

TINGKAT PEMAHAMAN AKTIVITAS RENANG PADA SISWA KELAS XI SMAN 1 JOGONALAN KABUPATEN KLATEN T.A 2016/2017

LEVEL OF UNDERSTANDING OF SWIMMING ACTIVITY ON ELEVENTH GRADE STUDENTS IN SMAN 1 JOGONALAN KLATEN REGENCY ACADEMIC YEAR

Oleh : Alfin Ulinnuha, Universitas Negeri Yogyakarta, Alfinulinnuha@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman aktivitas renang siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dan teknik pengumpulan data yang digunakan berupa tes objektif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 sebanyak 100 anak. Data pada penelitian dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dengan persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 4 %, pada kategori tinggi sebesar 28 %, pada kategori sedang sebesar 38 %, kategori rendah sebesar 21 % dan kategori sangat rendah sebesar 9 %. Hasil tersebut diartikan tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 adalah sedang.

Kata kunci : tingkat pemahaman, aktivitas renang, siswa SMAN 1 Jogonalan kelas XI

Abstract

The research intends to determine the level of understanding of swimming activity of eleventh grade students in SMAN 1 (State High School) in Jogonalan Klaten Regency Academic Year 2016/2017. This research was descriptive quantitative research and the data collection technique used was in the form of objective test. The samples of the research were students of XI grade students in SMAN 1 Jogonalan Klaten Regency Academic Year 2016/2017 of 100 students. The data of the research were analyzed by using descriptive statistics in percentage. Based on the research result, the level of understanding of swimming activity of the XI grade students in SMAN 1 Jogonalan is 4 % in very high category, 28 % in the high category, 38 % is in the medium category, 21 % is in low category, and 9 % is in the very low category. The results imply that the level of understanding of swimming activity of eleventh grade students in SMAN 1 (State High School) in Jogonalan Klaten Regency Academic Year 2016/2017 is medium.

Keywords: level of understanding, swimming activity, XI grade students of SMAN 1 Jogonalan.

PENDAHULUAN

Aktivitas akuatik adalah aktivitas yang dilakukan di dalam air. Aktivitas akuatik dapat dilakukan di sungai, laut, pantai, kolam renang, atau danau. Perbedaan tempat melakukan aktivitas akuatik ini yang kemudian membedakan jenis aktivitas di air. Jika kegiatan ini dilakukan di pantai maka dikenal sebagai olahraga *surfing*. Jika kegiatan dilakukan di laut dikenal sebagai olahraga berlayar, *fishing*, *sky diving* atau menyelam, selancar angin, dan *boating*. Jika kegiatan dilakukan sungai dan danau dikenal sebagai olahraga dayung, kayaking, dan *kanoing*. Kegiatan aktivitas akuatik dilakukan di kolam renang dikenal sebagai aktivitas renang, loncat indah, polo air, dan yang sedang populer renang indah. Ermawan Susanto (2005: 117)

Kolam renang merupakan salah satu aktivitas akuatik. Hal tersebut terbukti dari teori di atas yang menyebutkan bahwa aktivitas renang merupakan salah satu dari aktivitas akuatik. Kolam renang memiliki

kecenderungan hambatan yang bisa diminimalisir. Sedangkan tempat natural memberikan kemungkinan hambatan alami yang bisa mengurangi optimalisasi kecakapan dalam melakukan aktivitas akuatik. Angin, ombak, badai, banjir merupakan hambatan alami yang sulit untuk diminimalisir. Kolam renang menyediakan berbagai kemudahan bagi siapa saja yang akan mempelajari aktivitas renang.

Renang merupakan salah satu cabang olahraga akuatik. Di Indonesia sendiri, olahraga ini mulai banyak digemari oleh masyarakat. Rata-rata setiap kota di Indonesia memiliki wahana kolam renang yang bisa digunakan untuk kegiatan renang. Hal itu dibuktikan dengan bermunculannya wahana-wahana kolam renang seperti *waterboom* ataupun pemanfaatan umbul (mata air) yang kini sedang trend sebagai sarana olahraga maupun rekreasi masyarakat.

Aktivitas akuatik juga digemari oleh siswa mulai dari jenjang TK, SD, SMP dan SMA, sebagai hobi maupun wahana bermain. Selain itu juga aktivitas akuatik juga termasuk salah satu materi yang wajib diajarkan pada pelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Pendidikan jasmani pada aktivitas akuatik dalam pembelajaran seorang guru disekolah hanya mengajarkan tentang renang saja. Padahal, banyak sekali cabang olahraga dari aktivitas akuatik ini seperti loncat indah, polo air, *rafting*, *snorkeling*, selancar, kano, dan ski air. Hal tersebut terjadi karena di kurikulum pendidikan jasmani seorang guru hanya memberikan materi mengajar aktivitas akuatik hanya pada cabang olahraga renang saja. Sehingga dengan keadaan tersebut banyak siswa yang kurang mengetahui cabang olahraga lain yang termasuk dalam aktivitas akuatik. Oleh karena itu, seorang guru penjas harus memberikan pengetahuan

tentang cabang olahraga lain selain renang yang termasuk dalam aktivitas akuatik.

Aktivitas akuatik juga diajarkan di SMA N 1 Jogonalan Kabupaten Klaten di kelas X, XI, XII. Seperti disekolah-sekolah yang lain, aktivitas akuatik di SMAN 1 Jogonalan ini juga hanya mengajarkan cabang olahraga renang saja dari aktivitas akuatik dimana kelas X diajarkan materi renang gaya *crawl*, kelas XI diajarkan renang gaya dada, dan kelas XII diajarkan renang gaya punggung. Pembelajaran tersebut sesuai dengan silabus dari masing-masing jenjang. Pembelajaran aktivitas renang dalam satu semester siswa hanya melakukan praktik berenang 2 kali yang dilakukan di kolam renang tirta al-barokah dan tidak ada teori di kelas yang dikhususkan untuk pemberian materi aktivitas renang. Kendala lain dalam pembelajaran aktivitas renang di sekolah adalah sekolah belum mempunyai fasilitas kolam renang dan kolam renang yang cukup

jauh dengan lingkungan sekolah. Aktivitas renang siswa yang minim dan tidak ada teori dikelas yang di khususkan untuk memahami materi aktivitas renang kemudian tidak ada fasilitas kolam renang di sekolah, maka siswa kurang memahami secara pasti akan renang tersebut. Oleh karena itu, seorang guru penjas dalam pembelajaran harus melihat dulu seberapa paham dan terampil semua siswa dalam berenang sebelum melakukan pembelajaran. Setelah melakukan itu, baru pembelajaran dimulai agar berjalan dengan baik dan yang paling penting tidak terjadi kecelakaan. Oleh karena itu, maka mengetahui tingkat pemahaman dan keterampilan siswa sangat penting sebelum melakukan pembelajaran.

Pemahaman akan aktivitas renang pada siswa cukup penting. Selain untuk menambah wawasan bagi siswa, pemahaman akan aktivitas renang juga akan memudahkan siswa sebelum belajar renang secara praktik. Selain itu juga siswa juga

akan mengerti apa saja sarana prasarana yang harus digunakan dalam aktivitas renang itu. Dengan banyaknya manfaat akan pentingnya pemahaman akan aktivitas renang itu salah satunya untuk kepentingan pembelajaran karena siswa akan lebih cepat bisa melakukan praktik setelah memahami apa yang akan dipraktikan. Oleh karena itu, pemberian pengetahuan akan aktivitas renang ini sangat penting pada siswa.

Mengetahui tingkat pemahaman siswa pada aktivitas renang sangat penting dilakukan. Hal tersebut bertujuan agar siswa lebih cepat bisa dalam melakukan praktik setelah memahami apa yang akan dipraktikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat dirumuskan masalah Upaya mengetahui tingkat

pemahaman aktivitas renang siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017. Tujuan penelitian ini Untuk Mengetahui tingkat pemahaman aktivitas renang meliputi pemahaman renang secara umum, gaya renang, sarana prasarana renang dan peraturan berenang siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Berdasarkan klasifikasi dari tujuan penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Bambang Prasetyo, dkk (2010: 42) penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena. Sedangkan berdasarkan klasifikasi teknik pengumpulan data penelitian ini adalah penelitian survey. Menurut Bambang Prasetyo, dkk (2010: 49) penelitian survey merupakan penelitian yang menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Kuesioner merupakan lembaran yang berisi

beberapa pertanyaan dengan struktur yang baku. Dalam pelaksanaan survey, kondisi penelitian tidak dimanipulasi oleh peneliti.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan kepada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten. Waktu penelitian direncanakan selama 1 bulan pada bulan Februari-Maret 2017.

Subjek Penelitian

Jumlah sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini sejumlah 100 siswa dari berbagai kelas XI yang ada di SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017. Penentuan besar sampel yang digunakan adalah penentuan besar sampel berdasarkan pertimbangan, menurut Suharsimi Arikunto (1998: 127) apabila subjek kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, selanjutnya jika populasi besar maka dapat diambil 10% – 15% atau 20% - 25 % sampel atau lebih

Berdasarkan teori tersebut, peneliti menggunakan penentuan besar sampel dengan mengambil 36% dari populasi. Berdasarkan hasil perhitungan pada subjek dengan besar populasi 279 maka sampel penelitian sebesar 100 responden. Kemudian dalam penelitian ini penentuan sampel menggunakan teknik sampel kuota (*quota sample*) dimana dalam pengambilan data dilakukan tidak mendasarkan diri pada strata atau daerah, tetapi mendasarkan diri pada jumlah yang sudah ditentukan. Dalam mengumpulkan data, peneliti menghubungi subjek yang memenuhi persyaratan populasi, tanpa menghiraukan dari mana daerah asal subjek tersebut (asal masih dalam populasi). Biasanya yang dihubungi adalah subjek yang mudah di temui, sehingga pengumpulan datanya mudah. Yang terpenting diperhatikan di sini adalah terpenuhinya jumlah kuota yang telah ditetapkan. Suharsimi Arikunto (2014: 184).

Prosedur

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik. Instrumen-instrumen penelitian dalam bidang sosial umumnya dan khususnya dibidang pendidikan khususnya yang sudah baku sulit ditemukan. Untuk itu maka peneliti harus mampu membuat instrumen yang akan digunakan untuk penelitian. Sugiyono (2016: 147).

Teknik pengambilan data dengan cara memberikan soal objektif yang berisi tentang aktivitas renang kepada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 yang telah dipilih menjadi sampel penelitian.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif. Pangestu Subagyo (1988: 1) mengatakan bahwa statistik deskriptif merupakan bagian dari statistik yang berfungsi untuk mengumpulkan data, menguji data, menentukan nilai-nilai statistik dan penentuan data, menentukan

nilai-nilai statistik dan penentuan diagram grafik mengenai suatu hal agar data mudah dibaca dan dipahami. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Untuk mencari besarnya frekuensi relatif (persentase) menurut Anas Sudjono (2006: 40) dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Subjek

Untuk memberikan makna pada skor yang ada, dibuatkan bentuk kategori atau kelompok menurut tingkatan yang ada, kategori terdiri dari 5 kelompok yaitu: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian tersebut dengan menggunakan mean (M) dan standar deviasi (SD). Untuk menentukan kriteria skor yang menggunakan penilaian

Acuan Normatif (PAN) dalam skala lima sebagai berikut.

Tabel 3. Perhitungan Kategorisasi

No	Interval skor	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X < M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

M = Mean/rerata

SD = Standar Deviasi

X = Subjek

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Deskripsi hasil penelitian tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 dalam penelitian ini secara keseluruhan diukur dengan angket yang berjumlah 20 butir pertanyaan dengan rentang skor 0 – 1, sehingga diperoleh rentang ideal 0 - 20. Berdasarkan hasil data

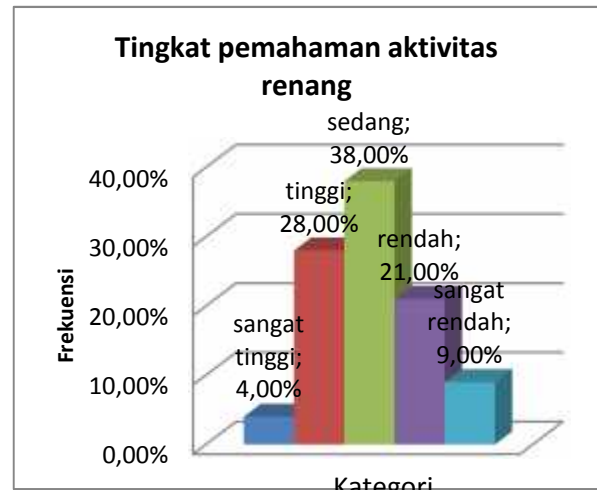
penelitian dari 100 subjek penelitian diperoleh nilai minimum = 4, nilai maksimum = 19, *mean* sebesar = 13,71, median = 14, modus = 17 dan standar deviasi = 3,37. Deskripsi hasil penelitian tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa Kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 7. Deskripsi Hasil Penelitian Tingkat Pemahaman Aktivitas Renang Pada Siswa Kelas XI SMAN 1 Jogonalan

Interval	Kategori	Frekuensi	%
$X > 18,76$	Sangat tinggi	4	4
$15,39 < X \leq 18,76$	Tinggi	28	28
$12,02 < X \leq 15,39$	Sedang	38	38
$8,65 < X \leq 12,02$	Rendah	21	21
$X \leq 8,65$	Sangat Rendah	9	9
Jumlah		100	100

Apabila ditampilkan dalam bentuk diagram terlihat pada gambar di bawah ini :

Gambar. Grafik Tingkat Pemahaman Aktivitas Renang



Berdasarkan tabel dan gambar di atas diketahui tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 4 %, yang masuk pada kategori tinggi sebesar 28 %, yang masuk pada kategori sedang sebesar 38 %, yang masuk pada kategori rendah sebesar 21 % dan yang masuk kategori sangat rendah sebesar 9 %. Hasil tersebut diartikan tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 adalah sedang.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan sebagian besar berkategori sedang dengan persentase sebesar 38 %.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa Siswa Kelas XI SMAN 1 Jogonalan mempunyai pemahaman yang sedang mengenai aktivitas renang. Kategori yang sedang diartikan bahwa siswa belum sepenuhnya memahami mengenai aktivitas renang. Dalam hal ini siswa hanya sekedar mengetahui tetapi belum paham secara baik mengenai aktivitas renang. Artinya bahwa sebagian besar siswa belum memahami mengenai faktor renang, gaya renang, sarana dan prasarana, peraturan berenang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas diperoleh tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa

kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 yang masuk pada kategori sangat tinggi sebesar 4 %, yang masuk pada kategori tinggi sebesar 28 %, yang masuk pada kategori sedang sebesar 38 %, yang masuk pada kategori rendah sebesar 21 % dan yang masuk kategori sangat rendah sebesar 9 %. Hasil tersebut diartikan tingkat pemahaman aktivitas renang pada siswa kelas XI SMAN 1 Jogonalan Kabupaten Klaten T.A 2016/2017 adalah sedang.

Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang perlu disampaikan yaitu:

1. Bagi siswa yang masih mempunyai pemahaman aktivitas renang rendah dan sangat rendah, untuk lebih meningkatkan pemahaman dengan cara mencari bahan dan bertanya kepada guru yang bersangkutan, dikarenakan pemahaman terhadap aktivitas renang sangat penting

untuk diterapkan dalam proses pembelajaran renang.

2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menggunakan sampel dan populasi yang lebih luas, sehingga analisa mengenai Pemahaman terhadap aktivitas renang dapat teridentifikasi secara lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

Anas Sudijono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo.

Anas Sudijono. (2001). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.

Bambang Prasetyo (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.

Ermawan Susanto. (2005). *Strategi Menghilangkan Fobia Air: Sebuah Pendekatan Menuju Keamanan Pembelajaran Aquatik*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Edisi Khusus, 2005

Suharsimi Arikunto. (1998). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.

Suharsimi Arikunto. (2016). *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara

Suharsimi Arikunto. (2014). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

Sugiyono. (2003). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV ALFABETA.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta