UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI PENDEKATAN MODEL BERMAIN PADA SISWA SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG

(Skripsi)

Oleh

M. KHOIRI SAHPUTRA

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI PENDEKATAN MODEL BERMAIN PADA SISWA SMKN 7 BANDAR LAMPUNG

Oleh

Mohamad Khoiri Sahputra

Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan peningkatan hasil belajar renang gaya bebas melalui pendekatan model bermain pada siswa SMKN 7 Bandar Lampung.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Sumber data penelitian adalah siswa kelas XI Akutansi 2, SMKN 7 Bandar Lampung yang berjumlah 36 siswa. Tempat penelitian ini dilakukan di kolam renang Tirtayasa, Sukabumi. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah mengamati hasil belajar renang gaya bebas selama 9 kali pertemuan (3 siklus).

Hasil penelitian ini mendeskripsikan adanya peningkatan positif pada setiap siklusnya. Setelah data dianalisis, siklus pertama menunjukkan hasil yang berarti pada siswa, persentase belajar belum tercapai, hanya 30,60 % atau 11 siswa yang telah mencapai ketuntasan belajar. Selanjutnya, pada siklus kedua siswa yang mencapai ketuntasan belajar meningkat menjadi 50 % atau 18 siswa. Hasil ini menunjukkan peningkatan dari siklus pertama, siswa mulai menguasai gerak dasar renang gaya bebas. Kemudian pada siklus ketiga hasil penelitian menunjukan peningkatan persentase ketuntasan belajar pada siklus ketiga sebanyak 75 % atau 27 siswa yang mencapai ketuntasan belajar.

Dengan melihat deskripsi hasil penelitian pada pembelajaran keterampilan gerak dasar renang gaya bebas, dapat disimpulkan bahwa pada setiap siklusnya tindakan yang diberikan memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan persentase keberhasilan gerak dasar renang gaya bebas siswa. Persentase keberhasilan dapat ditingkatkan lagi dengan pemilihan dan penggunaan model bermain yang lebih tepat dan lebih menarik.

Kata kunci: *PTK, Hasil belajar, model bermain, renang gaya bebas.*

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI PENDEKATAN MODEL BERMAIN PADA SISWA SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG

Oleh

M. KHOIRI SAHPUTRA

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016

Judul Skripsi	:	**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR RENANG GAYA BEBAS MELALUI PENDEKATAN MODEL BERMAIN PADA SISWA SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG**
Nama Mahasiswa	:	Mohamad Khoiri Sahputra
No. Pokok Mahasiswa	:	1213051042
Program Studi	:	Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas	:	Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.	**Drs. Suranto, M.Kes.**
NIP 19580127 198503 1 003	NIP 19550929 198403 1 003

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswanti Rini, M.Si.
NIP 19600328 198603 2 002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

   Ketua : **Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes.** .....

   Sekretaris : **Drs. Suranto, M.Kes.** .....

   Penguji
   Bukan Pembimbing : **Drs. Ade Jubaedi, M.Pd.** .....

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Muhammad Fuad, M.Hum.
NIP 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : **24 Juni 2016**

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Mohamad Khoiri Sahputra

NPM : 1213051042

Tempat tanggal lahir : Tangerang, 14 Maret 1994

Alamat : Kp. Pasar Tigaraksa Kelurahan Tigaraksa Kabupaten Tangerang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Melalui Pendekatan Model Bermain Pada Siswa SMK Negeri 7 Bandar Lampung**" adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 14 Maret 2016. Skripsi ini bukan hasil plagiat, ataupun hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, apabila dikemudian hari terjadi kesalahan, penulis bersedia menerima sangsi akademik sebagaimana yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, 24 Juni 2016

Mohamad Khoiri Sahputra

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Tangerang pada tanggal 14 Maret 1994, putra pertama dari pasangan Bapak Ahmad Sahroni dan Ibu Heryati. Penulis memulai pendidikan di Taman Kanak-Kanak (TK) Al-husein Kecamatan Tigaraksa Kabupaten Tangerang Provinsi Banten diselesaikan pada tahun 2000. Sekolah Dasar (SD) Negeri 4 Tigaraksa Kecamatan Tigaraksa Kabupaten Tangerang Provinsi Banten diselesaikan pada tahun 2006. Sekolah Menengah Pertama (MTs) Negeri 1 Tigaraksa kecamatan Tigaraksa Kabupaten Tangerang Provinsi Banten selesai pada tahun 2009. Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Kabupaten Tangerang diselesaikan pada tahun 2012.

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN) pada tahun 2012. Penulis melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 1 Ulubelu, Kabupaten Tanggamus pada 27 Juli hingga 23 September 2015 dan Kuliah Kerja Nyata Kependidikan Terintegrasi Universitas Lampung (KKN-KT Unila) di Pekon Ngarip Kecamatan Ulubelu Kabupaten Tanggamus.

MOTTO

"Hidup adalah Pilihan dan Pilihan untuk bertahan hidup, berani menentukan sesuatu langkah menuju keberhasilan, selama kita beserta Tuhan tiada yang mustahil didunia ini."

(Penulis)

"Genius tanpa pendidikan seperti perak di tambang"

(Benjamin Franklin)

"Pendidikan bukanlah persiapan untuk hidup, pendidikan adalah hidup itu sendiri"

(John Dewey)

PERSEMBAHAN

Ya Allah Ya Tuhanku, Tuhan semesta alam. Mahasuci Engkau yang telah menurunkan Islam yang dengannya mengangkat dan meninggikan derajat wanita sama dengan kaum laki-laki di sisi-Mu. Terima kasih Tuhan atas segala nikmat-Mu, perlindungan, dan keselamatan bagi jiwa ragaku, atas segala keindahan dan kebahagiaan dalam hidupku, atas kelebihan maupun kekuranganku, dan atas takdirku yang tertulis di Lauhil Mahfudz-Mu. Penuh dengan kerendahan hati dan atas rasa hormat serta baktiku, kupersembahkan karya ini kepada orang-orang tersayang.

1. Kedua orang tuaku tercinta ayahanda Ahmad Sahroni dan Ibunda Heryati yang telah membesarkanku, mendidikku, mendoakan, dan selalu menanti keberhasilanku.
2. Adik-adikku tersayang, M. Rohman Bukhori, Ahmad Rifqi Maulana Sururi, dan Tubagus Fadlan Hariansyah yang selalau memberikan motivasi, dukungan, bantuan, dan doa.
3. Almamater tercinta Universitas Lampung yang telah mendewasakan dan mengiringi keberhasilanku.

SANWACANA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur ke hadirat Allah Subhanahu Wata'ala yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Renang Gaya Bebas Melalui Pendekatan Model Bermain Pada Siswa SMK Negeri 7 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Program Studi Bahasa dan Sastra Indonesia di Universitas Lampung.

Saat penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang setulusnya kepada pihak-pihak berikut.

1. Keluargaku yang selalu mendukung setiap langkahku dalam menuntut ilmu dan mendoakan dengan setulus hati, baik kedua orang tuaku (Ahmad Sahroni dan Heryati) dan juga ketiga adikku yang tercinta (M. Rohman Bukhori, Ahmad Rifqi Maulana Sururi, dan Tubagus Fadlan Hariansyah);
2. Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes. dan Drs. Frans Nurseto M.Psi., selaku pembimbing serta Drs. Ade Jubaedi M.Pd. selaku Pembahas dan Ketua Program Studi Penjaskesrek yang telah banyak membantu, memberikan bimbingan, serta kritik dan saran yang sangat berarti selama proses penyelesaian skripsi;

3. Sarifah aini S.Pd. dan Wahyu S.Pd., Selaku Guru SMK Negeri 7 Bandar Lampung yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian, Serta siswa SMK Negeri 7 Bandar Lampung yang telah bersedia meluangkan waktunya demi terlaksananya penelitian ini;
4. Cindititya Ayu Saputri, M. Faisal Ali, Roni Sacta Mirza, Erta Fikramulloh, dan Dwi Aprilianto yang Telah membantu saat melaksanakan penelitian dan mendoakan serta penyemangat tiada henti dalam menggapai gelar sarjana, semoga persahabatan kita tetap abadi;
5. Sahabat dan teman-teman seperjuanganku mahasiswa penjaskesrek 2012 terutama teman satu bimbingan serta teman kkn pekon ngarip, terima kasih atas kebersamaannya dan rasa kekeluargaan yang erat semoga tetap berjalan sampai kita menjadi sukses dikemudian hari, aamiin;
6. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah Subhanahu Wataala membalas semua budi baik pihak yang telah membantu penulis. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, terutama bagi kemajuan pendidikan, khususnya Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Amin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bandar Lampung, 24 Juni 2016

Penulis,

M. Khoiri Sahputra

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK ..... **ii**

HALAMAN JUDUL ..... **iii**

HALAMAN PENGESAHAN ..... **iv**

HALAMAN PERNYATAAN ..... **vi**

SANWACANA ..... **x**

DAFTAR ISI ..... **xii**

DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**

DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang 1
B. Identifikasi Masalah 5
C. Rumusan Masalah 6
D. Tujuan Penelitian 6
E. Manfaat Penelitian 7
F. Batasan Istilah 7

II. KAJIAN PUSTAKA

A. Definisi dan Pengertian Pendidikan Jasmani 9
1. Definisi Pendidikan Jasmani 9
2. Pengertian Pendidikan Jasmani 9
B. Tujuan Pendidikan Jasmani 10
1. Tujuan Pendidikan Jasmani 10
2. Fungsi Pendidikan Jasmani 12
3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani 16
C. Hakikat Pendidikan Jasmani 17
1. Kesatuan Jiwa dan Raga 19
2. Hubungan Pendidikan Jasmani dengan Bermain dan Olahraga . 20
D. Definisi Model Bermain 23
1. Model Bermain 23

2. Pengertian Model Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan 25
3. Pembelajaran Gerak Dasar Renang dengan Bermain 27
E. Definisi Pembelajaran Renang 29
1. Pengertian Renang 29
2. Renang Gaya Bebas 29
F. Definisi Belajar Gerak 35
G. Hasil Belajar 40
1. Definisi Hasil Belajar 40
2. Tujuan Belajar 41
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Hasil Belajar 41
H. Penelitian yang Relevan 44
I. Kerangka Pikir 44
J. Hipotesis Tindakan 45

III. METODOLOGI PENELITIAN
A. Metodologi Penelitian 46
B. Rencana Penelitian 49
C. Subyek Penelitian 50
D. Tempat dan Waktu Penelitian 50
E. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas 50
F. Instrument Penelitian 54
G.Teknik Analisis Data 55

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 56
1. Deskripsi Data 56
2. Hasil Setiap Siklus 56
3. Data Hasil Penelitian 67
4. Analisis Rekapitulasi Refleksi Hasil PTK Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas 71
B. Pembahasan Hasil Penelitian 75

V. KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan 80
B. Saran 80

DAFTAR PUSTAKA 82

LAMPIRAN 84

DAFTAR GAMBAR

Gambar Halaman

1. Gerakan Meluncur 31

2. Gerakan Kaki 31

3. Gerakan Tangan 33

4. Gerakan Mengambil Nafas 34

5. Spiral Penelitian Tindakan Kelas 49

6. Deskripsi Hasil Penelitian Tindakan Kelas 70

7. Peningkatan Persentase Gerakan Pada Tiap Indikator 75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Halaman

1. Format Lembar Penilaian 85

2. Hasil Tes Awal 89

3. Hasil Tes Siklus 1 90

4. Hasil Tes Siklus 2 91

5. Hasil Tes Siklus 3 92

6. Expert Judgement 93

7. Foto-Foto 94

8. Surat Izin Penelitian 96

9. Surat Keterangan Dari Sekolah 97

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Renang gaya bebas merupakan cara berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air. Kedua belah tangan secara bergantian digerakkan jauh ke depan dengan gerakan mengayuh, sementara kedua belah kaki secara bergantian pula dicambukkan naik turun ke atas dan ke bawah. Pada saat berenang dalam gaya bebas, posisi wajah menghadap ke permukaan air. Pernapasan dilakukan saat lengan digerakkan ke luar dari air (recovery), dimana tubuh menjadi miring dan kepala berpaling ke samping. Sewaktu mengambil napas, perenang bisa memilih untuk menoleh ke kiri atau ke kanan.

Karena itu Muhajir (2007: 168) mengemukakan bahwa renang gaya bebas adalah gaya yang dilakukan perenang selain gaya dada, gaya punggung, gaya kupu-kupu dan sewaktu berenang sudah sampai ujung kolam (berbalik), perenang bisa menyentuh dinding kolam dengan apa saja dari badan perenang. Gaya bebas menyerupai cara berenang binatang, oleh sebab itu disebut *crawl* yang artinya merangkak.

Berdasarkan hasil pengamatan pada pelaksanaan mata pelajaran renang khususnya gaya bebas, diperoleh sejumlah data bahwa yang berjumlah 36 siswa, ternyata kemampuan gerak renang gaya bebas masih dalam katagori rendah, karena hanya 5 siswa yang bisa melakukan renang dengan teknik benar dengan nilai 65 atau diatasnya dan 31 siswa mendapat nilai dibawah 65 karena terdapat kesulitan ketika melakukan renang gaya bebas. Padahal menurut Muhajir (2007: 169), dibandingkan gaya berenang lainnya, gaya bebas merupakan gaya berenang yang bisa membuat tubuh melaju lebih cepat di air.

Keadaan tersebut dimungkinan pada umumnya karena faktor keberanian, hal ini dapat dilihat seperti takut menyelam ke dalam kolam, kurangnya tinggi badan sehingga siswa merasa tidak percaya diri dan takut tenggelam, dan kurangnya koordinasi gerakan antara tangan, kaki, dan pernafasan. Maka dari kesulitan tersebut perlu adanya peningkatan dengan model bermain seperti memberi permainan kucing dan anjing, permainan kolongan, dan estafet dengan teknik dasar renang gaya bebas yang benar, sehingga gaya yang digunakan dapat dilakukan secara aman, efisien, dan efektif.

Para siswa juga mengalami kesulitan gerakan sehingga siswa tidak bisa melihat arah renangnya dan cenderung khawatir menabrak siswa lain yang sedang melakukan renang secara bersamaan. Hal tersebut membuat siswa sangat sulit untuk melakukan gerakan dengan benar dan keterampilan gerak dasar renang gaya bebas seperti yang diinginkan oleh guru agar tercapainya tujuan pembelajaran.

Setiap guru senantiasa mengharapkan agar anak didiknya dapat mencapai hasil belajar yang optimal. Pada kenyataannya banyak siswa yang menunjukkan gejala tidak dapat mencapai hasil belajar sebagaimana yang diharapkan. Beberapa siswa masih menunjukkan hasil belajar yang masih rendah meskipun telah diusahakan dengan sebaik-baiknya oleh guru. Dalam proses belajar-mengajar, guru sering menghadapi masalah adanya siswa yang tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan lancar sebagaimana mestinya.

Peran guru sangatlah dibutuhkan untuk mendukung terciptanya suasana belajar mengajar yang aktif, kreatif, efektif dan menyenangkan serta memungkinkan siswa berprestasi secara maksimal. Begitu pula tingkat partisipasi/keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran harus mencapai standar minimal keterlibatan yang ditetapkan guru. Bagaimanapun baiknya sarana pendidikan yang ada apabila guru tidak melaksanakan tugasnya dengan baik seperti di atas, maka hasil pembelajaran tidak akan memberikan hasil yang memuaskan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, penyebab rendahnya hasil belajar siswa bervariasi. Salah satu upaya untuk mengatasi rendahnya hasil belajar siswa adalah dengan melakukan pendekatan model bermain pada renang gaya bebas.

Berdasarkan tujuan pembelajaran Penjasorkes dapat dikatakan bahwa mata pelajaran Penjasorkes sarat dengan materi yang kompleks, sehingga menuntut guru untuk memilih strategi, metode dan pendekatan pembelajaran yang tepat guna memeroleh hasil belajar yang optimal. Menurut Sudrajat (2008: 23)

pendekatan dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Dilihat dari pendekatannya, pembelajaran terdapat dua jenis pendekatan yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered approaches)* dan pendekatan yang berpusat pada siswa *(student-centered approaches).*

Bermain merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dengan tanpa adanya paksaan, dilakukan dengan bersungguh-sungguh dan disertai rasa senang untuk mencapai tujuan tertentu (Sukintaka, 1992: 2). Aktivitas bermain pada anak-anak banyak dilakukan dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak-anak dalam masa pertumbuhannya. Gerak bagi mereka berarti berlatih yang mungkin sekali tanpa disadari. Dasar gerak mereka akan menjadi lebih baik karena meningkatnya kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi makin baik. Selain itu akan bertambah panjang dan besarnya otot-otot , fungsi organ tubuh menjadi lebih baik, sehingga dapat dikatakan bahwa terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang lebih baik. Beberapa bentuk permainan yang sering dilkukan siswa untuk mengatasi rasa takut atau meningkatkan keberanian di air antara lain permainan kucing anjing, permainan kolongan, permaianan estafet di air.

Berdasarkan hal tersebut, maka dalam pembelajaran pendidikan jasmani penggunaan pendekatan pembelajaran yang tepat dan menyenangkan menjadi penting. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain

itu harus dipertimbangkan juga faktor usia perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

Oleh sebab itu, analisis untuk mengetahui kesulitan belajar siswa dalam memahami konsep gerak perlu dilakukan oleh pihak pendidik (guru) selaku ujung tombak langsung dalam proses pembelajaran di sekolah. Letak, jenis dan faktor-faktor penyebab kesulitan siswa perlu diketahui sedini mungkin untuk dicari alternatif pemecahannya. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi dan menghindari kesulitan belajar yang berkelanjutan dan terbawa sampai pada jenjang yang lebih tinggi.

Bertitik tolak dari uraian di atas dan dari permasalahan yang muncul, maka penulis bermaksud melakukan penelitian tindakan kelas *(Classroom Action research*) dengan judul " Upaya Meningkatkan hasil belajar renang gaya bebas melalui pendekatan model bermain Pada Siswa SMKN 7 Bandar Lampung".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Siswa SMKN 7 Bandar Lampung dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas masih kurang semangat.
2. Terdapat beberapa siswa SMKN 7 Bandar Lampung yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang gaya bebas.

3. Kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas bagi siswa SMKN 7 Bandar Lampung kurang maksimal karena keadaan situasi dan kondisi yang kurang kondusif.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut.

1. Apakah dengan model bermain berupa kucing dan anjing menggunakan cara berenang bebas dapat meningkatkan kemampuan renang gaya bebas siswa?
2. Apakah dengan model bermain berupa kolongan menggunakan cara berenang bebas dapat meningkatkan kemampuan renang gaya bebas siswa?
3. Apakah dengan model bermain berupa estafet menggunakan cara berenang bebas dapat meningkatkan kemampuan renang gaya bebas siswa?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui model bermain beupa kucing dan anjing dalam meningkatkan hasil belajar siswa SMKN 7 Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui model bermain berupa kolongan dalam meningkatkan hasil belajar siswa SMKN 7 Bandar Lampung.
3. Untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar renang gaya bebas melalui model bermain berupa estafet dalam meningkatkan hasil belajar siswa SMKN 7 Bandar Lampung.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Guru

   Dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam menentukan metode dan model atau pendekatan yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak, sehingga anak dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan pembelajaran.

2. Bagi Sekolah

   Sekolah hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam merumuskan kebijakan kurikulum khususnya pada mata pelajaran penjaskes.

3. Bagi Program Studi Penjaskesrek

   Dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam menentukan metode dan model atau pendekatan yang sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa, sehingga mahasiswa dapat mengoptimalkan segenap kemampuannya dan tercapailah keberhasilan pembelajaran.

F. Batasan Istilah

Untuk menghindari salah tafsir dalam penelitian ini, berikut dijelaskan batasan istilah variabel penelitian sebagai berikut:

1. Hasil Belajar adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan, dsb.) atau penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru (Depdikas, 2008:1213). Dari definisi tersebut, hasil belajar yang dimaksud adalah hasil belajar siswa

dalam pembelajaran penjaskes khususnya pada cabang renang yaitu materi renang gaya bebas.

2. Renang adalah olahraga yang menyehatkan, sebab hampir semua otot tubuh bergerak sehingga jantung, paru-paru dan seluruh otot berkembang. Olahraga renang dapat dilakukan oleh siapa saja, tidak mengenal perbedaan. Jenis kelamin, perbedaan umur, laki-laki atau perempuan, tua, muda, semua relatif bisa melakukannya. Dan berenang sangat ekonomis, karena dengan uang yang sangat sedikit saja orang dapat masuk kolam renang dan berenang sepuas-puasnya. Renang dapat dilakukan kapan saja. tidak mengenal waktu. dapat dilakukan pada siang hari maupun sore hari. Selain itu dapat juga dilakukan perorangan. Olahraga ini telah dilakukan semenjak adanya manusia, untuk usaha memenuhi kebutuhan hidup maupun mempertahankan hidup manusia Renang pada mulanya menirukan gerakan anjing menyeberangi sungai. Abad 18 hanya ada satu gaya renang, yaitu gaya anjing *(dog style)* yang dilombakan.
3. Model Bermain pada dasarnya setiap orang menyukai hal-hal yang berhubungan dengan permainan. Sebab, secara refleks mereka spontan akan bergerak sesuai sifat individunya masing-masing baik dari cara bicara, bertindak, dan bertingkah laku yang sesuai dengan kebiasaan sehari-hari. Dengan demikian, permainan dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktivitas anak berupa gerakan-gerakan yang dibutuhkan, sikap dan perilaku. Model bermain yang dimaksud dalam penelitian ini adalah Model bermain yang berhubungan dengan kemampuan melakukan renang yaitu gerakan renang gaya bebas.

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Definisi dan Pengertian Pendidikan Jasmani.

1. Definisi Pendidikan Jasmani.

Menurut Aip Syarifudin, dkk (dalam Nurhadi Santoso, 2009:3) Pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematik untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan ketrampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai dan positif bagi setiap warga Negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

2. Pengertian Pendidikan Jasmani

Untuk lebih menghayati makna pembelajaran pendidikan jasmani kesehatan, beberapa pengertian/definisi pendidikan jasmani perlu dikemukakan dari beberapa pendapat para pakar pendidikan. Menurut Heteherington (Johana dan Supandi, 1990:29), bahwa: pendidikan jasmani adalah fase pendidikan yang berhubungan dengan:

a. Pengurusan dan bimbingan terhadap anak dalam aktivitas otot-otot besar untuk penyesuaiandengan standar kegiatan sosial;

b. Pengawasan terhadap kesehatan atau pertumbuhan dengan memberi bimbingan terhadap aktivitas-aktivitas sehingga proses pendidikan dapat berjalan dengan lancar.

Menurut kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) tahun 2006 yang sedang dilaksanakan sampai sekarang, pendidikan jasmani diistilahkan sebagai proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematik bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, *neuromuskuler*, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional (Depdiknas, 2007:1).

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan jasmani yang dimaksudkan adalah pembelajaran pendidikan jasmani yang diterapkan dan dilaksanakan di institusi-institusi sekolah pemerintah ataupun swasta sesuai dengan kurikulum pendidikan yang berlaku sekarang, khususnya di tingkatan sekolah menengah Atas dan sederajatnya.

B. Tujuan Pendidikan Jasmani

1. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani, olahraga kesehatan memunyai tujuan seperti pada mata pelajaran lainnya. Adapun tujuan penjaskes sesuai dengan kurikulum karakter untuk tingkat SMA sebagai bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untukaspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan

moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Depdiknas, 2007:512).

Secara lebih khusus mata pelajaran penjaskes pada kurikulum tingkat satuan pendidikan bertujuanagar peserta didik memiliki kemampuan sebagai berikut.

a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil, serta memiliki sikap yang positif (Depdiknas, 2007:513).

2. Fungsi Pendidikan Jasmani.

a. Aspek Organik

1. Menjadikan fungsi sistem tubuh menjadi lebih baik sehingga individu dapat memenuhi tuntutan lingkungannya secara memadai serta memiliki landasan untuk pengembangan keterampilan
2. Meningkatkan kekuatan yaitu jumlah tenaga maksimum yang dikeluarkan oleh otot atau kelompok otot
3. Meningkatkan daya tahan yaitu kemampuan otot atau kelompok otot untuk menahan kerja dalam waktu yang lama
4. Meningkatkan daya tahan kardiovaskuler, kapasitas individu untuk melakukan aktivitas yang berat secara terus menerus dalam waktu relatif lama
5. Meningkatkan fleksibelitas, yaitu; rentang gerak dalam persendian yang diperlukan untuk menghasilkan gerakan yang efisien dan mengurangi cidera.

b. Aspek Neuromuskuler

1. Meningkatkan keharmonisan antara fungsi saraf dan otot
2. Mengembangkan keterampilan lokomotor, seperti; berjalan, berlari, melompat, meloncat, meluncur, melangkah, mendorong, menderap/mencongklang, bergulir, dan menarik

3. Mengembangkan keterampilan non-lokomotor, seperti; mengayun, melengok, meliuk, bergoyang, meregang, menekuk, menggantung, membongkok

4. Mengembangkan keterampilan dasar manipulatif, seperti; memukul, menendang, menangkap, berhenti, melempar, mengubah arah, memantulkan, bergulir, memvoli

5. Mengembangkan faktor-faktor gerak, seperti; ketepatan, irama, rasa gerak, power, waktu reaksi, kelincahan

6. Mengembangkan keterampilan olahraga, seperti; sepak bola, soft ball, bola voli, bola basket, baseball, atletik, tennis, beladiri dan lain sebagainya

7. Mengembangkan keterampilan rekreasi, seperti, menjelajah, mendaki, berkemah, berenang dan lainnya.

c. Aspek Perseptual

1. Mengembangkan kemampuan menerima dan membedakan isyarat

2. Mengembangkan hubungan-hubungan yang berkaitan dengan tempat atau ruang, yaitu kemampuan mengenali objek yang berada di: depan, belakang, bawah, sebelah kanan atau sebelah kiri dari dirinya

3. Mengembangkan koordinasi gerak visual, yaitu; kemampuan mengkoordinasikan pandangan dengan keterampilan gerak yang melibatkan tangan, tubuh, dan atau kaki

4. Mengembangkan keseimbangan tubuh (statis, dinamis), yaitu; kemampuan mempertahankan keseimbangan statis dan dinamis

5. Mengembangkan dominansi (dominancy), yaitu; konsistensi dalam menggunakan tangan atau kaki kanan/kiri dalam melempar atau menendang

6. Mengembangkan lateralitas (laterality), yaitu; kemampuan membedakan antara sisi kanan atau sisi kiri tubuh dan diantara bagian dalam kanan atau kiri tubuhnya sendiri

7. Mengembangkan image tubuh (body image), yaitu kesadaran bagian tubuh atau seluruh tubuh dan hubungannya dengan tempat atau ruang.

d. Aspek Kognitif

1. Mengembangkan kemampuan menggali, menemukan sesuatu, memahami, memperoleh pengetahuan dan membuat keputusan

2. Meningkatkan pengetahuan peraturan permainan, keselamatan, dan etika

3. Mengembangkan kemampuan penggunaan strategi dan teknik yang terlibat dalam aktivitas yang terorganisasi

4. Meningkatkan pengetahuan bagaimana fungsi tubuh dan hubungannya dengan aktivitas jasmani

5. Menghargai kinerja tubuh; penggunaan pertimbangan yang berhubungan dengan jarak, waktu, tempat, bentuk, kecepatan, dan

arah yang digunakan dalam mengimplementasikan aktivitas dan dirinya

6. Meningkatkan pemahaman tentang memecahkan problem-problem perkembangan melalui gerakan.

e. Aspek Sosial

1. Menyesuaikan diri dengan orang lain dan lingkungan dimana berada
2. Mengembangkan kemampuan membuat pertimbangan dan keputusan dalam situasi kelompok
3. Belajar berkomunikasi dengan orang lain
4. Mengembangkan kemampuan bertukar pikiran dan mengevaluasi ide dalam kelompok
5. Mengembangkan kepribadian, sikap, dan nilai agar dapat berfungsi sebagai anggota masyarakat
6. Mengembangkan rasa memiliki dan rasa diterima di masyarakat
7. Mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang positif
8. Belajar menggunakan waktu luang yang konstruktif
9. Mengembangkan sikap yang mencerminkan karakter moral yang baik.

f. Aspek Emosional

1. Mengembangkan respon yang sehat terhadap aktivitas jasmani

2. Mengembangkan reaksi yang positif sebagai penonton

3. Melepas ketegangan melalui aktivitas fisik yang tepat

4. Memberikan saluran untuk mengekspresikan diri dan kreativitas

5. Menghargai pengalaman estetika dari berbagai aktivitas yang relevan.

3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani.

Adapun ruang lingkup matapelajaran penjasorkes untuk jenjang SMA atau sederajatnya yang penulis kutip menurut kurikulum 2006 (Depdiknas, 2007:513) sebagai berikut.

a. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor,dan manipulatif, atletik, kasti, *rounders, kippers*, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya;
b. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya;
c. Aktivitas renang meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, serta aktivitas lainnya;

d. Aktivitas renang meliputi: renang gaya bebas, renang gaya bebas, meluncur serta aktivitas lainnya;
e. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya;
f. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung; dan
g. 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 cidera, 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.

C. Hakikat Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Pendidikan jasmani memperlakukan anak sebagai sebuah kesatuan utuh, mahluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya.

Pada kenyataannya, pendidikan jasmani adalah suatu bidang kajian yang sungguh luas. Titik perhatiannya adalah peningkatan gerak manusia. Lebih khusus lagi, penjas berkaitan dengan hubungan antara gerak manusia dan

wilayah pendidikan lainnya: hubungan dari perkembangan tubuh-fisik dengan pikiran dan jiwanya. Fokusnya pada pengaruh perkembangan fisik terhadap wilayah pertumbuhan dan perkembangan aspek lain dari manusia itulah yang menjadikannya unik. Tidak ada bidang tunggal lainnya seperti pendidikan jasmani yang berkepentingan dengan perkembangan total manusia.

Perdefinisi, pendidikan jasmani diartikan dengan berbagai ungkapan dan kalimat. Namun esensinya sama, yang jika disimpulkan bermakna jelas, bahwa pendidikan jasmani memanfaatkan alat fisik untuk mengembangan keutuhan manusia. Dalam kaitan ini diartikan bahwa melalui fisik, aspek mental dan emosional pun turut terkembangkan, bahkan dengan penekanan yang cukup dalam. Berbeda dengan bidang lain, misalnya pendidikan moral, yang penekanannya benar-benar pada perkembangan moral, tetapi aspek fisik tidak turut terkembangkan, baik langsung maupun secara tidak langsung.

Karena hasil-hasil kependidikan dari pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, definisi penjas tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas fisik. Kita harus melihat istilah pendidikan jasmani pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh.

Sungguh, pendidikan jasmani ini karenanya harus menyebabkan perbaikan dalam ‘pikiran dan tubuh’ yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan: psikomotor, kognitif, dan afektif. Dengan meminjam ungkapan Robert Gensemer, penjas diistilahkan sebagai proses

menciptakan “tubuh yang baik bagi tempat pikiran atau jiwa.” Artinya, dalam tubuh yang baik ‘diharapkan’ pula terdapat jiwa yang sehat, sejalan dengan pepatah Romawi Kuno: Men sana in corporesano.

1. Kesatuan Jiwa dan Raga

Salah satu pertanyaan sulit di sepanjang jaman adalah pemisahan antara jiwa dan raga atau tubuh. Kepercayaan umum menyatakan bahwa jiwa dan raga terpisah, dengan penekanan berlebihan pada satu sisi tertentu, disebut dualisme, yang mengarah pada penghormatan lebih pada jiwa, dan menempatkan kegiatan fisik secara lebih inferior.

Pandangan yang berbeda lahir dari filsafat monisme, yaitu suatu kepercayaan yang memenangkan kesatuan tubuh dan jiwa. Kita bisa melacak pandangan ini dari pandangan Athena Kuno, dengan konsepnya “jiwa yang baik di dalam raga yang baik.” Moto tersebut sering dipertimbangkan sebagai pernyataan ideal dari tujuan pendidikan jasmani tradisional: aktivitas fisik mengembangkan seluruh aspek dari tubuh; yaitu jiwa, tubuh, dan spirit. Tepatlah ungkapan Zeigler bahwa fokus dari bidang pendidikan jasmani adalah aktivitas fisik yang mengembangkan, bukan semata-mata aktivitas fisik itu sendiri. Selalu terdapat tujuan pengembangan manusia dalam program pendidikan jasmani.

Dalam masyarakat sendiri, konsep dan kepercayaan terhadap pandangan dualisme di atas masih kuat berlaku. Bahkan termasuk juga pada sebagian besar guru penjas sendiri, barangkali pandangan demikian masih kuat mengakar, entah akibat dari kurangnya pemahaman terhadap falsafah penjas

sendiri, maupun karena kuatnya kepercayaan itu. Yang pasti, masih banyak guru penjas yang sangat jauh dari menyadari terhadap peranan dan fungsi pendidikan jasmani di sekolah-sekolah, sehingga proses pembelajaran penjas di sekolahnya masih lebih banyak ditekankan pada program yang berat sebelah pada aspek fisik semata-mata. Bahkan, dalam kasus Indonesia, penekanan yang berat itu masih dipandang labih baik, karena ironisnya, justru program pendidikan jasmani di kita malahan tidak ditekankan ke mana-mana. Itu karena pandangan yang sudah lebih parah, yang memandang bahwa program penjas dipandang tidak penting sama sekali.

Nilai-nilai yang dikandung penjas untuk mengembangkan manusia utuh menyeluruh, sungguh masih jauh dari kesadaran dan pengakuan masyarakat kita. Ini bersumber dan disebabkan oleh kenyataan pelaksanaan praktik penjas di lapangan. Teramat banyak kasus atau contoh di mana orang menolak manfaat atau nilai positif dari penjas dengan menunjuk pada kurang bernilai dan tidak seimbangnya program pendidikan jasmani di lapangan seperti yang dapat mereka lihat. Perbedaan atau kesenjangan antara apa yang kita percayai dan apa yang kita praktikkan (gap antara teori dan praktek) adalah sebuah duri dalam bidang pendidikan jasmani kita.

2. Hubungan Pendidikan Jasmani dengan Bermain dan Olahraga

Dalam memahami arti pendidikan jasmani, kita harus juga mempertimbangkan hubungan antara bermain (play) dan olahraga (sport), sebagai istilah yang lebih dahulu populer dan lebih sering digunakan dalam konteks kegiatan sehari-hari. Pemahaman tersebut akan membantu para

guru atau masyarakat dalam memahami peranan dan fungsi pendidikan jasmani secara lebih konseptual.

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan. Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisikal yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik. Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya.

Olahraga di pihak lain adalah suatu bentuk bermain yang terorganisir dan bersifat kompetitif. Beberapa ahli memandang bahwa olahraga semata-mata suatu bentuk permainan yang terorganisasi, yang menempatkannya lebih dekat kepada istilah pendidikan jasmani. Akan tetapi, pengujian yang lebih cermat menunjukkan bahwa secara tradisional, olahraga melibatkan aktivitas kompetitif.

Ketika kita menunjuk pada olahraga sebagai aktivitas kompetitif yang terorganisir, kita mengartikannya bahwa aktivitas itu sudah disempurnakan dan diformalkan hingga kadar tertentu, sehingga memiliki beberapa bentuk dan proses tetap yang terlibat. Peraturan, misalnya, baik tertulis maupun tak tertulis, digunakan atau dipakai dalam aktivitas tersebut, dan aturan atau prosedur tersebut tidak dapat diubah selama kegiatan berlangsung, kecuali atas kesepakatan semua pihak yang terlibat.

Di atas semua pengertian itu, olahraga adalah aktivitas kompetitif. Kita tidak dapat mengartikan olahraga tanpa memikirkan kompetisi, sehingga tanpa kompetisi itu, olahraga berubah menjadi semata-mata bermain atau

rekreasi. Bermain, karenanya pada satu saat menjadi olahraga, tetapi sebaliknya, olahraga tidak pernah hanya semata-mata bermain; karena aspek kompetitif teramat penting dalam hakikatnya.

Di pihak lain, pendidikan jasmani mengandung elemen baik dari bermain maupun dari olahraga, tetapi tidak berarti hanya salah satu saja, atau tidak juga harus selalu seimbang di antara keduanya. Sebagaimana dimengerti dari kata-katanya, pendidikan jasmani adalah aktivitas jasmani yang memiliki tujuan kependidikan tertentu. Pendidikan Jasmani bersifat fisik dalam aktivitasnya dan penjas dilaksanakan untuk mendidik. Hal itu tidak bisa berlaku bagi bermain dan olahraga, meskipun keduanya selalu digunakan dalam proses kependidikan.

Bermain, olahraga dan pendidikan jasmani melibatkan bentuk-bentuk gerakan, dan ketiganya dapat melumat secara pas dalam konteks pendidikan jika digunakan untuk tujuan-tujuan kependidikan. Bermain dapat membuat rileks dan menghibur tanpa adanya tujuan pendidikan, seperti juga olahraga tetap eksis tanpa ada tujuan kependidikan. Misalnya, olahraga profesional (di Amerika umumnya disebut *athletics*) dianggap tidak punya misi kependidikan apa-apa, tetapi tetap disebut sebagai olahraga. Olahraga dan bermain dapat eksis meskipun secara murni untuk kepentingan kesenangan, untuk kepentingan pendidikan, atau untuk kombinasi keduanya. Kesenangan dan pendidikan tidak harus dipisahkan secara eksklusif; keduanya dapat dan harus beriringan bersama.

D. Definisi Model Bermain

1. Model bermain

Pada dasarnya setiap orang menyukai hal-hal yang berhubungan dengan permainan. Sebab, secara refleks mereka spontan akan bergerak sesuai sifat individunya masing-masing baik dari cara bicara, bertindak, dan bertingkah laku yang sesuai dengan kebiasaan sehari-hari. Dengan demikian, permainan dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktivitas anak berupa gerakan-gerakan yang dibutuhkan, sikap dan perilaku.Sukintaka (1992: 1), mengatakan "permainan secara luas meliputi kegiatan bermain, pengaruh bermain terhadap pelaku permainan, sifat permainan, dan permainan sebagai wahana peningkatan kualitas manusia".

Bermain dan permainan memunyai kata dasar main, yang memunyai arti melakukan sesuatu kegiatan yang memunyai tujuan. Sedangkan bermain merupakan kata kerja dan permainan merupakan suatu kata benda. Dalam bahasa inggris bermain atau permainan digunakan istilah games and play. Jadi dalam hal ini tidak dapat dihindarkan penggunaan kedua istilah itu sekaligus.

Menurut Djarkara yang dikutip Sukintaka (1992:1), bahwa "bermain telah ada seusia dengan umur manusia, dengan pengertian bahwa semenjak manusia itu ada, mulai ada pula anak atau orang bermain". Bermain bagi anak-anak merupakan kebutuhan hidup sehari-hari seperti halnya kebutuhan makan, minum, tidur dan lain sebagainya. Karena melalui bermain anak dapat mengaktualisasi diri dan memepersiapkan diri untuk menjadi dewasa.

Menurut Herbert Spencer dalam Tadkriroatun Musfiroh (2008: 5), menyatakan bahwa anak bermain karena memunyai energi berlebihan. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka terbebas dari perasaan tertekan. Pembelajaran dengan metode bermain mengenalkan materi dalam dimensi bermain yang menarik, progresif, menyenangkan, dan menantang sehingga membuat siswa antusias, aktif, serta dapat meningkatkan motivasi dalam belajar sehingga mereka akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih banyak. Hal itu tentu saja akan berdampak baik terhadap kemampuan gerak, sikap, maupun pengetahuan siswa terhadap materi pembelajaran tersebut sehingga akan berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa dalam materi gerak dasar renang.

Bermain merupakan keasyikan yang dipilihnya sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain. Tujuan bermain terletak pada permainan itu sendiri. Perbedaan yang nyata dengan bekerja ialah bahwa bekerja itu untuk mencari uang. Sedangkan fungsi dari permainan itu sendiri terhadap pengembangan jasmaniah dimaksud untuk meningkatkan kemampuan kondisi fisik. Untuk mencapai kemampuan jasmaniah, yang perlu dikembangkan antara lain ialah kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelenturan. Kekuatan merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik. Tanpa adanya kekuatan tidak mungkin seseorang mampu melakukan aktivitas yang baik dan sesuai dengan keinginan.

Menurut Hartati (2005: 15), menyatakan bahwa bermain merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Penting bagi pertumbuhan dan

perkembangan jiwa mereka yang masih bergejolak sehingga tertarik dengan suasana yang menyenangkan, menantang dan ada persaingan. berrmain dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktivitas anak berupa gerakan-gerakan yang dibutuhkan, sikap dan perilaku

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bermain bagi anak-anak merupakan kebutuhan hidup sehari-hari. Anak bermain karena memunyai energi berlebihan. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka terbebas dari perasaan tertekan. Dalam bermain merupakan keasyikan yang dipilihnya sendiri, tanpa adanya paksaan dari orang lain.

2. Pengertian Model Bermain dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan.

Berdasarkan tujuan pembelajaran Penjasorkes dapat dikatakan bahwa mata pelajaran Penjasorkes sarat dengan materi yang kompleks, sehingga menuntut guru untuk memilih strategi, metode dan pendekatan pembelajaran yang tepat guna memperoleh hasil belajar yang optimal. Menurut Sudrajat (2008: 23) pendekatan dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Dilihat dari pendekatannya, pembelajaran terdapat dua jenis pendekatan yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (teacher-centered approaches) dan pendekatan yang berpusat pada siswa (student-centered approaches).

Bermain merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dengan tanpa adanya paksaan, dilakukan dengan bersungguh-sungguh dan disertai rasa senang

untuk mencapai tujuan tertentu (Sukintaka, 1992: 2). Aktivitas bermain pada anak-anak banyak dilakukan dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak-anak dalam masa pertumbuhannya. Gerak bagi mereka berarti berlatih yang mungkin sekali tanpa disadari. Dasar gerak mereka akan menjadi lebih baik karena meningkatnya kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi makin baik. Selain itu akan bertambah panjang dan besarnya otot-otot, fungsi organ tubuh menjadi lebih baik, sehingga dapat dikatakan bahwa terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang lebih baik.

Menurut Tadkiroatun Musfiroh (2008: 29) melalui bermain anak diajak untuk bereksporasi, menemukan, dan memanfaatkan obyek-obyek yang dekat dengannya, sehingga pembelajaran menjadi bermakna. Bermain sambil belajar merupakan sebuah slogan yang harus dimaknai sebagai satu kesatuan, yakni belajar yang dilakukan adalah melalui bermain. ”Bermain sambil belajar” tidak diartikan dalam dua kegiatan, yakni bermain dan belajar, yang dilakukan secara bergantian tapi anak belajar melalui bermain. Artinya, aktivitas anak lebih lebih ditekankan pada ciri-ciri bermain.

Berdasarkan hal itu, maka dalam pembelajaran pendidikan jasmani penggunaan pendekatan pembelajaran yang tepat dan menyenangkan menjadi penting. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

3. Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Bermain

Keberhasilan dalam suatu pembelajaran di sekolah ditentukan oleh beberapa faktor antara lain lain: siswa, guru, metode pembelajaran, sarana dan prasarana, lingkungan, dan suasana pembelajaran. Pembelajaran gerak dasar renang pun tidak terlepas dari faktor-faktor tersebut dalam keberhasilan pembelajarannya, kesungguhan dan partisipasi siswa sangat diperlukan agar berhasil dalam pembelajaran, peran guru juga berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran, dalam hal menyampaikan materi, metode pembelajaran, dan memfasilitasi siswa. Banyak hambatan yangdialami oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, diantaranya: rasa takut terhadap air, kedalaman, tenggelam, suasana pembelajaran yang kurang kondusif, pembelajaran yang membosankan karena drilling terus menerus dan sebagainya. Salah satu pendekatan pembelajaran dengan suasana yang menggembirakan dan menyenangkan adalah bermain.

Agar siswa mampu melakukan gerak dasar renang dengan baik dan benar, harus dilakukan dengan latihan yang sistematis dan terpogram. Seorang guru harus mampu memilih metode pembelajaran yang mudah dipelajari dan dipahami oleh siswa, salah satunya dengan menggunakan model dalam bentuk bermain. Metode yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang yaitu dengan permainan sederhana dengan model bermain yang mengarah ke gerakan untuk melakukan teknik-teknik dasar dalam berenang. Oleh karena itu pemberian bantuan di dalam proses belajar mengajar yang berupa

kegiatan memodifikasi dalam bentuk bermain yang terprogram dan disusun secara sistematis. Dalam penelitian ini dengan menggunakan model bermain dalam penyampaian pembelajaran gerak dasar renang.

Menurut Sumarman (2011: 98), menggunakan teknik bermain bertujuan untuk mengenalkan masalah gerak (movement problem) renang secara umum khususnya dalam gerakan dasar dan cara renang yang benar ditinjau secara anatomis, memperbaiki sikap gerakan dasar serta meningkatkan motivasi siswa terhadap pembelajaran, sehingga padaakhirnya dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Tujuan khusus dalam bermain di pembelajaran gerak dasar renang adalah meningkatkan konsentrasi, kekuatan menolak, reaksi bergerak, dan percepatan gerak siswa, serta meningkatkan rasa percaya diri, meningkatkan rasa keberanian dalam melakukan gerakan renang.

Menurut Hambali (2006: 15), dalam tahap pertama (pengenalan air) pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa Sekolah Dasar, dapat menggunakan permainan sebagai media penyampaian materi. Permainan dibagi menjadi 2, yaitu permainan tanpa alat dan menggunakan alat. Agar anak didik tidak bosan dalam pelajaran gerak dasar renang, maka diperkenankan menggunakan cara mengajar dengan permainan. Cara ini lebih efektif dalam pencapaian hasil didik.

E. Definisi Pembelajaran Renang

1. Pengertian renang

Berenang adalah gerakan yang dilakukan oleh manusia atau hewan sewaktu bergerak di air, dan biasanya tanpa perlengkapan buatan. Berenang bisa menjadi kegiatan rekreasi dan olahraga. Makhluk hidup berenang antara lain untuk keperluan mandi, mendinginkan suhu tubuh, sewaktu mencari ikan, atau bergerak dari satu tempat ke tempat lainnya di air.Hampir semua mamalia memiliki naluri alamiah untuk bisa berenang, termasuk di antaranya kelelawar, kanguru, tikus mondok, dan kungkang. Manusia tidak memiliki tubuh ideal untuk hidup di air, sehingga perlu dilatih sebelum bisa berenang.

Sebagian besar monyet bisa berenang secara alami, termasuk bekantan, monyet pemakan kepiting, dan monyet rhesus.Hewan yang kemungkinan tidak bisa berenang adalah jerapah, dan landak. Unggas darat bisa berenang atau mengambang untuk beberapa lama. Burung unta, kasuari, dan kura-kura bisa berenang.Berenang untuk keperluan rekreasi dan kompetisi dilakukan orang di kolam renang. Manusia juga berenang di sungai, di danau, dan di laut sebagai bentuk rekreasi. Olahraga renang membuat tubuh sehat karena hampir semua otot tubuh dipakai sewaktu berenang.

2. Renang Gaya bebas

Gaya bebas adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, kedua belah tangan secara bergantian digerakkan jauh ke depan dengan

gerakan mengayuh, sementara kedua belah kaki secara bergantian dicambukkan naik turun ke atas dan ke bawah. Sewaktu berenang gaya bebas, posisi wajah menghadap ke permukaan air, pernapasan dilakukan saat lengan digerakkan ke luar dari air, saat tubuh menjadi miring dan kepala berpaling ke samping. Sewaktu mengambil napas, perenang bisa memilih untuk menoleh ke kiri atau ke kanan.

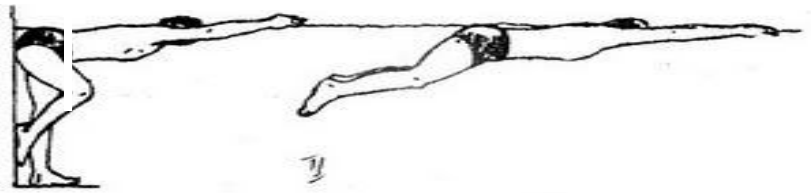
1. Teknik Renang Gaya bebas

   a. Latihan gerakan meluncur

      Pelaksanaan latihan meluncur:

      1. Berdiri di pinggir kolam dan salah satu kaki menempel pada dinding kolam.
      2. Badan dibungkukkan ke depan sejajar dengan permukaan air dan kedua lengan diluruskan.
      3. Tolakkan kaki yang menempel pada dinding kolam sekuat-kuatnya dan pertahankan agar badan tetap lurus.
      4. Pertahankan posisi kaki dan tangan tetap lurus sejajar dengan permukaan air sampai berhenti, usahakan jangan mengambil nafas selama dalam keadaan meluncur.
      5. Lakukan berulang-ulang sampai memiliki kecepatan dan jauh ke depan.

Untuk Lebih jelasnya, perhatikan gambar di bawah:



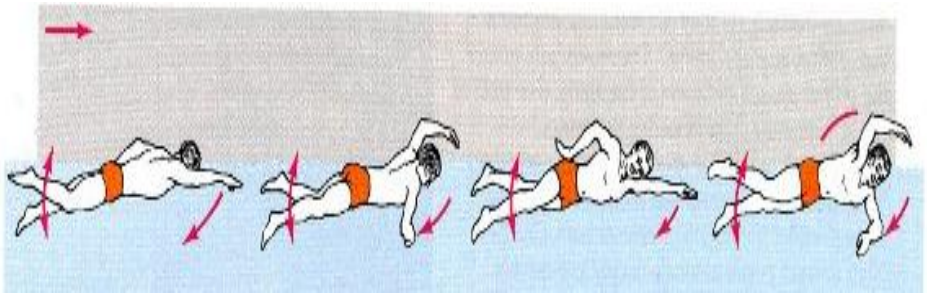
Gambar 1. Gerakan Meluncur
(sumber: Sodikin Chandra , 2010:138)

b. Latihan Gerakan Kaki

Cara pelaksanaan latihan gerakan kaki adalah:

1. Latihan gerakan kai dapat dilakukan secara bersama-sama pada waktu latihan meluncur.
2. Atau dengan cara berdiri menghadap dinding kolam, kedua tangan berpasangan pada dinding kolam.
3. Kedua kaki diluruskan ke belakang dengan posisi badan tertelungkup.
4. Kaki digerakkan ke atas dan kebawah secara bergantian dalam keadaan lemas (rileks).
5. Gerakan kaki dimulai dari pangkal paha.

Untuk lebih jelasnya, perhatikan gambar di bawah:

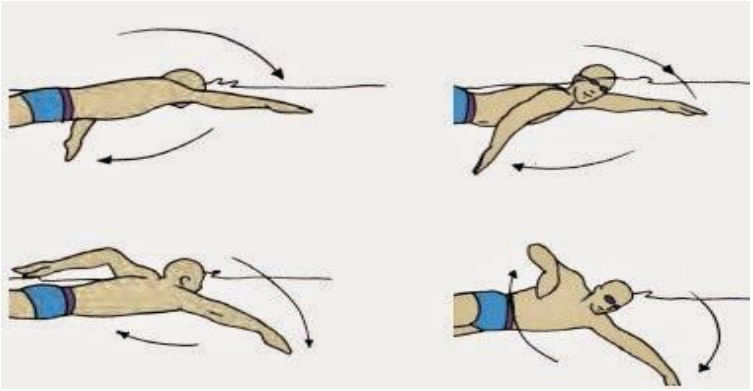


Gambar 2. Gerakan Kaki
(sumber: http://olahraga.web.id/wp-content/uploads/2015/12/renang-gaya-bebas.png)

c. Latihan Gerakan Tangan

Gerakan lengan pada renang gaya bebas berperan terutama sebagai pendorong/penggerak di samping untuk pengatur keseimbangan tubuh, adapun teknik gerakan kaki renang gaya bebas adalah:

1. Posisi awal, kedua tangan lurus di atas kepala (kedua telapak tangan agak berdekatan, tetapi tidak perlu menempel).
2. Kemudian tarik tangan kiri ke bawah, terus ditarik sampai ke belakang.
3. Kemudian angkat tangan kiri keluar dari permukaan air dan ayunkan tangan kiri tersebut sejauh mungkin ke depan (ketika tangan di atas permukaan air, siku tangan kiri agak ditekuk di dekat telinga. Kemudian diluruskan kembali dan diayunkan sejauh mungkin ke depan masuk ke permukaan air).
4. Pada waktu tangan kiri diangkat keluar dari permukaan air, langsung gerakkan dan tarik tangan kanan ke bawah sampai ke belakang -sama dengan gerakan tangan kiri pada langkah b kemudian angkat tangan kanan keluar dari permukaan air dan ayunkan tangan kanan tersebut sejauh mungkin ke depan (ketika tangan di atas permukaan air, siku tangan kanan agak ditekuk di dekat telinga. Kemudian diluruskan kembali dan diayunkan sejauh mungkin ke depan masuk ke permukaan air) sama dengan gerakan tangan kiri pada langkah.



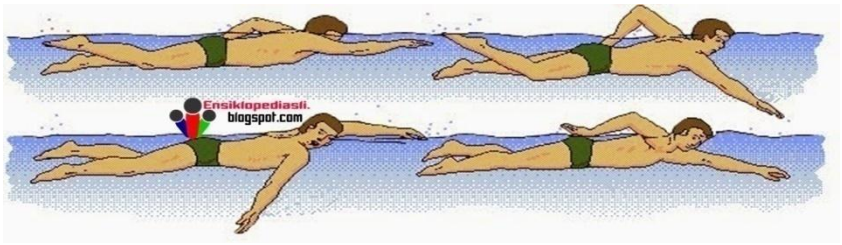
Gambar 3. Gerakan Tangan
(sumber: https://artikelpengertianmakalah.blogspot.com)

d. Latihan Mengambil Nafas

Latihan bernafas dapat dilakukan secara bersama-sama dengan latihan gerakan tangan, yang dapat dilakukan dengan cara latihan di tempat. Latihan mengambil nafas di tempat pelaksanaannya adalah:

1. Prinsipnya sama dengan latihan gerakan tangan di tempat.
2. Pada waktu siku bengkok dan diangkat, pada saat itu pula kepala dimiringkan sehingga muka keluar dari permukaan air untuk menghirup udara (bernafas).
3. Waktu mengambil nafas biasanya dilakukan pada waktu gerakan tangan kanan saja.
4. Perbandingannya 2 kali menarik tangan sekali mengambil nafas.

Untuk lebih jelasnya, perhatikan gambar di bawah:



Gambar 4. Gerakan mengambil nafas
(Sumber: https://ensiklopediasli.blogspot.com)

2. Koordinasi gerakan

Koordinasi gerakan kaki dan lengan Cara pelaksanaan koordinasi gerakan kaki dan lengan adalah:

1. Meluncur di kolam renang.
2. Gerakan kedua kaki ke atas dan bawah bergantian dengan pusat gerakan dipangkal paha.
3. Tarik lengan kanan ke bawah dada dengan siku ditekuk, kemudian melanjutkan dengan mendorong lengan kanan ke belakang sampai lurus. Telapak tangan menghadap ke belakang di samping paha.
4. Tarik lengan kanan ke atas dengan siku ditekuk, kemudian masukkan telapak tangan ke depan sampai lurus.
5. Gerakan lengan kanan dan kiri secara bergantian.
6. Kombinasi gerakan lengan dan pernapasan Gerakan pernapasan dilakukan mengikuti gerakan lengan, gerakan pernapasan dilakukan dengan memiringkan atau menengokkan kepala ke samping kiri atau kanan tergantung kebiasaan perenang. Pada saat

lengan mendayung/mendorong miringkan kepala ke samping hingga mulut di permukaan air, ambil napas melalui mulut. Kepala kembali ke posisi semula bersamaan dengan memutar lengan ke depan atas, buang napas dengan cara ditiupkan melalui mulut.

7. Koordinasi gerakan kaki, lengan, dan pernapasan Koordinasi gerakan merupakan gabungan dari gerakan kaki, gerakan lengan, dan pernapasan, gerakan rengan gaya bebas dimulai dari gerakan meluncur, dilanjutkan gerakan kaki, gerakan lengan, dan gerakan pernapasan. Gerakan kaki dan lengan tidak bekerja sendiri-sendiri, tetapi irama gerakan kaki disesuaikan dengan irama gerakan tangan, koordinasi antar gerakan tersebut merupakan pengatur keseimbangan dan tenaga penggerak.

F. Definisi Belajar Gerak

Definisi belajar gerak menurut Schmidt (1991) adalah “serangkaian proses yang dihubungkan dengan latihan atau pengalaman yang mengarah kepada perubahan-perubaha yang relatif menetap dalam kemampuan seseorang untuk menampilkan gerakan-gerakan yang terampil”.

Pada dasarnya definisi Schmidt di atas mengandung 3 (tiga) aspek penting, yakni:

1. Belajar merupakan pengaruh latihan atau pengalaman. Perkembangan kemampuan memang bisa berkembang tanpa dilatih. Kemampuan tersebut berkembang misalnya, karena pengaruh kematangan dan pertumbuhan. Contoh keterampilan berlari. Tanpa dilatih dalam arti sebenarnya , kemampuan berlari tetap akan berkembang karena adanya pengaruh kematangan. Siapapun anaknya normal pasti akan mengusai keterampilan berlari tanpa berlatih, tetapi perlu ditanyakan sampai dimanakan kemampuan prestasi berlarinya?.

2. Belajar tidak langsung termati. Ketika latihan erlangsung terjadi banyak perubahan dalam system saraf pusat. Perubahan tersebut terjadi karena penganyaman berbagai kemampuan dan pengalaman gerak dalam situasi memori dalam otak. Proses inilah yang memantapkan perubahan yang terjadi agar relative menetap.

3. Perubahan yang terjadi relative melekat. Banyak perubahan dalam penampilan terjadi oleh sebab lain yang sifatnya hanya sementara, misalnya oleh kelelahan, obat-obatan atau kondisi lingkungan.

Perubahan dalam diri individu yang bersifat sementara di ibaratkan sebagai air. Air akan mendidih jika dipanaskan, sehingga bentuknya berubah pada saat itu. Tetapi ketika air dingin kembali, maka ujudnya akan kembali menjadi air yang tenang seperti semula. Proses belajar akan merubahnya mennjadi orang yang benar-benar baru. Luarnya tetap sama, tetapi kemampuannya sudah berubah.

1. Mengukur Pembelajaran Gerak

Gagasan bahwa pembelajaran gerak tidak di ukur, tidak dapat diamati menimbulkan pertanyaan tentang bagaimanakah kemajuan pembelajaran itu dapat di ukur? Jalan yang dapat ditempuh untuk menghindari hal-hal yang demikian adalah " mengetahui hakikat dan pola perkembangan hasil belajar. Hal ini meliputi seperti berikut ini :

1. Turun Naiknya Perkembangan Belajar.

2. Sifat pengaruh latihan

2. Tujuan Akhir Pembelajaran Gerak

Tujuan akhir dari pembelajaran gerak adalah "kemampuan penguasaan keterampilan" Keterampilan seseorang dalam tugas gerak tertentu akan menentukan seberapa besar kemampuan orang itu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan dengan derajat keberhasilan yang tinggi. Untuk sampai pada tujuan akhir tersebut diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan bisa dihasilkan serta factor apa saja yang berperan dalam gerakan itu? Pertama yang harus dikuasai adalah mempelajari bagaimana gerakan itu bisa berlangsung. Kedua berhubungan dengan syarat-syarat apa saja yang harus dipenuhi agar keterampilan gerak dapat dicapai dengan baik.

Keterampilan gerak dapat dicapai dengan cara latihan atau dengan berbagai keterlibatan dengan berbagai pengalaman.

Schmidt (1991) definisi keterampilan adalah " kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum dengan pengeluaran energy dan waktu yang minimum".

Singer (1980) keterampilan adalah " derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efesien dan efektif".

HW. Johnson dalam Singer (1980) Memberikan ciri-ciri ketrampilan kedalam 4 aspek variable, yakni kecepatan, akurasi, bentuk dan kesesuaian. (1) bahwa keterampilan itu dapat ditentukan dengan waktu yang cepat. Artinya semakin cepat semakin baik. (2) keterampilan itu harus memiliki tingkat akurasi yang tinggi sesuai dengan target yang ditetapkan. (3) keterampilan itu harus dapat dilaksanakan dengan hanya sedikit energy yang dikeluarkan, dan (4) keterampilan itu harus dapat diadaptasikan dengan berbagai situasi dan kondisi yang berbeda-beda.

3. Klasifikasi Keterampilan.

Keterampilan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa macam. Hal ini untuk memudahkan para pendidik dan para peneliti untuk mempelajarinya. Ada 3 sistem dikaitkan dengan : (a) Stabilitas lingkungan (b) Jelas tidaknya titik awal serta titik akhir gerakan, (c) Ketepatan gerakan.

1. Keterampilan terbuka dan tertutup. Berdasarkan stabilitas lingkungan, keterampilan dapat dibedakan menjadi keterampilan terbuka dan tertutup.

2. Menurut Schmidt (1991) "keterampilan terbuka adalah "keterampilan yang ketika dilakukan dilingkungan yang berkaitan dengan bervariasi

dan tidak dapat di duga". Sama dengan Magill (1985) menyebutkan keterampilan terbuka adalah "beberapa keterampilan yang melibatkan lingkungan yang selalu berubah dan tidak bisa diperkirakan". Contohnya Keterampilan memukul bola tenis atau softball pada saat mau memukul bola yang datang dari lawan tidak dapat diduga sebelumnya tentang arah dan kecepatannya. Dalam hal ini menurut Gentile (1972) menganjurkan bahwa "….pelaku harus bertindak atas rangsangan yang datang". Jadi jelasnya pelaku tidak bisa berdiam saja tetapi harus banyak bergerak guna mengantisipasi datangnya bola dari arah lawan.

3. Keterampilan tertutup. Menunjukkan jenis keterampilan yang sbaliknya. Schmidt dan Magill sama mendifinisikan keterampilan tertutup sebagai jenis keterampilan yang dapat dilakukan dalam lingkungan yang relative stabil dan dapat diduga. Contonhnya bowling, golf, panahan, senam dan renang. Semua keterampilan dalam olahraga di atas merupakan keterampilan yang ditentukan oleh si pelaku itu sendiri tanpa harus ditentukan oleh lingkungan sekitarnya.

4. Keterampila diskrit. Menurut Schmidt (1991) suatu jenis "keterampilan yang dapat ditentukan dengan mudah awal dan akhir gerakannya, yang lebih sering berlangsung dalam waktu yang singkat." Contohnya melempar, menendang bola, senam artistic dan menembak.

G. Hasil Belajar

1. Definisi Hasil Belajar

Belajar dan mengajar merupakan konsep yang tidak bisa dipisahkan. Belajar merujuk pada apa yang harus dilakukan seseorang sebagai subyek dalam belajar. Sedangkan mengajar merujuk pada apa yang seharusnya dilakukan seseorang guru sebagai pengajar. Dua konsep belajar mengajar yang dilakukan oleh siswa dan guru terpadu dalam satu kegiatan. Diantara keduannya ituterjadiinteraksi dengan guru. Kemampuan yang dimiliki siswa dari proses belajar mengajar saja harus bisa mendapatkan hasil bisa juga melalui kreatifitas seseorang itu tanpa adanya *intervensi* orang lain sebagai pengajar.

Oleh karena itu hasil belajar yang dimaksud disini adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki seorang siswa setelah ia menerima perlakukan dari pengajar (guru), seperti yang dikemukakan oleh Sudjana (2004:22) bahwa hasil belajar adalah "kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya". Sedangkan menurut HorwartKingsley (Sudjana,2004:23) membagi tiga macam hasil belajar mengajar, yaitu:

1. Keterampilan dan kebiasaan,
2. Pengetahuan dan pengarahan,
3. Sikap dan cita-cita.

Dari pendapat di atas dapat dikemukakan bahwa hasil belajar adalah kemampuan keterampilan, sikap dan keterampilan yang diperoleh siswa

setelah menerima perlakuan yang diberikan oleh guru, sehingga dapat mengkonstruksikan pengetahuan dan pengalaman yang didapatnya itu dalam kehidupan sehari-hari.

2. Tujuan Belajar

Hasil belajar yang dicapai siswa erat kaitannya dengan tujuan pengajaran *(instruksional)* yang ingin dicapai, karena isi dari tujuan *instruksional* mencerminkan hasil belajar yang harus dikuasai siswa setelah melakukan proses belajar mengajar. Oleh karena itu, menurut Benyamin Bloom, wujud perubahan tingkah laku sebagai hasil belajar diklasifikasikan dalam bentuk klasifikasi tujuan pendidikan ke dalam tiga kategori yaitu ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotor.

Tujuan belajar adalah sejumlah hasil belajar yang menunjukkan bahwa siswa telah melakukan tugas belajar, yang umumnya meliputi pengetahuan, keterampilan dan sikap-sikap yang baru, yang diharapkan tercapai oleh siswa. Tujuan belajar adalah suatu gambaran mengenai tingkah laku yang diharapkan tercapai oleh siswa setelah berlangsungnya proses belajar.

3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Hasil Belajar

Seperti telah dikemukakan pada paparan sebelumnya tentang faktor-faktor yang memengaruhi kesulitan belajar, erat hubungannya dengan faktor yangmemengaruhi hasil belajar. Hasil belajar merupakan hasil interaksi berbagai faktor, baik internal maupun eksternal.Faktor-faktor yang

memengaruhi proses dan hasil belajar menurut Mulyasa (2004:190) dapat digolongkan menjadi empat, yaitu:

1. bahan atau materi yang dipelajari
2. lingkungan
3. faktor instrumental
4. kondisi peserta didik.

Sedangkan menurut Widayatun (1999:28) dalam bahasan yang sama tentang faktor-faktor yang memengaruhi hasil belajar yaitu:

1. kondisi fisik dan mental
2. ingatan dan berfikir
3. inteligensi/kecakapan
3. teknik/cara/metode
4. sarana dan prasarana
5. efesiensi waktu
6. bahasa dan budaya
7. motivasi dan minat
8. bobot dan kepribadian.

Menurut Makmun (1999:40) yang mengemukakan komponen-komponen yang terlibat dalam pembelajaran dan pengaruhnya terhadap hasil belajar adalah sebagai berikut.

1. Masukkan mentah *(raw-input)* menunjuk pada karakterisitk individu yang mungkin dapat memudahkan atau justru menghambat proses pembelajaran,

2. Masukkan instrumental, menunjuk pada kualifikasi serta kelengkapan pada sarana yang diperlukan, seperti guru, metode, bahan atau sumber dan program,
3. Masukkan lingkungan, yang menunjuk pada situasi, keadaan fisik dan suasana sekolah, serta hubungan dengan pengajar dan teman.

Dengan demikian dapat dijelaskan bahwa hasil belajar bukanlah sesuatu yangberdiri sendiri, tetapi merupakan pembauran berbagai faktor yangmelatarbelakanginya.Faktor-faktor tersebut baik secara terpisah maupun bersama-sama memberikan kontribusi tertentu terhadap pencapaian hasil belajar peserta didik dalam upaya proses pembelajarannya.

Selain hal tersebut di atas, hasil belajar siswa dipengaruhi oleh dua faktor dari dalam individu siswa berupa kemampuan personal *(internal)* dan faktor dari luar diri siswa yakni lingkungan. Dengan demikian hasil belajar adalah sesuatu yang dicapai atau diperoleh siswa berkat adanya usaha atau pikiran yang mana hal tersebut dinyatakan dalam bentuk penguasaan, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai aspek kehidupan sehingga nampak pada diri individu penggunaan penilaian terhadap sikap, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai aspek kehidupan sehingga nampak pada diri individu perubahan tingkah laku secara kuantitatif.

H. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suroto (2012) yang berjudul: Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Melalui Model Pembelajaran Alat Bantu Bagi Siswa Kelas V SDN 2 Margodadi Lampung Selatan tahun pelajaran 2011/2012.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, disimpulkan bahwa dengan penggunaan pembelajaran perbagian untuk proses pembelajaran renang gaya bebas dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas dan dengan penggunaan alat bantu derigen untuk proses pembelajaran renang gaya bebas dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas V SD Negeri 2 Margodadi Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2011/2012.

I. Kerangka Pikir

Kualitas hasil belajar keterampilan renang akan ditentukan proses pembelajaran renang yang baik, dan kualitas suatu pembelajaran renang akan ditentukan bagaimana seorang pengajar mengelola pembelajarannya. Metode pembelajaran yang selama ini diterapkan dalam proses pembelajaran renang, khususnya teknik dasar maupun teknik lanjutan renang gaya bebas *(crawl)* kurang inovatif, sehingga siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik gerakan renang gaya bebas *(crawl).* Akibatnya kemampuan siswa dalam penguasaan teknik renang gaya bebas *(crawl)* belum sempurna. Berdasarkan hal tersebut di atas, maka perlu diadakan perubahan metode pembelajaran

khususnya pada pendidikan olahraga renang yang berpusat pada siswa, yang melibatkan siswa dalam proses pembelajaran, sehingga diharapkan siswa dapat mengaktualisasikan suatu teori ke dalam tindakan nyata dalam bentuk praktek yang lebih konkret, dengan demikian siswa mampu memperagakan teknik-teknik gerakan renang gaya bebas *(crawl)* yang lebih sempurna.

J. Hipotesis Tindakan

Sesuai dengan kajian teori yang telah dipaparkan sebelumnya, rumusan hipotesis tindakan pada penelitian ini, yaitu:

1. Jika Model Bermain berupa kucing dan anjing diterapkan pada pembelajaran renang di SMKN 7 Bandar Lampung, maka kemampuan renang gaya bebas siswa meningkat.
2. Jika Model Bermain berupa kolongan diterapkan pada pembelajaran renang di SMKN 7 Bandar Lampung, maka kemampuan renang gaya bebas siswa meningkat.
3. Jika Model Bermain berupa estafet diterapkan pada pembelajaran renang di SMKN 7 Bandar Lampung, maka kemampuan renang gaya bebas siswa meningkat.

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

A. Metodologi Penelitian

Metode penelitian merupakan strategi umum yang di anut dalam pengumpulan data dan analisis data yang diperlukan, guna menjawab persoalan yang dihadapi.

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) karena penelitian ini dilakukan dengan metode kaji tindak dengan mengacu pada CAR *(Classroom action research)*. *Action research* adalah penelitian yang bersifat partisipatif dan kolaboratif. Artinya, penelitian ini dilakukan oleh yang berkepentingan yaitu guru, dan diamati bersama dengan si peneliti. *Action research* berbeda dengan studi kasus karena tujuan, sifat kasusnya yang tidak unik seperti studi kasus, dan prinsipnya yang tidak digunakan untuk menguji teori, dan dilakukan oleh guru serta diamati oleh peneliti. Namun, kedua macam penelitian ini sama dalam hal, yaitu bahwa peneliti tidak memikirkan tentang menyimpulkan hasil penelitiannya.

Penelitian tindakan untuk mengembangkan keterampilan baru atau cara pendekatan baru dan untuk memecahkan masalah-masalah dengan penerapan langsung memiliki ciri-ciri sebagai berikut.

1. Praktis dan langsung relevan untuk situasi aktual.

2. Menyediakan kerangka kerja yang teratur untuk memecahkan masalah dan perkembangan-perkembangan yang lebih baik.
3. Dilakukan melalui putaran-putaran spiral.

Stephen Kemmis dalam Siswoyo Hardjodipuro (1997:5) berpendapat :

"*Action research* adalah suatu bentuk penelitian refleksi-diri yang dilakukan oleh para partisipan (guru, siswa atau kepala sekolah, misalnya) dalam situasi-situasi sosial (termasuk pendidikan untuk memperbaiki rasionalitas dan kebenaran (a) praktek-praktek social atau pendidikan yang dilakukannya sendiri, (b) pengertian mengenai praktek-praktek ini, dan (c) situasi-situasi (dan lembaga-lembaga) di mana praktek-praktek tersebut dilaksanakan".

Dasar social *action research* adalah keterlibatan: dasar pendidikan *action research* adalah perbaikan atau peningkatan mutu. Orang yang melakukan *action research* adalah orang yang menginginkan perubahan dari apa yang selama itu dijalankannya dan ingin lebih baik. *Action research* berarti *action*, baik mengenai system nya maupun mengenai orang-orang yang terlibat dalam system tersebut.

Action research bukan sekedar mengajar. *Action research* mempunyai makna sadar dan kritis terhadap mengajar, dan menggunakan kesadaran kritis terhadap dirinya sendiri untuk bersiap terhadap proses perubahan dan perbaikan mengajar. *Action research* mendorong para guru untuk berani bertindak dan berfikir kritis dalam mengembangkan teori dan rasional bagi mereka sendiri, dan bertanggungjawab mengenai pelaksanaan tugasnya secara professional.

Pertanggungjawaban professional kepada masyarakat secara sistematik inilah yang membuat kegiatan ini sebagai penelitian.

Action research adalah penelitian sistematik yang hasil nya terbuka untuk diketahui masyarakat. *Action research* melibatkan refleksi diri yang berulang, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, refleksi dan perencanaan ulang, ia menuntut guru untuk sadarakan proses, dan untuk menyempurnakan persepsinya untuk mempertanggungjawabkan proses tersebut.

Action research adalah suatu pendekatan untuk memecahkan masalah-masalah pendidikan yang telah berkembang dari teori-teori sebelumnya. Ia tidak menolaknya sebagaiteori-teori yang salah, melainkan menggesertekanan dan perspektifnya.

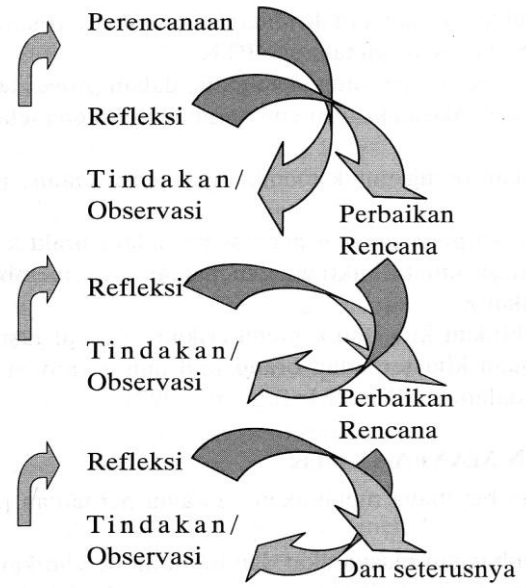
Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk memperbaiki pembelajaran. Perbaikan dilakukan secara bertahap dan terus menerus selama kegiatan penelitian dilakukan. Kemampuan keterampilan guru harus dikembangkan untuk menghadapi permasalahan *actual* pembelajaran di kelasnya atau di sekolahnya sendiri.

Perbaikan dilakukan secara bertahap dan terus menerus. Oleh Karena itu, dalam penelitian tindakan kelas (PTK) dikenal dengan adanya siklus pelaksanaan berupa perencanaan, tindakan observasi dan refleksi yang dilakukan oleh guru sehingga

akan mendapat timbale balik yang sistematik mengenai apa yang selama ini dilakukan dalam proses pembelajaran.

Penelitian tindakan kelas dilakukan melalui putaran atau spiral dengan beberapa siklus yang terdiri dari merencanakan, tahap melakukan tindakan, pengamatan (observasi) dan tahap refleksi.

Penelitian yang dilakukan melalaui putaran spiral adalah penelitian yang melalui siklus-siklus berikut ini:



Gambar 5 : Spiral Penelitian Tindakan Kelas (Hopkins, 1993)
dalam buku (Arikunto 1991:105)

B. Rencana Penelitian

Pada penelitian ini penulis melaksanakan penelitian sampai tiga siklus (sembilan kali pertemuan) kemudian di antara setiap siklusnya penelitian merencanakan kegiatan tindakan berbeda pada setiap siklus, akan tetapi setiap siklus saling

berkaitan, setiap proses penelitian merupakan tindakan lanjutan dari siklus penelitian sebelumnya.

C. Subjek Penelitian

Adapun subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Akutansi 2, SMKN 7 Bandar Lampung yang berjumlah 32 siswa.

D. Tempat dan Waktu

1. Tempat penelitian

   Kolam renang Tirtayasa, Sukabumi.

2. Pelaksanaan penelitian

   Lama waktu yang dilakukan dalam penelitian satu bulan dan terdapat 3 siklus (9 kali pertemuan).

E. Proses Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya bebas

Siklus I

a. Rencana :

1. Mempersiapkan skenario pembelajaran serta instrumen untuk pengamatan proses pembelajaran.
2. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran siklus pertama.

b. Tindakan :

1. Siswa dijelaskan terlebih dahulu teknik renang gaya bebas, setelah itu member contoh gerakan yang benar dan salah satu siswa melakukan gerakan tersebut.

2. Siswa melakukan dengan pergerakan yang benar tersebut sebelum masuk kedalam air.
3. Melakukan test awal untuk melihat kemampuan berenang siswa.
4. Peneliti memberikan model bermain berupa kucing dan anjing dengan menggunakan gerakan renang gaya bebas. Model bermain kucing dan anjing adalah permainan yang membutuhkan dua orang atau lebih. Dalam permainan kucing dan anjing, siswa dibagi menjadi dua kategori. pertama adalah kategori kucing dan yang kedua adalah kategori anjing. Sisanya bertugas membuat lingkaran dan berpegangan erat untuk menjaga si anjing keluar lingkaran. Pada permainan ini, siswa yang menjadi anjing harus mengejar sikucing dengan cara berenang gaya bebas. Begitupun sikucing, harus menghindari kejaran sianjing dengan berenang gaya bebas pula.

c. Observasi:

Setelah pengamatan dilakukan tindakan siklus pertama, mengoreksi dan dan berikan waktu pengulangan kemudian dinilai dan dievaluasi dari hasil siklus pertama.

d. Refleksi :

1. Hasil observasi disimpulkan dan di diskusikan
2. Merumuskan tindakan untuk siklus kedua

Siklus II

a. Rencana :

1. Mempersiapkan skenario pembelajaran serta instrumen untuk pengamatan proses pembelajaran.
2. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran renang gaya bebas pada siklus kedua.

b. Tindakan:

1. Menjelaskan bentuk latihan pada siklus kedua. Pada siklus kedua Mengajarkan kembali Teknik dasar renang gaya bebas dan melakukan gerakannya dengan benar.
2. Siswa kemudian melakukan gerakan dengan beberapa pengulangan agar dapat tercapai gerakan yang benar.
3. Memberikan model bermain berupa kolongan dengan menggunakan gerakan renang gaya bebas. Permainan ini adalah permainan yang mengandalkan pernapasan dan kecepatan gerak karena siswa yang mendapat giliran harus masuk ke dalam air dan berenang melewati terowongan yang dibuat oleh siswa lain dengan melebarkan kedua kaki kemudian muncul kembali kepermukaan air untuk mengambil nafas dan mengulanginya sampai kesiswa terakhir yang menjadi terowongan.

c. Observasi :

Setelah tindakan dilakukan pengamatan, mengoreksi dan memberikan waktu pengulangan untuk dinilai dan mengevaluasi dari hasil siklus kedua.

d. Refleksi :

1. Hasil observasi disimpulkan dan didiskusikan
2. Merumuskan tindakan untuk siklus ketiga.

Siklus III

a. Rencana :

1. Mempersiapkan skenario pembelajaran serta instrumen untuk pengamatan proses pembelajaran.
2. Mempersiapkan siswa untuk mengikuti pembelajaran renang gaya bebas pada siklus ketiga.

b. Tindakan:

1. Menjelaskan bentuk latihan pada siklus ketiga. Pada siklus ketiga mengajarkan kembali teknik renang gaya bebas dengan benar.
2. Siswa kemudian melakukan gerakan renang gaya bebas dengan beberapa pengulangan agar dapat tercapai gerakan yang benar.
3. Memberikan model bermain berupa Estafet dengan menggunakan gerakan renang gaya bebas. Permainan ini membutuhkan kecepatan gerak karena siswa diharuskan untuk cepat dalam mengoper sedotan di dalam air dengan berenang gaya bebas.
4. Melakukan free test 10m untuk mengetahui perkembangan siswa.

c. Observasi :

Setelah tindakan dilakukan pengamatan, mengoreksi dan memberikan waktu pengulangan untuk dinilaimaka dapat diketahui persentase keberhasilan sehingga dapat disimpukan dari hasil siklus ketiga.

d. Refleksi :

Hasil observasi disimpulkan dari hasil model bermain renang gaya bebas dan didiskusikan berapa persen peningkatan yang dicapai oleh siswa.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (penelitian kaji tindak) disetiap siklusnya, Menurut Freir and Cuning ham dalam Muhajir (1997;58) dijelaskan "Alat untuk ukur instrument dalam PTK dikatakan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi"

Penelitian ini menggunakan skala observasi alat kamera video dan indikator-indikator dari penilaian keterampilan gerak dasar renang gaya bebas, bentuk indikatornya adalah: Sikap awal, Gerakan kaki, gerakan lengan, dan pernafasan.

Cara pengambilan nilai adalah dengan melakukan tes kualitas gerak dasar renang gaya bebas mulai dari sikap awal sampai dengan Pernafasan. Dengan pemberian nilai jika melakukan gerakan dengan benar diberi nilai 1 dan diberi tanda ceklis, serta bila melakukan gerakan yang salah tidak diberi tanda ceklis.

G. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul melalui tindakan di setiap siklus, selanjutnya data di analisis melalui tabulasi, prosentasi dan normative. Untuk melihat hasil tindakan dapat dilihat dari tiga sisi, yaitu:

1. Rerata mutlak
2. Rerata kelas.
3. Ketuntasan belajar.

Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$\mathbf{P} = \frac{f}{N} \mathbf{\ x\ 100\%}$$ (Subagio, 2004 : 36)

Keterangan:

P = Prosentasi Keberhasilan.

F = jumlah gerakan yang dilakukan benar.

N = Jumlah siswa yang mengikuti ujian/tes.

Bila hasil perhitungan meningkat 50% keatas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif (Suharsimi Arikunto 2006:29).

Elliot dan Adelman (1973) dalam Siswoyo Hardjodipuro (1997:78) menyarankan triangulasi sebagai suatu cara yang sangat baik untuk mengumpulkan informasi dan persepsi. “Triangulasi” biasanya digunakan untuk merujuk kepada proses untuk memperoleh informasi mengenai suatu subyek dari tiga atau lebih sumber.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari hasil penelitian pada setiap siklus, dapat disimpulkan hasil penelitian tindakan kelas ini sebagai berikut.

1. Dengan perlakuan model bermain berupa permainan kucing dan anjing dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti pelajaran renang khususnya keterampilan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas XI Akutansi 2 SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
2. Dengan perlakuan model bermain berupa permainan kolongan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai keterampilan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas XI Akutansi 2 SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
3. Dengan perlakuan model bermain berupa permainan estafet dapat dapat meningkatkan dan memperbaiki pembelajaran keterampilan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas XI Akutansi 2 SMK Negeri 7 Bandar Lampung.

B. Saran

Setelah penelitian ini dilaksanakan, penulis ingin menyampaikan saran khususnya kepada guru penjas yang ada di sekolah, terutama SMK Negeri 7 Bandar Lampung agar dengan keterbatasan ide untuk proses pembelajaran yang ada, sebaiknya guru penjas di sekolah melakukan model bermain agar

proses pembelajaran dapat tecapai dengan baik dan siswa menjadi lebih termotifasi dengan perlakuan model bermail sehingga target ketuntasan belajar dapat tercapai.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi, dkk. 2006. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.

Abdurrahman, Mulyono. 2003. *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.

Depdikbud. 1997. *Pokok Pengembangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Balai Pustaka.

Hambali. 2006. *Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Renang.* Diambil dari: :http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/*renang/*. Diakses pada tanggal 12 Januari 2013.

Hardjodipuro, Siswoyo. 1997. *Action Research Sintesis Teoritik*. Jakarta : IKIP JAKARTA

Hartati. 2005. *"Hubungan Perkembangan Anak dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani." Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.* (Volume 6, No. 1). Hlm. 41-42.

Jubaedi, Ade. 2009. *Bahan Ajar renang 1*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Lampung : Bandar Lampung

Johana, K. dan Supandi. 1990. *Pengantar Sosiologi Olahraga*. Bandung: FPOK IKIP Bandung.

Kasbolah, Kasihani. 1999. *Penelitian Tindakan Kelas*: Guru sebagai Peneliti.

Lampung, Univertsitas. 2009. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Lampung*. Bandar Lampung. Universitas Lampung.

Lampung, Univertsitas. 2011. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Lampung*. Bandar Lampung. Universitas Lampung.

Makalah disajikan dalam Lokakarya PTK Bagi Guru SLTP, MTs, SMU, MA dan SMK se-Kodya Malang. Malang: IKIP.

Muhajir. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga.

Musfiroh, Tadkriroatun. 2008. *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta : PT Grasindo.

Mulyasa, E. 2004. *Implementasi Kurikulum 2004; Panduan Belajar KBK*. Bandung: PT. Ramaja Rosdakarya.

Rusyani, Tabrani dkk. 1989. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Subagyo, Pangestu. 2004. *Statistik Terapan*. Yogyakarta: BPFE.

Sudjana, N. 2004. *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Sudrajat. 2008. *"Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, Taktik dan Model Pembelajaran".* http://akhmadsudrajad. wordpress. com/2008/09/12/pengertian-pendekatan-strategi-metode-teknik.

Sukintaka. 1992. *Teori Bermain.* Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

Sumarman. 2011. *Belajar Renang Yang Menyenangkan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Suparlan, dkk. 2008. *PAKEM: Pembelajaran, Aktif, Kreatif, Efektif, Menyenangkan.* Bandung: PT. Genesindo.

Widayatun, T. Rusmi. 1999. *Ilmu Perilaku*. Jakarta: CV. Sagung Seto.

_____, 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. Jakarta: Balai Pustaka.

_____, 2004. *Modul Manajemen Berbasis Sekolah*. Bandung: Dinas Pendidikan Propinsi Jawa Barat.

_____, 1981. *Psikologi Pendidikan; Perangkat Sistem Pengajaran Modul*. Bandung: Rosdakarya.

_____, 2003. *Undang-undang Sisdiknas (Sistem Pendidikan Nasional) 2003*. Jakarta: Sinar Grafika.