

## ABSTRAK

### **PENGARUH PEMBELAJARAN PAIKEM TERHADAP KETERAMPILAN GERAK DASAR RENANG GAYA BEBAS PADA SISWI KELAS XI SMA NEGERI 3 KOTABUMI, LAMPUNG UTARA TAHUN PELAJARAN 2012/2013.**

Oleh

**Berna Hayuliani**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan keterampilan gerak dasar renang gaya bebas melalui pembelajaran PAIKEM dan dengan menggunakan media visual gambar pada siswi kelas XI SMA Negeri 3 Kotabumi, Lampung Utara.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen komparatif dengan *pre test* (tes awal) dan *post test* (tes akhir). Penelitian ini dilaksanakan di kolam renang Sri Lestari Kotabumi pada bulan Maret-April 2013. Sampel yang digunakan sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelas pembelajaran PAIKEM dan kelas media visual/gambar. Pembagian kelompok berdasarkan *Ordinal Pairing*. Instrumen atau alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah format penilaian gerak dasar renang gaya bebas.

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data yang diperoleh dari tes pengukuran pada penelitian ini yaitu tes akhir pada renang gaya bebas menggunakan media visual/gambar memiliki rata-rata 45,53, sedangkan tes akhir pada renang gaya bebas menggunakan pembelajaran PAIKEM dengan rata-rata 51,07. Jadi pembelajaran PAIKEM memiliki pengaruh yang lebih besar daripada media visual/gambar untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar renang gaya bebas pada siswi kelas XI di SMA Negeri 3 Kotabumi, Lampung Utara.