



DAMPAK PEMBELAJARAN FLIPPED LEARNING PADA MOTIVASI DAN HASIL BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA PADA MATERI KEBUGARAN JASMANI

Zainur Rohman^{1✉}, Sapto Adi², Supriyadi³

Universitas Negeri Malang

zainur.rohman.2106148@students.um.ac.id[✉], sapto.adi.fik@um.ac.id, supriyadi.fik@um.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: Januari-2023

Disetujui: Mei-2023

Dipublikasikan : Juni-2023

Kata Kunci: flipped learning, motivasi, hasil belajar

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji apakah ada pengaruh penerapan pembelajaran *flipped learning* untuk meningkatkan motivasi belajar dan hasil belajar siswa. Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan bentuk penelitian eksperimental semu dengan model *The Nonrandomized Control Group Pretest Posttest Design*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X SMAN 10 Malang. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata skor hasil belajar siswa kelompok eksperimen *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pembelajaran *flipped learning* terhadap hasil belajar siswa. Hasil uji beda rata-rata tingkat motivasi dan hasil belajar siswa dengan nilai signifikansi (2-tailed) $0,026 < 0,05$ untuk tingkat motivasi dan $0,004 < 0,05$ untuk hasil belajar, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat motivasi dan hasil belajar siswa kelompok eksperimen dan kontrol. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran model *flipped learning* terdapat pengaruh yang signifikan terhadap motivasi dan hasil belajar siswa.

Abstract

The purpose of this study was to examine whether there is an effect of flipped learning implementation to improve students' learning motivation and learning outcomes. The research design used was experimental research with a form of pseudo-experimental research with The Nonrandomized Control Group Pretest Posttest Design model. The subjects of this research were students of class X SMAN 10 Malang. The results of this study showed the average score of student learning outcomes of the experimental group pretest and posttest showed a significance value (2-tailed) $0.000 < 0.05$, it can be concluded that there is an effect of the application of flipped learning on student learning outcomes. The results of the mean difference test of students' motivation level and learning outcomes with a significance value (2-tailed) of $0.026 < 0.05$ for the motivation level and $0.004 < 0.05$ for learning outcomes, so there is a significant difference between the motivation level and learning outcomes of experimental and control group students. So it can be concluded that the application of flipped learning model has a significant effect on student motivation and learning outcomes.

E-mail: zainur.rohman.2106148@students.um.ac.id

E-mail: pjk.journal@um.ac.id

ISSN: 2614-8293 (Online)

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan proses pembelajaran yang mencakup seluruh aspek domain seperti kognitif, afektif, psikomotor, dan sosial.. Secara signifikan,

penyampaian pembelajaran PJOK telah berubah karena pandemi Covid-19, dan ini memberi pengaruh bagi pembelajaran PJOK (Varea, González-Calvo, and García-Monge 2022). Pandemi covid 19 menyebabkan banyak masalah di berbagai bidang, salah satunya di bidang Pendidikan, pandemi covid 19 menyebabkan penutupan sekolah yang mengakibatkan pembelajaran dilakukan secara online (daring). Menurut Yates (2021) Pembelajaran PJOK melalui pembelajaran online adalah pembelajaran yang bermasalah mengenai implikasinya untuk memenuhi tujuan pembelajaran (Yates et al. 2021). Beberapa masalah mengenai implikasi pembelajaran daring menurut Rigianti (2020) adalah pemilihan dan penggunaan perangkat belajar, jaringan internet, penilaian serta pemantauan pembelajaran (Sandika 2021). Chiu (2022) menyatakan bahwa tidak semua siswa memiliki kapasitas untuk mengambil manfaat dari lingkungan belajar yang tidak biasa ini, beberapa siswa hanya berjuang untuk tetap termotivasi dan terlibat mengikuti pembelajaran mereka (Chiu 2022).

Kurangnya motivasi belajar siswa dapat menyebabkan siswa kehilangan minat pada kegiatan sekolah (Weraman, Agus, and Hita 2023), menurut Paulina dkk (2023) banyak siswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan motivasi belajarnya yang berdampak pada hasil belajar siswa (Ramli, Riyadi, and Yusron 2023). hal serupa terjadi pada siswa SMAN 10 Malang, menurut hasil observasi dan wawancara yang peneliti dapatkan dari guru menyatakan bahwa siswa SMAN 10 Malang memiliki motivasi belajar yang masih rendah, sehingga berdampak pada turunnya hasil belajar mereka.

Meningkatkan dan memelihara keterlibatan siswa pada pembelajaran merupakan tujuan penting dari pendidik, mengingat hubungannya dengan peningkatan ketekunan, motivasi, dan prestasi. Salah satu masalah pendidikan saat ini adalah kurangnya motivasi, kurangnya minat, dan kurangnya upaya siswa untuk memperoleh pengetahuan dan kompetensi baru (Ruano et al. 2021). Pada masa pandemi ini semakin Kurangnya minat atau motivasi siswa adalah salah satu hal utama yang menghambat pertumbuhan pembelajaran (Baber 2020). Motivasi belajar dapat diartikan sebagai daya dorong untuk melakukan aktivitas belajar tertentu yang berasal dari dalam diri dan juga dari luar diri individu sehingga menumbuhkan semangat dalam belajar suatu hal. Motivasi belajar memegang peranan penting dalam memberikan dorongan atau semangat dalam belajar.

Motivasi belajar tidak hanya menjadi pendorong untuk mencapai hasil yang baik tetapi mengandung usaha untuk mencapai tujuan belajar (Monika and Adman 2017). Dalam motivasi terdapat suatu keinginan atau ambisi yang dapat menggerakkan, mengarahkan serta menyalurkan sikap dan perilaku siswa dalam belajar sesuatu, motivasi senantiasa menentukan intensitas usaha siswa dalam belajar, karena hasil belajar siswa akan optimal apabila motivasi belajar siswa tinggi (Andriani and Rasto 2019). Meningkatkan dan memelihara keterlibatan siswa pada pembelajaran biasanya dapat dibangun melalui model pembelajaran yang diberikan oleh guru, Model pembelajaran menjadi bagian penting untuk dapat mencapai keberhasilan tujuan pembelajaran di setiap jenjang pendidikan. Pemilihan dan penerapan model pembelajaran yang tepat juga dapat meningkatkan keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan belajar, serta mengembangkan potensi yang dimiliki, baik dari segi kognitif, afektif dan psikomotor.

Kurniawan dkk. (2022) menyatakan bahwa salah satu tren model pembelajaran yang mulai dikenal banyak akademisi dan memberikan dampak positif dalam penerapannya pada pembelajaran adalah flipped learning (Kurniawan et al. 2022). Flipped learning digunakan untuk menggambarkan pendekatan pedagogis pembelajaran berbasis terbalik, dalam penerapannya pengajaran atau pemberian materi dilakukan sebelum kelas dimulai dan menggunakan jam pelajaran untuk kegiatan belajar (Flipped Learning Network 2014). Flipped learning terjadi dalam dua fase instruksi, fase pertama adalah pembelajaran pra kelas, siswa memperoleh materi pembelajaran sebelum kelas dimulai. Untuk melakukan hal ini, guru membuat atau memilih sumber belajar yang menarik untuk memberikan materi pembelajaran yang dapat dieksplorasi diluar jam sekolah. Fase kedua terjadi di

kelas, siswa terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang berpusat pada siswa seperti diskusi teman sebaya, kuis atau kegiatan pemecahan masalah yang difasilitasi oleh guru (Aaron Sams et al. 2014).

Menurut Ferriz dkk (2022) Flipped learning adalah model pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa (Ferriz-Valero et al. 2022). Dalam beberapa studi penelitian yang mengeksplorasi penggunaan flipped learning di sekolah telah menunjukkan bagaimana flipped learning meningkatkan motivasi belajar dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran (Sargent and Casey 2020). Dasar pedagogis pembelajaran flipped learning berfokus pada penggunaan waktu ketika siswa berada di luar kelas untuk berinteraksi dengan konten. Hal ini dilakukan melalui platform digital dan alat yang dihasilkan oleh guru (Hinojo Lucena et al. 2019). Penerapan pembelajaran perlu didukung oleh media atau konten yang digunakan untuk menyampaikan materi kepada siswa.

Menurut Kim N. H (2021) dalam penerapan flipped learning, konten atau media yang dihasilkan guru akan menunjang tercapainya tujuan pembelajaran (Kim, So, and Joo 2021), dan beberapa studi lainnya menyatakan bahwa kualitas konten atau media yang guru hasilkan adalah salah satu faktor penting dalam penerapan flipped learning (Öztürk and Çakıroğlu 2021) (Lee, Lim, and Kim 2017). Google sites merupakan salah satu media yang mulai dikenal dan digunakan oleh tenaga pendidik dalam pembelajaran. Menurut Kucera (2022) Google sites adalah salah satu media yang harus dipertimbangkan oleh guru untuk digunakan sebagai media penyampaian pembelajaran, karena google sites memberikan dampak positif bagi siswa dan lingkungan belajar (Kucera et al. 2022). Google sites adalah fitur google yang berbasis website gratis dengan fitur – fitur yang dapat diakses secara mudah. Pemanfaatan media pembelajaran juga dapat meningkatkan minat belajar siswa (Yolanda, Winarni, and Yulisetiani 2022) dan juga berdampak baik dalam meningkatkan motivasi belajar siswa (Yamamoto 2014).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan peneliti akan menggunakan model pembelajaran flipped learning untuk diterapkan pada pembelajaran Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) di SMA kelas X. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Flipped Learning untuk Meningkatkan Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Siswa Kelas X SMA 10 Negeri Malang pada Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan”.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan bentuk Quasi Experimental Designs atau penelitian eksperimental semu dengan model The Nonrandomized Control Group Pretest Posttest Design. Penelitian ini membedakan dua kelompok, yang satu dikenai perlakuan dan kelompok lain tidak dikenai perlakuan. Pengelompokan dibedakan menjadi dua yaitu, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berupa pembelajaran PJOK dengan model flipped learning sedangkan kelompok control tidak diberi perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan pembelajaran model flipped learning dalam pembelajaran PJOK terhadap motivasi belajar dan hasil belajar siswa.

Tabel 1. Rancangan Desain Quasi Experimental Designs

	Subjek	Prates	Perlakuan	Pascates
	-	O ₁	P	O ₂
	-	O ₃	-	O ₃

Keterangan :

O1 = Pretest Kelompok Eksperimen
 O2 = Posttest Kelompok Eksperimen
 O3 = Pretest Kelompok Kontrol
 O4 = Posttest Kelompok Kontrol
 P = Perlakuan

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 10 Malang Tahun ajaran 2022/2023. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 360 siswa yang terbagi dalam 10 kelas dengan jumlah siswa dalam 1 kelas adalah kurang lebih 36 siswa. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X I dan X J SMA Negeri 10 Malang Tahun ajaran 2022/2023. Kelas XI I ditetapkan sebagai kelompok control, sedangkan kelas XI J ditetapkan sebagai kelompok eksperimen yang menerima perlakuan pembelajaran model *flipped learning*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah pengambilan *non-random sampling* dengan *model convenience sampling*.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar angket motivasi belajar dan tes hasil belajar, Lembar angket digunakan memperoleh data motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Kriteria jawaban dalam lembar angket menggunakan Skala Likert. Terdapat empat pilihan jawaban yang tersedia, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak Setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Responden diminta untuk memilih salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaannya. Tes yang digunakan dalam penelitian ini berupa tes tulis dalam bentuk soal pilihan ganda, tes diberikan siswa di kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada pertemuan pertama (pretest) dan terakhir (posttest) pembelajaran.

Data yang diperoleh kemudian dipisah – pisah menurut jenisnya masing – masing dan disusun untuk dianalisis dan disimpulkan. Adapun teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu (1) Uji Normalitas, (2) Uji Homogenitas, (3) Uji *Wilcoxon*, (4) Uji beda *Independent Sample T-Test*, dan (5) Uji beda *Mann Whitney T-test*.

HASIL

Penelitian ini adalah penelitian dengan metode Quasi Experimental Designs atau penelitian eksperimental semu dengan model The Nonrandomized Control Group Pretest Posttes Design. Penelitian ini membedakan dua kelompok, yang satu dikenai perlakuan dan kelompok lain tidak dikenai perlakuan. Pengelompokan dibedakan menjadi dua yaitu, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berupa pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dengan model *flipped learning* sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan pembelajaran model *flipped learning* dalam pembelajaran PJOK terhadap motivasi belajar dan hasil belajar siswa. Data yang diperoleh peneliti adalah data hasil angket motivasi dan tes hasil belajar pada materi kebugaran jasmani siswa kelas X SMAN 10 Malang.

Deskripsi Data

Tabel 2. Data Tingkat Motivasi Siswa

Motivasi Siswa	N	Min	Max	Mean
Kelas Eksperimen	30	50	70	59,7
Kelas Kontrol	30	41	73	55

Tabel 3. Data Hasil Belajar Siswa

Hasil Belajar Siswa		N	Min	Max	Mean	Tuntas (%)	Belum Tuntas (%)
Pretest	Kelas Eksperimen	30	30	85	63	30%	70%
	Kelas Kontrol	30	35	85	60.8	23%	77%
Posttest	Kelas Eksperimen	30	55	90	76	74%	26%
	Kelas Kontrol	30	50	90	70	64%	36%

Keterangan :

N : banyak sampel pada kelompok

Min : skor terendah pada kelompok

Max : skor tertinggi pada kelompok

Mean : rata – rata skor pada kelompok

Hasil Analisis Data

Hasil analisis data dengan bantuan SPSS 26 disajikan berupa : (1) hasil uji normalitas, (2) hasil uji Homogenitas, (3) hasil uji *Wilcoxon*, dan (3) uji beda *Independent Sample T-Test*, dan (4) uji *Mann Whitney T-Test*.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality	KELAS	Kolmogorov-Smirnov ^a			Keterangan	
		Statistic	df	Sig.		
Motivasi Siswa	Eksperimen	.154	30	.068	Normal	
	Kontrol	.121	30	.200*	Normal	
Hasil Belajar Siswa	Pretest	Eksperimen	.111	30	.200*	Normal
	Kontrol		.227	30	.000	Tidak Normal
	Posttest	Eksperimen	.089	30	.200*	Normal
		Kontrol	.247	30	.000	Tidak Normal

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas data menggunakan SPSS 26 dengan Teknik uji uji *Kolmogorov-Smirnov* dinyatakan dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil uji normalitas data tingkat motivasi siswa pada tabel 4 menunjukkan hasil $0,68 > \alpha$ untuk kelas eksperimen dan $0,200 > \alpha$ untuk kelas kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Sedangkan Hasil uji normalitas data *pretest* hasil belajar siswa menunjukkan hasil $0,200 > \alpha$ untuk kelas eksperimen dan $0,200 > \alpha$ untuk kelas kontrol yang dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sedangkan hasil uji normalitas data *postests* hasil belajar siswa pada tabel 4.4 menunjukkan hasil $0,00 < \alpha$ untuk kelas eksperimen dan $0,00 < \alpha$ untuk kelas kontrol, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak berdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Ket
Hasil Belajar Pretest	.077	1	58	.782	Homogen
Hasil Belajar Postest	1.521	1	52.821	.223	Homogen
Tingkat Motivasi	4.006	1	50.192	.051	Homogen

Berdasarkan hasil analisis Uji Homogenitas pada tabel 5 diatas menunjukkan nilai signifikansi $> \alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh bersifat homogen.

Tabel 6. Hasil Uji *Wilcoxon* Hasil Belajar Siswa

Kelompok	Test Statistics ^a	Postest – Pretest
Eksperimen	Z Asymp. Sig. (2-tailed)	-4.654 ^b .000

Berdasarkan tabel 6 mununjukkan bahwa rata-rata skor hasil belajar siswa kelompok eksperimen *pretest* dan *postest* menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan pembelajaran model *flipped learning* dalam pembelajaran PJOK terhadap hasil belajar siswa.

Tabel 7. Hasil Uji beda *Independent Sample T-Test* Tingkat Motivasi Siswa

	Independent Samples Test					Mean Difference	Std. Error Difference
	F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)		
MOTIVASI SISWA	5.015	.079	2.289	58	.026	4.50000	1.96616
			2.289	50.385	.026	4.50000	1.96616

Berdasarkan tabel 7 diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) $0,026 < 0,05$, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat motivasi siswa kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran model flipped learning dalam pembelajaran PJOK memiliki pengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar siswa.

Tabel 8. Hasil Uji Mann Whitney Hasil Belajar Siswa

Test Statistics ^a	
	KONTROL – EKPERIMEN
Z	-2.860 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004

Berdasarkan tabel 8 diperoleh nilai signifikansi (2-tailed) adalah $0,004 < 0,05$ maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil belajar siswa kelas eksperimen dan kelas kontrol. Dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa yang menerapkan pembelajaran model *flipped learning* dalam pembelajaran PJOK lebih bagus daripada kelas yang tidak menerapkan pembelajaran model *flipped learning* dalam pembelajaran PJOK.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat motivasi siswa (kelas eksperimen) yang telah menerima pembelajaran model *flipped learning* mengalami peningkatan yang lebih tinggi motivasinya dibandingkan siswa (kelas control) yang tidak menerima pembelajaran model *flipped learning*. Dalam penelitian Huang A. Y. (2023) pembelajaran *flipped learning* mempengaruhi tiga faktor penting dalam keberhasilan pembelajaran, yaitu motivasi, keterlibatan, dan hasil belajar siswa (Huang, Lu, and Yang 2023). Pada penelitian lain menunjukkan bahwa penerapan pembelajaran flipped learning dapat meningkatkan emosi positif siswa seperti motivasi (Yu et al. 2019). Yorganci (2020) menyatakan bahwa peningkatan motivasi siswa ini merupakan hasil dari kepuasan atau kenyamanan siswa dengan pengalaman belajar yang baru dalam pembelajaran *flipped learning* (Yorganci 2020). Berdasarkan beberapa hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran *flipped learning* secara signifikan dan positif meningkatkan motivasi siswa yang menyebabkan meningkatnya keberhasilan pembelajaran.

Proses belajar mengajar sangat dipengaruhi oleh motivasi dan lingkungan belajar. Motivasi dan lingkungan belajar dalam Pendidikan sangat bergantung pada pembelajaran yang diterapkan oleh guru (Ruano et al. 2021). Salah satu masalah Pendidikan yang sering dihadapi saat ini adalah motivasi siswa, kurangnya minat, sedikitnya upaya untuk memperoleh pengetahuan dan rasa bosan siswa dengan lingkungan belajar mereka. Motivasi dianggap sebagai elemen fundamental untuk sukses dalam sekolah, menurut Iso Aloha dan St. Clair (2000), motivasi merupakan faktor yang paling penting dalam perilaku manusia karena membangkitkannya dapat memberi energi, memberikan arah, dan dorongan untuk mencapai suatu tujuan (Fernandez-Rio et al. 2020).

Menurut Sudirman (2014) dalam kegiatan belajar, motivasi berfungsi sebagai penggerak di dalam diri siswa yang mendorong dan menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin berlangsungnya kegiatan belajar dan memberikan arah dalam mencapai tujuan belajar dapat tercapai (Sri Esterina, Marhayani, and Mertika 2022). Cookes dan Schmidt (1991) mengusulkan bahwa klasifikasi motivasi ada 2 yaitu motivasi intrinsik dan ekstrinsik, siswa dengan motivasi intrinsik berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran karena alasan seperti rasa ingin tahu dan tantangan, sedangkan siswa dengan motivasi ekstrinsik berpartisipasi dalam pembelajaran untuk faktor eksternal seperti nilai dan penghargaan (Peng and Fu 2021). Maka dari itu motivasi belajar dapat disimpulkan sebagai pendorong atau dorongan yang ada dalam diri seseorang yang dipengaruhi oleh faktor intrinsik dan ekstrinsik untuk melakukan aktivitas belajar yang mengarahkan seseorang pada tujuan yang ingin dicapai.

Flipped learning menjadi model pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa (Ferriz-Valero et al. 2022), *flipped learning* digunakan untuk menggambarkan pendekatan pedagogis pembelajaran berbasis terbalik (*flip*) yang dalam penerapannya pengajaran atau pemberian

materi dilakukan diluar kelas dan menggunakan jam pelajaran untuk kegiatan belajar (Flipped Learning Network 2014). *Flipped learning* terjadi dalam dua fase instruksi, fase pertama adalah pembelajaran pra kelas, siswa memperoleh materi pembelajaran sebelum kelas dimulai. Untuk melakukan hal ini, guru membuat atau memilih sumber belajar yang menarik untuk memberikan materi pembelajaran yang dapat dieksplorasi diluar sekolah. Fase kedua terjadi di kelas, siswa terlibat dalam kegiatan pembelajaran yang berpusat pada siswa seperti diskusi teman sebaya, kuis atau kegiatan pemecahan masalah yang difasilitasi oleh guru (Sams et al. 2014).

Siswa masa kini yang merupakan *digital native* harus dibekali dengan kompetensi yang relevan untuk menjawab tuntutan dunia modern. Untuk alasan ini, inovasi dalam proses belajar-mengajar dan lingkungan instruksional, yang penting untuk memenuhi kebutuhan peserta didik ini, telah membawa pedagogi pembelajaran aktif ke garis depan pendidikan (Birgili, Seggie, and Oğuz 2021). Dengan perkembangan terbaru dalam pendekatan pedagogis pembelajaran aktif dan kemajuan dalam desain dan teknologi instruksional, beberapa pendidik mendorong penerapan model pendidikan aktif dan inovatif yang disebut pembelajaran *flipped learning* (Sletten 2017).

Flipped learning dapat digunakan sebagai strategi pembelajaran yang perlu ditetapkan sebagai latihan rutin dan digunakan secara konsisten untuk meningkatkan kulaitas belajar di Pendidikan jasmani (Sargent and Casey 2020). Membangun konsistensi dan rutinitas dalam penerapan *flipped learning* dalam penelitian ini, peneliti menerapkan model pembelajaran ini dengan peraturannya sendiri, pembelajaran yang diterapkan tidak terpaku pada 1 tipe dalam pembelajaran *flipped learning*. Pembelajaran yang diterapkan lebih fleksibel dan menyesuaikan keadaan kelas pada saat pembelajaran. Menurut Islam M. N. (2018) keberhasilan pembelajaran *flipped learning* dipengaruhi oleh media yang dipilih dan dirancang oleh guru (Islam et al. 2018). Dalam penelitian ini media pendukung yang peneliti gunakan dalam penerapan pembelajaran *flipped learning* adalah *google sites*, *google sites* adalah salah satu fitur google untuk membuat *website* pribadi ataupun professional yang tidak memungut biaya apapun yang mempermudah pendidik dalam mengakses dan membuat *website* untuk menerapkan pembelajaran *flipped learning*.

Hasil penelitian (Maulina Ismaya Dewi 2022) menunjukkan bahwa *google sites* membuat siswa lebih berkonsentrasi dalam kegiatan belajar sehingga efektivitas belajar tercapai. Pembelajaran dengan *google sites* dapat meningkatkan jumlah partisipasi siswa dalam belajar (Nurmanita 2022), hal ini dikarenakan siswa lebih mudah untuk mengakses, menganalisis, dan mempelajari materi-materi yang terdapat pada *google sites* sehingga konsentrasi siswa lebih terarah dan berfokus pada materi yang ada (Nugroho and Grendi 2021). Jika pembelajaran berbasis *Google sites* dirancang atau digunakan secara baik dan tepat dapat membuat pembelajaran menjadi lebih menyenangkan, meningkatkan interaktivitas, siswa cepat mengingat materi, dan mengurangi biaya yang dikeluarkan guru ataupun siswa dalam mengikuti pembelajaran (Adzkiya and Suryaman 2021). Dengan demikian *google sites* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu media yang digunakan dalam model pembelajaran *flipped learning* guna memaksimalkan serta meningkatkan motivasi belajar siswa. Peningkatan motivasi belajar siswa tentunya akan mempengaruhi hasil belajar siswa, hal ini terbukti pada penelitian (Nasihah 2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara motivasi belajar dan hasil belajar siswa. Menurut NSSE, hasil belajar adalah perolehan dan kemajuan siswa dari pengalaman mereka disekolah (Rozman 2010).

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan motivasi siswa juga berpengaruh dalam peningkatan hasil belajar siswa, peningkatan itu terjadi karena siswa yang menerima pembelajaran dengan model *flipped learning* mendapatkan hasil belajar yang lebih baik dari siswa yang tidak menerima pembelajaran dengan model *flipped learning*. Pada penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa pembelajaran *flipped learning* efektif untuk meningkatkan hasil belajar siswa (Ismaniati et al. 2023). Model pembelajaran ini juga direkomendasikan untuk diterapkan pada

pembelajaran yang normatif, produktif, dan adaptif pada aspek kognitif, afektif, dan psikomotor siswa (Hew and Lo 2018).

Oleh karena itu dapat kita pertimbangkan potensi model pembelajaran *flipped learning* untuk Pendidikan, penting untuk mempertimbangkan realitas praktik dari pendekatan dan bagaimana *flipped learning* dapat digunakan secara efektif dalam kegiatan belajar mengajar dalam Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). Penelitian ini menunjukkan bahwa jika guru Pendidikan jasmani dapat mengadopsi *flipped learning* dengan cara yang konsisten dan rutin, maka dapat mengoptimalkan dukungan waktu pelajaran yang dapat mereka berikan untuk pembelajaran siswa dan diharapkan guru dapat melakukan penelitian serupa menggunakan media pembelajaran lain serta memperhatikan beberapa faktor lain seperti berapa lama penerapan pembelajaran *flipped learning*, strategi, dan faktor lain yang perlu dikaji lebih lanjut.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *flipped learning* merupakan metodologi belajar mengajar yang efektif dalam Pendidikan jasmani. Dengan pembelajaran *flipped learning*, hasil yang lebih baik diperoleh siswa yang menerima dan siswa yang tidak menerima pembelajaran *flipped learning* dalam segi tingkat motivasi belajar dan hasil belajar yang cukup signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penerapan pembelajaran *flipped learning* dalam Pendidikan jasmani bermanfaat dan efektif untuk meningkatkan kognitif (pengetahuan) siswa yang tumbuh di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzkiya, Dilla Safira, and Maman Suryaman. 2021. "Penggunaan Media Pembelajaran Google Site Dalam Pembelajaran Bahasa Inggris Kelas V SD." *Educate : Jurnal Teknologi Pendidikan* 6(2):20. doi: 10.32832/educate.v6i2.4891.
- Birgili, Bengi, Fatma Nevra Seggie, and Ebru Oğuz. 2021. "The Trends and Outcomes of Flipped Learning Research between 2012 and 2018: A Descriptive Content Analysis." *Journal of Computers in Education* 8(3):365–94. doi: 10.1007/s40692-021-00183-y.
- Fernandez-Rio, Javier, Esteban de las Heras, Tristan González, Vanessa Trillo, and Jorge Palomares. 2020. "Gamification and Physical Education. Viability and Preliminary Views from Students and Teachers." *Physical Education and Sport Pedagogy* 25(5):509–24. doi: 10.1080/17408989.2020.1743253.
- Ferriz-Valero, Alberto, Ove Østerlie, Alfonso Penichet-Tomas, and Salvador Baena-Morales. 2022. "The Effects of Flipped Learning on Learning and Motivation of Upper Secondary School Physical Education Students." *Frontiers in Education* 7(January):1–10. doi: 10.3389/educ.2022.832778.
- Flipped Learning Network. 2014. "What Is Flipped Learning? The Four Pillars of F-L-I-P." *Flipped Learning Network* 501(c).
- Hew, Khe Foon, and Chung Kwan Lo. 2018. "Flipped Classroom Improves Student Learning in Health Professions Education: A Meta-Analysis." *BMC Medical Education* 18(1). doi: 10.1186/s12909-018-1144-z.
- Huang, Anna Y. Q., Owen H. T. Lu, and Stephen J. H. Yang. 2023. "Effects of Artificial Intelligence-Enabled Personalized Recommendations on Learners' Learning Engagement, Motivation, and Outcomes in a Flipped Classroom." *Computers and Education* 194. doi: 10.1016/j.compedu.2022.104684.
- Islam, Md Nurul, Abdus Salam, Munira Bhuiyan, and Sulinda Binti Daud. 2018. "A Comparative Study on Achievement of Learning Outcomes through Flipped Classroom and Traditional Lecture Instructions." *International Medical Journal* 25(5).
- Ismaniati, Christina, Ali Muhtadi, Desy Yanty Cobena, and Pranata Lulus Soeparno. 2023. "Effectiveness of Flipped Classroom on Students' Learning Outcome in Vocational High School: A Meta-Analysis." *International Journal of Instruction* 16(1):589–604. doi: 10.29333/iji.2023.16133a.
- Maulina Ismaya Dewi. 2022. "MEMBANGUN KONSENTRASI BELAJAR SISWA MELALUI GOOGLE SITES SEBAGAI KONTROL AKSES." 55–64.
- Nasihah, Zahrotun. 2020. "Hubungan Motivasi Dan Disiplin Belajar Terhadap Hasil Belajar Mupel Pjok." *Joyful Learning Journal* 9(1):17–22. doi: 10.15294/jlj.v9i1.39680.

- Nugroho, Muhamad Khabib Cahyo, and Hendrastomo Grendi. 2021. "Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Google Sites Pada Mata Pelajaran Sosiologi Kelas X." *Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Humaniora* 12(2).
- Nurmanita, Mutiara. 2022. "Efektivitas Pembelajaran Pancasila Berbasis Google Sites Berbantuan Quizizz Untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Mahasiswa." *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya* 8(1):137. doi: 10.32884/ideas.v8i1.644.
- Peng, Renzhong, and Rongrong Fu. 2021. "The Effect of Chinese EFL Students' Learning Motivation on Learning Outcomes within a Blended Learning Environment." *Australasian Journal of Educational Technology* 37(6):61–74. doi: 10.14742/ajet.6235.
- Rozman, Stephen L. 2010. "Engaged Scholarship at Historically Black Colleges and Universities." in *Handbook of Engaged Scholarship*.
- Ruano, Pablo Cuenca, Salvador García Martínez, Alberto Ferriz Valero, and Juan Tortosa Martínez. 2021. "Comparative Analysis of Motivational Profiles and Flow Status between a Traditional Methodology and the Flipped Classroom Methodology in Physical Education Students." *Retos* 2041(39):338–44. doi: 10.47197/retos.v0i39.78574.
- Sams, Aaron, Jon Bergmann, Kristin Daniels, Brian Bennett, Helene Marshall, and Karl Artstrom. 2014. "Flipped Learning Network (FLN) The Four Pillars of F-L-I-P." *The Flipped Learning Network* 501(c).
- Sargent, Julia, and Ashley Casey. 2020. "Flipped Learning, Pedagogy and Digital Technology: Establishing Consistent Practice to Optimise Lesson Time." *European Physical Education Review* 26(1):70–84. doi: 10.1177/1356336X19826603.
- Sletten, Sarah Rae. 2017. "Investigating Flipped Learning: Student Self-Regulated Learning, Perceptions, and Achievement in an Introductory Biology Course." *Journal of Science Education and Technology* 26(3):347–58. doi: 10.1007/s10956-016-9683-8.
- Sri Esterina, Dina Anika Marhayani, and Mertika Mertika. 2022. "Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar IPS Siswa Kelas IV." *Journal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial* 14(1):1–6. doi: 10.37304/jpips.v14i1.4724.
- Yorganci, Serpil. 2020. "Implementing Flipped Learning Approach Based on 'First Principles of Instruction' in Mathematics Courses." *Journal of Computer Assisted Learning* 36(5). doi: 10.1111/jcal.12448.
- Yu, Shulin, Nan Zhou, Yao Zheng, Limin Zhang, Hongjian Cao, and Xiaomin Li. 2019. "Evaluating Student Motivation and Engagement in the Chinese EFL Writing Context." *Studies in Educational Evaluation* 62. doi: 10.1016/j.stueduc.2019.06.002.