

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa pembelajaran olahraga renang di SLB Purnama Asih dilaksanakan dengan tujuan untuk menumbuhkan keberanian serta meningkatkan kesehatan peserta didik. Untuk meningkatkan keterampilan dalam berenang, pihak sekolah merencanakan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan siswa. Materi yang disampaikan dalam pembelajaran olahraga renang dimulai dengan pengenalan air dengan tujuan agar siswa dapat beradaptasi dengan sifat-sifat air. Selain materi, alat bantu seperti ban serta pelampung digunakan untuk menunjang proses pembelajaran. Untuk mengetahui perkembangan serta keterampilan siswa dalam berenang guru menggunakan lembar observasi yang meliputi data peserta didik serta penilaian proses pembelajaran.

Tidak dipungkiri bahwa setiap pembelajaran mengalami hambatan termasuk kegiatan olahraga renang. hambatan tersebut meliputi (48%) siswa merasa tegang ketika pertama kali mengikuti pembelajaran berenang, (17%) siswa merasa terbebani melaksanakan kegiatan, (26%) siswa bingung selama kegiatan berlangsung, (39%) siswa berteriak ketika pertama kali mengikuti olahraga renang, (9%) siswa pernah mengalami jatuh/tenggelam di kolam renang sehingga menyebabkan takut untuk berenang, (9%) siswa gemetar selama proses pembelajaran berlangsung. Bentuk perilaku tersebut disebabkan belum pernah berenang sehingga siswa belum beradaptasi dengan lingkungan kolam renang.

Namun, karena upaya timbal balik antara siswa serta solusi yang diberikan oleh guru dalam menghadapi permasalahan dapat mengurangi rasa takut siswa terhadap air. Upaya sekolah dalam mengurangi rasa takut siswa yaitu dengan mengembangkan motivasi dan dukungan orang tua agar mengikuti kegiatan. Selanjutnya, memilih kedalaman kolam sesuai dengan kondisi siswa. Kemudian, guru membantu mengatasi ketakutan melalui pengaruh positif dengan cara menjelaskan bahwa ketakutan terhadap

air adalah hal yang wajar terutama saat pertama kali melakukannya. Maka dari itu guru mendampingi siswa dalam menghadapi sumber ketakutan itu sendiri yaitu terhadap air dengan cara mengajak berenang secara perlahan-lahan dan rutin setiap minggu. Hal ini dilakukan untuk melihat reaksi serta mengelola ketakutan yang dialami. Untuk membantu proses pembelajaran guru membimbing dengan kesabaran dan mengulang setiap materi yang diberikan guna memudahkan siswa memahami apa yang disampaikan.

Meskipun belum ada program pembelajaran individual dan pelatih khusus, guru mencari tahu terlebih dahulu teknik yang baik sebelum dipraktikkan. Dalam pelaksanaan pembelajaran siswa didampingi orangtua untuk memberikan rasa aman selama beraktivitas. Permainan air pun dilakukan untuk mengurangi rasa takut karena olahraga renang tidak hanya teknik saja yang dipelajari tetapi permainan pun diperlukan untuk menciptakan pembelajaran yang menyenangkan. Penyajian data dalam bentuk statistic deskriptif menunjukkan bahwa respon orang tua terhadap pertanyaan penelitian dapat diterima (positif) sebanyak 391 dengan presentase (68%). Hal ini menunjukkan pembelajaran olahraga renang yang dilaksanakan di sekolah berjalan dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi pihak pengelola sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung pelaksanaan kegiatan dengan cara melakukan kordinasi yang rutin dengan guru terkait perencanaan kegiatan belajar dalam menciptakan kondisi pembelajaran yang nyaman agar dapat berjalan dengan efektif dan efisien.

2. Bagi guru mata pelajaran

Guru mata pelajaran diharapkan dapat meningkatkan kreativitas serta memberikan pembelajaran olahraga renang yang menyenangkan dengan cara mempelajari ilmu berenang dengan baik. Selain itu, dalam pembelajaran sebaiknya menggunakan rancangan program individual supaya pemaparan materi sesuai dengan apa yang direncanakan. Sebaiknya materi mudah dipahami supaya siswa mengalami perubahan perilaku dan pembelajaran berjalan dengan baik.

3. Bagi keluarga

Keluarga senantiasa mendukung kegiatan dengan cara mendampingi pembelajaran untuk mengetahui tumbuh kembang siswa serta membantu dalam mengatasi hambatan serta masalah yang dihadapi. Orang tua juga sebaiknya selalu bekerja sama dengan guru untuk memotivasi siswa mengikuti pembelajaran.