

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi melaju begitu cepat ke semua sektor kehidupan. Bahkan perkembangannya diperkirakan lebih pesat dari perkiraan semula. Bila melihat sejenak, bagaimana proses belajar berlangsung dalam diri setiap individu, maka ditemukan bahwa proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara orang yang belajar dengan pesan yang dikemas dalam berbagai media tertentu. Pesan tersebut bisa itu berupa media yang sifatnya hanya dimanfaatkan (by utilization), bisa juga yang sengaja dirancang (by design) untuk mencapai tujuan tertentu. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja, dimana saja, dengan apa saja.

Perkembangan pembelajaran sudah jauh bergeser dari metode konvensional ke penggunaan teknologi. *In the learning process, it is felt that there is a tendency: a) the shift of education from a teacher-centered learning system to one that is student-centered, b) growing and increasingly popularizing open or distance education* (Schroeder & Craig, 2021). Bahwa dalam proses pembelajaran, dirasakan adanya kecenderungan: a) bergesernya pendidikan dari sistem pembelajaran yang berorientasi pada guru (teacher centered) ke yang berorientasi pada peserta didik (student centered), b) tumbuh dan semakin memasyarakatnya pendidikan terbuka atau jarak jauh. menjelaskan bahwa semakin banyaknya pilihan sumber belajar yang tersedia.

Perubahan dapat kita rasakan dari media cetak/buku bacaan mahasiswa yang beralih pada E-book yang bisa diakses kapanpun dan dimanapun melalui handphone,

komputer dan teknologi lainnya, video/audio yang harus direkam dalam bentuk CD, disk beralih dalam bentuk aplikasi yang menyediakan fitur live streaming yang menghubungkan seseorang secara langsung dimanapun berada. Hal ini sangat mempermudah proses pembelajaran saat sekarang. Berdasarkan data dari asosiasi pengguna jasa internet Indonesia jumlah pengguna internet di Indonesia Sebesar 171,7 juta jiwa atau sekitar 64,8% dari total populasi penduduk Indonesia sebanyak 264 juta jiwa. Pengguna internet tersebut meningkat 10,2% atau 27,9 juta orang yang dibandingkan dengan pengguna internet tahun sebelumnya dan 2021-2022 mencapai 210 juta orang (Wahyudiyono, 2022). Peningkatan tersebut perlu diimbangi pemahaman beraktivitas di ruang digital yang baik. Dengan data pengguna internet semakin meningkat hal ini lah yang merubah pola pembelajaran dalam dunia pendidikan di Indonesia. Perlu adanya edukasi dalam pemanfaatan digital atau internet sehingga bisa dimanfaatkan secara positif terutama untuk pembelajaran.

Perkembangan TIK yang menyebabkan metode pembelajaran pun berubah diharapkan dikembangkan dan di terapkan secara maksimal, apalagi semua lini kehidupan sudah di kelilingi oleh teknologi yang mempermudah aktivitas. Ada tiga pergeseran dalam proses pembelajaran akibat perkembangan teknologi komunikasi yaitu: a) pergeseran dari ruang kelas di mana dan kapan saja, b) pergeseran dari kertas ke online, dan c) pergeseran fasilitas fisik kefasilitas jaringan kerja (Sanderson, 2020). Dengan adanya perkembangan teknologi informasi dosen dapat memberikan layanan atau memfasilitasi tanpa harus berhadapan langsung dengan peserta didik, Demikian pula peserta didik dapat memperoleh informasi dalam lingkup yang luas dari berbagai sumber melalui ruang maya dengan menggunakan komputer atau internet.

Data diatas menggambarkan begitu pesan penggunaa internet dengan demikian dosen harus menyesuaikan dengan kebutuhan dalam pengembangan pembelajaran yang menggunakan teknologi informasi tanpa menghilangkan aspek sosial untuk mendukung proses pembelajaran.

Pembelajaran merupakan suatu kumpulan peristiwa atau kegiatan yang disajikan dengan terstruktur atau terencana, melalui satu atau lebih media, dengan tujuan agar peserta didik dapat mencapai prilaku yang telah ditetapkan sebelumnya (Heald et al., 2023). Guna mencapai tujuan pendidikan melalui pembelajaran disusunlah metode pembelajaran yang efektif sesuai dengan perkembangan zaman berdasarkan pada kurikulum yang telah ditetapkan.

Metode pembelajaran dengan penggunaan tekonologi media sangat berperan penting merupakan unsur utama dalam pendidikan berkualitas dengan mudah dosen mempersiapkan dan mengembangkan sumber daya manusia (SDM) terutama bagi mahasiswa diharapkan bisa berkolaborasi dalam dunia perkerjaan yang menuntut keahlian khusus. Pembelajaran merupakan suatu upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk menciptakan kondisi sedemikian rupa agar muncul hasrat belajar pada diri pebelajaran. Dalam rangka penciptaan kondisi belajar itulah, dibutuhkan adanya sumber belajar yang dikemas ke dalam media pembelajaran.

Motode pembelajaran yang sudah diatur dalam kurikulum KKNi bahwa “Kurikulum Pendidikan Tinggi sebagaimana dimaksud pada ayat(1) dikembangkan oleh setiap Perguruan Tinggi dengan mengacu pada Standar Nasional Pendidikan Tinggi untuk setiap Program Studi yang mencakup pengembangan kecerdasan intelektual, akhlak mulia, dan keterampilan, sesuai dengan harapan tujuan kurikulum KKNi model pembelajaran yang bisa di terapkan salah satunya yang berkembang saat ini yaitu

*blended learning* yang di maknai pembelajaran bauran/kombinasi.

Menurut Graham *Blended learning (BL), or the integration of face-to-face and online instruction, is widely adopted across higher education with some scholars referring to it as the “new traditional model* (Truss & Anderson, 2023), bahwa *Blended learning (BL)*, atau integrasi tatap muka dan instruksi online secara luas diadopsi di seluruh pendidikan tinggi dengan beberapa menyebutnya sebagai model tradisional baru.

Beberapa ahli mengatakan metode ini merupakan terobosan baru dalam meningkatkan aktivitas mahasiswa, *blended learning* bisa sebagai alternatif metode pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan. *Blended learning* berkembang sebagai solusi untuk konflik yang timbul antara dua metode untuk mendapatkan manfaat dari kedua metode dalam belajar.

Beberapa tahun belakang ini banyak perguruan tinggi untuk mempertimbangkan untuk mengembangkan pembelajaran campuran (*blended learning*) dinilai banyak kemudahan dalam proses pembelajaran (Müller & Mildenerger, 2021). Pembelajaran yang menggunakan *blended learning* yang baik dapat mempengaruhi dan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam pengembangan keilmuan yang mempermudah proses pembelajaran yang aktif waktu dan tempat bukanlah menjadi masalah utama.

Pembelajaran *blended learning* membutuhkan kemandirian belajar */self regulation*. Kemandirian belajar sangat penting dalam aspek belajar yang dapat mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa jika memanfaatkan dengan maksimal sehingga mahasiswa belajar secara aktif. Pembelajaran yang kreatif dan inovatif membuat pembelajaran menjadi efektif mempermudah dosen dan mahasiswa dalam berkomunikasi baik secara tatap muka, online dan offline tanpa menghilangkan aspek sosial dalam menerapkan

metode pembelajaran *blended learning*. Penelitian lain menjelaskan bahwa *note in their research that 75% of students and 72% of teachers were lacking in skills to utilize ICT based learning components due to insufficient skills and experience in computer and internet applications and this may lead to failure in e-learning and blended learning* (Kintu et al., 2019), mencatat dalam penelitian mereka bahwa 75% siswa dan 72% guru kurang memiliki keterampilan untuk memanfaatkan komponen pembelajaran berbasis TIK karena kurangnya keterampilan dan pengalaman dalam aplikasi komputer dan internet dan ini dapat menyebabkan kegagalan dalam e-pembelajaran dan pembelajaran campuran dengan demikian perlu dirancang model pembelajaran berbasis *blended learning* yang mudah di aplikasikan oleh dosen dan dipahami oleh mahasiswa sehingga outcome dari mata kuliah tersebut bisa memiliki keterampilan yang diharapkan.

Aktivitas dalam olahraga terkhusus pada atlet memiliki intensitas yang tinggi untuk mencapai *peak performance* sehingga kerja tubuh melebihi dari normal nya. aktivitas ini membuat tubuh menjadi bugar dan tingkat kelelahan juga tinggi, maka diperlukan program *recovery* untuk mengurangi kelelahan seseorang atlet. Pemulihan (*recovery*) adalah mengembalikan kondisi tubuh menjadi normal siap untuk melakukan aktivitas berikutnya, pemahaman ini sangat penting bagi atlet dan pelatih dalam melakukan program pelatihan untuk mendapatkan hasil atau prestasi yang terbaik (Caron et al., 2021). Pemulihan (*recovery*) ada metode aktif yaitu melakukan aktivitas ringan yang bertujuan untuk pemulihan dan pasif adalah latihan yang tidak melibatkan aktifitas atau istirahat total bertujuan untuk pemulihan (Sánchez et al., 2021).

Teknik *recovery* pasif yang paling banyak dilakukan adalah masase olahraga. Masase telah menjadi semakin populer di kalangan konsumen dan dokter untuk menghilangkan banyak keluhan, dan tersedia secara luas di sebagian besar wilayah

(Rogers et al., 2019). Masase menghasilkan perubahan signifikan secara statistik pada NPRS dan ROM dalam satu sesi pengobatan, masase menjadi pilihan pengobatan yang berguna untuk meningkatkan ROM, dan mengurangi rasa sakit, bahu, lutut, dan pergelangan kaki pada pasien dengan gangguan ortopedi (Sobeck et al., 2019). Terapi masase mengurangi tingkat nyeri, meningkatkan mobilitas tulang belakang lumbar, dan meningkatkan disabilitas dan kualitas hidup pada pasien low back pain dalam jangka pendek (Bellido-Fernández et al., 2021).

Masase telah menjadi tradisi di kalangan pengendara sepeda selama lebih dari 100 tahun (Cinque, 2020). Setiap pertandingan dan team pro sudah memiliki staf khusus sebagai masseur dalam membantu pemulihan atlet. Penerapan masase sesuai dengan penggunaan dapat membantu proses pemulihan dan menghilangkan nyeri dibagian tertentu. pijat telah digunakan untuk seribu tahun di hampir setiap budaya. Telah diklaim dapat mengurangi stres dan meningkatkan penyembuhan, dan memang benar memiliki beberapa manfaat fisiologis, diantaranya (1) meningkatkan pergerakan darah dan nutrisi (sirkulasi), (2) menghangatkan kulit, (3) lebih cepat menghilangkan metabolisme limbah, dan (4) peregangan tendon (Stamford, 2017). *Recovery massage is applying massage techniques performed as soon as possible following an event to reduce muscle tension, soreness and recovery time* (Kaur & Sinha, 2020). Masase adalah penerapan teknik pijat yang dilakukan sesegera mungkin setelah suatu peristiwa untuk mengurangi ketegangan otot, nyeri dan waktu pemulihan.

Tekanan yang tepat dalam masase dapat membantu pemulihan yang maksimal bagi atlet (Hiraiwa et al., 2013). Perlu latihan yang konsisten untuk melatih rasa/feeling dari jari-jari tangan seorang masseur sehingga memiliki efek yang bermanfaat. Dengan banyaknya penelitian yang membahas tentang efek yang bermanfaat setelah di masase,

maka perlu ada nya pengembangan lebih lanjut sebagai ilmu baru dalam dunia pendidikan disesuaikan dengan kurikulum perguruan tinggi. untuk saat sekarang pembelajaran masase olahraga bisa didapatkan pada perkuliahan jurusan olahraga yang kompetensinya di persiapkan mahasiswa memiliki keterampilan sebagai terapis masase olahraga/ maseur.

Mata kuliah massage merupakan salah satu matakuliah keterampilan yang wajib ditempuh mahasiswa PJKR STKIP Bina Mutiara Sukabumi dengan persyaratan lulus mata kuliah anatomi dasar dan fisiologi olahraga dasar. Mata kuliah ini memiliki peran penting dalam proses pemulihan atlet untuk menjaga tubuh tetap bugar sehingga memiliki peran penting dalam dunia olahraga. mata kuliah ini mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan secara praktek dan teori.

Berdasarkan pengamatan dilapangan bahwa dalam pembelajaran mata kuliah masase ang sedang berjalan belum efektif untuk mencapai tujuan yang ditetapkan, hal ini di sebabkan memiliki kelas jauh dibagi menjadi 3 titik lokasi pembelajaran masing-masing memiliki jarak kampus pusat- kampus dua memiliki jarak 64 km (2 jam) dan kampus pusat-kampus tiga memiliki jarak 98 km (4 jam), menyebabkan keterbatasan dalam segi waktu bagi dosen dan mahasiswa sehingga waktu menjadi terbatas dan juga cuaca menjadi mempengaruhi kehadiran mahasiswa.

Survei dilapangan pembelajaran selama ini masih offline/tatap muka belum menggunakan model campuran dengan online terlihat pada rencana pembelajaran (silabus dan RPS), sehingga penggunaan media dalam bahan ajar untuk mahasiswa yang masih terbatas dalam penggunaan teknologi informasi dalam pembelajaran. Diharapkan dengan perkembangan teknologi informasi ini memudahkan situasi apapun

bisa memaksimalkan pembelajaran dengan menggunakan metode *blended learning* dalam pembelajaran masase olahraga.

Penjelasan latar belakang masalah diatas peneliti akan mengembangkan model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning* untuk mahasiswa olahraga, harapannya bisa membantu proses pembelajaran dengan adanya kesulitan dalam segi waktu, jarak dan sumber pembelajaran, sehingga bisa meningkatkan keterampilan mahasiswa.

## **B. Fokus Penelitian**

Fokus penelitian digunakan untuk menghindari adanya pelebaran pokok masalah agar penelitian tersebut lebih terarah dan memudahkan dalam pembahasan sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Fokus masalah dalam penelitian ini adalah pengembangan model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning* untuk meningkatkan keterampilan mahasiswa olahraga.

## **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan batasan penelitian di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah sistematika model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning* untuk meningkatkan keterampilan mahasiswa olahraga?
2. Bagaimanakah kelayakan model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning* untuk meningkatkan keterampilan mahasiswa olahraga?
3. Bagaimanakah efektifitas model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning* untuk meningkatkan keterampilan mahasiswa olahraga ?

## D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan dalam berbagai hal seperti:

### 1. Bagi Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan pembelajaran masase olahraga dan juga meningkatkan motivasi belajar serta menambah ruang dan waktu peserta didik dalam belajar masase olahraga.

### 2. Bagi Dosen Masase Olahraga

Hasil penelitian ini bertujuan agar para pengajar diperguruan tinggi bisa menambah pengetahuan dalam menggunakan teknologi, strategi dan model pembelajaran masase olahraga berbasis *blended learning*.

### 3. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar perguruan tinggi yang memiliki mata kuliah masase olahraga dapat meningkatkan kualitas kelulusan peserta didik yaitu mahasiswa dalam mempersiapkan kelulusan yang kompeten dibidangnya masing-masing khususnya pada masase olahraga.

### 4. Bagi Terapis Olahraga

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar dapat membantu para terapis olahraga untuk mempermudah dalam meningkatkan keterampilan khususnya pada terapis pemula.

### 5. Bagi Instansi Keolahragaan

Hasil dari penelitian ini bertujuan agar instansi keolahragaan seperti Koni, Kemenpora, dan lainnya dapat menyiapkan terapis olahraga yang kompeten dan matang dalam keterampilan masase olahraga untuk event nasional maupun internasional.

6. Bagi Peneliti Hasil penelitian ini bertujuan agar peneliti dapat menambah pengetahuan diri dalam mempersiapkan profesi sebagai pengajar dan juga sebagai refleksi diri bagi peneliti dan teman sejawat yang terlibat untuk mengembangkan model-model pembelajaran yang lainnya.

#### ***D. State of the art***

State of the art merupakan langkah awal untuk menunjukkan hasil kebaruan dalam penelitian (research Novelty). Pada penelitian ini *state of the art* berawal dari kemajuan dalam pendidikan yang semakin berkembang sangat cepat hal ini dipengaruhi oleh teknologi dalam penyampaian informasi sehingga memudahkan pendidik dalam pembuatan bahan ajar.

Berdasarkan eksplorasi peneliti, ditemukan beberapa hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini yang nantinya akan menjadi acuan *state of the art* dalam penelitian yang akan dikembangkan. *State of the art* adalah fokusnya pada apa yang paling terbaru dari sebuah teori yang ada. Biasanya di jurnal-jurnal akan ditemukan *state of the art* dari sebuah ilmu pengetahuan yang paling terbaru. Berikut adalah tabel penelusuran peneliti terkait studi literature untuk menentukan *state of the art*:

**Tabel 1. 1. State Of the Art**

Nama Peneliti & Tahun	Hasil Penelitian
(Ningsih, Yunika , et al., 2017)	Peningkatan hasil belajar menggunakan <i>Blended learning</i> lebih tinggi dari pada yang tidak menggunakan <i>blended learning</i> .
(Banggur et al., 2018)	Pengembangan pembelajaran berbasis <i>blended learning</i> pada mata pelajaran etimologi multimedia baik dan layak digunakan dengan platform edmodo.

(Kristiono et al., 2019)	Menghasilkan bahan ajar yang dikemas dalam aplikasi autoplay media studio 8.5 yang dapat dioperasikan pada PC atau laptop.
(Iskandar & Yulanto, 2020)	Menghasilkan <i>E-modul</i> sebagai bahan ajar mahasiswa .
(Rusdiana et al., 2020)	Hasil kajian menunjukkan bahwa penerapan model POE2WE berbasis Blended Learning dengan media Google Classroom dapat dimanfaatkan sebagai solusi masalah dalam proses Pembelajaran Masa WFH Pandemic Covid-19.
(Ds et al., 2021)	Menghasil kolaborasi dalam pembelajaran : <i>This is a five-component blended learning strategy referred to as Discover, Learn, Practice, Collaborate and Assess (DLPCA)</i>
(Wiktorsson Moller et al., 2019)	Massage bisa digunakan sebagai salah satu metode warming up untuk meningkatkan fleksibilitas pada ekstremitas bawah/atas.
(Kargarfard et al., 2020)	Massage secara umum menunjukkan tingkat pemulihan yang lebih baik. Dengan demikian, sesi pijat pasca latihan dapat meningkatkan kinerja latihan dan tingkat pemulihan latihan intensif.
(Delextrat et al., 2020)	Massage dapat meningkatkan pemulihan setelah pertandingan.
(Heidari et al., 2021)	Massage dapat dianggap sebagai pengobatan komplementer dan alternatif pada penderita multiple sclerosis (MS) yang menimbulkan gangguan pada penglihatan dan gerakan tubuh.
(Kumar et al., 2018)	Teknik massage dapat diterapkan pada nyeri punggung bawah (low back pain)

Deskripsi diatas tergambar bahwa metode dalam pembelajaran sangat penting, dalam mata kuliah masase ini tersaji materi secara teoritik dan praktikal. Mata kuliah ini tidak hanya membahas teori tetapi mahasiswa juga harus mampu melakukan praktikal, sesuai yang di jabarkan. Masase merupakan metode yang digunakan sebagai salah satu pemulihan bagi atlet/olahragawan. Masase memiliki efek yang baik bagi tubuh seseorang jika mengalami kelelahan atau nyeri pada bagian tertentu. Untuk itu mahasiswa olahraga harus memiliki kemampuan keterampilan dalam bidang masase, sehingga bisa digunakan kelak nanti dalam mengisi ketenagaan olahraga sebagai masseur.

Dalam temuan *state of the art* peneliti menemukan pengembangan dalam pembelajaran masase ini dengan mengikuti perkembangan teknologi informasi yang makin berkembang setiap hari , peneliti merasa perlu adanya kombinasi pembelajaran tatap muka (offline) dengan online yang dikenal dengan istilah *blended learning*. sehingga jarak, waktu, sumber dan bahan ajar yang selama ini menjadi kendala bisa diatasi dengan metode pembelajaran berbasis *blended learning* bertujuan agar mahasiswa bisa maksimal dalam proses belajar. Desain dalam penelitian ini dikombinasi antara online (30%) dan offline (70%) (Nazarenko, 2019). Berdasarkan teori ini Peneliti mendesain pembelajaran dari 16 x pertemuan, online (30% / 5x pertemuan ) dan offline (70% / 11 x pertemuan ) melakukan praktikal, karena ciri khas mata kuliah ini banyak praktikal. Mata kuliah ini, kompetensi yang diharapkan pengetahuan dan keterampilan praktek yang di evaluasi dari ujian tengah semester dan ujian semester.

### E. Road Map Penelitian

Road map dalam bahasa Indonesia disebut peta jalan, dalam konteks penelitian. *Road map* penelitian atau peta jalan penelitian memiliki tiga komponen penting yang harus saling terkait satu dengan yang lainnya. Ketiga komponen tersebut adalah : 1) aktivitas penelitian yang telah dilakukan, 2) aktivitas penelitian yang pada periode ini dilakukan dan 3) aktivitas penelitian periode berikutnya yang akan menuntun seorang penelitian mencapai tujuan akhirnya.

Dengan demikian jelas bahwa peta jalan dapat memperlihatkan keterkaitan antara aktivitas penelitian yang telah, sedang dan akan dilakukan oleh seorang peneliti. Berikut adalah *road map* dari penelitian yang di rencanakan yang dapat di ilustrasikan melalui gambar berikut :



Gambar 1. 1. Road map penelitian