



Tingkat Kecemasan Peserta Didik Dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK Secara Tatap Muka Terbatas Pada Masa Pandemi Covid – 19 Di SMPN 6 Kota Bengkulu

The Anxiety Level of Students in Participating in Face-to-Face Physical Education Study Learning is Limited During the Covid-19 Pandemic Period at SMPN 6 Bengkulu City

Bader Adrean¹, Yarmani², Yahya Eko Nopiyanto³.
^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Bengkulu
Jalan W.R. Supratman, Bengkulu, 38371, Indonesia

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas pada masa pandemi Covid -19 di SMPN 6 Kota Bengkulu. Pada penelitian ini peneliti meneliti tentang kecemasan pada peserta didik ini yaitu dengan menggunakan metode kualitatif. Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu yang dipilih secara prestasi akademik peringkat 3 besar di kelas yang berjumlah 36 peserta didik. Instrumen atau alat dalam penelitian ini adalah observasi, angket, dan wawancara. Melalui *instrument* dan teknik pengolahan data tersebut peneliti juga menggunakan rumus penentuan kategori dari tingkat kecemasan. Hasil dari observasi pada penelitian ini dari 36 peserta didik yang diobservasi berdasarkan empat indikator yang menjadi acuan adalah dari empat indikator tersebut 13 peserta didik atau 36% mengalami gelisah serta hasil dari angket Pada pertanyaan positif dari 36 peserta didik 22 peserta didik atau 62% mengalami tingkat kecemasan sedang, sedangkan pada pertanyaan angket yang negatif dari 36 peserta didik 21 peserta didik atau 58% mengalami tingkat kecemasan pada kategori ringan.

Kata Kunci: Kecemasan, Pandemi Covid -19, Pembelajaran PJOK

ABSTRACT

This study aims to determine the level of anxiety of students in participating in limited face-to-face PJOK learning during the Covid -19 pandemic at SMPN 6 Bengkulu City. In this study, researchers examined the anxiety of these students by using qualitative methods. The subjects in this study were all students at SMPN 6 Bengkulu City who were selected by academic achievement in the top 3 ranks in a class of 36 students. Instruments or tools in this study are observations, questionnaires and interview, this data processing technique uses data triangulation techniques consisting of the three instruments. Through these instruments and data processing techniques, the researchers also used the formula for determining the category of anxiety levels. The results of the observations in this study of 36 students who were observed based on the four indicators that became the reference were from these four indicators 13 students or 36% experienced anxiety and the results of the questionnaire positive quest.

Keywords: Anxiety, Covid -19 Pandemic, Physical Education Study Learning,

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 (*corona virus disease-19*), adalah penyakit infeksi yang disebabkan oleh corona virus jenis baru yang ditemukan pada tahun 2019 yang selanjutnya disebut *Sars –Cov2 (severe acute respiratory syndrome corona virus)*. Virus ini berukuran sangat kecil (120 – 160 nm) yang utamanya menginfeksi hewan termasuk diantaranya adalah kelawar dan unta. Saat ini penyebaran dari manusia sudah menjadi sumber penularan utama sehingga penyebaran virus ini terjadi sangat agresif. Penularan penyakit ini terjadi dari pasien covid -19 melalui *droplet* yang keluar saat batuk dan bersin (Han Y, 2020). Covid–19 ini merupakan virus kecil yang tidak bisa dilihat dengan langsung harus menggunakan alat - alat medis. Virus ini sekarang menjadi masalah serius yang tengah dihadapi pemerintah dalam berbagai bidang khususnya bagi dunia pendidikan, dalam dunia pendidikan proses pembelajaran yang selama ini berlangsung secara tatap muka berubah menjadi pembelajaran secara daring atau dalam jaringan.

Pembelajaran daring ini merupakan pembelajaran yang dilaksanakan dengan memanfaatkan sebuah teknologi dan internet serta memberikan materi, tugas - tugas yang dikirim melalui aplikasi sosial media. Pembelajaran daring ini harus direncanakan, dilaksanakan, dan dievaluasi seperti halnya dengan pembelajaran yang dilaksanakan di kelas. Menurut (Fitriyani et al., 2020) Pembelajaran daring adalah pembelajaran yang dilaksanakan tanpa melakukan tatap muka seperti pembelajaran di kelas namun, pembelajaran daring ini adalah proses belajar mengajar jarak jauh yang memanfaatkan teknologi dan internet.

Pembelajaran di sekolah saat ini, telah beralih lagi yang semula pembelajaran dilakukan secara daring namun sekarang mulai menerapkan kembali pembelajaran tatap muka di sekolah dengan jumlah yang terbatas berdasarkan Surat Edaran Nomor 420/1383/Disdik/KK/2021 tanggal 9 Agustus 2021 tentang penerapan pembelajaran tatap muka terbatas di sekolah yang hanya dapat diikuti oleh 50 persen jumlah peserta didik di kelas, dan pembelajaran menerapkan jaga jarak antar peserta didik. Dengan adanya surat edaran tersebut pembelajaran tatap muka kembali dilakukan meskipun masih dalam kondisi pandemi covid – 19 saat ini harus mematuhi protokol kesehatan yaitu: mencuci tangan, memakai masker, dan jaga jarak sebelum proses pembelajaran dimulai. (Anggrawan, 2019)

Pembelajaran tatap muka adalah pembelajaran kelas yang terjadi di kelas dan mengandalkan kehadiran guru sebagai pengajar untuk mengajar dan peserta didik yang terlibat langsung dalam komunikasi secara langsung atau spontan pada lingkungan fisik. Proses belajar akan terjadi karena adanya interaksi antara seorang guru dengan lingkungannya. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja dan dimana saja. (Septian Raibowo, 2020)

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa pembelajaran tatap muka adalah proses pembelajaran yang dilakukan secara langsung dan adanya komunikasi antara guru dengan peserta didik serta peserta didik dengan peserta didik, pada saat pembelajaran berlangsung. Pada dasarnya pembelajaran merupakan dua kegiatan yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain dengan yang lain, dua kegiatan tersebut yakni belajar dan mengajar. Belajar menunjuk pada suatu kegiatan perubahan sikap dan tingkah laku seseorang setelah terjadi interaksi dengan sumber belajar. Sedangkan mengajar mengacu pada kegiatan penciptaan situasi yang baik untuk merangsang peserta didik saat proses pembelajaran.

Melalui pembelajaran tatap muka yang dilakukan pada masa pandemi covid -19 saat ini, akan muncul kecemasan atau rasa khawatir pada peserta didik terhadap penularan virus covid. Penularannya bisa terjadi pada saat peserta didik berkomunikasi dengan peserta didik lainnya atau pada saat menggunakan sarana dan prasarana yang ada di sekolah serta pada saat siswa tersebut pulang kerumah. Kecemasan adalah rasa kekhawatiran yang tidak jelas pada diri seseorang yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik, Berdasarkan pernyataan tersebut kecemasan adalah rasa takut atau kekhawatiran seseorang terhadap sesuatu objek yang objektif. Kecemasan yang dialami siswa pada saat pembelajaran tatap muka yaitu virus Covid-19, khususnya mata pelajaran PJOK yang kegiatan pembelajarannya berada di lapangan atau luar kelas.

Pendidikan jasmani atau PJOK yang pembelajarannya memberikan perhatian terhadap kompetisi gerak dan praktek yang proses pembelajarannya di lapangan serta pendidikan jasmani merupakan salah satu pendidikan olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa yaitu dengan

melalui proses pembelajaran PJOK di sekolah. Pendidikan Jasmani menurut (Rosdiani et al., 2017) “Pendidikan Jasmani adalah proses pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas fisik yang dilakukan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan individu secara organik, neumuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. Berdasarkan penjelasan tersebut, pendidikan jasmani merupakan suatu aktivitas jasmani yang sistem pembelajarannya direncanakan secara sistematis dengan tujuan agar bisa mengembangkan dan untuk meningkatkan kemampuan peserta didik. Melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis dalam proses pembelajaran maka dapat memberikan keterampilan bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi yang ada dalam diri peserta didik.

Kecemasan tersebut dapat mengganggu kondisi fisik atau kondisi psikologis peserta didik dan mempengaruhi konsentrasi peserta didik pada saat, pembelajaran berlangsung serta juga pembelajaran menjadi tidak menyenangkan bagi peserta didik (Nopiyanto et al., 2022). Kecemasan adalah bentuk penyakit mental yang paling umum yang sering terjadi (Lipschitz et al., 2019). Berdasarkan observasi kecemasan yang dialami peserta didik yaitu, Peserta didik merasa takut untuk berkomunikasi antara peserta didik satu dengan peserta didik yang lain, peserta didik merasa takut atau khawatir pada saat proses pembelajaran di lapangan, peserta didik merasa takut pada saat menggunakan sarana dan parasarana olahraga, peserta didik merasa takut pada saat pergi dan pulang dari sekolah, kecemasan tersebut terjadi karena siswa merasa takut tertular virus covid – 19.

METODE

Berdasarkan pokok masalah yang akan diteliti, penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Menurut (Sugiyono 2015 : 15) metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang berdasarkan pada filsafat *Postpositivisme*, yang digunakan untuk meneliti objek yang alamiah (sebagai lawanya adalah *eksperimen*) dimana peneliti adalah sebagai alat kunci, pengambilan sampel sumber data.

Adapun subjek dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah seluruh peserta didik SMPN 6 Kota Bengkulu dari kelas VII, VIII, dan IX, yang kelas.

yang akan dipilih secara *purposive sampling* berdasarkan tiga ketentuan yaitu rangking 3 besar, dan bersedia menjadi subjek penelitian pada peserta didik. Jadi setiap kelas yang terdiri dari 4 kelas yang nanti akan diambil 3 peserta didik maka jumlah keseluruhan yang akan menjadi subjek penelitian adalah 36 peserta didik. Sedangkan objek dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan yang ada pada peserta didik pada saat mengikuti proses pembelajaran PJOK secara tatap muka pada masa pandemi covid -19 saat ini.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber, dan berbagai cara. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa pengamatan (Observasi), Kuisisioner (Angket) dan wawancara. Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam sebuah penelitian (Nopiyanto & Pujiyanto, 2021). Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan observasi, angket, dan wawancara.

Teknik analisis data dalam penelitian ini yakni menggunakan teknik triangulasi data, Triangulasi merupakan sebuah pendekatan multi-metode yang dilakukan oleh seorang peneliti pada saat peneliti tersebut mengumpulkan serta menganalisis data.

RUMUS

Rumus Penentuan Kriteria

Penulis dalam membuat kriteria berdasarkan rerata dan standar deviasi ideal untuk mengetahui suatu karakteristik tingkat kecemasan peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas yang dilakukan pada masa pandemi Covid-19 di SMPN 6 Kota Bengkulu. Untuk menentukan bagaimana karakteristik tingkat kecemasan peserta didik maka data yang didapat nanti akan dihitung dan dikategorisasikan dengan rumus sebagai berikut:

$$Mi = \frac{(ST + SR)}{2} \qquad SDi = \frac{(ST - SR)}{6}$$

Keterangan :

Mi	:Mean ideal	ST	:Skor tertinggi
SDi	:Standar deviasi ideal	SR	:Skor terendah

HASIL

Data hasil observasi pada tahap observasi ini adalah tahap awal seorang peneliti sebelum memutuskan untuk mencari informasi dengan melakukan observasi atau pengamatan secara langsung di lapangan, dengan adanya observasi ini membuat peneliti lebih mengetahui objek, kondisi bagaimana peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas pada masa pandemi covid -19 di SMPN 6 Kota Bengkulu.

Tabel 1 Data Hasil Observasi

No	Indikator	Frekuensi	Persentase
1.	Takut	13	33%
2.	Gelisah	12	36%
3.	Sulit Konsentrasi	6	17%
4.	Gugup	5	14%
	Jumlah	36	100%

Dari tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 36 peserta didik sebanyak 13 peserta didik merasa takut dengan persentase 33%, 12 peserta didik merasa gelisah dengan persentase 36%, 6 peserta didik merasa sulit konsentrasi dengan persentase 17% dan 5 peserta didik merasa gugup dengan persentase 14%.

Setelah dilakukan observasi dengan hasil tersebut yang peneliti juga melakukan penyebaran angket kepada peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu ini, dengan hasil pada tabel 2 berikut

Tabel 2. Data Hasil Angket Pertanyaan Positif Kelas VII – IX SMPN 6 Kota Bengkulu

No	Persentase	Kategori	Frekuensi	%
1.	83 – 99	Sangat Berat	0	0%
2.	83 – 67	Berat	1	2%
3.	67 – 57	Sedang	22	62%
4	57 – 37	Ringan	13	36%
5.	37 – 21	Sangat Ringan	0	0%
	Jumlah		36	100%

Dari tabel 2 tersebut menunjukkan bahwa dari 36 peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu yang dipilih berdasarkan ketentuan yang telah ditentukan maka, hasil dari pengisian angket ini adalah 1 peserta didik atau 2% mengalami tingkat

kecemasan yang ada pada kategori berat dan 22 peserta didik atau 62% mengalami tingkat kecemasan yang ada pada kategori sedang serta 13 peserta didik atau 36% mengalami tingkat kecemasan ringan.

Tabel 3. Data Hasil Angket Pertanyaan Negatif Kelas VII – IX SMPN 6 Kota Bengkulu

No	Persentase	Kategori	Frekuensi	%
1.	83 – 99	Sangat Berat	0	0%
2.	83 – 67	Berat	0	0%
3.	67 – 57	Sedang	4	12%
4	57 – 37	Ringan	21	58%
5	37 – 21	Sangat Ringan	11	30%
	Jumlah		36	100%

Dari tabel tersebut menunjukkan bahwa dari 36 peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu yang dipilih berdasarkan ketentuan yang telah ditentukan maka, hasil dari pengisian angket ini adalah 4 peserta didik atau 12 % mengalami tingkat kecemasan yang ada pada kategori sedang dan 21 peserta didik atau 58 % mengalami tingkat kecemasan yang ada pada kategori ringan serta 11 peserta didik atau 30% mengalami tingkat kecemasan sangat ringan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dari 36 peserta didik sebanyak 21 peserta didik atau 58 % berada pada kategori rendah berdasarkan rumus penentuan kriteria.

Setelah melakukan penyebaran angket pada peserta didik peneliti juga melakukan wawancara kepada peserta didik atau narasumber yang dipilih dari perwakilan kelas VII, VIII, dan IX yaitu diambil dari 36 peserta didik yang telah melakukan pengisian angket dan dari persentase ringan dari angka 37 – 57 diambil 2 peserta didik serta dari angka persentase sangat ringan 21 – 37 untuk diwawancarai dengan hasil pada tabel 4 transkrip wawancara.

Tabel 4. Transkrip Wawancara Narasumber 1

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah anda merasa senang pada saat pembelajaran PJOK dimasa Pandemi Covid -19 saat ini berikan alasanya ?	Ya , Karena pada masa pandemi Covid -19 saat ini kita harus sering olahraga supaya tubuh kita jadi kuat
2	Dengan adanya virus Covid-19 saat ini apakah anda tidak takut tertular virus Covid-19 ini berikan alasanya ?	Takut karena virus covid -19 ini mudah menular pada siapa saja dan dimana saja.
3	Apakah anda merasa takut untuk berkomunikasi dengan peserta didik pada masa pandemi covid -19 selama pembelajaran PJOK berikan alasanya ?	Ya ada rasa takut untuk berkomunikasi dengan teman pada masa pandemi Covid ini karena virus ini juga bisa menular saat berkomunikasi.
4	Apakah anda merasa takut saat menggunakan alat-alat olahraga pada masa pandemi saat ini berikan alasannya ?	Ya,karena menggunakan alat-alat olahraga secara bersama-sama bisa membuat kita tertular virus Covid.
5	Apakah anda merasa khawatir saat pembelajaran PJOK di lapangan atau diluar kelas selama masa pandemi covid berikan alasanya ?	Ya karena selama berada di luar ruangan beresiko lebih mudah terkena virus corona.
6	Selama proses pembelajaran PJOK apakah anda mcerasa sulit konsentrasi karena adanya virus Covid -19 berikan alasanya ?	Ya karena saya khawatir dengan keadaan seperti ini saya jadi susah konsentrasi saat pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan tabel 4 hasil dari transkrip 1 wawancara di atas, dalam proses pembelajaran PJOK yang dilakukan pada masa pandemi Covid- 19 ini dari hasil jawaban yang di berikan oleh peserta didik yang berinisial (RF) kelas VIII ini menyatakan bahwa ia merasa takut dan khawatir pada virus covid -19 pada saat pembelajaran tatap muka pada pembelajaran PJOK.

Tabel 5. Transkrip Wawancara Narasumber 2

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Apakah anda merasa senang pada saat pembelajaran PJOK dimasa Pandemi Covid -19 saat ini berikan alasannya ?	Kurang senang karena pada masa Covid ini pembelajaran PJOK menjadi tidak nyaman
2	Dengan adanya virus Covid-19 saat ini apakah anda tidak takut tertular virus Covid-19 ini berikan alasannya ?	Takut , karena virus ini sangat berbahaya dan cepat menular
3	Apakah anda merasa takut untuk berkomunikasi dengan peserta didik pada masa pandemi covid -19 selama pembelajaran PJOK berikan alasannya ?	Takut , karena seperti yang kita ketahui bahwa virus ini bisa menular melalui udara karena hal itulah membuat saya tidak berkomunikasi dengan teman sekitar
4	Apakah anda merasa takut saat menggunakan alat-alat olahraga pada masa pandemi saat ini berikan alasannya ?	Ya tentu takut, karena alat olahraga dipakai dengan banyak orang secara bergantian, saya sangat mengkhawatirkan orang yang memakai alat sebelum saya tidak menjaga kebersihan tangannya sehingga virus itu bisa saja tertular kepada saya.
5	Apakah anda merasa khawatir saat pembelajaran PJOK di lapangan atau diluar kelas selama masa pandemi covid berikan alasannya ?	Ya saya merasa takut, karena berada di luar kelas menyebabkan teman berkumpul sehingga bisa saja virus itu menyebar di lapangan olahraga
6	Selama proses pembelajaran PJOK apakah anda merasa sulit konsentrasi karena adanya virus Covid -19 berikan alasannya ?	Tentu saja sulit konsentrasi karna fokus yang terbagi antara teman – teman dan guru

Pada tabel transkrip wawancara yang ke-2 ini dapat disimpulkan bahwa dalam proses pembelajaran khususnya pembelajaran PJOK ini dari pernyataan peserta didik yang berinisial (RA) kelas IX ini ia menyatakan hal yang sama dengan narasumber yang sebelumnya ia juga merasa takut dan khawatir jika pembelajaran PJOK ini dilakukan secara tatap muka pada masa pandemi Covid - 19 saat ini.

PEMBAHASAN

Kecemasan yang terjadi pada peserta didik ini berdasarkan hasil penelitian yang menggunakan teknik triangulasi data yakni melalui *instrument* penelitian yang terdiri dari observasi, angket, dan wawancara. Hasil dari ketiga *instrument* tersebut menunjukkan bahwa adanya kecemasan pada peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu saat mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas pada masa pandemi Covid -19. Kecemasan yang dialami oleh peserta didik ini

sangat berpengaruh dalam pembelajaran, Menurut (Özen, 2020) Kecemasan merupakan suatu reaksi yang menampilkan dalam diri pada seseorang terhadap sebuah tekanan emosional atau fisik. Kecemasan yang terjadi pada peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu ini berdasarkan jenis kecemasannya yakni termasuk jenis kecemasan *State anxiety* yang mana kecemasan dapat dianggap sebagai salah satu perasaan yang ada pada manusia, kita semua memiliki sedikit kecemasan pada situasi tertentu yang dianggap bahaya.

Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa jika peserta didik merasakan adanya suatu tekanan atau rasa tidak nyaman terhadap suatu keadaan maka pembelajaran yang seharusnya menyenangkan menjadi sesuatu yang menengangkan karena situasi pandemi Covid -19. Peneliti melalui observasi pada peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu yang berdasarkan empat indikator yakni takut, gelisah, sulit konsentrasi, dan gugup yang menjadi acuan untuk melihat adanya tingkat kecemasan pada peserta didik saat mengikuti pembelajaran PJOK. Dari empat indikator tersebut 36 peserta didik yang diobservasi dalam penelitian ini yang merasa takut adalah 12 peserta didik atau 33 % berada pada indikator takut, pada indikator gelisah ada 13 peserta didik atau jika di persenkan menjadi 36%, dan pada indikator sulit konsentrasi 6 peserta didik jika dipersenkan menjadi 17 % serta pada indikator gugup 5 peserta didik yang jika dipersenkan menjadi 13 % .

Melalui empat indikator tersebut pada saat melakukan observasi melalui pembelajaran PJOK dari 36 peserta didik yang dipilih menjadi subjek dalam penelitian ini peneliti melihat adanya kecemasan pada peserta didik. Hal tersebut sesuai juga dengan hasil angket pada pertanyaan positif yang mana peserta didik dari 36 peserta didik yang dipilih yakni 1 peserta didik berada pada kategori berat yang jika dipersenkan menjadi 2% dan 22 peserta didik atau jika dipersenkan menjadi 62% berada pada kategori sedang, dan 13 peserta didik atau 36% berada pada kategori ringan sedangkan pada pertanyaan angket yang negatif 4 peserta didik atau 12% mengalami tingkat kecemasan pada kategori sedang, 21 peserta didik atau 58% mengalami tingkat kecemasan pada kategori ringan, dan 11 peserta didik atau 30% mengalami tingkat kecemasan pada kategori sangat ringan.

Pada penentuan kategori kecemasan ini peneliti menggunakan rumus

penentuna kriteria untuk mengetahui kriteria atau kategori dari pengisian angket. Setelah mengetahui hasil dari observasi dan angket ternyata hasil dari wawancara juga menunjukkan bahwa adanya kecemasan dari jawaban peserta didik yang berinisial (RF) kelas VIII dan wawancara ini dilakukan pada 2 April 2020 peserta didik berinisial (RF) ini menyatakan bahwa “saya khawatir jika selama berada di luar ruangan karena beresiko lebih mudah untuk terkena virus corona”. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya tingkat kecemasan pada peserta didik terhadap virus Covid -19 ini, serta peserta didik berinisial (RA) kelas IX yang wawancaranya dilakukan pada 5 April 2022 ini juga menyatakan bahwa” saya Takut , karena seperti yang kita ketahui bahwa virus ini bisa menular melalui udara karena hal itulah membuat saya tidak berkomunikasi dengan teman sekitar”.

Berdasarkan penjabaran di atas, pada penelitian ini yang menggunakan tiga *instrument* untuk mengukur tingkat kecemasan melalui obsevasi, angket, dan wawnacara yang mana dari hasil dari ketiga *instrument* tersebut menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang terjadi pada peserta didik di SMPN 6 Kota Bengkulu ini berada pada kategori rendah. Hasil dari penelitian ini sesuai juga dengan penelitian yang relevan oleh Putra Nova Dkk pada tahun 2021 juga meneliti tentang Tingkat Kecemasan Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Telagasari dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Menghadapi Pertemuan Tatap Muka di Sekolah Pada Masa Pandemi Covid 19.

KESIMPULAN

Simpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai tingkat kecemasan peserta didik saat mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas di SMPN 6 Kota Bengkulu pada masa pandemi Covid - 19 adalah kecemasan yang terjadi pada peserta didik yang ada di SMPN 6 Kota Bengkulu ini berdasarkan hasil observasi, angket dan wawancara yang menjadi *instrument* atau alat dalam penelitian ini serta teknik triangulasi data, maka tingkat kecemasan yang terjadi pada peserta didik saat mengikuti pembelajaran PJOK secara tatap muka terbatas di SMPN 6 Kota Bengkulu ini berada pada kategori ringan.

REFERENSI

- Anggrawan, A. (2019). Analisis Deskriptif Hasil Belajar Pembelajaran Tatap Muka dan Pembelajaran Online Menurut Gaya Belajar Mahasiswa. *MATRIK : Jurnal Manajemen, Teknik Informatika Dan Rekayasa Komputer*, 18(2), 339–346. <https://doi.org/10.30812/matrik.v18i2.411>
- Fitriyani, Y., Fauzi, I., & Sari, M. Z. (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Profesi Pendidikan Dasar*, 7(1), 121–132. <https://doi.org/10.23917/ppd.v7i1.10973>
- Han, Y. (2020). Mental Health and Psychosocial Problems of Medical Health Workers during the COVID-19 Epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89(4), 242–250. <https://doi.org/10.1159/000507639>
- Lipschitz, J., Hogan, T. P., Bauer, M. S., & Mohr, D. C. (2019). Closing the research-to-practice gap in digital psychiatry: The need to integrate implementation science. *Journal International of Clinical Psychiatry*, 80(3), 10–12. <https://doi.org/10.4088/JCP.18com12659>
- Nopiyanto, Y. E., & Pujiyanto, D. (2021). *Buku Ajar Penelitian Penjas dan Olahraga*. Bengkulu: UNIB Press.
- Nopiyanto, Y. E., Pujiyanto, D., & Ibrahim, I. (2022). Kondisi Psikologis Siswa Dalam Mengikuti Pembelajaran Penjas Pada Kelas Tatap Muka Terbatas. *Sporta Sainatika*, 7(1), 60–69. <https://doi.org/10.24036/sporta.v7i1.209>
- Özen, G. (2020). the Effect of Recreational Activities on Trait and State Anxiety Levels. *International Journal of Research -GRANTHAALAYAH*, 5(12), 45–52. <https://doi.org/10.29121/granthaalayah.v5.i12.2017.472>
- Rosdiani, D., Dlis, F., & Mulyana, M. (2017). the Outcomes of Round Off Artistic Gymnastics Learning Skill. *Jipes - Journal of Indonesian Physical Education and Sport*, 3(2), 44–56. <https://doi.org/10.21009/jipes.032.04>
- Septian Raibowo, & Yahya Eko Nopiyanto. (2020). Proses Belajar Mengajar Pjok Di Masa Pandemi Covid-19. *STAND : Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 112–119. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i2.2774>