

ABSTRAK

**UPAYA MENINGKATKAN GERAK DASAR MELUNCUR GAYA BEBAS DENGAN
PENGUNAAN ALAT BANTU PELAMPUNG DALAM PEMBELAJARAN RENANG
SISWA KELAS V SDN 5 SUKARAJA
TAHUN AJARAN
2011/2012**

Oleh

ABDUL ROHMAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk apakah dengan menggunakan alat bantu pelampung dapat meningkatkan keterampilan meluncur gaya bebas dalam pembelajaran renang pada siswa kelas V di SD Negeri 5 Sukaraja Teluk Betung Selatan Bandar Lampung.

Manfaat penelitian ini adalah untuk perkembangan dari keberhasilan yang dicapai oleh siswa dalam pembelajaran meluncur gaya bebas dengan memakai alat bantu (1). Menggunakan 1 pelampung yang di pegang ke dua tangan. (2). Dengan dua pelampung yang di pegang ke dua tangan dan di lingkarkan di pinggang.

Metode yang digunakan untuk penelitian ini adalah metode kajitindakan (Action Research) yaitu putaran berspiral (Self Reflective Spiral) yang dirancang secara: (a). Rencanakan tindakan, (b). Pelaksanaan tindakan, (c). Observasi, (d). Refleksi. Penelitian ini terdiri dari dua siklus.

Sebagaimana dalam penelitian ini adalah siswa kelas Va di SD Negeri 5 Sukaraja sebanyak 31 orang yang terdiri dari 13 siswa putra dan 18 siswa putri dengan pertimbangan bahwa kelas tersebut merupakan kelas yang di kategorikan rendah terhadap pembelajaran meluncur dalam renang gaya bebas.

Hasil tes awal di peroleh nilai rata-rata kelas 49,87 siswa yang mendapat nilai di atas rata-rata kelas sebanyak 14 orang dan yang mendapat nilai di bawah rata-rata kelas sebanyak 17 orang. Kemudian setelah mengadakan tindakan dalam penelitian ini menunjukkan peningkatannya yaitu pada siklus I rata-rata kelas 67,90 dan siswa yang memperoleh nilai di atas rata-rata sebanyak 16 orang dan mendapat nilai di bawah rata-rata 15 orang. Kemudian pada siklus II siswa yang memperoleh nilai di atas rata-rata kelas 77,74 berjumlah 18 orang dan nilai di bawah rata-rata kelas 13 orang. Sedangkan di bawah ketuntasan berjumlah 2 orang.

Kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu dapat meningkatkan keterampilan meluncur gayabebas dalam pembelajaran renang pada siswa kelas V SD Negeri 5 Sukaraja Teluk Betung Selatan Bandar Lampung.