

FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG PEMBELAJARAN RENANG GAYA BEBAS DALAM MENINGKATKAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMPN 1 PURWASARI

**Muhammad Daffa Hilman Zaky¹, Ruslan Abdul Gani²,
Abduloh³, Hariobimo Gunadi⁴**

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi FKIP,
Universitas Singaperbangsa Karawang
Jln. HS. Ronggo Waluyo Karawang 41361
¹ daffahilzak@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran renang gaya bebas untuk meningkatkan prestasi siswa. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus yang dilakukan pada siswa-siswi di SMPN 1 Purwasari. sampel adalah 7 orang yaitu 1 guru olahraga dan 6 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan observasi, wawancara, dokumentasi. Temuan mengarahkan rekomendasi untuk meningkatkan percaya diri. Hasil Pembelajaran renang gaya bebas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari adalah siswa masih belum terampil dalam renang gaya bebas dan belum ada yang pernah meraih prestasi belajar tetapi untuk nilai lumayan cukup. Dalam mengatasi kendala biasanya siswa bertanya pada teman yang sudah paham ataupun bisa langsung bertanya pada guru tentang yang menjadi kendala saat pembelajaran renang. Pada dasarnya siswa menyukai pembelajaran olahraga sehingga siswa selalu mengikuti pembelajaran renang.

Kata Kunci : Renang, Gaya Bebas, Prestasi.

Abstract

The aim of this research is to determine the implementation of freestyle swimming learning to improve student achievement. This research is qualitative research using a case study method conducted on students at SMPN 1 Purwasari. The sample was 7 people, namely 1 sports teacher and 6 students. The sampling technique used is purposive sampling. The research instruments used were observation, interviews, documentation. Findings lead to recommendations to increase self-confidence. The results of freestyle swimming learning to improve student learning achievement at SMPN 1 Purwasari are that students are still not skilled in freestyle swimming and no one has ever achieved learning achievement but the grades are quite good. In overcoming obstacles, students usually ask friends who already understand or can directly ask the teacher about the obstacles when learning to swim. Basically, students like learning sports so students always take part in swimming lessons.

Keywords: Swimming, Crawl Style, Performance.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu pengaruh kehidupan yang paling signifikan, tidak diragukan lagi dapat membentuk kepribadian seseorang menjadi lebih bertanggung jawab, imajinatif, dan intelektual.

PJOK adalah komponen dari proses pendidikan di institusi yang berupaya mendidik siswa melalui latihan fisik dan gaya hidup sehat. Selain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik, pendidikan, perilaku hidup sehat, dan sportifitas. Selain itu, PJOK dapat membantu anak tumbuh dan berkembang dalam ranah kognitif, emosional, dan psikomotorik.

Salah satu olahraga yang paling disukai masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya adalah berenang (Endrawan et al., 2023), Beberapa ahli menyatakan bahwa berenang adalah suatu kegiatan akuatik dimana gerakan utama kaki dan lengan untuk menghasilkan daya dorong sehingga tubuh bergerak secara keseluruhan dan meluncur ke depan secara fisiologis membutuhkan keterampilan tertentu. Berdasarkan pendapat Roeswan dan Soekarno (E. Prasetyo & Yunus, 2017) Berenang adalah olahraga yang dipraktikkan di air dan melibatkan menggerakkan semua anggota badan secara bebas sambil melayang di permukaan atau dalam air. Ada empat gaya renang: gaya dada, gaya bebas, gaya kupu-kupu, dan gaya punggung. Selain itu, berenang melibatkan instruksi dan prestasi untuk anak-anak yang mulai berpartisipasi sejak usia muda, serta aktivitas yang dilakukan di dalam air yang merupakan bagian dari rencana pelajaran. (Kurnia, 1987).

Dibandingkan dengan tiga gaya renang lainnya gaya bebas memiliki sinkronisasi gerakan terbaik dan hambatannya paling sedikit, menjadikannya yang tercepat. Menurut Armen & Rahmadani (2018) berenang gaya bebas melibatkan menenggelamkan kepala di bawah permukaan air. Kaki yang lurus dan postur tubuh yang tegak akan menyebabkan tubuh terangkat tanpa membungkuk. Berbelok ke kanan atau ke kiri sambil bernapas ke kanan atau ke kiri, ayunkan tangan secara bergantian ke depan. Menghadap jauh dari permukaan air dalam posisi ini. Kita harus belajar bagaimana memosisikan tubuh di dalam air, serta bagaimana menggerakkan tangan, kaki dan nafas dalam renang gaya bebas.

Masalah yang dirasakan peneliti sebagai guru pendidikan jasmani adalah pada pelaksanaannya kegiatan praktek pembelajaran renang di sekolah sering ditemukan gerakan siswa yang tidak sesuai dengan harapan karena tidak fokus untuk melihat arahan dari guru.

Dan juga fasilitas renang seperti papan, pelampung dan lain lain kurang memadai sesuai dengan jurnal D. Prasetyo et al., (2021), dan juga pada biaya masuk ke kolam renang ditanggung oleh siswa masing-masing. Pada proses pembelajaran renang, kolam renang umum digunakan untuk proses pembelajaran berenang, oleh karena itu selain untuk siswa juga digunakan oleh masyarakat umum. Ditambah lagi, kurangnya alat bantu menunjang yang cukup untuk membantu siswa belajar berenang. Oleh karena itu, baik memanfaatkan maupun tidak menggunakan bantuan apapun saat belajar berenang.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti yang dilakukan di SMPN 1 Purwasari sudah melaksanakan pembelajaran renang. Setiap semester, ada dua pertemuan yang didedikasikan untuk pelajaran renang. Untuk mendemonstrasikan dan menjelaskan teknik berenang, guru akan turun langsung ke air selama kelas berlangsung, menurut guru pamong pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yakni Pak Saepul pada bulan November tahun 2022 adalah bahwa hanya terdapat sebanyak 15 siswa yang mampu mengikuti arahan dari guru, namun sisanya masih ada 11 siswa yang belum mampu mengikuti intruksi, dan ada 14 siswa belum berani untuk melakukan renang gaya bebas.

Berdasarkan penjelasan di atas dan fakta hasil observasi peneliti pada saat menjalankan masa plp terkait pembelajaran renang, secara tidak langsung dapat di artikan bahwa pembelajaran renang gaya bebas penting untuk meningkatkan prestasi belajar siswa dengan cara adanya peningkatan fasilitas sarana prasaranan yang dapat menunjang tujuan pembelajaran. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian pada permasalahan yang ada pada dengan judul penelitian “Pelaksanaan Pembelajaran Renang Gaya Bebas Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa di SMPN 1 Purwasari”.

METODE

Metode penelitian kualitatif adalah “metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang ilmiah, dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi” (Sugiyono, 2022).

Subjek penelitian merupakan keseluruhan objek populasi penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang akan dijadikan sumber data penelitian. Oleh sebab itu, pemilihan subjek dalam penelitian merupakan suatu langkah yang diperlukan. Dalam penelitian ini pelaksanaan pembelajaran renang gaya bebas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari, subyek yang akan diteliti ada dua bagian.

1. Sumber Responden

Yaitu responden terdiri dari 6 siswa yang mampu menggambarkan diri mereka sendiri dan bagaimana pengalaman mereka terkait dengan pengajaran renang gaya bebas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari.

2. Sumber Informan

Yaitu sumber data alternatif lain yang dapat menjamin keakuratan data sekaligus memberikan informasi pelengkap tentang item yang tidak dapat diungkapkan oleh subjek penelitian. Informan ini dari 1 guru mata pelajaran PJOK Untuk memperoleh informasi data tentang pelaksanaan pembelajaran renang gaya bebas untuk meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari, peneliti memilih subyek penelitian secara purposive. Menurut Sugiyono (2015) teknik pengambilan sampel dengan suatu pertimbangan tertentu adalah sampling purposive.

Teknik analisa data yang terdapat pada penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk mengidentifikasi masalah yang sedang dipelajari dan mengumpulkan informasi yang lebih rinci dari responden.

1. Wawancara

Wawancara atau dengan mengajukan dan menjawab pertanyaan secara tatap muka dengan responden atau yang diwawancarai sambil menggunakan alat yang disebut pedoman wawancara, interview merupakan suatu cara pengumpulan informasi untuk kepentingan penelitian. Teknik wawancara terstruktur digunakan dalam penelitian ini, yang berarti bahwa setiap aspeknya telah direncanakan sebelumnya. Dalam hal ini, peneliti terlebih dahulu membuat pedoman wawancara untuk digunakan sebagai pedoman saat berbicara dengan informan untuk mengumpulkan data.

2. Dokumentasi

Dokumentasi ini digunakan peneliti sebagai data sekunder yang berguna untuk memberikan pengayaan data penelitian yang dikaitkan dengan tujuan penelitian. Data-data yang diambil berupa catatan mengenai profil, tujuan visi dan misi sekolah.

3. Observasi

Observasi adalah suatu hal yang dilakukan untuk mendapatkan data analitis dalam pencatatan secara sistematis gejala-gejala yang tampak pada objek penelitian, proses mencatat, merekam, dan memotret fenomena sosial dalam kurun waktu tertentu tanpa mempengaruhi fenomena yang diamati untuk memahami dan mencari buktinya.

Table 3 1 Pelaksanaan Pembelajaran Renang Gaya Bebas Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa di SMPN 1 Purwasari

No	Perumusan masalah	Responden	Indicator	Item
1	Pelaksanaan pembelajaran renang gaya bebas dalam meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari	Guru/siswa	1. Program 2. Jadwal 3. Tempat	1,2,3 4,5,6 7,8,9
2	Faktor Pendukung pembelajaran renang gaya bebas dalam meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari	Guru/Siswa	1. Sarana&prasarana 2. Materi 3. Guru 4. Siswa 5. Lingkungan	10,11,12 13,14,15 16,17,18 19,20,21 22,23,24
3	Hasil Pembelajaran renang gaya bebas dalam meningkatkan prestasi belajar siswa di SMPN 1 Purwasari	Guru/Siswa	1. Keterampilan 2. Prestasi Belajar	25,26,27 28,29,30

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan hasil penelitian ini dikemukakan hasil pembahasan, hasil data dari wawancara yang telah dilakukan dengan pertanyaan penelitian yaitu Pelaksanaan Pembelajaran Renang Gaya Bebas Untuk Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa Di SMPN 1 Purwasari.

Table 4 1 Kualifikasi pendidikan, status, jenis kelamin, jumlah

		Jumlah dan Status Guru	
--	--	-------------------------------	--

No	Tingkat Pendidikan	GT/PNS		GTT/Guru Bantu		Jumlah
		L	P	L	P	
1.	S3/S2	-	1	-	-	1
2.	S1	5	9	9	12	35
3.	D4	-	-	-	-	-
4.	D3	-	-	-	-	-
5.	D2	-	-	-	-	-
6.	D1	-	-	-	-	-
7.	≤ SMA/ sederajat	-	-	-	-	-
Jumlah		5	10	12	12	36

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Table 4 2 Kepala sekolah dan guru

No	Mata Pelajaran	Jumlah guru dengan latar belakang pendidikan sesuai dengan tugas mengajar				Jumlah guru dengan latar belakang pendidikan yang TIDAK sesuai dengan tugas mengajar				Jumlah
		D1/D2	D3	S1	S2/S3	D1/D2	D3	S1	S2/S3	
1.	IPA			4						4
2.	Matematika			5						5
3.	Bahasa Indonesia			5						5
4.	Bahasa Inggris			5				2		6
5.	Pendidikan Agama			3						3
6.	IPS			3						3
7.	Penjasorkes			1						1
8.	Seni Budaya			2						2
9.	PKn			3						3
10.	TIK/Prakarya			1						1
11.	Bimbingan Konseling			1						1
12.	Lainnya: B.Sunda.....									
Jumlah				36				2		35

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Table 4 3 Kepala sekolah dan guru

No	Tenaga Pendukung	Jumlah tenaga pendukung dan kualifikasi pendidikannya					Jumlah tenaga pendukung berdasarkan status dan jenis kelamin		Jumlah
		SMA	D1	D2	D3	S1	PNS	HONOR	

							L	P	L	P	
1.	Tata Usaha	2							1	1	2
2.	Perpustakaan										
3.	Laboratorium IPA										
4.	Laboratorium Komputer										
5.	Laboratorium Bahasa										
6.	PTD										
7.	Kantin										
8.	Penjaga Sekolah	2							2		2
9.	Tukang Kebun										
10.	Keamanan	1							1		1
11.	Lainnya										
	Jumlah										5

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

1. Sarana dan Prasarana

Table 4 4 Data ruang belajar

Kondisi	Jumlah dan Ukuran				Jumlah Ruang Kelas yang digunakan u/ R. Lain	Jumlah Ruang yang digunakan u/ R. Kelas (d - e)
	Ukuran < 63m ²	Ukuran 7m x 9m (63m ²)	Ukuran > 63m ²	Jumlah (a + b + c)		
	(a)	(b)	(c)	(d)		
Baik	-	8	-	-	2	10
Rusak Ringan	-	8	-	-	-	8
Rusak Sedang	-	5	-	-	-	5
Rusak Berat	-	4	-	-	-	4
Rusak Total	-	-	-	-	-	-

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Table 4 5 Data ruang belajar lainnya

Jenis Ruang	Jumlah Ruang	Ukuran (pxl)	Kondisi	Jenis Ruang	Jumlah Ruang	Ukuran (pxl)	Kondisi
1. Perpustakaan	1	15 x 8	Baik	6. Lab. Bahasa			
2. Lab. IPA	1	15 x 9	Baik	7. Lab. Komputer			
3. Keterampilan				8. Serbaguna/aula			
4. Multimedia	1		Baik	9. Lain-lain			
5. Kesenian							

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Table 4 6 Data ruang kantor

Jenis Ruang	Jumlah Ruang	Ukuran (pxl)	Kondisi*
1. Kepala Sekolah	1	9 x 6	Baik
2. Wakil Kepala Sekolah			
3. Guru	1	18 x 7	Baik
4. Tata Usaha	1	9 x 5	Baik
5. Tamu			
Lainnya:			

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Table 4 7 Data ruang penunjang

Jenis Ruang	Jumlah Ruang	Ukuran (pxl)	Kondisi	Jenis Ruang	Jumlah Ruang	Ukuran (pxl)	Kondisi
1. Gudang	1	1,5 x 8	Baik	6. Ibadah	1	7 x 9	Baik
2. KM/WC Guru	2	2 x 1,5	Sedang	7. Hall/lobi			
3. KM/WC Siswa	14	2 x 1,5	Sedang	8. Kantin	1	5 x 6	Baik
4. PMR/ Pramuka				9. Rumah Penjaga	1	7 x 6	Baik
5. OSIS	1	4 x 3	baik	10. Pos Jaga	1	2 x 2	Baik

(Sumber TU SMPN 1 Purwasari, 2022)

Siswa mengikuti pembelajaran renang dikarenakan pembelajaran yang wajib disekolah dimana siswa harus mengikuti pembelajaran tersebut meskipun siswa masih terkendala dengan melakukan gerakan renang gaya bebas.

Dalam pembelajaran renang sekolah belum menyediakan sarana dan prasarana akan tetapi sekolah sudah mengarahkan tempat pembelajaran yang terdapat sarana dan prasarana yang baik untuk menunjang pembelajaran renang.

Dalam mengatasi kendala biasanya siswa bertanya pada teman yang sudah paham ataupun bisa langsung bertanya pada guru tentang yang menjadi kendala saat pembelajaran renang.

Pada dasarnya siswa menyukai pembelajaran olahraga sehingga siswa selalu mengikuti pembelajaran renang. Pembelajaran olahraga salah satu pelajaran yang disukai oleh banyak siswa jadi tidak heran siswa selalu mengikuti pembelajaran di sekolah.

Siswa mengikuti pembelajaran renang bertujuan untuk mendapatkan pengetahuan, mengetahui teknik renang, dan supaya bisa berenang selain itu juga untuk mendapatkan nilai pembelajaran renang.

Pada saat pembelajaran renang siswa bersungguh untuk mendapatkan pengetahuan renang dan nilai pembelajaran renang. Untuk mencapai hasil belajar yang bagus pada pembelajaran renang siswa selalu berusaha semaksimal mungkin supaya hasil yang di capai memuaskan.

Tujuan pembelajaran adalah hasil belajar yang diharapkan oleh siswa setelah menyelesaikan prosedur pembelajaran tertentu. (Tung, 2017:9).

proses belajar juga dapat terjadi, bila didorong oleh lingkungan peserta didik (Roinah, 2019). Selanjutnya masalah faktor internal diantaranya: kebiasaan belajar, rasa percaya diri, kemampuan menggali hasil belajar, sikap, konsentrasi belajar, terhadap belajar, kemampuan mengolah bahan belajar, serta karakteristik siswa. Sedangkan faktor eksternal meliputi kurikulum sekolah, faktor guru, sarana prasarana dan lingkungan sosial (Anzar & Mardhatillah., 2017).

Siswa masih belum sepenuhnya menjaga kebersihan sekolah ia masih sadar dengan lingkungan sekolah kalau sekolah terlihat bersih siswa akan nyaman dalam pembelajaran dan juga akan terhindar dari penyakit. Kebersihan merupakan suatu upaya yang harus dilaksanakan oleh individu untuk menjaga diri nya agar ia tidak terserang penyakit. Ketika

kebersihan terpenuhi, maka akan muncul kenyamanan individu, keamanan, dan kesehatan. menurut Rahmadi dalam (Suciati, 2013:18-21), pengukuran kesadaran tentang kebersihan lingkungan dapat dilakukan berdasarkan tiga dimensi yaitu (1). Menyadari sikap terhadap perlindungan lingkungan, (2). Menyadari sikap terhadap pengawetan lingkungan, dan (3). Menyadari sikap terhadap pemanfaatan lingkungan secara lestari.

Untuk saat ini masih belum ada prestasi yang sudah diraih oleh siswa dalam pembelajaran renang maupun dalam pembelajaran lainnya, dan adapun untuk hasil nilai belajar siswa rata-rata lumayan cukup, menurut Gagne dan Briggs dalam (Nurrlita 2018), Hasil belajar adalah bakat individu setelah menjalani prosedur belajar tertentu. Menurut hipotesis Taksonomi Bloom, domain kognitif, emosional, dan psikomotorik adalah tiga kategori domain yang digunakan untuk memperoleh hasil belajar.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian adalah banyak siswa yang selalu mengikuti pembelajaran renang karena menyukai pembelajarannya dan supaya mendapatkan pengetahuan, teknik renang yang benar lalu agar bisa berenang dengan baik, namun masih kurang mendapatkan dalam sarana dan prasarana untuk menunjang pembelajaran renang. Dan adapun kendala yang dialami oleh siswa yaitu malu untuk bertanya kepada guru tentang gerakan renang yang benar dan sesuai. Diswa masih belum terampil dalam renang gaya bebas dan belum ada yang pernah meraih prestasi belajar tetapi untuk nilai lumayan cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Anzar, S. F., & Mardhatillah. (2017). Analisis Kesulitan Belajar Siswa pada Pembelajaran Bahasa Indonesia di Kelas V SD Negeri 20 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat Tahun Ajaran 2015/2016. *Bina Gogik*, 4(1 Maret 2017), 53–64.
- Armen, M., & Rahmadani, A. F. (2018). Kualitas Materi dan Aspek Isi Media Pembelajaran Renang Gaya Bebas Berbasis Macromedia Flash 8 Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1), 54–67.
- Endrawan, I. B., Daryanto, Z. P., & Makorohim, M. F. (2023). *Jurnal Pendidikan Olahraga PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN RENANG MELALUI MEDIA APLIKASI ADOBE FLASH CS6*. 12(1), 68–81.
- Kurnia, D. (1987). *Pedoman Melatih Atlet Prestatsi*. Diktat Jakarta.
- Prasetyo, D., Gani, R. A., & Ismaya, B. (2021). Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Renang di SMA Negeri 5 Karawang: Student Interest in Learning Swimming. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 81–89. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/JLO/article/view/4849>
- Prasetyo, E., & Yunus, M. (2017). Hubungan antara Frekuensi Gerakan Kaki Dengan Prestasi

- Renang Gaya Crawl 50 Meter. *Indonesia Performance Journal*, 1(2), 82–90.
- Roinah, R. (2019). Problematika Dalam Pembelajaran Bahasa Inggris Di Stain Bengkalis. *Quality*, 7(1), 153–166. <https://doi.org/10.21043/quality.v7i1.4966>
- Suciati. (2013). *Sikap Sadar Lingkungan Mahasiswa Jurusan Geograf*. Unnes.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi* (Sutopo (ed.)). Bandung, Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif* (S. Y. Suryandari (ed.); 3rd ed.). Alfabeta, Bandung.
- Tung, K. Y. (2017). *Desain Intructional, Perbandingan Model & Implementasinya*. CV Andi Offset.