



**SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
STKIP PGRI SUMENEP**

Website : www.stkipgrisumenep.ac.id

Jl. Trunojoyo Gedung Sumenep Telp. (0328) 664094 – 671732 Fax. 671732

**SURAT PERNYATAAN PENGECEKAN
SIMILARITY ATAU ORIGINALITY**

Yang bertanda tangan dibawah ini atas nama Petugas Check Plagiasi STKIP PGRI Sumenep, menyatakan dengan sebenarnya bahwa karya ilmiah ini telah dilakukan cek dan dinyatakan lolos plagiasi menggunakan Aplikasi Turnitin dengan batas maksimal toleransi 20% atas nama:

Nama : **Ainur Rasyid, M.Pd**
NIDN : **0711118801**
Program Studi : **Pendidikan Jasmani kesehatan dan
Rekreasi**

No	Judul	Jenis Karya	Hasil
1	Strategi, Proses, Evaluasi, dan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada Era Pandemi Covid-19	Buku	18 %

Demikian surat ini saya buat untuk dipergunakan sebagai mana mestinya

Sumenep, 15 Juni 2023


Pemeriksa

elalui_Daring_Untuk_Menjaga_Imunitas_Siswa_Di_Era_New_Normal.pdf

by 1 Inung

Submission date: 15-Jun-2023 01:51PM (UTC+0700)

Submission ID: 2116469942

File name: elalui_Daring_Untuk_Menjaga_Imunitas_Siswa_Di_Era_New_Normal.pdf (3.67M)

Word count: 2375

Character count: 15080

Dr. Heryanto Nur Muhammad, S.Pd., M.Pd., dkk.

BUNGA RAMPAI

STRATEGI, PROSES, EVALUASI, DAN MODEL PEMBELAJARAN

PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA, DAN KESEHATAN (PJOK) PADA ERA
PANDEMI COVID-19



Editor:

Dr. Setiyo Hartoto, M.Kes.
Prof. Dr. Ali Maksum, M.Si.
Taufiq Hidayat, S.Pd, M.Kes.
Hamdani, S.Pd, M.Pd.
Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed.

Kata Pengantar:

Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.

Heryanto Nur Muhammad • Muhamad Syamsul Taufik • Sapto Wibowo • Kukuh Pambuka Putra
Ainur Rasyid • Muhammad Muhyi • Sri Santoso Sabarini • Taufik Rahman • Bayu Suko Wahono
Advendi Kristiyandaru • Baskoro Nugroho Putro • Andhega Wijaya • Sri Sumartiningsih
Cahyo Wibowo • Erick Burhaein • Suryansah • Adi Rahadian • Fajar Awang Irawan
Muchamad Arif Al Ardha • Arfin Deri Listiandi • Lucy Widya Fathir • Hamdani • Bakhrul Ulum
Arifah Kaharina • Ratno Susanto • Sabaruddin Yunis Bangun • Bayu Budi Prakoso
Didik Rilastiyo Budi • Wahyu Indra Bayu • Afifan Yulfadinata • Aba Sandi Prayoga
Mira Nuroya Tiwan

3

Bunga Rampai

Strategi, Proses, Evaluasi, dan Model Pembelajaran

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)
pada Era Pandemi Covid-19

Editor:

10 Setiyo Hartoto, M.Kes.

10 Prof. Dr. Ali Maksum, M.Si.

Taufiq Hidayat, S.Pd., M.Pd., M.Kes.

Hamdani, S.Pd, M.Pd.

10 Muchamad Arif Al Ardha, S.Pd., M.Ed.

Kata Pengantar:

10 Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.

3

Bunga Rampai

Strategi, Proses, Evaluasi, dan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani,
Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada Era Pandemi Covid-19

Copyright

Hak Cipta dilindungi undang-undang
All Right Reserved.

Layout: Dhani Aristyawan

Desain Cover: Dhani Aristyawan

Penyelaras: Hespi Septiana, M. Pd.

ISBN:

Diterbitkan oleh:

KATA PENGANTAR

Puji syukur ¹² senantiasa dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat ⁸ dan karunia-Nya maka buku dengan judul “Bunga Rampai Strategi, Proses, Evaluasi, dan Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada Era Pandemi Covid-19” selesai disusun. Buku ini ditulis oleh mahasiswa, guru, praktisi, dan dosen olahraga berdasarkan fenomena pandemi ⁶ Covid-19 yang berdampak pada kegiatan pembelajaran khususnya pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK).

Pelaksanaan pembelajaran jarak jauh yang dilakukan dengan menggunakan teknologi digital dan berbagai metode pembelajaran menyebabkan berbagai problematik dan berpotensi menghambat tercapainya kompetensi dan ketuntasan belajar siswa. Buku bunga rampai ini merupakan ⁶ salah satu upaya untuk melihat serta menyelesaikan problematik di masyarakat khususnya pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) melalui gagasan ataupun pengalaman yang sudah diterapkan. Sehingga buku ini diharapkan dapat menjadi inspirasi khususnya untuk insan pendidikan di bidang Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan agar pelaksanaan pembelajaran jarak jauh dapat terlaksana dengan baik.

Pada buku ini juga memberikan gambaran terkait pelaksanaan pembelajaran PJOK yang dilihat dari empat (4) aspek utama yaitu, strategi, proses, evaluasi dan model pembelajaran PJOK utamanya selama masa Pandemi Covid-19. Gagasan



Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.
Guru Besar Universitas Negeri Surabaya

dan pengalaman yang dituangkan pada masing-masing aspek sangat menarik dan relevan terhadap kegiatan pembelajaran jarak jauh di Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan. Sehingga buku ini merupakan wujud nyata kolaborasi dari akademisi dan praktisi untuk memberikan manfaat pada pendidikan di Indonesia.

Terima kasih kepada penulis dan tim editor, semoga buku ini dapat memberikan manfaat untuk para pembaca dan menjadi pemantik tumbuhnya karya lainnya pada bidang Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan.

Surabaya, 10 Oktober 2020

Prof. Dr. Nurhasan, M.Kes.

Guru Besar Universitas Negeri Surabaya

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
BAB I. Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan selama Masa Pandemi	1
Dari Kelas Menuju Lapangan: Sebuah Alternatif Class Preparation Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Masa Pandemic Covid-19	3
Strategi Pembelajaran Daring & Tugas Mandiri Pjok Selama Pademi Covid-19	9
Strategi Pembelajaran PJOK Pada Era New Normal Pandemi Covid 19 Dengan Konsep Mini Gym	15
Pemanfaatan <i>Game</i> Sebagai Alternatif Untuk Meningkatkan Kecerdasan Kognitif Di Rumah	23
Strategi Pembelajaran Pjok Melalui Daring Untuk Menjaga Imunitas Siswa Di Era New Normal	31
Pembelajaran PJOK A.K.T.I.F (Asyik, Kreatif, Terukur, Inovatif, Dan Fit) Sebagai Salah Satu Pilar Pondasi Ketahanan Fisik Anak Hadapi Pandemi Covid-19 Dan <i>New Normal</i>	39
<i>Blended Learning</i> Sebagai Upaya Pembelajaran Pjok Di Era New Normal Pandemi Covid-19	45
Peran Strategis Orang Tua Dan Teknologi Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Secara Daring Di Era New Normal	51
Penyusunan Video Program <i>Fun Water Activity</i> Sebagai Alternatif Pembelajaran Aquatik Di Masa Pandemi	57

BAB II. Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan selama Masa Pandemi	65
Internalisasi Karakter Melalui Pembelajaran PJOK Dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19	67
Prediksi Dan Solusi Pelaksanaan Pembelajaran PJOK Di Era Normal Baru	75
Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK)	83
Pembelajaran Olahraga Adaptif Di Masa Pandemi Covid-19	89
Implementasi Standar Proses Pembelajaran Pjok (Pendekatan Student Centered Learning Berbasis Daring) Pada Era New Normal Pandemi Covid-19	95
Bagaimana Pendidikan Jasmani Adaptif Di Era New Normal?	103
Perbandingan Semangat Menerima Materi Belajar Secara Langsung Dalam Kelas Dengan Daring Selama Pandemic Covid-19	109
Implementasi Physical Exercise Bagi Mahasiswa Olahraga Di Era New Normal Pandemi Covid-19	115
Parent-Child Fun Games (PCFG) Sebagai Upaya Meminimalisasi Smartphone Addiction Pada Anak	121

BAB III. Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan selama Masa Pandemi	129
Model Pembelajaran Jarak Jauh Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19	131
Metode Daring : Sebuah Solusi Pembelajaran Judo Di Situasi Pandemi Covid-19	137
Model Pembelajaran Blanded Learning Dengan Materi Ajar Fun Fitness Untuk Mempertahankan Kebugaran Siswa Pada Era New Normal Covid19	145

Perbandingan Semangat Menerima Materi Belajar Secara Langsung Dalam Kelas Dengan Daring Selama Pandemic Covid-19	151
Pembelajaran Pjok Di Masa Belajar Dari Rumah (Bdr) Dengan Menggunakan KelasWhatsapp Dan Kartu Aktivitas Gerak Guna Menjaga Imunitas Tubuh Siswa	161
Transformasi Model Pembelajaran Pjok Setelah Pandemi Sars-Cov-2 Coronavirus (Covid-19)	169
Implementasi Pendidikan Olahraga Dengan Model Anchored Instruction Berbasis E-Learning Di Era Pandemi Covid-19	175
Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Era New Normal	185

4

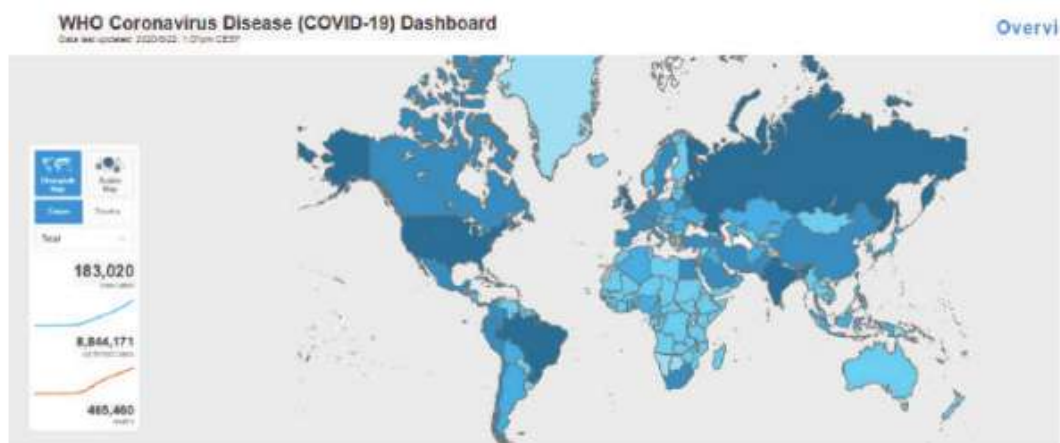
BAB IV. Evaluasi Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan selama Masa Pandemi	191
Pemanfaatan Daily Physical Activity Card Untuk Memonitor Aktivitas Fisik Siswa	193
Evaluasi Pembelajaran Senam Di Masa Pandemi Covid 19 Berbasis E-Learning ELDIRU	201
Self-Testing Sebagai Strategi Guru Untuk Memonitor Kebugaran Jasmani Peserta Didik Selama Pandemi Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)	209
Implementasi Distancing Learning Melalui Media Sosial Pada Pembelajaran Pjok Materi Bela Diri Dalam Menghadapi Masa Pandemi Covid-19	217
Evaluasi Peran Orang Tua Dalam Pembelajaran Daring PJOK Untuk Anak Berkebutuhan Khusus Di Slb Pada Masa Pandemi Covid-19	225
Menggambar Dan Mewarnai Sebagai Media Mengasah Kemampuan Motorik Halus Anak Tunagrahita Di Rumah	233

STRATEGI PEMBELAJARAN PJOK MELALUI DARING UNTUK MENJAGA IMUNITAS SISWA DI ERA NEW NORMAL

Ainur Rasyid⁵

⁵STKIP PGRI Sumenep

Pandemi virus corona ¹⁵ disebut dengan Covid-19 yang sudah diresmikan nama tersebut oleh *International Committee on Taxonomy of Viruses* pada tanggal 11 Februari 2020 (Isfandiari, 2020) merupakan wabah virus secara global dan hampir kurang lebih dari 216 negara dengan pasien positif sebanyak 8.844.171 orang dan pasien yang meninggal sebanyak 465.460 orang. Di Indonesia, total yang terkonfirmasi positif terkena covid-19 adalah sebanyak 46.845 orang dan korban meninggal sebanyak 2.500 orang (Data dari covid19.go.id).



Gambar 1 : Global Covid-19 (Organization World Health 2020)

⁵Penulis saat ini bekerja di STKIP PGRI SUMENEP Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Olahraga. Riwayat pendidikan penulis adalah S1. Pendidikan Keperawatan Olahraga (UNESA) Lulus Tahun 2011 S2. Pendidikan Olahraga (PASCASARJANA UNESA) Lulus Tahun 2013

Salah satu faktor yang terkena dampak yaitu dunia pendidikan, seperti proses belajar mengajar menjadi terganggu. Berdasar pada surat edaran Nomor 4 Tahun 2020 mengenai Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam masa darurat penyebaran Covid-19 bahwa “Proses Belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan sebagai berikut:

- a. Belajar dari rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa, tanpa terbebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas maupun kelulusan.
- b. Belajar dari rumah dapat difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai pandemi Covid-19.
- c. Aktivitas dan tugas pembelajaran belajar dari rumah dapat bervariasi antarsiswa, sesuai minat dan kondisi masing-masing, termasuk mempertimbangkan kesenjangan akses/ fasilitas belajar di rumah
- d. Bukti atau produk aktivitas belajar dari rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dan berguna dari guru, tanpa diharuskan memberi skor/ nilai kuantitatif”. (Kemdikbud, 2020)

Peran guru dalam pelaksanaan belajar dari rumah sangatlah penting, karena guru adalah figur dan motor utama pendidikan negara, mengingat pendidikan merupakan wadah pencetak generasi bangsa. Oleh karena itu, di tengah maraknya wabah virus ini, beberapa peran guru bertambah menjadi sangat penting, seperti guru memberikan motivasi ketika memberikan materi atau penugasan terhadap siswa tujuannya agar peserta didik tetap semangat dalam belajar di tengah maraknya virus Covid-19. Pada era saat ini, peran guru dituntut mampu berinovasi terhadap media teknologi maupun metode yang terus berkembang. Sesuai dengan keadaan saat ini, guru hendaknya menguasai beberapa cara untuk belajar secara online, misalkan melalui Zoom, Google Classroom, Whatsapp, Line, dan sebagainya. Metode yang diterapkan akan berbeda dari biasanya, sebab belajar tidak berlangsung tatap muka secara langsung (*face to face*). Guru harus tepat dalam memilih metode yang akan digunakan pada proses belajar daring.”

Setelah proses pembelajaran daring dilakukan, guru juga harus mampu mengevaluasi kekurangan dari penerapan konsep yang telah disiapkan sebelumnya, menyelesaikan masalah ketidakpahaman siswa serta masalah teknis saat proses pembelajaran, dan masalah lainnya.



Gambar 2: Imunitas dan Olahraga (Simpson 2020)

Peran guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) pada saat menghadapi new normal menjadi tuntutan untuk tetap bisa mengajarkan siswa berolahraga walaupun tidak dilakukan tatap muka secara langsung. Hal ini menarik untuk dilakukan guna menjawab profesionalitas kerja seorang guru. Akan tetapi, hal yang perlu diperhatikan dalam memilih olahraga untuk siswa yang akan dilakukan secara daring yaitu menekankan pada aspek gerak siswa secara individu.

Seperti yang diketahui bahwa imunitas merupakan faktor utama dalam membentengi diri dari serangan virus. Sistem imunitas atau kekebalan tubuh dapat didefinisikan secara luas, mencakup semua mekanisme dan respons yang digunakan oleh tubuh dalam mempertahankan diri terhadap zat asing, mikroorganisme, racun, dan sel hidup yang tidak kompatibel. Fungsi fisiologis dari sistem imun dapat dipandang secara sederhana sebagai mekanisme, yang dapat dimaknai bahwa tubuh manusia merespons dan menghilangkan antigen yang memulai. Proses ini dimediasi oleh segudang sel khusus dan tergantung pada jalur yang melibatkan pengenalan, aktivasi, diferensiasi, serta respons terhadap limfosit. Dengan demikian, pandangan sederhana ini menjadi jauh lebih rumit ketika memeriksa sifat biologis dari tanggapan-tanggapan ini secara lebih rinci.

Alangkah baiknya, jika pada awal pertemuan diberikan pemahaman secara teoretis terlebih dahulu supaya siswa mengerti tentang maksud dari topik pembelajaran tersebut. Karakteristik pendidikan olahraga ini yaitu ada pada elemen kunci dari kerangka kerja, tetapi selalu perlu dipertimbangkan dalam kaitannya dengan sejumlah prinsip yang mendukungnya. Ada pun langkah-langkah yang

harus dipersiapkan oleh guru Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan (PJOK) dalam melaksanakan kelas daring sebagai berikut:

1. Memilih salah satu media sosial untuk dijadikan kelas daring pada mata pelajaran PJOK, seperti memilih menggunakan fasilitas Zoom yang berfungsi untuk bertatap muka dengan jumlah siswa yang banyak serta bisa berinteraksi melalui video untuk memprestasikan materi atau memperagakan suatu gerak terkait materi PJOK.
2. Pada awal pembelajaran, seperti biasa dilakukan pemaparan tentang materi yang akan disampaikan serta dilanjutkan dengan berdoa dan mempresensi siswa.
3. Sebelum menjelaskan pada materi inti alangkah baiknya guru memberikan *ice breaking* secara *virtual* agar siswa lebih antusias mengikuti pelajaran tersebut. Contoh *ice breaking* secara *virtual* yaitu merangkai kalimat lagu, seperti lagu “Indonesia Raya”. Setiap siswa hanya boleh mengucapkan atau menyanyikan ‘satu kata’ saja dan akan diteruskan oleh siswa selanjutnya. Tujuan dari permainan ini adalah untuk melatih kerjasama dan melatih konsentrasi siswa itu sendiri. (Playground, 2020b)
4. Pada pemberian teori PJOK guru lebih menekankan pada aspek kesadaran siswa dalam menjaga kesehatannya seperti perkembangan tubuh remaja, Pola makan sehat, bergizi, dan seimbang, tentu dengan informasi tambahan seputar Covid-19.
5. Pada pembelajaran praktik, guru bisa memberikan suatu program aktivitas fisik yang berdasarkan pada prinsip latihan olahraga secara umum mengenai rumus FITT yaitu Frekuensi 2-3 kali/minggu dalam melakukan aktivitas olahraga, Intensitas berat ringannya melakukan aktivitas fisik yang berdasarkan pada “denyut nadi maksimal” dan siswa lebih disarankan melakukan aktivitas dengan intensitas yang ringan, Durasi waktu dalam melakukan aktivitas fisik minimal 30-45 menit, dan yang terakhir tipe latihan aerobic dan anaerobic (Riebe et al. 2018).
6. Kegiatan penutup terhadap pembelajaran daring bisa dilakukan dengan *ice breaking* kembali seperti tujuan pada poin kedua. Akan tetapi, dengan permainan yang berbedah seperti contoh berikut ini:
 - a. Temukan **sebanyak mungkin obyek dengan huruf depan tertentu**
 - b. **Setiap** pemain **mencari objek dengan huruf depan yang telah ditentukan, lalu** menuliskannya **pada selembar kertas.**

- c. Setelah waktu habis, seluruh pemain bergantian menunjukkan tulisan objek-objek yang ia lihat di gambar.
- d. Tulis di kertas "Perhatikan gambar objek dengan huruf depan "K"!"



Gambar 3: Obyek Kaleidos (Junior 2020)

- e. Gambar ini akan ditayangkan pada layar monitor dan akan menghilang secara otomatis dalam waktu 20 detik, sampai ada perintah "Berhenti Menulis!!!". Selanjutnya, para siswa menampilkan kata yang ditemukan pada gambar tersebut pada layar monitor.
- f. Jawaban kata yang diawali huruf "K" pada gambar tersebut adalah "Koin, Kuda, Kurcaci, Kunci, Keju, Kuping, Kancing, Kayu, Kura-Kura, Kursi, Kantong, Kertas, Kartu, dan Kaleng."
- g. Setiap objek yang benar mendapatkan 2 poin dan jika salah -1 poin. (Playground, 2020a)

Kesimpulan :

Sejauh ini vaksin Covid-19 belum ditemukan, langkah baiknya untuk siswa jika tidak ada kepentingan agar tidak beraktivitas di luar rumah dan apabila penting serta mendesak sebaiknya mengikuti anjuran dari pemerintah yaitu memakai masker, jaga jarak 1 meter, serta sering-sering mencuci tangan. Olahraga dengan intensitas ringan mampu meningkatkan imunitas seseorang daripada langsung dengan intensitas yang berat dapat menyebabkan sistem imun menurun (Agha et al. 2020).

Daftar Pustaka

Agha, Nadia H., Satish K. Mehta, Bridgette V. Rooney, Mitzi S. Laughlin, Melissa M.

Markofski, Duane L. Pierson, Emmanuel Katsanis, Brian E. Crucian, and Richard J. Simpson. 2020. "Exercise as a Countermeasure for Latent Viral Reactivation during Long Duration Space Flight." *FASEB Journal* 34(2):2869–81.

Covid19. 2020. "Saksikan Update Resmi Terbaru Situasi Virus COVID-19." 1–3. Retrieved

June 22, 2020 (<https://covid19.go.id/>).

Isfandiari, Muhammad Atoillah. 2020. *Corona Virus (Covid-19)*. Gresik.

Junior, Kaleidos. 2020. "Valentina Mendicino Buy This Board Game." 4–7. Retrieved (<https://www.valentinamendicino.com/kaleidos.html>).

Kemdikbud, Pusdiklat. 2020. "Surat Edaran Mendikbud No 4 Tahun 2020 Tentang

Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid- 1 9)." (4):4–7. Retrieved March 24, 2020 (<https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-corona-virus-disease-covid-1-9/>).

Organization World Health. 2020. "Coronavirus Disease." *World Health Organization*

(June):1–18. Retrieved June 22, 2020 (<https://covid19.who.int/>).

Playground, Adhicipta. 2020a. *5 Ice Breaking Games Dengan Powerpoint Untuk Kelas Online*

(*SLAP PAKAI*).

Playground, Adhicipta. 2020b. *Contoh Ice Breaking Game Kelas Online ZOOM & GOOGLE MEET*

Riebe, D., J. Ehrman, G. Liguori, and M. Magal. 2018. ACSM's Guidelines for Exercise

Testing and Prescription. Tenth Edit. New york: American College of Sports Medicine.

Simpson, Richard J. 2020. "Exercise , Immunity and the COVID-19 Pandemic."

3–4.

Retrieved March 30, 2020 (<https://www.acsm.org/blog-detail/acsm-blog/2020/03/30/exercise-immunity-covid-19-pandemic>).

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

9%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	prokomsetda.bulelengkab.go.id Internet Source	2%
2	e-campus.iainbukittinggi.ac.id Internet Source	2%
3	www.ojs.berajah.com Internet Source	2%
4	ejurnal.ubharajaya.ac.id Internet Source	2%
5	suarabanyumas.com Internet Source	1%
6	agusdoetcom.blogspot.com Internet Source	1%
7	Riana Antika Amahorie, Septri Rahayu. "Eleven Icebreaking Games Online for Distance Training Realizing ASN Free Learning", Jurnal Prajaiswara, 2022 Publication	1%
8	buku.masuk.id Internet Source	1%
9	repo.iainbukittinggi.ac.id Internet Source	1%
10	siakadu.unesa.ac.id Internet Source	1%
11	Submitted to Ajou University Graduate School Student Paper	1%
12	text-id.123dok.com Internet Source	

1 %

13

anyflip.com

Internet Source

1 %

14

etd.iain-padangsidempuan.ac.id

Internet Source

1 %

15

mipa.unnes.ac.id

Internet Source

1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On