

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Berenang merupakan suatu aktifitas gerak yang dilakukan di dalam air. Karena itu olahraga ini dikategorikan sebagai olahraga akuatik. Menurut Rushall (2013:1) mengemukakan bahwa:

Olahraga berenang adalah olahraga yang unik. Perbandingannya dibandingkan dengan olahraga yang alaindari energy yang digunakan, dan bentuk pergerakan dan waktu istirahat. Hal itu yang membuat berenang menjadi berbeda dengan aktivitas yang dilakukan di udara.

Melakukan aktivitas di dalam air sangat sungguh berbeda dengan melakukan aktivitas di darat. Karena di air hambatan dan tekanan yang lebih besar terhadap gerakan, sehingga gerakan menjadi berat. Sebaliknya kebanyakan olahraga yang dilakukan di darat hambatan dan tekanannya sangat kecil, karena tekanannya hanya berupa angin. Belajar berenang khususnya bagi pemula atau anak-anak yang baru belajar renang membutuhkan penanganan secara khusus, yaitu diawali dengan pengenalan air dan tentang gerak dasar renang.

Dari hasil pengamatan peneliti saat proses pembelajaran renang pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bandung sering kali menemukan kesulitan, melihat dari nilai KKM yang harus dicapai cukup tinggi yaitu sebesar 78. Para siswa ketika turun ke air ternyata masih banyak yang takut dan tidak berani terutama siswa putri. Proses guru dalam pembelajaran masih secara kaku yang membuat siswa kurang antusias dalam mengikuti pembelajaran renang.

Untuk mengatasi hal tersebut banyak cara antara lain, salah satunya dengan cara menggunakan pendekatan permainan air. Oleh karena itu berdasarkan kenyataan yang ada maka peneliti ingin meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa, melalui proses kemampuan guru dalam pembelajaran dan partisipasi siswa dalam proses pembelajaran renang melalui permainan, salah satunya permainan air. Secara khusus permainan air dapat meningkatkan keberanian siswa dan mengurangi

MILA MAULIDA, 2018

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR RENANG SISWA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN AIR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KELAS VII

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

ketakutan terhadap air dapat diatasi sehingga dapat meningkatkan kemampuan renang siswa.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan yang melibatkan aktivitas jasmani, yang disusun secara sistematis dan bertahap berdasarkan tingkat pertumbuhan serta perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, membentuk potensi-potensi yang ada dan membentuk kepribadian individu yang berintelektual dan kepribadian sosial guna mencapai tujuan pendidikan. Menurut Syarifudin, dkk dalam Santoso, (2009:3) menjelaskan bahwa:

Pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan positif bagi setiap warga Negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Pendidikan sangatlah penting, karena pendidikan merupakan proses pengembangan kemampuan diri setiap individu, kemajuan serta keberhasilan suatu bangsa sangat bergantung kepada pendidikan. Berdasarkan UU. No. 20 Tahun 2003 mengenai Sistem Pendidikan Nasional dalam pasal 3, mengemukakan bahwa:

Tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan aktivitas fisik saja, melainkan juga mengembangkan aspek-aspek kognitif, emosional, mental, sosial, moral dan estetika. Menurut Piaget, dalam Juliantine dkk, (2012:7) “Tujuan utama pendidikan adalah untuk mengembangkan individu menjadi individu-individu yang kreatif, berdaya cipta, dan yang dapat menemukan atau discover”. Dengan demikian pendidikan merupakan salah satu proses yang wajib diikuti dalam kehidupan setiap individu dan memiliki fungsi serta peranan penting bagi pembentukan karakter bangsa dari suatu Negara.

MILA MAULIDA, 2018

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR RENANG SISWA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN AIR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KELAS VII

Universitas Pendidikan Indonesia
perpustakaan.upi.edu

| repository.upi.edu |

Pendidikan jasmani Pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu jg sekaligus sebagai tujuan.

Menurut Stevens A, dkk (2016) mengemukakan bahwa “Anak-anak muda dihadapkan dengan kehidupan yang banyak duduk (kurang gerak), dengan aktivitas fisik yang sering terlantar karenan menonton televisi, berselancar internet dan video game”. Melalui pendidikan jasmani siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Yang jika ini dibiarkan akan menjadi masalah besar seperti timbulnya obesitas pada anak-anak usia muda yang menjadi permasalahan dua saat ini, seperti yang disampaikan WHO dalam Stevens A (2016) “The Prevalence of childhood obesity and associated comorbidities are a global problem”.

Fenomena aktivitas fisik dalam kehidupan anak-anak yang demikian dinamis merupakan peluang dan tantangan besar pendidikan jasmani karena banyak faktor lain yang mempengaruhinya. Seperti yang dikemukakan Sallis dkk. (2000); dalam literature. “Mengubah perilaku aktivitas fisik adalah tantangan, sebagian karena banyak faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik , tetapi tidak terbatas pada , seperti akses ke fasilitas, status sosial ekonomi dan tranformasi.”

Bjorklund & Brown, (2010) mengungkapkan “Bukan hal baru bagi pendidik anak usia dini bahwa pembelajaran dan pengembangan keterampilan motorik dapat mengembangkan anak secara holistik dari kognitif, sosial dan emosional hingga fase perkembangan fisik”. Hal ini sejalan dengan konsep pendidikan jasmani pada dasarnya memanfaatkan alat berupa fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia, namun pada kenyataannya melalui fisik ini, mental dan emosionalpun turut berkembang, sehingga harus menyebabkan perbaikan dalam pikiran dan tubuh yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2006:1) menjelaskan bahwa:

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di sekolah merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang

direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani di sekolah berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, “akuatik”, uji diri, pendidikan luar kelas, permainan dan olahraga. Dalam materi akuatik terdapat sub materi gerak dasar renang yang harus diajarkan .

Renang merupakan jenis olahraga yang dilakukan di air. Menurut Escalante 1 dan Saavedra 1 (2012:5) mengemukakan bahwa:

Konsep dari berenang dan aktivitas air telah berevolusi dari semenjak awal ditemukannya dokumen tertulis tentang berenang. Berenang pada awalnya diartikan sebagai bergerak dalam air. Digunakan mulanya untuk bertahan hidup dan kemudian berkembang sebagai olahraga kompetisi.

Dalam aktivitas olahraga air ini terdapat 4 gaya. (1) gaya dada, (2) gaya bebas, (3) gaya punggung, (4) gaya kupu-kupu. Olahraga renang dalam perkembangannya merupakan olahraga yang banyak digemari masyarakat. Olahraga renang merupakan keterampilan yang dapat dipergunakan sebagai sarana bermain untuk anak, menjaga kebugaran ataupun sebagai ajang untuk meraih prestasi, renang juga merupakan sarana untuk bergaul ataupun untuk bersantai. Olahraga renang merupakan aktivitas yang dilakukan di air dengan berbagai macam bentuk dan gaya yang sudah sejak lama dikenal banyak memberikan manfaat kepada manusia. Manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang tersebut antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi.

Salah satu materi pembelajaran renang adalah pembelajaran gerak dasar renang. Pembelajaran renang di sekolah-sekolah semakin diminati. Guru dan siswa menaruh minat pada pembelajaran ini karena pembelajaran renang menumbuhkan rasa senang, meningkatkan rasa percaya diri, meningkatkan pertumbuhan dan kemampuan siswa. Dalam

MILA MAULIDA, 2018

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR RENANG SISWA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN AIR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KELAS VII

Universitas Pendidikan Indonesia
perpustakaan.upi.edu

| repository.upi.edu |

penyampaian materi pembelajaran penjasorkes, guru tidak dapat dipisahkan dengan metode mengajar. Metode yang digunakan oleh guru penjasorkes bermacam-macam seperti ceramah, demonstrasi, komando, drill, resiprokal, “bermain”, dan sebagainya. Anak usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) dapat dikategorikan sebagai anak usia remaja awal. Pada umumnya ketika usia Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah masa remaja awal setelah mereka melalui masa-masa pendidikan Sekolah Dasar. Remaja awal ini berkisar antara umur 10-14 tahun. Masa remaja awal atau masa puber adalah periode unik dan khusus yang ditandai dengan perubahan-perubahan perkembangan yang tidak terjadi dalam tahap-tahap lain dalam rentang kehidupan.

Anak diusia remaja awal pada tingkat menengah pertama cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (high curiosity), mereka lalu menjelajah segala sesuatu dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya. Untuk itu diharapkan guru dalam menerapkan pembelajaran, khususnya dalam pembelajaran renang memodifikasi pembelajaran kedalam bentuk permainan yang menantang dan menyenangkan siswa. Metode bermain terdapat aktivitas siswa dengan suasana yang menantang dan menyenangkan.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap para siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bandung, didapat semangat dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang masih kurang. Hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa siswa yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu menurut hasil wawancara dengan ibu Yayah guru penjas SMP Negeri 2 Bandung, pada sekolah tersebut kurang maksimalnya siswa kelas VII dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton (drill dan komando), sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan jika dibandingkan dengan pembelajaran olahraga permainan bola besar, yang banyak disukai oleh para siswa kelas VII SMP Negeri 2 Bandung.

Berdasarkan uraian di atas penulis ingin mencoba mengatasi permasalahan tersebut dengan menerapkan pendekatan permainan air dalam pembelajaran renang disekolah menengah pertama, penulis juga ingin mengetahui adanya peningkatan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui pendekatan permainan air. Peningkatan tersebut meliputi: peningkatan proses kemampuan guru dalam pembelajaran dan peningkatan partisipasi siswa dalam pembelajaran gerak dasar renang.

maka judul penelitian ini adalah **“Upaya Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Renang Siswa Melalui Pendekatan Permainan Air Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Kelas VII (Penelitian Tindakan Kelas di SMP Negeri 2 Bandung”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah mengenai “upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui pendekatan permainan air pada siswa sekolah menengah pertama kelas VII di SMP Negeri 2 Bandung”, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Rasa takut siswa pada kedalaman air kolam.
2. Metode pembelajaran renang yang masih tradisional, pembelajaran yang menekankan tehnik renang bukan gerak dasar terlebih dulu.
3. Kurangnya modifikasi permainan air guna mentreatment siswa agar memiliki keberanian, merasa nyaman dalam kolam renang saat pembelajaran.
4. Terdapat beberapa siswa masih kurang antusias dan kurang semangat dalam proses pembelajaran, dan siswa masih kurang paham tentang gerak dasar renang.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang teridentifikasi di atas, maka permasalahan yang di kaji dalam penelitian ini dibatasi di sekitar pemecahan masalah “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Permainan Air Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Bandung”.

D. Rumusan Masalah Penelitian

Dari uraian latar belakang pada halaman sebelumnya dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut: Apakah pendekatan permainan air dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar renang, melalui proses kemampuan guru dalam pembelajaran dan partisipasi siswa dalam pembelajaran.

E. Tujuan Penelitian

MILA MAULIDA, 2018

UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN GERAK DASAR RENANG SISWA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN AIR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA KELAS VII

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

Penelitian tindakan kelas ini secara umum bertujuan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui proses kemampuan guru dalam pembelajaran, dan partisipasi siswa dalam pembelajaran melalui pendekatan permainan air pada siswa sekolah menengah pertama kelas VII di SMP Negeri 2 Bandung.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teori manfaat penelitian ini dapat dijadikan bahan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui pendekatan permainan air.

2. Manfaat Praktis

Manfaat hasil penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut :

- a. Bagi penulis: dapat memperoleh pengetahuan tentang upaya meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui pendekatan permainan air.
- b. Bagi guru: Melalui PTK ini guru dapat memodifikasi permainan air sekreatif mungkin. Khususnya dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar renang siswa melalui pendekatan permainan air, juga membantu memperbaiki pembelajaran renang di sekolah.
- c. Bagi Siswa: Hasil penelitian ini bermanfaat bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan gerak dasar renang.