

TINGKAT PEMAHAMAN SISWA TERHADAP GAYA RENANG PADA SISWA KELAS VIII SMP N 25 PURWOREJO TAHUN AJARAN 2018/2019 KABUPATEN PURWOREJO JAWA TENGAH

LEVEL OF UNDERSTANDING OF STUDENTS ON POOL STYLE IN CLASS VIII STUDENTS OF SMP N 25 PURWOREJO ACADEMIC YEAR 2018/2019 PURWOREJO DISTRICT CENTRAL JAVA

Oleh: Jalu Rizky Kurniawan, PJKR, FIK, UNY

Jalu.rizky2015@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Kabupaten Purworejo Jawa Tengah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 sebanyak 107 anak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey dan teknik pengumpulan data menggunakan tes obyektif. Instrumen berupa soal pilihan ganda yang dilakukan *expert judgment* oleh bapak Dr. Subagyo, M.Pd. selaku dosen ahli. Hasil uji coba dari 30 butir pertanyaan gugur 10 pertanyaan dan diperoleh 20 butir pertanyaan yang valid dan reliabel. Berdasarkan uji reliabilitas diperoleh hasil 0,781. Data pada penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo yaitu 10 siswa masuk pada kategori sangat baik (9,3%), 34 siswa masuk kategori baik (31,8%), 35 siswa masuk kategori cukup baik (33,6%), 24 siswa masuk kategori tidak baik (22,4%) dan 3 siswa masuk kategori sangat tidak baik (2,8%).

Kata kunci : *tingkat pemahaman, gaya renang*

Abstract

This study aims to determine the level of student understanding of swimming styles in class VIII SMP N 25 Purworejo Purworejo District, Central Java. This research is quantitative descriptive. The sample in this study was class VIII students of SMP N 25 Purworejo Academic Year 2018/2019 as many as 107 children. The method used in this study is a survey and data collection techniques using objective tests. The instrument is a multiple choice question that has been validated by Dr. Subagyo, M.Pd. as an expert lecturer. The results of the trial of 30 questions fall out 10 questions and 20 questions are valid and reliable. Based on the reliability test results obtained 0.781. Data in the study were analyzed using descriptive statistics with percentages. Based on the results of the study, it was found that the level of students' understanding of swimming styles in class VIII SMP N 25 Purworejo was 10 students in the excellent category (9.3%), 34 students in the good category (31.8%), 35 students in the adequate category good (33.6%), 24 students in the bad category (22.4%) and 3 students in the very bad category (2.8%).

Keywords: level of understanding, swimming style

PENDAHULUAN

Kurikulum merupakan unsur penting dalam setiap bentuk dan model pendidikan. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa kurikulum adalah seperangkat rencana dan pengaturan mengenai tujuan, isi dan bahan pelajaran serta cara yang digunakan sebagai pedoman penyelenggaraan kegiatan pembelajaran untuk mencapai tujuan pendidikan tertentu. Kurikulum yang digunakan saat ini disekolah-sekolah adalah kurikulum 2013. Tujuan kurikulum 2013 adalah untuk mempersiapkan manusia Indonesia agar memiliki kemampuan hidup sebagai pribadi dan warga Negara yang beriman, produktif, kreatif, inovatif, dan afektif serta mampu berkontribusi pada kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan peradaban dunia.

Kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berpedoman pada kompetensi inti(KI) dan kompetensi dasar(KD) dimana KI dan KD tersebut dibuat agar tujuan dari pembelajaran dapat tercapai. Pembelajaran pendidikan jasmani

olahraga dan kesehatan mencakup aktivitas permainan bola besar dan permainan bola kecil, aktivitas atletik, aktivitas beladiri, aktivitas pengembangan kebugaran jasmani, aktivitas senam, aktivitas gerak berirama, aktivitas air dan keselamatan diri, dan kesehatan. Dalam pembelajaran aktivitas air dan keselamatan diri diharapkan siswa memahami gerak spesifik gaya renang dengan koordinasi yang baik dan keselamatan diri dan orang lain di air. Kurikulum Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan(PJOK) khususnya pembelajaran renang dalam KD 4 SMP kelas VII yaitu mempraktikkan konsep gerak spesifik salah satu gaya renang dengan koordinasi yang baik. Untuk kelas VIII mempraktikkan gerak spesifik salah satu gaya renang dalam permainan air dengan atau tanpa alat.

Renang adalah salah satu olahraga dari cabang akuatik yang menyenangkan dan menyehatkan bagi tubuh, sebab melibatkan hampir seluruh otot tubuh bergerak. Olahraga ini banyak diminati oleh berbagai kalangan mulai dari balita sampai orang tua baik laki-laki maupun

perempuan. Tujuan aktivitas renang bermacam-macam diantaranya untuk olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, rehabilitasi, dan olahraga prestasi. Rata-rata di setiap kota sudah ada kolam renang bahkan tidak hanya satu kolam renang saja. Dengan adanya kolam renang setiap orang bisa melakukan aktivitas renang dengan hambatan yang dapat diminimalisir. Jika di alam seperti laut, sungai, dan danau kemungkinan terdapat hambatan alami yang mengurangi optimalisasi dalam melakukan aktivitas renang. Hambatan alami tersebut sulit untuk diminimalisir seperti ombak, badai, angin, dan banjir. Selain hampir di setiap kota ada kolam renang, kolam renang juga memudahkan kita untuk mempelajari aktivitas renang berupa gaya-gaya renang.

Olahraga renang berbeda dengan cabang olahraga pada umumnya karena dilakukan di air, yang dipengaruhi oleh daya tekan air ke atas selain faktor gravitasi bumi. Di darat tubuh manusia dapat bergerak bebas dibawah pengaruh gravitasi dalam keadaan normal, ketika di air kita harus belajar

menyesuaikan gerakan. Gerakan kaki, gerakan tangan, pengambilan nafas dan koordinasi dari ketiga gerakan tersebut akan menghasilkan sebuah rangkaian gerak yang dinamakan gaya dalam cabang olahraga renang. Terdapat beberapa gaya dalam olahraga ini, sebagaimana yang dikemukakan oleh FINA (*Federation Internationale Nation Amateur*) diantaranya adalah: gaya bebas (*free style*), gaya punggung (*back stroke*), gaya dada (*breast stroke*), dan gaya kupu-kupu (*butterfly stroke*) (Sholihin & Sriningsih, 2016: 31).

Berenang dengan posisi badan menelungkup, lengan kanan dan kiri digerakkan bergantian untuk mendayung dari depan ke belakang. Gerakan tungkai naik turun bergantian dengan gerak mencambuk merupakan gaya *crawl*. Gaya punggung sama halnya seperti gaya *crawl* gaya ini juga menggunakan satu garis lurus dipermukaan air dari ujung tangan sampai kaki tetapi dalam gaya *crawl* menggunakan posisi badan tengkurap sedangkan gaya punggung dalam posisi badan menghadap keatas. Gaya dada biasanya disebut dengan gaya katak,

karena mirip seperti gerakan katak pada umumnya. Dari gerakan tangan yang mengayun kebawah dan kaki yang ditekuk layaknya katak yang sedang berenang didalam air. Gaya *crawl*, gaya punggung, dan gaya dada termasuk didalam kurikulum pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK). Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 21 Tahun 2016 tentang standard isi pendidikan dasar dan menengah, dijenjang Sekolah Menengah Pertama(SMP) materi renang hanya ada tiga gaya saja yang diajarkan, yaitu gaya *crawl*, gaya punggung, dan gaya dada.

Pembelajaran renang di SMP N 25 Purworejo materi renang untuk setiap kelasnya dibuat sesuai dengan silabus. Materi gaya renang kelas VII diajarkan renang materi gaya dada, kelas VIII diajarkan materi renang gaya bebas, dan kelas IX diajarkan renang materi gaya dada. Pemberian materi gaya punggung tidak ada di SMP N 25 Purworejo. Pembelajaran gaya renang di sekolah hanya sekedar pemberian materi tentang gaya yang dipelajari di setiap kelasnya, tidak melakukan praktik dikolam renang

karena beberapa aspek seperti sarana dan prasarana renang tidak ada disekolah, jarak kolam renang dengan sekolah jauh, dan mempertimbangkan keselamatan saat menuju kolam renang serta keselamatan pada saat di kolam renang yang menjadi hambatan menjadikan intensitas siswa dalam melakukan aktivitas renang kurang. Dalam kurikulum PJOK renang masuk dalam kategori bintang tiga(***) dimana pembelajaran aktifitas air boleh dilaksanakan sesuai dengan kondisi, jikalau tidak bisa dilaksanakan digantikan dengan aktifitas fisik lainnya yang terdapat di lingkup materi. Dengan adanya hambatan tersebut dikhawatirkan siswa belum begitu memahami dengan benar pembelajaran mengenai gaya renang yang diajarkan disekolah.

Pemahaman didefinisikan sebagai proses berpikir dan belajar. Untuk menuju ke arah pemahaman harus diikuti dengan belajar dan berpikir. Pemahaman merupakan proses, perbuatan, dan cara memahami. Dalam Taksonomi Bloom, pemahaman adalah kesanggupan memahami setingkat

lebih tinggi dari pengetahuan. Dengan kata lain pemahaman dapat diartikan mengerti tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi. Jadi dapat disimpulkan bahwa seseorang siswa dikatakan memahami sesuatu apabila dia dapat memberikan penjelasan atau uraian yang lebih rinci tentang hal yang telah dipelajari dengan menggunakan bahasanya sendiri. Pemberian materi di SMP N 25 Purworejo tentang gaya renang hanya dua gaya saja yang di sampaikan yaitu gaya bebas dan gaya dada saja sedangkan gaya punggung tidak di sampaikan.

Pada saat observasi di sekolah beberapa siswa ditanya mengenai gaya renang sebagian ada yang sudah tahu dan sebagian lagi ada yang lupa. Pembelajaran renang di SMP N 25 Purworejo tidak dilakukan praktik renang maka dapat ditarik kesimpulan bahwa masih adanya siswa yang lupa karena siswa kurang paham pada saat materi renang. Seharusnya pada saat pemberian teori guru bisa lebih membantu siswa agar lebih tertarik dan paham dengan proses pembelajaran yang sedang berlangsung. Untuk siswa harus bisa

mencari informasi lain terkait pembelajaran renang agar siswa bisa mendapat informasi yang lebih banyak dan memperluas pengetahuan.

Berdasarkan hambatan diatas penulis ingin mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah. Tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang yang ada tentunya perlu dikaji untuk mengetahui sejauh mana siswa memahami dalam proses belajar mengajar pendidikan olahraga selama di sekolah, selain itu sangat penting dilakukan untuk siswa supaya lebih cepat bisa.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian untuk menyelidiki kondisi yang sudah ditentukan dan hasilnya berupa laporan penelitian. Penelitian ini digunakan untuk mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan keadaan tanpa menggunakan

hipotesis dan menggunakan metode survey sebagai teknik pengumpulan data (Arikunto, 2010: 3).

Penelitian deskriptif ini mempunyai maksud untuk mengetahui dan menemukan informasi serta memberikan gambaran tentang tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini ditujukan untuk siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Kabupaten Purworejo. Waktu penelitian selama 1 bulan yaitu bulan April– Mei 2019.

Target/Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah yang berjumlah 212 siswa.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan obyek yang diteliti yang dianggap mewakili terhadap seluruh populasi dan diambil dengan teknik tertentu (Arikunto,

2006: 131). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Proporsional random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 50% siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo. Apabila subjek kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, namun apabila populasi besar maka dapat diambil 10% – 15% atau 20% - 25 % dari jumlah populasi (Arikunto, 2013: 108). Teknik yang digunakan untuk menentuka sampel yaitu secara acak dengan cara diundi dari setiap kelas VIII di SMP Negeri 25 Purworejo. Sebelum penyebaran angket, peneliti menentukan 50% siswa dari jumlah populasi yang ada dari kelas, kemudian mengundi siswa dari setiap kelasnya, maka daftar nama yang keluar adalah siswa yang menjadi sampel dalam penelitian.

Data, Instrumen, Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur dan mencari informasi yang lengkap dan tepat mengenai suatu fenomena alam maupun sosial.

Instrumen penelitian adalah suatu alat pengumpul data yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2014: 92). Instrumen penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner yang di buat sendiri oleh peneliti.

Angket atau kuesioner dalam penelitian ini berisi pertanyaan – pertanyaan yang mencakup pemahaman gaya renang. Untuk memperoleh data yang akurat penelitian ini menggunakan skala Guttman.

Skala Guttman adalah skala yang digunakan untuk mendapatkan jawaban tegas dari responden, yaitu hanya terdapat dua interval seperti: setuju-tidak setuju, ya-tidak, benar-salah, positif-negatif, pernah- tidak pernah dan lain-lain. Skala pengukuran ini dapat menghasilkan pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda meupun check list, dengan jawaban yang dibuat skor tertinggi (setuju) satu dan terendah (tidak setuju) nol (Sugiyono, 2014: 139) .

Teknik pengambilan data dengan cara memberikan soal objektif

yang berisi tentang gaya renang kepada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah yang telah dipilih menjadi sampel penelitian. Pada penelitian ini untuk mengumpulkan data peneliti menggunakan salah satu instrumen yaitu dengan tes. Menurut Arikunto (2014: 193) “Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok”. Jenis instrumen tes yang digunakan adalah soal pilihan ganda (*multiple choice*).

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan metode analisis data yaitu metode statistik deskriptif yang di dalamnya akan dikemukakan cara-cara penyajian data, dengan tabel biasa maupun distribusi frekuensi; grafik garis maupun batang; diagram lingkaran; penjelasan kelompok

melalui modus, median, mean, dan variasi kelompok melalui rentang dan simpangan baku (Sugiyono, 2011: 29). Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS. Data yang telah diperoleh merupakan data kasar dari tiap-tiap butir. Selanjutnya data kasar tersebut diubah menjadi nilai dengan cara memasukkan ke dalam kategori yang telah ditentukan.

Pada pengelompokan data, akan ditentukan terlebih dahulu kategori faktor tanggapan berdasarkan acuan klasifikasi kategori, yaitu :

Tabel 1. Norma Kategori Jenjang

No.	Rentangan Normal	Kategori
1.	$X \geq M + 1,5 Sd$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 Sd < X \leq M + 1,5 Sd$	Baik
3.	$M - 0,5 Sd < X \leq M + 0,5 Sd$	Cukup Baik
4.	$M - 1,5 Sd < X \leq M - 0,5 Sd$	Tidak Baik
5.	$X \leq M - 1,5 Sd$	Sangat Tidak Baik

(Sumber: Sudijono, 2011: 453)

Keterangan:

M = Mean (rata-rata)

Sd = Standar Deviasi

Setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase sesuai dengan rumus (Sudijono, 2011: 446) dalam sebagai berikut:

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

p = presentase

f = frekuensi

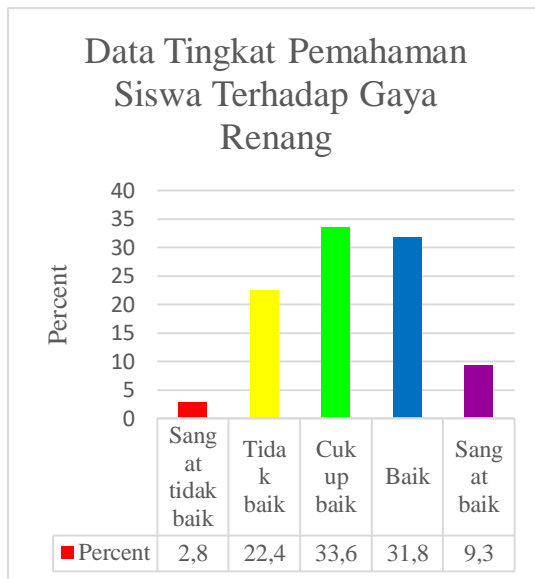
n = jumlah Subjek

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah dalam penelitian ini

secara keseluruhan diukur menggunakan angket yang berjumlah



20 butir pertanyaan dengan rentang skor 0-1, sehingga diperoleh rentang ideal 0-20. Berdasarkan hasil data penelitian dari 107 subjek penelitian diperoleh nilai minimum = 4, nilai maksimum = 17, mean = 10,11, median = 10, modus = 11, dan standard deviasi = 2,668. Deskripsi hasil penelitian tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 2. Deskripsi Hasil Penelitian Tingkat Pemahaman Siswa Terhadap Gaya Renang pada Siswa Kelas VIII SMP N 25 Purworejo

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X \geq$	Sangat	10	9,3
$11,444 <$	Baik	34	31,8
$8,776 <$	Cukup	36	33,6
$6,108 <$	Tidak	24	22,4
$X \leq$	Sangat	3	2,8
Jumlah		107	100

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Gambar 1. Grafik Tingkat Pemahaman Siswa Terhadap Gaya Renang

Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah yang masuk pada kategori sangat baik sebesar 9,3%, yang masuk pada kategori baik sebesar 31,8%, yang masuk pada kategori cukup baik sebesar 33,6%, yang masuk pada kategori tidak baik sebesar 22,4%, dan yang masuk kategori sangat tidak baik sebesar 2,8%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo Jawa Tengah sebagian besar masuk dalam kategori cukup baik dengan presentase sebesar 33,6%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo sebagian besar mempunyai pemahaman yang cukup baik. Pemahaman yang cukup baik diartikan bahwa siswa dirasa masih belum sepenuhnya memahami mengenai gaya renang. Dalam hal ini siswa hanya sekedar mengetahui tetapi belum paham secara baik mengenai gaya renang.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas diketahui tingkat pemahaman siswa terhadap gaya renang pada siswa kelas VIII SMP N 25 Purworejo Tahun Ajaran 2018/2019 Kabupaten Purworejo

Jawa Tengah yang masuk pada kategori sangat baik sebesar 9,3%, yang masuk pada kategori baik sebesar 31,8%, yang masuk pada kategori cukup baik sebesar 33,6%, yang masuk pada kategori tidak baik sebesar 22,4%, dan yang masuk kategori sangat tidak baik sebesar 2,8%.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa yang masih mempunyai pemahaman gaya renang tidak baik dan sangat tidak baik untuk lebih meningkatkan pemahaman dengan cara mencari bahan dan bertanya kepada guru yang bersangkutan, dikarenakan pemahaman terhadap gaya renang sangat penting untuk diterapkan dalam proses pembelajaran renang.

2. Bagi guru lebih lengkap dan banyak lagi memberikan materi tentang gaya renang dan renang secara keseluruhan karena tidak adanya praktik renang di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2014). *Prosedur Penelitian* Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudijono, A. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press
- Sugiyono, (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Solihin, A. O., & Sriningsih. (2016). *Pintar Belajar Renang*. Bandung: Alfabeta.