

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN GERAK DASAR KAKI DALAM PEMPELAJARAN RENANG GAYA BEBAS MELALUI MODIFIKASI ALAT BANTU PADA SISWA KELAS XI IPA 2 SMA NEGERI 1 NATAR TAHUN PELAJARAN 2010/2011

Oleh

JUNITA FEBRIANI

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan dan memperbaiki keterampilan gerak dasar kaki dalam pembelajaran renang gaya bebas pada siswa kelas XI IPA 2 di SMA Negeri 1 Natar dengan modifikasi alat bantu berupa pelampung botol yang berukuran 1500 ml, pelampung botol yang berukuran 600 ml dan pelampung botol yang berukuran 330 ml.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research) dengan subjek penelitian adalah siswa kelas XI IPA 2 yang berjumlah 40 siswa, dengan perincian 16 laki-laki dan 24 perempuan. Sedangkan teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dengan menggunakan instrumen penilaian tes keterampilan gerak dasar kaki renang gaya bebas.

Hasil penelitian menunjukkan: pada siklus pertama dengan diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar 20%, dapat meningkatkan pembelajaran dan memperbaiki kemampuan gerak dasar kaki pada renang gaya bebas siswa kelas XI IPA 2 SMA Negeri 1 Natar, sedangkan pada siklus kedua diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar 48%, dan pada siklus ketiga diperoleh prosentase keberhasilan ketuntasan belajar 80%, berdasarkan nilai rerata untuk meningkatkan hasil pembelajaran harus diberi perlakuan yang sesuai dengan menggunakan metode yang telah ditetapkan. Hasil peningkatan 50% itu artinya hasil pembelajaran dengan alat modifikasi yang digunakan menunjukkan telah terjadi peningkatan.