

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS
MENGGUNAKAN ALAT BANTU MODIFIKASI PEMBELAJARAN
PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 KALIJATI**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**



Oleh:

ARDHYA PRAMESTI

1500719

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN
REKREASI**
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2019

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS
MENGGUNAKAN ALAT BANTU MODIFIKASI PEMBELAJARAN
PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 KALIJATI**

Oleh

Ardhya Pramesti

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Ardhya Pramesti 2019

Universitas Pendidikan Indonesia

April 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN
ARDHYA PRAMESTI
1500719**

**UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA
BEBAS MENGGUNAKAN ALAT BANTU MODIFIKASI
PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VIII SMP 4 NEGERI
KALIJATI**

disetujui dan disahkan oleh :
Pembimbing I


Dr. Hj. Tite Juantine, M.Pd
NIP 196807011992032001

Pembimbing II



H.Carsiwan, M.Pd.
NIP 197101052002121001

Mengetahui
Ketua Departemen Pendidikan Olahraga


Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. AIFO
NIP 19620718198031004

ABSTRAK

Ardhya Pramesti.Nim 150719 skripsi :Upaya Peningkatan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Menggunakan Alat Bantu Modifikasi Kelas VIII Di

Ardhya Pramesti, 2019

UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MENGGUNAKAN ALAT BANTU MODIFIKASI PEMBELAJARAN PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 4 KALIJATI

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

SMP Negeri 4Kalijati. Skripsi ini di bimbing oleh Dr.Hj.Tite Julantine,M.Pd .dan H.Carsiwan,M.Pd. Program Studi PJKR. Universitas Pendidikan Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar menggunakan alat bantu modifikasi pembelajaran terhadap hasil belajar renang gaya bebas. Metode penelitian adalah eksperimen dengan desain penelitian adalah *Pretest-Posttest Control Group Design*. Populasi digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Kalijati. dengan sampel sebanyak 40 orang siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes hasil belajar renang gaya bebas,(Rahima, Ahmad Atiq, 2013).Uji Hipotesis ini menggunakan dengan kriteria pengambilan keputusan nilai $\text{sig} > \text{nilai } \alpha (0.05)$ maka H_0 diterima apabila $\text{sig} < \text{nilai } \alpha (0.05)$ maka H_0 ditolak. Di peroleh hasil $(0.03) < (0.05)$ yang artinya Terdapat pengaruh yang signifikan dari penggunaan alat bantu modifikasi terhadap hasil belajar renang gaya bebas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan alat bantu modifikasi pembelajaran memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil belajar renang gaya bebas kelas VIII di SMP Negeri 4 Kalijati.

Kata kunci : Alat Bantu Modifikasi, Hasil Belajar Renang Gaya Bebas

**Mahasiswa Departemen Pendidikan Olahraga 2015*

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMAKASIH	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 BatasanPenelitian	6
1.5 ManfaatPenelitian.....	7
1.5.1 ManfaatTeoritis.....	7
1.5.2 ManfaatPraktis	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Belajar.....	8
2.1.1Pengertian Belajar	8
2.1.2 Ciri-ciriBelajar	10
2.1.3 Faktor-faktorBelajar	11
2.2Pembelajaran.....	12
2.2.1 Pengertian Pembelajaran	12
2.3 Perkembangansiswa SMP	13
2.4 Renang	15
2.4.1 OlahragaRenang	15
2.4.2 Prinsip-prinsipBerenang	16
2.4.3 PembelajaranRenang	17
2.4.4Renang Gaya Bebas.....	18
2.4.5 TeknikRenang Gaya Bebas.....	18
2.5 Modifikasi	21
2.5.1 ModifikasiPembelajaranPenjas.	23
2.5.2 Modifikasi Media Pembelajaran Yang Digunakan	24
2.6 KerangkaBerpikir.....	25
2.7 Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28

3.1 Desain Penelitian	28
3.2 Partisipan	31
3.3 Populasidan Sampel	32
3.3.1 Populasi	32
3.4 Sampel	33
3.5 Instrumen Penelitian	34
3.5.1 Tes	34
3.5.2 Observasi	35
3.6 Pelaksanaan Penelitian	41
3.7 Prosedur Penelitian	41
3.8 Analisis Data	42
3.8.1 Teknik Analisis dan Pengolahan Data	43
3.8.2 Uji Normalitas	43
3.8.3 Uji Homogenitas	44
3.8.4 T Test	44
3.8.5 Uji Hipotesis	45
BAB IV PENGOLAHAN DATA DAN ANALISIS DATA	46
4.1 Hasil Pengolahan Data dan Analisis Data	46
4.1.1 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata dan Simpangan Baku	46
4.1.2 Uji Normalitas	47
4.1.3 Uji Homogenitas	47
4.1.4 T test	48
4.2 Pengujian Hipotesis	49
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Saran dan Rekomendasi	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	54

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi, (1996), ProsedurPenelitianSuatuPendekatanPraktek, Jakarta :PTRinekaCipta.

Badruzaman. (2007). *Modul Teori Renang 1*. Badruzaman.

Bíró, M. (2015). *S Wimming History Technique*. Retrieved from <http://oszkdk.oszk.hu/beszolgaltatas/index.php> TÁMOP-4.1.2.E-15/1/Konv-2015-0001

Chambliss, J. J. (2003). John Dewey's Philosophy of Education Before Democracy and Education. *Education and Culture*, XIX(1), 1–7. Retrieved from <http://docs.lib.psu.edu/eandc/vol19/iss1/art2/>

de Houwer, J., Barnes-Holmes, D., & Moors, A. (2013). What is learning? On the nature and merits of a functional definition of learning. *Psychonomic Bulletin and Review*, 20(4), 631–642. <https://doi.org/10.3758/s13423-013-0386-3>

Dimyati, & Mudjiono. (2009). Learning and Teaching. *Education*, 1, 8–37.

Drs. Yoyo Bahagia, M. P. (2009). MODIFIKASI PEMBELAJARAN, 1–18.

Hamalik, P. D. O. (2012). Belajar dan Mengajar. *Education*, 9–52.

Lachman, S. J. (1997). Learning is a process: Toward an improved definition of learning. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 131(5), 477–480. <https://doi.org/10.1080/00223989709603535>

Publications, E. H., Barron, A. B., Hebert, E. A., Cleland, T. A., Fitzpatrick, C. L., Hauber, M. E., ... Stevens, J. R. (2015). DigitalCommons@University of Nebraska-Lincoln Embracing multiple definitions of learning. *Papers in the Biological Sciences*, 7. <https://doi.org/10.1016/j.tins.2015.04.008>

Raehang. (2014). Pembelajaran Aktif Sebagai Induk Pembelajaran Kooperatif. *Jurnal Al-Ta'dib*, 6(1), 149–167. Retrieved from

Rahima, Ahmad Atiq, W. Y. (2013). KETERAMPILAN GAYA BEBAS (CRAWL) DALAM OLAHARAGA RENANG PADA MAHASISWA PENJASKESREK UNTAN ANGKATAN 2013. *Pendidikan Jasmani*, 1–12.

Rahmadi, D. F. (2014). PENGARUH MODIFIKASI ALAT BANTU TERHADAP KEMAMPUAN MELUNCUR DALAM RENANG. *Pendidikan Jasmani*, (813051015), 131. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.4236/ojo.2014.48035>

Ramzaninezhad, R., Rahmaninia, F., Hemmatinezhad, M. A., Benar, N., & Keshtan, M. H. (2016). Goals of participation in physical education classes Goals of participation in physical education classes. *Physical Education*, (June), 1–6.

Singgih.(1989). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: GunungMulia.

Solichin, M. M. (2006). BELAJAR DAN MENGAJAR DALAM PANDANGAN AL-GHAZÂLÎ Mohammad Muchlis Solichin. *Tadris*, Vol 1 No 2, 1–16. Retrieved from file:///C:/Users/D5C/Downloads/202-270-1-SM.pdf

Sugiono, (2012). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung. Alfabeta.

Sunhaji, & jurnal kependidikan. (2014). Konsep Manajemen Kelas dan Implikasinya dalam Pembelajaran. *Jurnal Kependidikan*, 2(2), 30–46.

Wahyudi, U. (2015). Pembelajaran renang dengan pendekatan bermain terhadap keterampilan mengapung. *Pendidikan Jasmani*, 25(5), 105–113.

Yusuf, S. (2004). *PsikologiPerkembanganAnakdanRemaja*. Bandung: PT RemajaRosdakarya.