

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan bagian yang sangat penting bagi kehidupan seseorang. Sifat Pendidikan adalah kompleks atau menyeluruh, dinamis, serta berkesinambungan. Oleh karena itu, pendidikan bukan hal yang mudah untuk dibahas. Penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia harus berlangsung seumur hidup.

Kurangnya aktivitas fisik sering menjadi persoalan yang dihadapi setiap individu dalam kehidupan, bahkan cenderung menjadi budaya. Pendidikan jasmani merupakan alat untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Sehingga pendidikan jasmani sebagai wahana untuk mendidik anak. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lutan (Toni, 2011: 2) yaitu 'bahwa pendidikan jasmani merupakan alat untuk membina anak muda agar kelak mampu membuat keputusan terbaik tentang aktivitas jasmani yang dilakukan dan menjalani pola hidup sehat disepanjang hayatnya'.

Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia. Hasil yang diharapkan itu akan dicapai dalam jangka yang cukup lama. Oleh karena itu, upaya pembinaan bagi masyarakat dan peserta didik melalui pendidikan jasmani dan olahraga perlu terus dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan untuk berkorban.

Dengan pendidikan jasmani siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, bermutu, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia. Beberapa aspek yang diuraikan di atas dapat dirasakan ketika kita

mengikuti pembelajaran yang terkait dengan materi-materi dalam ruang lingkup KTSP pendidikan jasmani. Menurut Depdiknas (2006: 175) ruang lingkup KTSP Penjas mencakup tentang :

1. Permainan dan olahraga yang meliputi tentang olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulative, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulutangkis, dan bela diri serta aktivitas lainnya,
2. Aktivitas pengembangan meliputi : mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur serta aktivitas lainnya,
3. Aktivitas senam meliputi : ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya,
4. Aktivitas ritmik meliputi : Gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya,
5. Aktivitas air meliputi : permainan di air, keselamatan air, keterampilan gerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya,
6. Pendidikan luar kelas, meliputi : piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung,
7. Kesehatan, Meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani dilembaga-lembaga pendidikan diantaranya untuk meningkatkan kemampuan siswa melalui aktivitas jasmani yang diaplikasikan melalui cabang-cabang olahraga yang sudah memasyarakat di lingkungan suatu lembaga pendidikan atau sekolah yang bersangkutan.

Mengingat bahwa olahraga air atau renang merupakan salah satu dasar pembinaan olahraga dan gerak jasmani, maka sangat penting peranan pembelajaran renang, khususnya pembelajaran renang yang tertuang dalam kurikulum pendidikan jasmani untuk kelas IV semester 2 yaitu mengenai pembelajaran renang gaya bebas. Melalui berenang, anak berkesempatan untuk mengenal dan memahami lingkungannya. Dari renang itu, siswa memperoleh kesempatan untuk bergerak dengan bebas. Siswa harus menggerakkan seluruh

anggota tubuhnya agar bisa mengapung dan bergerak. Keleluasaan itu merupakan rangsangan yang luar biasa, bukan saja dari aspek fisik, tetapi juga aspek mental.

Dari aspek psikologis, berenang bagi anak memiliki nilai khas dan luas cakupannya, yaitu memupuk keberanian, kesenangan dan perasaan mampu, serta percaya diri. Disamping itu, penguasaan keterampilan renang membangkitkan suasana kegembiraan yang tidak dijumpai dalam aktivitas lainnya. Persentuhan dengan air merupakan pengalaman fisik yang membangkitkan respon kejiwaan.

Pembelajaran renang gaya bebas disekolah dasar merupakan upaya peletakan dasar kemampuan olah tubuh dan olah gerak sehingga dalam proses pembelajarannya menekankan pada faktor kegembiraan pada anak dari permainan gerak dalam pembelajaran renang gaya bebas.

Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan pada hari senin tanggal 24 November 2012 terhadap siswa SDN Padasuka II saat pembelajaran berlangsung, khususnya pembelajaran renang gaya bebas ditemukan beberapa masalah yaitu kurang persiapan guru pengajar, baik itu dalam mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran maupun persiapan kegiatan belajar mengajar. Kurangnya persiapan rencana pelaksanaan pembelajaran terlihat dari RPP itu sendiri yang tidak sesuai dengan kaidah-kaidah RPP yang tercantum dalam IPKG 1. Pembelajaran penjas di SD Padasuka II kurang begitu baik dikarenakan situasi dan kondisi yang kurang memungkinkan dimana sarana dan prasarana tidak memadai, tidak adanya penerapan permainan terhadap materi yang diberikan khususnya materi renang gaya bebas, sehingga siswa cenderung cepat bosan terhadap materi yang diberikan oleh guru, sehingga tujuan dari pembelajaran renang gaya bebas tidak tercapai dengan sempurna, dimana tujuan pembelajaran itu sendiri adalah agar siswa bisa melakukan gerak dasar renang gaya bebas khususnya pada posisi tubuh, gerakan meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, dan gerakan bernafas serta gerakan koordinasi.

Dari uraian di atas dalam membina dan meningkatkan pengembangan kemampuan daya gerak siswa SD terhadap pembelajaran renang, guru penjas harus merancang bentuk-bentuk latihan atau permainan yang menarik saat

pembelajaran berlangsung dan harus disesuaikan dengan karakteristik dari siswa SD.

Untuk memudahkan pembelajaran renang gaya bebas, peneliti berinisiatif untuk meningkatkan kembali motivasi siswa dengan mengadakan pembelajaran renang gaya bebas dengan permainan berpasangan, sehingga siswa bisa menerima materi dengan semangat dan seurius, yang paling utama dapat tercapainya tujuan pembelajaran yaitu siswa bisa melakukan gerakan dasar renang gaya bebas. Permainan berpasangan yaitu permainan yang hanya dilakukan oleh dua orang. Kelebihan dari permainan ini memberikan kesempatan kepada siswa selain untuk bekerja sendiri tetapi juga untuk mampu bekerja sama dengan orang lain, siswa dapat mengoptimalkan keikutsertaanya dalam proses belajar.

Mengapa harus permainan berpasangan? Pada dasarnya semua jenis olahraga renang dilakukan oleh seorang diri atau individual, namun untuk melatih siswa SD agar bisa renang dengan sendirinya itu merupakan hal yang tidak mudah, untuk bisa berenang secara mahir harus diadakan pelatihan yang intensif, namun untuk siswa SD latihan atau pembelajaran renang harus dikemas dalam bentuk permainan yang sederhana tetapi bisa meningkatkan kepercayaan diri mereka dan keberanian. Dengan permainan berpasangan ini rasa percaya diri, semangat dan keberanian siswa akan meningkat karena siswa yang sedang melakukan renang akan merasa ada penolong dan pembantu dengan adanya pasangan.

Adapun subjek dalam penelitian tersebut yaitu siswa kelas IV SD negeri Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang.

Berdasarkan hasil observasi tes yang dilakukan terbukti bahwa pada pembelajaran renang gaya bebas, ternyata siswa tidak menguasai keterampilan gerak dasar renang gaya bebas. Meski pada hakikatnya siswa dituntut untuk menguasai keterampilan gerak dasar renang gaya bebas.

Tes hasil siswa yang dilakukan pada data awal dapat dilihat pada tabel 1.1.

Tabel 1.1
Rekapitulasi Data Tes Awal Penguasaan Kemampuan Gerak Dasar
Renang Gaya Bebas Kelas IV
SDN Padasuka II Tahun Ajaran 2011-2012

No	Nama Siswa	Aspek Yang di Nilai																				Skor	Nilai	Ketuntasan					
		Posisi Tubuh				Meluncur				Tungkai				Lengan				Pernafasan						Koordinasi				T	B T
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4			1	2	3	4		
1	Alya				√				√				√				√				√				20	83	√		
2	Abiasa				√				√				√				√				√				17	71	√		
3	Anisa		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
4	Agus			√			√			√			√				√				√				16	66		√	
5	Agung		√				√			√			√				√				√				13	54		√	
6	Diki			√			√			√			√				√				√				15	62,5		√	
7	Fitri		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
8	Fitri N		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
9	Fajar				√				√				√				√				√				21	87,5	√		
10	Irsyad				√				√				√				√				√				21	87,5	√		
11	Irna		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
12	Lesmana		√				√			√			√				√				√				10	42		√	
13	M. Soleh			√			√			√			√				√				√				16	66		√	
14	Reza W				√				√				√				√				√				20	83	√		
15	Nur urlia		√				√			√			√				√				√				12	50		√	
16	Nuraida		√				√			√			√				√				√				12	50		√	
17	Nurlaela		√				√			√			√				√				√				12	50		√	
18	Rian			√			√			√			√				√				√				16	66		√	
19	Rizki		√				√			√			√				√				√				14	58		√	
20	Rini			√			√			√			√				√				√				13	54		√	
21	Rossa			√			√			√			√				√				√				13	54		√	
22	Somantri				√				√				√				√				√				21	87,5	√		
23	Sri Melani	√					√			√			√				√				√				6	25		√	
24	Selsi H	√					√			√			√				√				√				6	25		√	
25	Salma		√				√			√			√				√				√				14	58		√	
26	Syifa		√				√			√			√				√				√				14	58		√	
27	Yusrana				√				√				√				√				√				20	83	√		
28	Yudi			√			√			√			√				√				√				15	62,5		√	
29	Febri		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
30	Sofia		√				√			√			√				√				√				8	33		√	
31	Rama				√				√				√				√				√				15	62,5		√	
Jumlah		2	14	8	7	3	9	12	7	7	9	13	2	8	13	9	1	9	16	6	0	15	9	7	0			7	24
		Persentase (%)																											
		Skor ideal 24																											

Keterangan :

T = Tuntas

BT = Belum Tuntas

Skor Ideal = 24

Nilai KKM = 70

Jika siswa mendapat nilai ≥ 70 dikatakan tuntas..

Jika siswa mendapat nilai < 70 dikatakan belum tuntas

Berdasarkan data pada tabel 1.1 dapat disimpulkan bahwa hasil pembelajaran renang gaya bebas di kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang pada aspek posisi tubuh ada 2 siswa yang melakukan satu descriptor penilaian, 14 siswa yang melakukan dua deskriptor penilaian, 8 siswa melakukan tiga descriptor penilaian dan 7 siswa yang melakukan semua descriptor penilaian. Pada aspek meluncur ada 3 siswa yang melakukan satu descriptor, 9 siswa yang melakukan dua descriptor, 12 siswa yang melakukan tiga descriptor dan 7 siswa yang melakukan semua descriptor. Pada aspek gerakan tungkai ada 7 siswa yang melakukan satu descriptor, 9 siswa yang melakukan dua descriptor, 13 siswa yang melakukan tiga descriptor dan 2 siswa yang melakukan semua descriptor penilaian. Pada aspek gerakan lengan ada 8 siswa yang melakukan satu descriptor, 13 siswa yang melakukan dua descriptor, 9 siswa yang melakukan tiga descriptor dan 1 siswa yang melakukan semua descriptor. Pada aspek pernafasan ada 9 siswa yang melakukan satu descriptor, 16 siswa yang melakukan dua descriptor, 6 siswa yang melakukan tiga descriptor dan tidak ada satupun siswa yang bisa melakukan semua descriptor pada aspek pernafasan. Pada aspek koordinasi ada 15 siswa yang melakukan satu descriptor, 9 siswa yang melakukan dua descriptor, 7 siswa yang melakukan tiga descriptor dan tidak ada siswa yang bisa melakukan semua descriptor penilaian pada aspek koordinaas. Sedangkan secara keseluruhan hanya 7 siswa atau 23% yang tuntas dan 24 siswa atau 77% yang belum tuntas.

Dalam hal ini peneliti tertarik untuk meneliti salah satu penerapan permainan untuk meningkatkan hasil belajar siswa pada pembelajaran renang gaya bebas melalui penerapan permainan berpasangan. Dengan penerapan permainan berpasangan diharapkan akan meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas yang baik.

Kendala yang dihadapi di SDN Padasuka II penguasaan renang gaya bebas siswa-siswanya kurang menguasai, serta penyampaian pembelajaran yang belum maksimal oleh Guru Penjas, maka diperlukan suatu cara untuk menyelesaikan permasalahan di atas, sehingga bertitik tolak dari uraian di atas peneliti terdorong untuk meneliti tentang “Meningkatkan Gerak dasar Renang Gaya Bebas melalui Permainan Berpasangan Siswa Kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang”.

B. Rumusan Masalah dan Pemecahan Masalah

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka yang menjadi pernyataan masalah penelitian ini adalah meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang. Berkenaan dengan hal tersebut, maka permasalahan secara umum adalah bagaimana meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan bagi siswa kelas IV SD Negeri Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang?

Adapun permasalahan secara khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas dengan menggunakan permainan berpasangan pada siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang?
- b. Bagaimana kinerja guru pada pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang?
- c. Bagaimana aktivitas siswa pada pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas dengan menggunakan permainan berpasangan pada siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang?
- d. Bagaimana peningkatan kemampuan siswa pada pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas dengan menggunakan permainan berpasangan pada siswa

kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang?

2. Pemecahan Masalah

Masalah yang ditemukan pada pembelajaran renang khususnya renang gaya bebas memerlukan tindakan yang tepat untuk memecahkannya. Adapun masalah yang timbul adalah penguasaan gerak dasar posisi tubuh, meluncur, gerakan tungkai, gerakan lengan, gerakan pernafasan dan gerakan koordinasi pada renang gaya bebas belum baik dan masih jauh dari yang peneliti harapkan.

Untuk kelancaran dan mempermudah penelitian peneliti mencoba memecahkan masalah sebagai berikut:

a. Tahap perencanaan

Pada tahap ini guru merencanakan dan mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk pelaksanaan tindakan. Persiapan yang dilakukan adalah mempersiapkan RPP yang sesuai dengan kriteria IPKG 1, alat dan media pembelajaran yang akan digunakan, serta lembar penilaian, dan lembar observasi yang digunakan.

b. Aktivitas Guru

Untuk membuat siswa senang maka guru harus lebih kreatif dalam mengemas sebuah pembelajaran seperti menerapkan sebuah permainan yang sederhana disetiap pembelajaran renang.

c. Aktivitas siswa

Siswa dibagi menjadi berpasang-pasangan, kemudian pasangan tersebut dibariskan menjadi empat baris. Barisan pasangan pertama diinstruksikan untuk turun kekolam renang, dan kemudian salah satu dari pasangan itu melakukan gerakan dasar renang gaya bebas sedangkan yang satunya lagi membantu temannya yang lagi melakukan gerakan dasar renang gaya bebas dengan menahan perut temannya itu. Gerakan itu dilakukan bolak balik dan bergantian.

d. Tahap Evaluasi

Untuk mengukur keberhasilannya dilakukan penilaian selama proses pembelajaran berlangsung dan diakhir pelaksanaan tindakan dengan

mengadakan postes. Setelah itu dilakukan diskusi mengenai peraturan yang telah dibuat. Apakah peraturannya ada tambahan dari siswa atau dikurangi sesuai kesepakatan siswa. Hal ini dilakukan supaya tingkat kejenuhan dari permainan ini dapat diminimalisir.

Dengan adanya permainan berpasangan pada pembelajaran renang gaya bebas peneliti berharap tujuan utama pada pembelajaran renang gaya bebas dapat terealisasikan.

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian tindakan kelas ini secara umum bertujuan untuk mengetahui gambaran praktik pembelajaran penjasokes dalam materi pembelajaran renang gaya bebas dengan permainan berpasangan untuk meningkatkan hasil belajar kelas IV SDN Padasuka II. Adapun tujuan khusus dari dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. untuk mengetahui perencanaan proses pembelajaran renang gaya bebas dengan permainan berpasangan siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang;
2. untuk mengetahui kinerja guru pada pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang;
3. untuk mengetahui aktivitas siswa pada pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas dengan menggunakan permainan berpasangan pada siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang;
4. untuk mengetahui peningkatan hasil belajar pada pembelajaran renang gaya bebas dengan permainan berpasangan siswa kelas IV SDN Padasuka II Kecamatan Sumedang utara Kabupaten Sumedang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pihak-pihak yang berkecimpung dalam bidang pendidikan, baik manfaat secara akademis maupun praktis.

1. Kepentingan Akademis
 - a. Bagi pengembangan kurikulum di Sekolah Dasar khususnya sebagai bahan masukan pada pembelajaran penjaskes pada materi renang.
 - b. Bagi satuan Sekolah Dasar, meningkatkan prestasi sekolah.
2. Kepentingan Praktis
 - a. Bagi Guru Penjaskes Sekolah Dasar
 - 1) Mengembangkan kemampuan guru dalam pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui permainan berpasangan.
 - 2) Memudahkan guru dalam mengajar teknik dasar renang gaya bebas.
 - b. Bagi Siswa Sekolah Dasar
 - 1) Menjadikan pembelajaran renang gaya bebas sebagai salah satu pembelajaran yang menyenangkan.
 - 2) Meningkatkan motivasi siswa dalam belajar renang gaya bebas
 - c. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, mempunyai kemampuan penggunaan media pembelajaran, dan dapat digunakan rujukan bagi peneliti yang lain.
 - d. Bagi Lembaga

Bagi UPI Kampus Sumedang, yaitu hasil Penelitian Tindakan Kelas ini sebagai masukan dan bahan acuan dalam rangka perbaikan proses pembelajaran untuk menghasilkan tenaga pendidik yang memiliki kompetensi tinggi, khususnya bagi UPI Kampus Sumedang.

E. Batasan Istilah

Gerak Dasar adalah kemampuan awal yang dimiliki seseorang. (Kamus Besar Bahasa Indonesia : 359).

Renang dalam Hendromartono (1992: 48) adalah : “olahraga yang dilakukan di air, dan tempat olahraga tersebut tidak sama dengan kehidupan kita sehari-hari”.

Renang Gaya Bebas dalam Hendromartono (1992: 48) adalah :

Gaya yang menyerupai cara berenang seekor binatang, oleh sebab itu disebut *crawl* yang artinya merangkak. Gerakan asli dari gaya ini adalah menirukan gerakan dari anjing yang berenang atau dikenal dengan renang gaya anjing (*dog-style*). Gaya bebas ini disebut juga gaya rimau. Yang berasal dari kata harimau.

Renang Gaya Bebas ialah gaya renang yang benar-benar bebas menggunakan atau memilih salah satu gaya renang dalam nomor gaya bebas (Dumadi dan Dwijowinoto, 1992:2).

Permainan adalah salah satu cabang dari olahraga yang digemari anak-anak untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan (Sukintaka, 1983: 30).

Permainan Berpasangan ialah permainan yang dilakukan hanya oleh dua orang. Permainan berpasangan termasuk pada kategori permainan berkelompok sesuai yang diuraikan oleh Sukintaka (1992: 88) yaitu :

Bermain beregu ialah pada waktu bermain ada teman dalam satu regu dan ada lawan bermain yang berteman juga. Jumlah anggota regu yang terbatas hanya dua orang saja disebut bermain ganda (seperti pada permainan tenis lapangan, tenis meja dan bulutangkis).