

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian adalah kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang disusun secara sistematis untuk menguji suatu permasalahan. Sedangkan metode penelitian menurut Sugiyono (2008, hlm. 2) ”Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu”. Suatu penelitian harus disusun secara sistematis berdasarkan tahapan-tahapan penelitian. Menurut Subroto dkk (2016) mengungkapkan bahwa:

Kerangka rancangan yang biasanya digunakan meliputi langkah-langkah menentukan jenis dan rancangan penelitian, waktu dan tempat (*setting*) penelitian, menentukan subjek penelitian, variabel dan definisi operasional variabel, prosedur penelitian (terdiri atas perencanaan, pelaksanaan, observasi, analisis, refleksi, dan kesimpulan) instrumen penelitian, dan teknik analisis data. (hlm. 34)

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka suatu penelitian harus dilakukan secara sistematis, terukur, dan terencana. agar penelitian bisa lebih terarah sehingga tujuan penelitian dapat tercapai dengan baik.

#### **A. Jenis dan Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Menurut Arikunto dkk (2015, hlm 194) bahwa “PTK merupakan suatu penelitian yang akar permasalahannya muncul dikelas, dan dirasakan langsung oleh guru yang bersangkutan sehingga sulit dibenarkan jika ada anggapan bahwa dalam permasalahan dalam PTK diperoleh dari persepsi/renungan seorang peneliti”. Sedangkan menurut Natalia dan Dewi (2008, hlm. 5) “PTK dilakukan dengan jalan merancang, melaksanakan, dan merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif. Tujuannya adalah untuk memperbaiki kinerja guru yang bersangkutan supaya dapat meningkatkan hasil belajar siswa”.

Berdasarkan pemaparan di atas PTK adalah salah satu penelitian yang umumnya dilakukan oleh guru untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapi, memperbaiki mutu pembelajaran serta menerapkan atau mencoba hal-hal baru yang bisa meningkatkan mutu pembelajaran.

Pada pelaksanaan PTK ini peneliti akan melakukan pembelajaran dalam dua siklus, yang setiap siklus dan tindakan-tindakan terdiri dari perencanaan pengajaran, tindakan pengajaran, observasi dan refleksi. Rancangan penelitian disebut juga rencana atau struktur dalam penelitian yang akan dilakukan, disusun sedemikian rupa agar peneliti dapat memperoleh jawaban dari penelitiannya, selain itu dilaksanakannya PTK diantaranya untuk meningkatkan kualitas pendidikan atau pengajaran yang diselenggarakan oleh guru/pengajar-peneliti itu sendiri, yang dampaknya diharapkan tidak ada lagi permasalahan yang mengganjal di kelas.

## **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama kurang lebih 1 bulan yang disesuaikan dengan jadwal pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah tersebut. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 29 Juli 2017 sampai dengan 12 Agustus 2017. Penelitian ini dilaksanakan di Kolam Renang UPI Bandung.

Alasan peneliti memilih lokasi ini adalah peserta didik yang secara umum sangat antusias untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah namun sarana dan prasarananya kurang menunjang untuk dilakukannya penelitian ini, untuk itu peneliti hendak meneliti seberapa besar efektifitas media atau alat pelampung ketika digunakan pada saat pembelajaran renang. Pembelajaran yang dilaksanakan adalah pembelajaran renang gaya dada pada siswa kelas V SD Laboratorium Percontohan UPI Bandung Kecamatan Sukasari Kabupaten Bandung tahun pelajaran 2017/2018.

## **C. Subjek Penelitian**

Jaya, 2017

*UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA DADA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PELAMPUNG*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Subjek penelitian dalam PTK ini adalah siswa kelas V SD Laboratorium Percontohan UPI Bandung yang berjumlah 25 siswa dengan 10 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Peserta didik di sekolah ini berasal dari latar belakang keluarga yang berbeda-beda, orang tua mereka berasal dari profesi yang berbeda-beda pula, ada yang berprofesi sebagai pedagang, karyawan, guru, dan lain-lain.

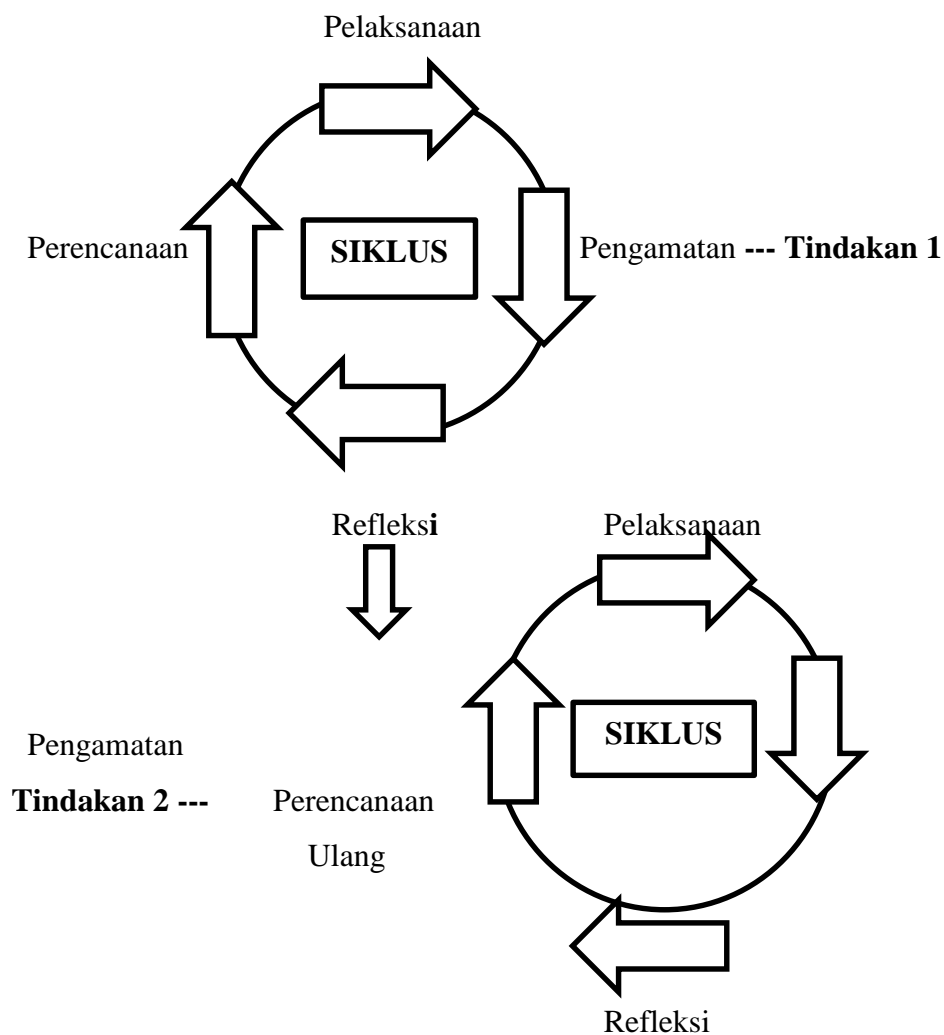
#### **D. Variabel Penelitian**

Variabel adalah gejala yang dijadikan objek pengamatan dalam penelitian. Menurut Sugiyono (2008, hlm. 60) mendefinisikan variabel sebagai “Segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulannya“. Dalam PTK ada tiga variabel yang akan dikaji yaitu variabel input, variabel proses dan variabel output.

1. Variabel input dari penelitian ini adalah kelas V SD Laboratorium Percontohan UPI Kota Bandung.
2. Variabel proses penelitian ini adalah penerapan media atau alat bantu pelampung yang bertujuan untuk dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar renang gaya dada siswa.
3. Variabel output dari penelitian ini adalah meningkatkan keterampilan gerak dasar renang gaya dada siswa yang dipengaruhi oleh adanya variabel input dan output dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan menerapkan media atau alat bantu pelampung pada saat pembelajaran, sehingga terjadi perubahan keterampilan gerak dasar renang gaya dada siswa berupa perubahan dalam bentuk meningkatnya keterampilan renang gaya dada siswa dalam proses pembelajaran.

#### **E. Prosedur Penelitian**

Sehubungan Penelitian tindakan kelas ini mengacu pada model penelitian tindakan kelas Kurt Lewin (dalam Subroto dkk, 2016, hlm. 37) yaitu “Prosedur PTK merujuk pada rancangan penelitian tersebut yang dirancang secara bertahap yaitu tahap menentukan rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, analisis dan refleksi”. Tahap-tahapan ini bersifat daur ulang atau siklus, berikut ini disajikan gambar pertahapannya:



**Gambar 3.1**  
**Prosedur atau Tahapan SPTK**  
 (Subroto dkk, 2016, hlm. 37)

## F. Rencana Tindakan

Rencana pembelajaran dalam suatu penelitian tindakan haruslah tersusun dengan memperhitungkan segala sesuatu yang mungkin bisa terjadi. Seperti yang diungkapkan oleh Kunandar (2008, hlm. 91) “Rencana tindakan merupakan tindakan pembelajaran kelas yang tersusun dan dari segi definisi harus perspektif atau memandang ke depan pada tindakan dengan memperhitungkan peristiwa-peristiwa tak terduga, sehingga mengandung sedikit risiko”. Menurut pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa rencana tindakan dalam suatu penelitian harus tersusun dengan baik, dengan memperhitungkan peristiwa yang tidak terduga. Sehingga rencana tersebut dapat berperan untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi.

Dalam menentukan tindakan, peneliti berperan sebagai aktor (guru) dibantu oleh observer (guru penjas atau teman sejawat) untuk melakukan rancangan tindakan. Ada beberapa hal yang harus dilakukan oleh peneliti dan observer diantaranya adalah sebagai berikut:

### **1. Perencanaan**

Pada tahap ini peneliti menentukan suatu perencanaan tindakan sebagai langkah awal sebelum melangkah ke pelaksanaan penelitian. Peneliti adalah guru yang mengajar mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, Sedangkan observer adalah guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dari Sekolah Dasar Laboratorium Percontohan UPI Kota Bandung dan teman sejawat. Tahap ini juga disebut sebagai tahap pra lapangan, dalam pra lapangan peneliti melakukan observasi dilapangan dengan cara mengamati kondisi dalam proses belajar dan mengajar antara siswa dan guru. Secara rinci beberapa langkah yang dilakukan oleh peneliti dalam tahap perencanaan ini sebagai berikut:

- 1) Membuat rencana program pembelajaran (RPP) dengan menerapkan penerapan media atau alat bantu yaitu pelampung dalam pembelajaran renang.
- 2) Peneliti membuat lembar observasi:
  - a) Sebuah catatan kosong yang bertujuan untuk melihat dan mengamati bagaimana kondisi belajar mengajar di lapangan.

- b) Dengan menggunakan alat elektronik (*handphone* atau *camera*) untuk merekam atau mendokumentasikan fakta atau data-data penting yang diambil selama proses pembelajaran berlangsung.
- 3) Jurnal harian yaitu salah satu alat untuk mengumpulkan data dimana peneliti mencatat segala aspek pembelajaran dari awal pembelajaran sampai akhir pembelajaran.
- 4) Menyiapkan sarana dan prasarana (fasilitas dan alat) untuk kegiatan pembelajaran renang.

## **2. Pelaksanaan Tindakan**

Dalam pelaksanaan tindakan, peneliti berperan sebagai pengajar atau guru yang terlibat dalam penelitian tindakan. Langkah-langkah penelitian dalam pelaksanaan tindakan adalah sebagai berikut:

- 1) Peneliti menerapkan rencana pembelajaran dengan menerapkan penerapan media atau alat bantu yaitu pelampung dalam pembelajaran renang.
- 2) Guru langsung melakukan pengamatan terhadap pelaksanaan tindakan secara sistematis dan objektif dengan menggunakan format observasi yang telah disiapkan.
- 3) Setelah pembelajaran berakhir, peneliti mencatat segala bentuk kegiatan, kejadian, kendala-kendala yang muncul selama pembelajaran berlangsung ke dalam lembar observasi yang telah disiapkan.

## **3. Observasi**

Tahap observasi ini yaitu tahap perekaman data yang meliputi proses dan hasil dari pelaksanaan kegiatan. Kegiatan observasi dalam penelitian ini dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan pembelajaran. Untuk mempermudah pelaksanaan observasi, penulis dibantu oleh observer (guru mata pelajaran pendidikan jasmani atau teman sejawat). Objek yang diamati difokuskan pada aktivitas dan efektivitas siswa selama pembelajaran dilaksanakan.

## **4. Refleksi**

Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis, refleksi dan interpretasi (pemaknaan) terhadap semua data yang diperoleh dari hasil observasi, sehingga dapat diketahui apakah tindakan yang dilakukan telah mencapai tujuan. Hasil yang didapatkan dalam tahap observasi dikumpulkan serta di analisa dalam tahap ini. Dari hasil observasi guru dapat merefleksikan diri dengan melihat data observasi apakah kegiatan yang dilakukan telah dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar renang gaya dada siswa dalam pembelajaran aktivitas renang. Pemaknaan hasil observasi ini dijadikan dasar untuk melakukan evaluasi sehingga dapat disusun langkah-langkah dalam tindakan berikutnya.

Penelitian tindakan kelas ini akan dilakukan dengan dua siklus, dalam satu siklus terdapat dua tindakan. Berikut di bawah ini adalah langkah-langkah pembelajaran siklus pelaksanaan tindakan dalam penelitian tindakan kelas:

### **Siklus I:**

#### **1. Perencanaan**

Perencanaan Materi pembelajaran disesuaikan dengan program pengajaran pendidikan jasmani yang telah ditetapkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yaitu pembelajaran aktivitas renang gaya dada.

Pada siklus I tindakan ke-I tugas geraknya adalah melakukan gerakan kaki dengan memakai pelampung, gerakan kaki yang dilakukan dengan posisi yang bervariasi. Sebelum siswa melakukan gerakan inti, guru menginstruksikan siswa untuk melakukan sebuah pemanasan di air. Setelah siswa melakukan pemanasan melalui permainan, guru menginstruksikan siswa untuk berkumpul, kemudian guru menjelaskan gerak dasar renang gaya dada.

Kemudian setelah guru menjelaskan cara melakukan gerakan renang gaya dada, siswa diberikan tugas melakukan gerakan kaki dengan posisi telungkup dan tendangan kaki yang dilakukan hanya satu kali sebanyak 10 kali repetisi. Kemudian setelah itu siswa diberikan tugas melakukan gerakan kaki dengan posisi terlentang dengan tendangan kaki hanya satu kali sebanyak 10 kali repetisi. Selanjutnya siswa diberikan tugas gerak dengan posisi telungkup kembali dengan tendangan kaki sebanyak 2 kali sebanyak 10 kali repetisi. Kemudian siswa diberikan tugas gerak kembali dengan posisi terlentang dengan

tendangan kaki 2 kali sebanyak 10 kali repetisi dengan menggunakan pelampung.

Kemudian di siklus I tindakan ke-II tugas gerakanya adalah gerakan kaki dan lengan renang gaya dada. setelah guru mengevaluasi kegiatan pembelajaran renang minggu kemarin, guru kemudian menerapkan pembelajaran selanjutnya yaitu pembelajaran pada gerakan kaki dan lengan dalam renang gaya dada, untuk tugas gerak yang diberikan oleh guru yaitu siswa diberikan tugas melakukan gerakan kaki sebanyak 10 kali repetisi untuk mengulang kembali pembelajaran minggu kemarin, kemudian selanjutnya guru memberikan tugas gerak dengan menggerakkan lengan saja hanya 1 kali kayuhan tangan sebanyak 10 kali repetisi. Selanjutnya guru memberikan tugas gerak pada siswa yaitu menggerakkan lengan dengan 2 kali kayuhan tangan dan sebanyak 10 kali repetisi. Selanjutnya guru memberikan tugas gerak pada siswa yaitu cara pengambilan nafas dalam renang gaya dada dengan menggunakan pelampung.

Pada saat permainan kasti, peraturan permainannya sama seperti tindakan ke-1 namun ada peraturan baru dalam permainannya, yaitu siswa harus melewati semua base, dari base I, II dan III. Kemudian untuk bola yang digunakan tetap memakai bola tenis dan alat pemukul yang sudah dimodifikasi dengan ukurannya yang lebih lebar papan pemukul kasti yang sebenarnya.

## **2. Pelaksanaan Tindakan**

Melaksanakan kegiatan pembelajaran (KBM) sesuai dengan rencana (skenario pembelajaran) yang telah ditetapkan di siklus I tindakan ke-I dan ke-II.

## **3. Pengamatan atau Observasi**

Mengamati proses pembelajaran sekaligus mengevaluasi penguasaan tugas gerak yang sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan di siklus I tindakan ke-I dan ke-II.

## **4. Refleksi**

Mengevaluasi secara total berkenaan dengan proses dan hasil yang dicapai pada siklus I untuk menentukan tindakan berikutnya di siklus II.

## **Siklus II:**



## **1. Perencanaan**

Materi pembelajaran disesuaikan dengan program pengajaran pendidikan jasmani yang telah ditetapkan dalam Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) yaitu pembelajaran renang gaya dada.

Pada siklus II tindakan ke-I sama halnya dengan siklus I tindakan 2 hanya saja pemberian tugas gerakanya yang berbeda. Sebelum kegiatan inti siswa diberikan aktivitas permainan di air, supaya siswa merasa senang pada saat pembelajaran. Setelah siswa melakukan pemanasan melalui permainan, guru menginstruksikan siswa untuk berkumpul, kemudian guru menjelaskan kegiatan inti yaitu pembelajaran renang gaya dada, setelah menjelaskan cara berenang gaya dada guru kemudian memberikan tugas gerak pada siswa yaitu menggerakkan kaki gaya dada dengan memakai pelampung sebanyak 10 kali tendangan kaki dan posisi kepala berada di dalam air. Setelah itu guru memberikan tugas gerakan koordinasi antara gerakan lengan dan gerakan mengambil nafas sebanyak 10 kali repetisi. Kemudian guru memberikan tugas kepada siswa untuk melakukan gerakan renang gaya dada normal.

Pada siklus II tindakan ke-II tugas gerakanya adalah gerakan koordinasi antara gerakan kaki, lengan dan mengambil nafas. Seperti pada siklus II tindakan I sebelum melakukan aktivitas ini siswa diberikan sebuah aktivitas permainan, sehingga siswa merasa senang dan termotivasi pada saat melakukan kegiatan pembelajaran. Setelah guru memberikan pemanasan, kemudian guru menjelaskan terlebih dahulu bagaimana gerakan renang gaya dada normal atau seutuhnya, sehingga siswa dapat memahami bagaimana cara melakukan gerakan renang gaya dada tersebut.

## **2. Pelaksanaan Tindakan**

Melaksanakan kegiatan pembelajaran (KBM) sesuai dengan rencana (skenario pembelajaran) yang telah ditetapkan di siklus I tindakan ke-I dan ke-II.

## **3. Pengamatan atau Observasi**

Mengamati proses pembelajaran sekaligus mengevaluasi penguasaan tugas gerak yang sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan di siklus I tindakan ke-I dan ke-II.

#### 4. Refleksi

Mengevaluasi secara total berkenaan dengan proses dan hasil yang dicapai pada siklus I untuk menentukan tindakan berikutnya di siklus II.

### G. Instrumen Penelitian

Instrumen utama yang menjadi alat pengumpul data dalam penelitian tindakan kelas ini adalah peneliti itu sendiri. Menurut Sugiyono (2008, hlm.102) “ Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Selain itu, peneliti juga menggunakan instrumen-instrumen lain sebagai alat bantu dalam melakukan penelitian. Instrument yang digunakan untuk memperoleh data hasil peningkatan keterampilan gerak dasar renang gaya dada dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan instrumen pengamatan Tes keterampilan gerak dasar renang gaya dada menurut Nurhasan, (2013, hlm. 237 – 238) “mengemukakan bahwa tes yang dapat dilakukan terhadap penelitian renang gaya dada dapat diukur melalui instrument penilaian penguasaan gerak Gaya Dada cabang olahraga Renang.” Instrument tesnya antara lain sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Instrumen Penilaian Penguasaan Gerak Gaya Dada**  
**Cabang Olahraga Renang**

Tahap gerak	No	Kriteria Penilaian	Skor			
			1	2	3	4
Persiapan	1	Tubuh Lurus diatas Permukaan air				
	2	Kedua tangan lurus kedepan $\pm$ 10 – 15 cm di bawah air				
	3	Kedua kaki lurus kebelakang lebih rendah dari posisi lengan				

	4	Pandangan berpusat pada tangan hingga batas air berada pada alis mata				
Pelaksanaan	5	Gerak tangan dimulai dengan gerak menggapai kedua lengan kedepan dibawah air $\pm 10 - 15$ cm				
	6	Telapak tangan menekan keluar arah bawah dan Belakang				
	7	Kedua siku ditekuk kearah dalam, hingga tangan secara bersama-sama memutar dan menekan didepan dagu dan luncur kan kembali kedua lengan kedepan secara bersama-sama				
	8	Gerak kaki, dimulai dengan mengangkat tumit dan menarik bersama-sama kearah pinggul (pantat)				
	9	Putaran pergelangan kaki keatas hingga telapak kaki menghadap Belakang				
	10	Tendangan kedua kaki kebelakang (dorong kebelakang) dibawah permukaan air $\pm 10-15$ Cm hingga lurus dan rapat				
	11	Gerak pengambilan nafas, dilakukan saat tangan kira-kira berada setengah jalan waktu gerak menarik maka: - Tubuh bagian atas terangkat dari permukaan air dan hirup udara dari mulut - Pada saat kedua lengan membuat lingkaran hingga masuk sebatas alis mata dan pada saat itu nafas dihembuskan dari mulut				
Gerak Lanjutan ( <i>Follow thought</i> )	12	Kedua siku ditekuk kearah dalam, hingga tangan secara bersama-sama memutar dan menekan didepan dagu dan luncur kan kembali kedua lengan kedepan secara bersama-sama				
Nilai Proses (Jumlah Skor Siswa)						
Skor Maksimal						48

Table 3.2

**Kriteria Norma Penilaian Penguasaan Gerak Gaya Dada  
Cabang Olahraga Renang**

Presentase	Rentang skor	Nilai produk
80-100	38-48	Baik Sekali
66-79	32-37	Baik

Jaya, 2017

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA DADA DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PELAMPUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

56-65	27-31	Cukup
41-55	20-26	Kurang
0-40	0-19	Kurang sekali

a. Dokumentasi

Dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti berupa foto-foto ketika proses pembelajaran berlangsung, absensi siswa untuk mengetahui nama dan jumlah anak.

b. Catatan dan Lapangan

Catatan lapangan merupakan salah satu cara melaporkan hasil observasi, refleksi dan reaksi terhadap masalah-masalah selama penelitian. Catatan lapangan ini digunakan untuk mencatat semua hasil pengamatan observer selama pembelajaran berlangsung, hal-hal yang diamati oleh observer selama pembelajaran baik itu mengenai kinerja guru, pemberian materi, feedback yang diberikan anak terhadap pembelajaran yang diberikan, dan lain-lain dicatat oleh observer dalam catatan data lapangan.

**Gambar 3.2**

**Format Catatan Lapangan**

Catatan Lapangan	
Siklus	:
Hari/Tanggal	:
Waktu	:
Pengajar	:
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	
Observer	

1. Sumber data: yang menjadi data dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Laboratorium Percontohan UPI Kota Bandung.
2. Jenis data: jenis data yang didapat adalah data kualitatif yang terdiri dari hasil belajar, rencana pembelajaran, dan hasil observasi terhadap pelaksanaan pembelajaran.
3. Teknik pengumpulan data: data hasil belajar diambil dengan memberikan tes berupa pembelajaran renang gaya dada, data tentang situasi pembelajaran pada saat dilaksanakan tindakan diambil dengan menggunakan lembar observasi.

### I. Teknik Analisis Data

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus penelitian memakai analisis kualitatif dan kuantitatif karena berupa angka dan berupa kata-kata (narasi) menggunakan presentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam proses kegiatan pembelajaran. Proses analisis dimulai dari awal sampai akhir pelaksanaan tindakan. Data yang terkumpul dapat dianalisis dari tahap orientasi sampai tahap akhir dalam pelaksanaan tindakan dengan disesuaikan pada karakteristik, focus masalah, serta tujuan. Kriteria dan ukuran keberhasilan tujuan peneliti ditentukan berdasarkan hasil evaluasi belajar secara individu hasil evaluasi belajar siswa didapatkan dari tes kinerja siswa, berikut perhitungan kinerja siswa berdasarkan hasil tes instrument penilaian keterampilan gerak dasar renang gaya dada.

1. Mencari nilai rata-rata dari setiap tindakan, dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

$\bar{x}$  = Nilai rata-rata yang dicari

$\sum X$  = Jumlah skor yang diperoleh

N = Banyaknya subjek

X = Skor setiap subjek

2. Mencari nilai Presentase (%), dengan rumus:

$$P = \bar{x} \times 100 \%$$

Keterangan:

P = Nilai Prosentase

$\bar{x}$  = Nilai Rata-rata

Penulisan menggunakan lembar observasi yang diberikan kepada observer, yaitu lembar observasi siswa. Lembar observasi ini berisikan penilaian aspek motoric, yaitu keterampilan gerak dasar renang gaya dada.