuk lebih bertanggung jawab atas pembelajaran mereka dan untuk meningkatkan keterlibatan dan partisipasi yang diperlukan untuk pembelajaran tersebut (Borchert & Schloeffel, 2017:71). Jadi kontribusi model *blended learning* dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga sangat banyak, karena di dalam mata pelajaran tersebut terdapat aspek fisik, kognitif, psikomotor, dan afektif. Namun, setiap media dalam pendidikan hanya sebaik konsep pedagogis yang mengelolanya, tidak ada

media yang melibatkan solusi untuk masalah pendidikan atau teknologi baru adalah pendekatan pedagogis sendiri (Borchert & Schloeffel, 2017:71). Akan tetapi dalam pelaksanaan *blended learning* juga perlu perhatian guru yang lebih, sebab berbagai media yang digunakan dalam *blended learning* harus dirancang guru sekredibel mungkin agar dapat mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani.

Variasi *Blended learning* dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga

Perkembangan pendidikan terus berkembang selaras dengan teknologi. Hal tersebut mengakibatkan para pendidik harus mengikuti pola perkembangan teknologi, khususnya teknologi pembelajaran yang semakin lama semakin serba cepat dalam hal informasi. Salah satu model pembelajaran yang menggunakan berbagai perkembangan teknologi ialah dengan *blended learning*. Model tersebut juga dapat digunakan dalam mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Namun dalam penerapannya perlu diperhatikan, mulai dari lingkungan belajar sampai karakteristik peserta didik.

Bagaimana lingkungan belajar *blended* meningkatkan kompetensi terkait pendidikan jasmani dan olahraga? Langkah-langkah yang dijelaskan didasarkan pada gagasan untuk mendorong pergeseran kompetensi guru dalam pelatihan yang berorientasi kompetensi. Hal ini berkaitan dengan perubahan dari pengetahuan itu sendiri yang disampaikan melalui buku, pembaca, abstrak hingga pengetahuan bagi guru pendidikan jasmani dan olahraga yaitu diberikan melalui rangkaian video pendidikan jasmani dan olahraga yang otentik dan lingkungan belajar *blended learning* (Borchert & Schloeffel, 2017:71). Meskipun pembelajaran konvensional dapat menghasilkan hasil belajar yang sama diinginkannya sebagai lingkungan belajar tradisional, nampaknya tingkat kedewasaan dan disiplin diri diperlukan untuk sukses (Vernadakis, Giannousi, Derri, Michalopoulos, & Kioumourtzoglou, 2012). Oleh karena itu, pembelajaran *blended learning* digunakan untuk meningkatkan penawaran kursus saat ini dan meningkatkan kepuasan peserta didik (Simon, Jackson, & Maxwell, 2013:112). Ada bukti kuat yang mendukung pembelajaran *blended learning* sebagai bagian integral dari rancangan instruksional di pendidikan tinggi pada jurusan Pendidikan Jasmani di Sekolah Anak Usia Dini (Borchert & Schloeffel, 2017:71).

Dalam penelitian menunjukkan bahwa ada berbagai manfaat pendekatan *Blended learning*. Ini termasuk kekayaan pedagogis - memberikan pergeseran inovatif dari format presentasi ke pembelajaran aktif yang memanfaatkan keterpusatan peserta didik; akses yang lebih besar terhadap pembelajaran, sumber daya dan ahli yang dipersonalisasi; fleksibilitas dan akomodasi yang lebih besar bagi pelajar dan guru dengan latar belakang yang beragam; peningkatan interaksi dan rasa masyarakat; dan peningkatan efektivitas biaya (Dzakiria, A.Wahab, & Abdul Rahman, 2013:132). Selain itu dapat dikatakan bahwa peserta didik yang belajar mata pelajaran mereka dengan pendekatan pembelajaran *blended learning* dapat lebih banyak bicara dan aktif dalam jam kelas sebenarnya karena mereka memiliki banyak kesempatan untuk mengulangi penyebabnya dengan aktivitas *online* atau dalam kelompok diskusi *online* (Yagcioglu, 2017:36).

Berikut ini contoh hasil penelitian yang dilakukan oleh Al-Hadidi (2013:252) tentang pengaruh *blended learning* dalam pembelajaran *passing* bawah permainan bolavoli

- (1) *Blended learning* meningkatkan dan mengembangkan tingkat kinerja peserta didik dalam mempelajari keterampilan *passing* bawah bola voli
- (2) Mempekerjakan metode klasik, yang bergantung pada narasumber instruktur, dan membuat spesimen pendidikan menyebabkan peningkatan dan pengembangan tingkat kinerja dengan keterampilan *passing* bawah bola voli
- (3) Mempekerjakan teknologi modern yang diwakili dalam pembelajaran *blended learning* lebih baik daripada menggunakan metode normal
- (4) *Blended learning* menyebabkan ukuran efek yang lebih besar terhadap keterampilan *passing* bawah bolavoli daripada metode normal.

Metode dinamis yang secara aktif melibatkan peserta didik dalam proses pembelajaran. dengan konten *online* yang diberikan sebelum kelas terkait secara positif dengan kinerja akademis dan keterlibatan dalam kelas. Selain itu pentingnya mengintegrasikan modul *online* dengan pembelajaran di kelas dan menggarisbawahi peran konten dasar yang disampaikan sebelum pembelajaran aktif kelas dan kelas dalam meningkatkan kinerja akademis (McLaughlin, Gharkholonarehe, Khanova, Deyo, & Rodgers, 2015:6).

Dalam berbagai hasil penelitian di atas, dapat ditarik hasil bahwa dengan adanya model *blended learning* tujuan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dapat tercapai secara efektif dan efisien.

Penerapan pembelajaran *blended learning* memberikan hasil yang lebih baik daripada pengajaran tradisional (George & Spyros, 2016:42). Disarankan implementasi pembelajaran *blended learning* dibingkai sebagai latihan pemecahan masalah yang diarahkan pada cara terbaik untuk memfasilitasi pencapaian hasil yang diinginkan (yang tidak diinginkan) yang diinginkan untuk beragam kelompok peserta didik (Torrissi-Steele, 2011:369). Ledakan pembelajaran *blended learning* dalam mendukung pembelajaran telah membuat sangat penting untuk menyelidiki faktor-faktor penentu yang memungkinkan peserta didik menggunakan model *blended learning* dan karena itu meningkatkan penampilan mereka. Memahami esensi dari apa *blended learning* ideal untuk kursus *blended learning* yang sukses dapat memberikan wawasan manajemen yang hebat untuk mengembangkan strategi efektif yang memungkinkan universitas menciptakan peluang baru bagi peserta didik dan instruktur mereka (Borchert & Schloeffel, 2017:71).

Pembelajaran *blended learning* dapat dilakukan jika terdapat potensi yang sesuai dari sebuah institusi diantaranya, berikut ini yang diungkapkan oleh Jong et al. (2014:287):

- (1) Pembelajaran *blended learning* memungkinkan untuk memanfaatkan kesempatan pembelajaran *online* dan tatap muka. *Blended learning* optimal kegiatan pembelajaran dalam pembelajaran *blended learning* bergantung pada isi dan tujuan pembelajaran, kelompok sasaran peserta dan fasilitas yang ada.
- (2) Pembelajaran aktif dan kolaboratif di kejauhan dimungkinkan. Berbagai kegiatan belajar yang efisien, efektif dan menarik dapat dikelola secara efisien dan efektif secara *online*. Aktivitas tatap muka memungkinkan pembelajaran yang tidak dapat dilakukan secara *online* (misal ketika komunikasi non-verbal penting), namun juga memastikan bahwa peserta didik dan guru saling mengenal, yang membuatnya lebih mudah berkolaborasi secara *online* juga.
- (3) Pemilihan alat perencanaan yang tepat dan mudah diatur, persiapan teknis dan dukungan sangat penting.
- (4) Aturan interaksi dan komunikasi dan peran guru dalam sesi *online* memerlukan perhatian ekstra

Blended learning mempunyai peluang untuk mawadahi peserta didik yang memiliki beragam gaya belajar (Victoria, Mustafa, & Ardiyanto, 2021). Setiap peserta didik memiliki gaya belajar yang beragam, yaitu dengan visual, auditori dan kinestetik (Mustafa, 2022). Guru pendidikan jasmani dan olahraga ditugaskan untuk memberikan penyajian pembelajaran yang menarik dan mencapai tujuan secara efektif dan efisien bagi peserta didik, dengan penerapan pembelajaran *blended learning* memberi kesempatan bagi guru untuk mengoptimalkan pembelajaran (McLaughlin et al., 2015:6). Selain itu dalam merancang *blended learning* seorang guru pendidikan jasmani dan olahraga harus melakukan studi terlebih dahulu seperti fasilitas, karakter peserta didik, dan lingkungan belajar. Selain itu guru juga terus melakukan kontrol pada peserta didik agar peserta didik tidak terjebak dalam menggali informasi maupun petunjuk.

KESIMPULAN

Blended learning merupakan pembelajaran gabungan antara tatap muka, *offline*, dan *online*. *Blended learning* bertujuan agar komunikasi antara pendidik yaitu guru maupun dosen dapat berkomunikasi secara maksimal kepada peserta didik. dengan adanya *blended learning* maka pembelajaran tidak dibatasi oleh ruang dan waktu sehingga peserta didik dapat mengakses sumber belajar di tempat manapun dan waktu kapanpun. akan tetapi dalam penerapan prinsip ini perlu didukung oleh beragam platform teknologi yang mendukung, antara lain jaringan *internet smartphone*, laptop, sumber belajar multimedia interaktif kemampuan peserta didik dalam memanfaatkan teknologi serta pendidik yang selalu berinovasi dalam mengembangkan media pembelajaran yang mudah diakses oleh peserta didik. *Blended learning* dalam pendidikan jasmani dapat dilakukan apabila kondisi sarana dan prasarana maupun karakteristik peserta didik dan kemampuan mendidik memadai dalam menggunakan teknologi baik secara *offline* maupun *online blended learning* dalam pendidikan jasmani lebih ditekankan pada aspek kognitif karena pada hakekatnya tahap belajar gerak dimulai dari kognitif fiksasi dan otomatisasi dengan kata lain sebelum melakukan teknik gerakan olahraga perlu memahami terlebih dahulu konsep dan teori gerakan yang diproses melalui aspek kognitif.

DAFTAR RUJUKAN

- Al-Hadidi, M. A. R. (2013). Effect of the Blended learning in Students of the Faculty of Physical Education in the University of Jordan Acquiring the skill of Under Hand Passing of the Volley Ball. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(6), 245–254.
- Alruwaih, M. E. (2015). Effect of Blended Learning on Student'S Satisfaction for Students of the Public Authority for Applied Education and Training in Kuwait. *Romania The Journal Is Indexed in: Ebsco, SPORTDiscus, INDEX COPERNICUS JOURNAL MASTER LIST*, XV(2), 442–448. Retrieved from <https://www.analefefs.ro/anale-fefs/2015/i2s/pe-autori/v2/33.pdf>
- Borchert, T., & Schloeffel, R. (2017). How Can a Blended learning Environment Enhance Job-Related Competencies of In-Service Physical Educators? – Development and Implementation of a Web-Based Video Analysis Service (EQUEL). *Journal of the European Teacher Education Network*, 12(1), 64–72.
- Cheung, W. S., & Hew, K. F. (2011). Design and evaluation of two blended learning approaches: Lessons learned. *Australasian Journal of Educational Technology*, 27(8). <https://doi.org/10.14742/ajet.896>
- Clark, I., & James, P. (2005). Blended learning: An approach to delivering science courses on-line. *Proceedings of the Blended Learning in Science Teaching and Learning Symposium*, 19–24. The University of Sydney, UniServe Science.
- de Jong, N., Savin-Baden, M., Cunningham, A. M., & Verstegen, D. M. L. (2014). Blended learning in health education: three case studies. *Perspectives on Medical Education*, 3(4), 278–288. <https://doi.org/10.1007/s40037-014-0108-1>
- Dzakiria, H., A.Wahab, M. S. D., & Abdul Rahman, H. D. (2013). Action Research on Blended Learning Transformative Potential in Higher Education- Learners' Perspectives. *Business and Management Research*, 1(2). <https://doi.org/10.5430/bmr.v1n2p125>
- Garrison, D. R., & Kanuka, H. (2004). Blended learning: Uncovering its transformative potential in higher education. *The Internet and Higher Education*, 7(2), 95–105. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2004.02.001>
- George, K., & Spyros, P. (2016). Blended learning in K-12 Education: A case study for teaching Athletics in Physical Education. *The 1st International Association for Blended Learning Conference: Blended Learning for the 21st Century Learner*, 36–43.
- Gupta, A. (2014). Learning Physical Education and Sports Through Information and Communication Technology. *International Human Research Journal*, 2(4).

- Jamaluddin, A. A., Dwiyo, W. D., & Hariyanto, E. (2018). Pembelajaran Senam Berbasis Blended Learning Guna Meningkatkan Hasil Belajar. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 3(2), 1373–1382. Retrieved from <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/11737/5558>
- Jong, N. de, Könings, K. D., & Czabanowska, K. (2014). The Development of Innovative Online Problem-Based Learning: A Leadership Course for Leaders in European Public Health. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 11(3), 19–28. <https://doi.org/10.53761/1.11.3.3>
- Kavita, V., Sharma, J. P., & Tiwari, R. K. (2011). Use of Information Technology in Physical Education and Sport. *International Journal in Multidisciplinary and Academic Research*, 2(4), 1–6.
- Masgumelar, N. K., Dwiyo, W. D., & Nurrochmah, S. (2019). Modifikasi Permainan menggunakan Blended Learning Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 4(7), 979–986.
- Masgumelar, N. K., & Mustafa, P. S. (2021). Pembelajaran Pendidikan Olahraga Berbasis Blended Learning untuk Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 6(1), 133–144. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v6i1.1222>
- McLaughlin, J. E., Gharkholonarehe, N., Khanova, J., Deyo, Z. M., & Rodgers, J. E. (2015). The Impact of Blended Learning on Student Performance in a Cardiovascular Pharmacotherapy Course. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 79(2), 24. <https://doi.org/10.5688/ajpe79224>
- Miles, C. A., Lee, A. C., Foggett, K. A., & Nair, B. K. (2017). . Reinventing Medical Teaching and Learning for the 21st Century: Blended and Flipped Strategies. *Archives of Medicine and Health Sciences*, 5(1), 97–102. https://doi.org/10.4103/amhs.amhs_53_17
- Mustafa, P. S. (2022). Characteristics of Learners and Their Implications in Learning. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 14(4), 7043–7056. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v14i4.2751>
- Picciano, A. G. (2006). Blended learning: Implications for growth and access. *Journal of Asynchronous Learning Networks*, 10(3), 95–102.
- Simon, D., Jackson, K., & Maxwell, K. (2013). Traditional Versus Online Instruction: Faculty Resources Impact Strategies For Course Delivery. *Business Education & Accreditation*, 5(1), 107–116.
- Torrisi-Steele, G. (2011). This Thing Called Blended learning - A Definition and Planning Approach. *Research and Development in Higher Education: Reshaping Higher Education*, 34, 360–371. Gold Coast, Australia.
- Vernadakis, N., Giannousi, M., Derri, V., Michalopoulos, M., & Kioumourtoglou, E. (2012). The impact of blended and traditional instruction in students' performance. *Procedia Technology*, 1, 439–443. <https://doi.org/10.1016/j.protcy.2012.02.098>
- Victoria, A., Mustafa, P. S., & Ardiyanto, D. (2021). Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga berbasis Blended Learning di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(2), 170–183. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4659619>
- Yagcioglu, O. (2017). Blended learning In Higher Education Framework, Principles And Guidelines By D. Randy Garrison And Norman D. Vaughan - Book Review. *European Journal of Education Studies*, 3(5), 29–40.