



Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pola Hidup Sehat Berbasis Android Kelas VII

Arisman¹, Suhadi², Amat Komari³, Rani Zahra⁴, Purwanto⁵

^{1,4} Universitas Rokania, Riau, Indonesia

^{2,3} Universitas Negeri Yogyakarta, D.I Yogyakarta, Indonesia

⁵ Univeritas Riau, Riau, Indonesia

Jl. Raya Pasir Pengaraian, Km 15 Langkitin, Rambah Samo, Rokan Hulu, Riau, Indonesia

Email: arisman.rohul@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah menghasilkan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berbasis android. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan. Pengembangan produk ini menggunakan model ASSURE. Subjek penelitian ini adalah siswa sekolah menengah pertama. Uji coba skala kecil dilakukan terhadap 25 siswa SMP N 3 berbah. Uji coba skala besar dilakukan terhadap 60 siswa SMP BIAS Giwangan Yogyakarta dan SMP BIAS Kaliurang Yogyakarta. Instrument pengumpulan data yang digunakan yaitu melakukan wawancara, dan observasi pembelajaran. Teknik analisis data yang dilakukan yaitu analisis deskriptif kuantitatif dan analisis deskriptif kualitatif. Hasil penelitian ini berupa aplikasi pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat yang berisikan fasilitas di android yaitu, tulisan, gambar, animasi, materi, evaluasi dan kuis. Dari hasil penilaian validasi ahli dan guru, dapat ditarik kesimpulan bahwa aplikasi android yang disusun sesuai dengan kebutuhan siswa dan guru.

Kata Kunci: Pengembangan media, Pendidikan jasmani, Android, Pola hidup sehat

PENDAHULUAN

Pendidikan dalam suatu bangsa menjadi ujung tombaknya peradaban, serta untuk menjalin kelangsungan antar bangsa dan negara, karena pendidikan merupakan wadah untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan dianggap sebagai bentuk investasi yang sangat penting bagi suatu bangsa, karena melalui pendidikan, individu memperoleh pengetahuan fundamental yang menjadi dasar dalam menentukan masa depan serta merupakan upaya untuk mewujudkan tujuan pembelajaran (Bahtiarrohman et al., 2025) . Pendidikan adalah suatu proses yang dilakukan secara sadar dan terencana guna menciptakan lingkungan belajar yang mendukung peserta didik dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya, sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Siregar et al., 2025). Tanpa pendidikan manusia tidak akan berkembang dan berkebudayaan. Pendidikan sangat penting dalam-meningkatkan

kualitas sumber daya manusia. Pendidikan dan ilmu pengetahuan yang berkualitas menjadi barometer pembentukan karakter dan juga hal yang sangat penting untuk menghadapi situasi masa depan (Hermanto, 2020). Dunia pendidikan mengajarkan ilmu pendidikan diantaranya ilmu alam, teknologi, sosial, kebudayaan, termasuk di dalamnya pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang diajarkan di sekolah menengah pertama. Kebugaran jasmani mencakup beberapa elemen, seperti kekuatan otot, daya tahan, kelincahan, keseimbangan, dan fleksibilitas (Jahrir & Aziz, 2024). Materi yang diajarkan diantaranya yaitu pola hidup sehat. Septianto (et al., 2020) Pola hidup sehat yaitu memelihara kebersihan, makanan yang sehat, hidup yang teratur, meningkatkan daya tahan tubuh dan kesamaptaaan jasmani, menghindari terjadinya penyakit, meningkatkan taraf kecerdasan dan kerohanian sangatlah penting untuk meraih kebahagiaan hidup. Pendidikan adalah suatu upaya untuk menyadarkan siswa akan hidup sehat seperti menjaga kebersihan, mengatur pola makan, dan berolahraga. Dengan adanya pendidikan kesehatan tentang pola hidup sehat diharapkan siswa dapat memahami dan menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. (Hidup et al., 2018) Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola hidup sehat kelas VII SMP Negeri 1 Berbah Sleman Yogyakarta dengan kategori “sangat baik” sebesar 5,47% (7siswa), “baik” sebesar 34,38% (44 siswa), “cukup” sebesar 24,22% (31 siswa), “kurang” sebesar 29,69% (38 siswa) dan “sangat kurang” sebesar 6,25% (8 siswa).

Mencapai tujuan pendidikan perlu adanya upaya yang dilakukan oleh guru, mulai dari memperhatikan proses pembelajaran yang diselenggarakan, penilaian yang dilakukan, materi yang disampaikan, serta alat atau media yang digunakan untuk membantu proses pelaksanaan pembelajaran.

Menurut Maritsa (et al., 2021) menyatakan penguasaan teknologi merupakan salah satu kriteria yang telah seharusnya dimiliki oleh seorang tenaga pendidik setelah membaca, menulis dan berhitung. Teknologi olahraga adalah studi dan penggunaan teknologi presisi modern dalam olahraga (Bafadal et al., 2025). Teknologi telah banyak menciptakan terobosan-terobosan terbaru khususnya dalam dunia pendidikan. Ditengah perkembangannya tersebut siswa dan guru selalu bersinggungan dengan perangkat teknologi seluler. Kata internet sudah tidak asing lagi di kalangan siswa-siswi sekolah menengah jaman sekarang. (Pradana, 2020) Hasil dari penelitian menunjukan bahwa siswa menggunakan smarphone masih sangat lama dalam waktu 7 sampi 28 jam dan

seminggu. Media pembelajaran berbasis Android merupakan bentuk inovasi digital yang sangat relevan dalam mendukung proses pembelajaran abad ke-21. Kebaruan (novelty) media ini dibandingkan media lain terletak pada fleksibilitas, mobilitas, interaktivitas, serta kesesuaiannya dengan karakteristik generasi digital native. Aplikasi pembelajaran berbasis Android dinilai ekonomis, praktis, dan sangat potensial dikembangkan di berbagai jenjang pendidikan (Zaini, 2023). Begitu juga dengan yang dikatakan dalam penelitian (Sung et al., 2016) Pembelajaran berbasis aplikasi Android mampu menyesuaikan ritme belajar siswa sehingga meningkatkan motivasi dan hasil belajar.

Pemanfaatan perangkat teknologi dan informasi ini bisa diterapkan dalam mata pelajaran yang ada di sekolah, tidak terkecuali dengan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Upaya membantu meningkatkan pemahaman siswa sehingga hasil belajar siswa juga ikut meningkat maka diperlukannya media pembelajaran. Seperti yang dinyatakan (Mulyani, 2018) menggunakan aplikasi ataupun media lain yang tepat dalam pembelajaran dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Kemudian Sebagai bahan ajar guru dan juga sebagai bahan belajar mandiri siswa di luar sekolah, serta untuk menambah motivasi belajar siswa.

Tujuan dari penelitian ini yaitu Mengembangkan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis android untuk SMP kelas VII dan juga untuk Mengetahui efektivitas produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis android untuk SMP kelas VII efektif terhadap kemampuan pemahaman tentang materi pola hidup sehat.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode penelitian dan pengembangan atau Research and Development (R&D). Untuk menghasilkan suatu produk tertentu, dilakukan analisis kebutuhan terlebih dahulu melalui pendekatan survei dan metode kualitatif. Selanjutnya, untuk memastikan efektivitas produk tersebut agar dapat digunakan secara luas oleh masyarakat, dilakukan pengujian secara menyeluruh. Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (Afryaningsih, 2025) . Adapun model yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model ASSURE. Model ASSURE merupakan singkatan dari Analyze learner, State objectives, Select methods, media, material, Utilize media and material, Require learner participant, Evaluate and revise (Smaldino : 2014).

Waktu dan tempat Penelitian

Uji coba skala kecil dilaksanakan pada bulan Januari 2021 di SMP N Berbah, dan untuk uji skala besar dilaksanakan pada bulan Februari 2021 di SMP N Moyudan dan di SMP N 2 Mlati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Adapun untuk menjawab hipotesis penelitian terkait hasil penelitian dan pengembangan media pembelajaran pjok materi pola hidup sehat berbasis *android* dilakukan dengan mengikuti tahapan dari model *ASSURE* yaitu *analyze Learner, State Standars and Objective, Select Strategis, media, and material, Utilize Material, Requires Learner Participation, Evaluate and Revise* (Smaldhino, S, 2014). Hasil dari tahapan-tahapan yang sudah dilakukan sebagai berikut .

1. *Analyze Learner* (Analisis Kebutuhan)

Tahap analisis kebutuhan merupakan tahapan pertama yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menganalisis data awal tentang informasi serta literatur yang berkaitan dengan media pembelajran pjok materi pola hidup sehat berbasis *android* dan variable terikat. Informasi juga diperoleh dari dari hasil wawancara kepada guru pjok SMP N 3 Berbah. Berdasarkan hasil wawancara bahwa dalam proses pembelajaran, guru hanya menggunakan media cetak buku, metode ceramah, dan metode penugasan. Biasanya diawali dengan penyampaian materi oleh guru kemudian peserta didik melakukan diskusi dan diberikan penugasan.

Kemudian berdasarkan hasil wawancara dengan guru pjok bahwa peserta didik masih belum menunjukkan pola hidup sehat diantaranya masih ada peserta didik yang jajan sembarangan, makan makanan yang cepat saji, dan kuku yang masih panjang saat mengikuti proses pembelajaran. Kemudian berdasarkan hasil wawanacra yang diperoleh bahwa pemahaman peserta didik terhadap materi pola hidup sehat mash dibawah rata-rata yang ditetapkan oleh guru. Maka diperlukannya peningkatan pemahaman peserta didik tentang materi pola hidup sehat agar mereka mampu menerakannya dalam kehidupan sehari-hari.

Guru juga mengatakan bahwa perlunya media pembelajaran yang keratif dan inivatif agar menunjang proses pembeajaran di kelas. Oleh sebab itu berdasarkan hasil wawancara dan studi literature maka pengembangan media pembelajara berbasis *android* pada materi pola hidu sehat sangat tetapt untuk dikembangkan.

2. State Standards and Objective (Penetapan Tujuan Pembelajaran)

Pada tahapan ini dilakukan perancangan mengenai instrumen penelitian dan media pembelajaran. Adaun instrumen yang direncang diantaranya:

a. Lembar Validasi Ahli Materi

Pada tahapan ini dilakukan perancangan lembar validasi untuk ahli materi yang bertujuan agar media yang dikembangkan memiliki materi yang tepat dan tidak mengalami miskonsepsi.

b. Lembar Validasi Ahli Media

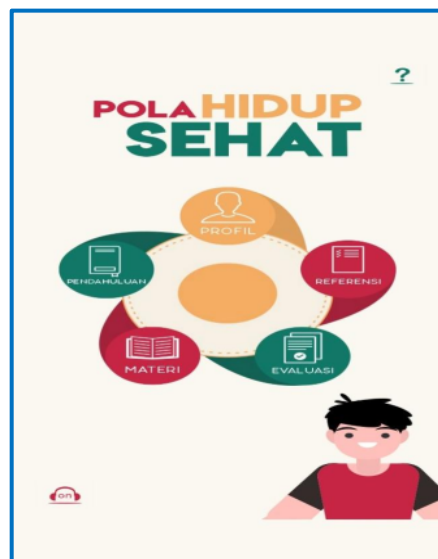
Pada tahapan ini dilakukan perancangan lembar validasi untuk ahli medis yang bertujuan agar media yang dikembangkan memiliki kelayakan dan karakteristik yang baik dan tepat.

c. Lembar Penilaian Guru PJOK

Pada tahapan ini dilakukan perancangan lembar penilaian oleh guru PJOK terhadap media yang dikembangkan. Agar mengetahui kelayakan dari media dan karakteristik media yang dikembangkan.

3. Select Strategi, Media and Materials (Memilih Strategi, Media, Materi)

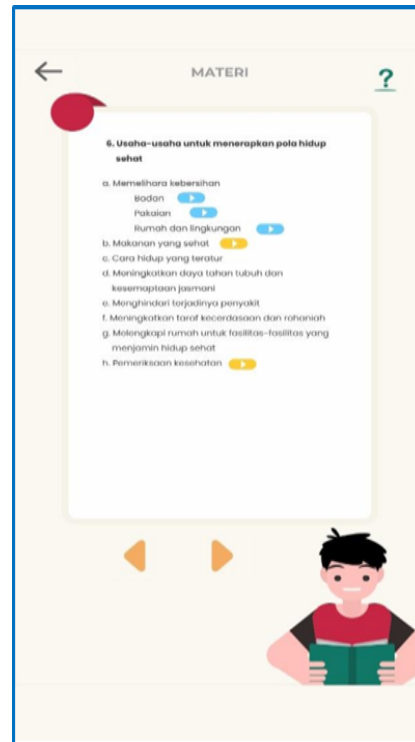
Tahapan sudah dilakukan pengembangan instrument dan media pembelajaran berbasis *android*. Adapun media awal yang dikembangkan yaitu :



Gambar 1. Menu Utama



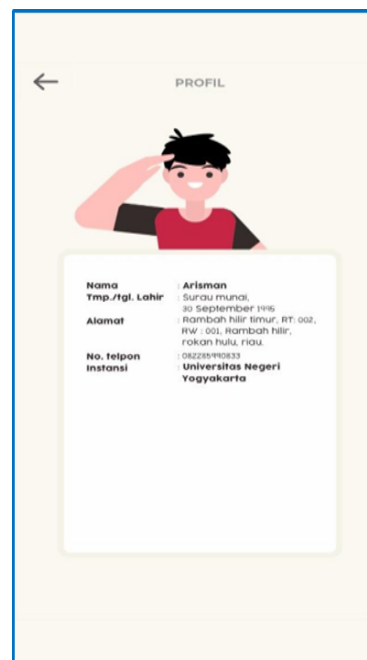
Gambar 2. Kd pembelajaran



Gambar 3. Ringkasan Materi



Gambar 4. Petunjuk Pengerjaan Soal



Gambar5. Profil Pengembang

Hasil Penilaian Ahli Materi

Hasil penilaian ahli materi pada media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII disajikan pada Tabel sebagai berikut :

hasil penilaian ahli materi pada media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII yaitu sebesar 78,67%%, masuk dalam kategori baik/ layak. Berdasarkan penilaian pakar/ahli materi tentang produk yang dikembangkan masuk dalam kategori baik/ layak, kemudian saran dan masukan ahli pada hasil validasi direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli materi terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII yang dibuat telah sangat layak untuk diujicobakan pada skala kecil maupun skala besar.

Hasil Penilaian Ahli Media

hasil penilaian ahli media pada media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII yaitu sebesar 81,33%%, masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak. Berdasarkan penilaian pakar/ahli media tentang produk yang dikembangkan masuk dalam kategori sangat baik/ sangat layak, kemudian saran dan masukan ahli pada hasil validasi direvisi sesuai dengan hasil validasi. Hal ini menunjukkan penilaian ahli media terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII yang dibuat telah sangat layak untuk diujicobakan pada skala kecil maupun skala besar.

4. Utilize Material(Menggunakan Strategi, Media, Materi)

a. Hasil Uji Coba Skala Kecil

Uji coba skala kecil dalam penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Berbah yang beralamat di Karang, Jogotirto, Kec. Berbah, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55573. Uji coba dilakukan dengan guru yang berjumlah 1 orang dan siswa yang berjumlah 31 orang.

Hasil Penilaian Guru

Penilaian guru terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII

yaitu sebesar 84,00% masuk kategori sangat baik/sangat layak. Dari penilaian guru terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII masuk dalam kategori sangat baik/sangat layak, Hasil Penilaian Siswa

Penilaian siswa terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 siswa), “kurang” sebesar 0,00% (0 siswa), “cukup” sebesar 0,00% (0 siswa), “baik” sebesar 74,19% (23 siswa), dan “sangat baik” sebesar 25,81% (8 siswa). Dari penilaian siswa terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII masuk dalam kategori baik/ layak.

b. Hasil Uji Coba Skala Besar

Tidak ada yang berbeda dengan uji coba skala kecil, hanya saja subjek dan tempat yang digunakan berbeda. Uji coba skala besar dalam penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Moyudan yang beralamat di Blendung, Sumbersari, Kec. Moyudan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55563 dan di SMP Negeri 2 Mlati yang beralamat di Gg. Garuda No.33, Jombor Kidul, Sinduadi, Kec. Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55284. Uji coba dilakukan dengan guru yang berjumlah 2 orang dan siswa yang berjumlah 60 orang.

Hasil Penilaian Guru

Penilaian guru terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII yaitu sebesar 87,33% masuk kategori sangat baik/sangat layak. Dari penilaian guru terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII masuk dalam kategori baik/layak,

Hasil Penilaian Siswa penilaian siswa terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII pada kategori “sangat kurang” sebesar 0,00% (0 siswa), “kurang” sebesar 0,00% (0 siswa), “cukup” sebesar 0,00% (0 siswa), “baik” sebesar 73,33% (44 siswa), dan “sangat baik” sebesar 26,67% (16 siswa). Dari penilaian siswa terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII masuk dalam kategori baik/ layak.

5. *Requires Learner Participation* (Keterlibatan Peserta Didik dalam Pembelajaran)

Pada tahapan ini yang dilakukan peneliti yaitu melakukan uji efektifitas. Uji efektifitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII terhadap peningkatan pemahaman tentang materi pola hidup sehat menggunakan tes soal pilihan ganda. Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* dalam penelitian ini tidak bermaksud untuk menguji keefektivitasan secara mendalam seperti yang diterapkan pada penelitian eksperimen. Uji efektifitas dilakukan di SMP Negeri 3 Berbah dengan sampel berjumlah 31 siswa.

Berdasarkan hasil uji-t diperoleh nilai $t_{hitung} 11.651 > t_{tabel} (df 30) 2,042$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Rerata skor *pre-test* sebesar 51,29. Sesudah siswa diberikan media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII diperoleh rerata skor *post-test* sebesar 70,00. Berdasarkan hasil analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII efektif untuk meningkatkan kemampuan pemahaman tentang materi pola hidup sehat.

6. *Evaluate and Revise* (Evaluasi media pembelajaran)

Evaluasi dan revisi merupakan tahapan terakhir dalam medel *assure* ini. Revisi dan saran dari ahli dilakukan pada tahapan ini. Revisi produk dilakukan terhadap produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII didasarkan pada masukan dan saran dari ahli materi maupun ahli media.

Tabel 1. Saran dan Masukan

Saran dan Masukan	
Saran	Revisi
Tombol menu 5 lingkaran dirubah	Setelah di revisi itu menjadi 3 menu utama saja. Hanya ada pendahuluan, materi, evaluasi
Bagian profil menghapus nomor Hp dan menambahkan foto	Menambahkan foto dan menghapus nomor Hp
Ditambahkan profil ahli materi dan media	Menambahkan profil ahli materi dan media
Ditambahkan kata pengantar	Menambahkan kata pengantar
Ditambahkan materi pola hidup sehat	Menambahkan materi pola hidup sehat
Ditambahkan referensi daftar pustaka	Menambahkan referensi daftar pustaka
Ditambahkan soal untuk evaluasi	Menambahkan soal untuk evaluasi menjadi 20 butir tes pilihan ganda

Kemudian peneliti melakukan proses validasi dan penilaian oleh guru kimia. Proses validasi ahli media dilakukan oleh Bapak Caly Setiawan, M.S., Ph.D., sedangkan ahli materi dilakukan oleh Bapak Dr. Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes. Hasil penilaian ahli media dan ahli materi terhadap media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII dijelaskan sebagai berikut.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media pembelajaran berbasis Android pada materi pola hidup sehat untuk siswa SMP kelas VII merupakan inovasi yang efektif dan relevan dengan kebutuhan pembelajaran saat ini. Aplikasi Android mampu menggabungkan berbagai elemen multimedia seperti teks, suara, animasi, dan video. Ini menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan memfasilitasi pemahaman konsep yang lebih kompleks. Media pembelajaran berbasis Android memungkinkan interaksi yang lebih besar dan penyajian materi yang lebih menarik melalui fitur multimedia (Kuswanto & Walusfa, 2017). sejalan dalam peneltian (Çakiroğlu & Erdemir, 2019) *Mobile-based applications enhance learner engagement by integrating multimedia features that support active learning*. Media ini dikembangkan dengan memperhatikan standar isi pembelajaran PJOY yang mengacu pada Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) yang berlaku. Hal ini menunjukkan bahwa pengembangan dilakukan dengan mempertimbangkan landasan kurikulum yang kuat, sehingga materi yang disampaikan tidak hanya informatif tetapi juga sesuai dengan tujuan pembelajaran nasional.

Dari aspek kualitas produk, penilaian yang dilakukan oleh ahli materi dan ahli media menunjukkan bahwa media ini termasuk dalam kategori “baik/layak”. Artinya, baik dari sisi konten, penyajian materi, desain antarmuka, hingga kepraktisan penggunaan, media ini telah memenuhi kriteria kelayakan sebagai sarana pembelajaran. Hal ini penting karena media pembelajaran yang baik tidak hanya menyajikan informasi, tetapi juga mampu menarik perhatian, memotivasi, dan memfasilitasi pemahaman siswa.

Struktur aplikasi yang terdiri dari tiga menu utama pendahuluan, materi, dan evaluasi merupakan pendekatan yang sistematis dan pedagogis. Menu “materi” yang terbagi menjadi lima sub-bagian memungkinkan siswa untuk mempelajari konten secara bertahap, sedangkan menu “evaluasi” dengan 20 soal pilihan ganda membantu siswa melakukan refleksi terhadap pemahaman mereka. Keberadaan fitur evaluasi ini juga dapat digunakan guru sebagai alat asesmen formatif.

Dari hasil analisis data, ditemukan bahwa penggunaan media pembelajaran ini mampu meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi pola hidup sehat. Ini membuktikan bahwa media berbasis Android bukan hanya alat bantu, tetapi juga mampu menjadi sarana utama dalam transformasi pembelajaran PJOK, khususnya untuk materi yang bersifat teoritis. Di era digital seperti sekarang, pendekatan ini sangat relevan, mengingat siswa cenderung lebih responsif terhadap pembelajaran berbasis teknologi.

Penelitian ini juga memperkuat temuan-temuan sebelumnya bahwa pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran memiliki dampak positif terhadap motivasi dan pemahaman siswa. Selain itu, aplikasi ini memberikan fleksibilitas belajar karena dapat diakses kapan saja melalui perangkat seluler, yang menjadikan pembelajaran lebih mandiri dan tidak terbatas oleh ruang dan waktu. Dengan demikian, media pembelajaran PJOK berbasis Android tidak hanya memenuhi aspek pedagogis dan teknologis, tetapi juga mendukung prinsip pembelajaran abad 21, yaitu belajar yang fleksibel, mandiri, dan berbasis teknologi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut. Produk media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII. Aplikasi ini bisa diunduh di *play store*. Penilaian ahli materi dan ahli media pada media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII masuk dalam kategori baik/ layak. Spesifikasi produk yang dihasilkan yaitu berupa aplikasi materi pola hidup sehat berbasis *android* yang terdiri atas 3 menu utama yaitu pendahuluan, materi, dan evaluasi dan juga menu materi terdiri 5 menu. Materi pola hidup sehat disesuaikan dengan KI dan KD PJOK SMP Kelas VII, dan evaluasi ada 20 butir pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda. Media pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan materi pola hidup sehat berbasis *android* untuk SMP kelas VII efektif untuk meningkatkan kemampuan pemahaman tentang materi pola hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afryaningsih, Y. (2025). Pengembangan Media Pop-Up Book Berbasis Kearifan Lokal Untuk Meningkatkan Literasi Budaya Siswa Kelas II Sekolah Dasar. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(6), 2134–2143.
- Bafadal, M. F., Yulianto, A., Tongge, Y. T., & Sahar, A. (2025). Pengaruh Teknologi Terhadap Program Latihan Sepak Bola. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(4), 1515–1522.
- Bahtiarrohman, B., Febriani, S. A., Tisnasari, S., & Qodariah, L. (2025). Pengaruh Media Pembelajaran Berbasis Aplikasi (Kahoot) Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas

- XII IPA MAN 1 Pandeglang Pada Pembelajaran Kimia. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(5), 1712–1721.
- Çakiroğlu, Ü., & Erdemir, T. (2019). Online project based learning via cloud computing: exploring roles of instructor and students. *Interactive Learning Environments*, 27(4), 547–566.
- Hermanto, B. (2020). Perekrayasaan sistem pendidikan nasional untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. *Foundasia*, 11(2), 52–59.
<https://doi.org/10.21831/foundasia.v11i2.26933>
- Hidup, P., Siswa, S., Vii, K., Smp, D. I., & Berbah, N. (2018). *Healthy Life Style of Grade 7 Students of Berbah I Junior High School, Sleman, Yogyakarta*. 1–14.
- Jahrir, A. S., & Aziz, M. I. M. (2024). Potensi Permainan Tradisional" hadang" dalam Meningkatkan Kebugaran Jasmani siswa SMP Negeri 11 Makassar. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(3), 648–656.
- Kuswanto, J., & Walusfa, Y. (2017). Pengembangan multimedia pembelajaran pada mata pelajaran teknologi informasi dan komunikasi kelas VIII. *Innovative Journal of Curriculum and Educational Technology*, 6(2), 1–7.
- Maritsa, A., Hanifah Salsabila, U., Wafiq, M., Rahma Anindya, P., & Azhar Ma'shum, M. (2021). Pengaruh Teknologi Dalam Dunia Pendidikan. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan*, 18(2), 91–100.
<https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v18i2.303>
- Pradana, H. B. (2020). Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Ketahanan Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Jenang 06 Majenang. *E-Jurnal Skripsi Program Studi Teknologi Pendidikan*, IX(2), 206–219.
<https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fiftp/article/view/17518>
- Septianto, A., Nurmutia, S., & Feblidiyanti, N. (2020). Sosialisasi Pentingnya Pola Hidup Sehat. *Dedikasi PKM*, 1(2), 55–62.
- Siregar, R. Z., Purnomo, T. W., Sirait, A. P., & Aulia, S. M. (2025). Pengaruh Model Pembelajaran Game-Based Learning (GBL) Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Kelas V Sekolah Dasar Pada Mata Pelajaran Seni Tari Di SDN 106164 Sambirejo Timur. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(5), 1762–1772.
- Sung, Y.-T., Chang, K.-E., & Liu, T.-C. (2016). The effects of integrating mobile devices with teaching and learning on students' learning performance: A meta-analysis and research synthesis. *Computers & Education*, 94, 252–275.
- Zaini, A. W. (2023). *Pengembangan media pembelajaran berbasis Android untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas IV di SDN Bandulan 1 Kota Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Muhajir. (2016). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Smaldino Lowther Russell. (2014). *instructional tecnologi and media for learning*. United States of America