

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN KEBERANIAN DALAM PEMBELAJARAN RENANG MELALUI MODEL BERMAIN PADA SISWA KELAS III SD ISLAM TERPADU PERMATA BUNDA 1 BANDAR LAMPUNG

Oleh

SALDI YULIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk Upaya Meningkatkan Keberanian Dalam Pembelajaran Renang Melalui Model Bermain Pada Siswa Kelas III SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Dengan menggunakan tiga siklus. Sedangkan subjek penelitian adalah siswa kelas III SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung yang berjumlah 30 terdiri dari 20 laki-laki dan 11 perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan skala observasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penilaian siklus pertama dengan penggunaan metode bermain berpasang-pasangan menarik temannya di air secara cepat diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan belajar 33,3%. Pada siklus kedua dengan metode bermain mengangkat teman di bahu sambil cepat-cepatan menjatuhkan dengan pasangan teman yang lainnya diperoleh persentase keberhasilan ketuntasan 53,3%. Pada siklus ketiga dengan metode bermain melewati kedua kaki temannya di dalam air diperoleh persentase keberhasilan 76,6%.

Kesimpulan dari hasil penelitian ini bahwa pembelajaran renang khususnya materi upaya meningkatkan keberanian melalui model bermain dapat memperbaiki dan meningkatkan keberanian pada siswa kelas III SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung.

Kata kunci: Bermain, Keberanian, Renang.

**UPAYA MENINGKATKAN KEBERANIAN DALAM PEMBELAJARAN
RENANG MELALUI MODEL BERMAIN PADA SISWA
KELAS III SD ISLAM TERPADU PERMATA
BUNDA 1 BANDAR LAMPUNG**

Oleh

SALDI YULIAN

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

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



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

Judul Skripsi : **UPAYA MENINGKATKAN KEBERANIAN
DALAM PEMBELAJARAN RENANG
MELALUI MODEL BERMAIN PADA
SISWA KELAS III SD ISLAM TERPADU
PERMATA BUNDA 1 BANDAR LAMPUNG**

Nama Mahasiswa : **SALDI YULIAN**

Nomor Pokok mahasiswa : 1213051062

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes
NIP. 19570111 1983031 002

Drs. Suranto, M.Kes
NIP.19581210 198712 1001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

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

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : **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. Muhammad Fuad, M.Hum
NIP 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi :

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Saldi Yulian

NPM : 1213051062

Tempat tanggal lahir : Baturaja, 19 Juli 1994

Alamat : Jalan Dr.Moh. Hatta Bakung Gang 555 Baturaja Timur
Sumatera Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Upaya Meningkatkan Keberanian Dalam Pembelajaran Renang Melalui Model Bermain Pada Siswa Kelas III SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung”** adalah benar-benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 22 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 sanksi akademik sebagaimana yang berlaku di Universitas Lampung.

Bandar Lampung, 22 Juni 2016

Saldi Yulian

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Saldi Yulian, lahir di Kabupaten Ogan Komering Ulu Baturaja Timur Provinsi Sumatera Selatan pada tanggal 19 Juli 1994 dari pasangan bapak Rejab Saleh dan ibu Karjia. Penulis adalah anak kedua dari dua bersaudara.

Pendidikan penulis diawali di taman kanak-kanak Aisyiyah OKU pada tahun 2000, kemudian melanjutkan pendidikan sekolah dasar di SD Negeri 3 OKU dan di selesaikan pada tahun 2006. Penulis melanjutkan jenjang pendidikan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 OKU dan selesai pada tahun 2009. Penulis meneruskan pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) NEGERI 1 OKU Baturaja dan lulus pada tahun 2012.

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Penjaskesrek Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung, melalui jalur Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru (SNMPTN) pada tahun 2012.

Pada tahun 2015 penulis melakukan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Simpang Kanan, Kecamatan Sumberejo dan melaksanakan PPL di SMA Negeri 1 Sumberejo Kecamatan Sumberejo Kabupaten Tanggamus pada bulan Juli-September 2015.

MOTTO

“Apapun pilihanmu, apapun duniamu, jalankan dengan maksimal jangan setengah-setengah. Yang terpenting jangan pernah lupakan tuhanmu, tetap jadi manusia yang beriman sepenuhnya. Sesimpel itu tapi maknanya tidak sesimpel itu”
(Saldi Yulian)

“Dimanapun kita berada selalu tinggalkan kebaikan karena pasti disana ada ilmu yang bermanfaat, selalu berpikir posisif dan rendah diri”
(Saldi Yulian)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta kasih dan ridho Allah, kupersembahkan skripsi ini kepada :

- 1. Kedua orang tuaku tercinta terkasih dan tersayang Rejab Saleh dan Karjia yang senantiasa mendoakan, membimbing dan bersabar menantikan kelulusanku.**
- 2. Kakakku Fitri Handayani yang selalu mendukung dan mendoakanku.**
- 3. Sahabat-sahabat dan teman teman terbaikku.**
- 4. Almamater Tercinta yang ku banggakan serta khususnya mahasiswa Penjaskesrek angkatan 2012 yang tak terlupakan.**

SANWACANA

Asalamualaikum. Wr. Wb

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Ya Allah waktu yang kujalani dengan jalan hidup yang sudah menjadi takdirku, sedih, bahagia, dan bertemu orang-orang yang memberiku sejuta pengalaman bagiku, kebersujud dihadapan Mu, Engkau berikan aku kesempatan untuk bisa sampai di penghujung awal perjuanganku Alhamdulillah... Alhamdulillah ... Alhamdulillahirobil'amin.

Skripsi dengan judul **“Upaya Meningkatkan Keberanian Dalam Pembelajaran Renang Melalui Model Bermain Pada Siswa Kelas III SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung”** adalah dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk pencapaian gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Selama penulisan skripsi ini dan selama menjadi mahasiswa pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, penulis mendapatkan bimbingan, bantuan, dorongan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Ayah dan Ibuku tersayang yang mengasuh, mendidik dan memberi semangat serta doa kepada penulis untuk dapat menyelesaikan studi terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku.
2. Kakakku Fitri Handayani yang selalu mendukungku.
3. Bapak Drs. Ade Jubaedi, M.Pd selaku Pembimbing Akademi dan Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP Universitas Lampung.
4. Bapak Drs. Ade Jubaedi, M.Pd selaku Pembahas yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan serta kepercayaan kepada penulis.
5. Bapak Dr. Rahmat Hermawan, M.Kes selaku Pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan motivasi kepada penulis.
6. Bapak Drs. Suranto, M.Kes selaku Pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan motivasi kepada penulis.
7. Bapak /Ibu Dosen dan karyawan Program Studi Penjaskes yang telah memberikan pengetahuan dan keteladanan selama penulis menjalani studi.
8. Kepala SD Islam Terpadu Permata Bunda 1 Bandar Lampung yang membantu penulis selama menjalani penelitian.

9. Sahabat-sahabat Embah Garden dan teman-teman seperjuanganku, Okti, Ali, Widi, Roi, Gandi , Jananda, Zaqi, Ragil, Tasa, Ahmad, Dani, Falen, Gia, Ulfa, Dian, Rianti, Efranisa, Lulu, Putra, Roni, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatunya yang senantiasa memberikan warna disetiap kebersamaan, hidupku terlalu berat untuk mengandalkan diri sendiri tanpa melibatkan bantuan dari kalian, terimakasih selalu menemani dalam setiap kesulitan dan selalu ada dalam suka maupun duka
10. Kepada teman-teman angkatan 2012 Penjaskesrek, terimakasih kebersamaan, kekompakan dan kekeluargaan yang kita jalani selama kurang dan lebih tiga tahun ini, banyak hal yang didapat dan banyak pelajaran yang bisa diambil selama menjalani masa studi bersama kalian
11. Teman-teman KKN SMA Negeri 1 Sumberejo Kec. Sumberejo Tanggamus, Nuvus, Ayu , Anggi, dhayang, Nidya, Rizky, Endah, Sefti, dan Mutiara. Yang telah menjadi bagian dari keluarga Daikem Lovers selama dua bulan saat belajar mengajar KKN dan PPL terimakasih atas kenangan, kebersamaan, doa selama menjalani studi di Universitas Lampung.
12. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT selalu memberikan balasan yang lebih besar untuk Bapak, Ibu, dan Teman-teman semuanya. Hanya ucapan terimakasih dan doa yang bisa penulis berikan. Kritik dan saran selalu terbuka untuk menjadi kempurnaan di masa yang akan datang. Semoga skripsi yang sederhana ini bermanfaat bagi kita semua, amin.

Waassalamu alaikumwr.wb

Bandar Lampung , 22 Juni 2016

Penulis,

Saldi Yulian

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
 I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah.....	3
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	5
 II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pendidikan Jasmani	6
1. Tujuan Pendidikan Jasmani.....	7
2. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar	7
B. Pengertian Keberanian.....	8
C. Pengertian Bermain	9
D. Definisi Model Bermain	12
1. Model Bermain	12
2. Pengertian Model Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	14
E. Macam – Macam Gaya Renang Yang Diperlombakan	15
1. Gaya Bebas	15
2. Gaya Dada	16
3. Gaya Punggung	17
4. Gaya Kupu –Kupu	18
F. Teknik Renang	18
1. Posisi Badan	18
2. Gerakan Kaki	19

3. Gerakan Tangan	19
4. Pengambilan Nafas	20
5. Koordinasi Gerakan	20
G. Pengertian Relevan	21
H. Kerangka Berpikir	23
I. Hipotesis Tindakan	24
III. METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	25
B. Metode Dan Desain Penelitian	26
C. Prosedur Penelitian	27
1. Tahap Perencanaan Tindakan.....	28
2. Tahap Pelaksanaan Tindakan	29
3. Tahap Observasi	33
4. Tahap Analisis dan Refleksi.....	33
D. Instrumen Penelitian	34
E. Teknik Pengelolaan dan Analisis Data.....	39
F. Validasi Data	40
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	42
1. Deskripsi Data	42
2. Hasil Setiap Siklus	43
B. Pembahasan	58
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Deskripsi Nilai Keberanian di Air Pra-Siklus	54
2. Deskripsi Nilai Keberanian di Air Siklus Pertama	55
3. Deskripsi Nilai Keberanian di Air Siklus Kedua	56
4. Deskripsi Nilai Keberanian di Air Siklus Ketiga	56
5. Hasil Keberanian di Air Melalui Model Bermain Disetiap Siklusnya...	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Siklus	28
2. Siswa Diberikan Pengarahan Untuk Melakukan Pemanasan	77
3. Siswa Melakukan Latihan Gerak Dasar Renang.....	77
4. Siswa Melakukan Latihan Gerak Dasar Renang Berpasangan Dengan Temannya	78
5. Siswa Melakukan Latihan Gerak Dasar Renang Berpasangan Dengan Temannya	78
6. Siswa Melakukan Latihan Gerak Dasar Renang Berpasangan Dengan Temannya	79
7. Siswa Melakukan Permainan Berperang di Air	79
8. Siswa Melakukan Permainan Berperang di Air.	80
9. Siswa Melakukan Permainan Berperang di Air	80
10. Siswa Melakukan Permainan Berperang di Air.	81
11. Siswa Melakukan Permainan <i>Zig-Zag</i> Menyelam Di Air	81
12. Siswa Melakukan Permainan <i>Zig-Zag</i> Menyelam Di Air	82
13. Siswi Melakukan Gerak Dasar Renang	82
14. Siswa Melakukan Permainan Berperang di Air.....	83

15. Siswa Melakukan Permainan <i>Zig-Zag</i> Menyelam Di Air.....	83
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Keterangan Expert Judgment	66
2. Instrumen Penelitian	67
3. Surat Izin Penelitian	71
4. Surat Balasan Penelitian	72
5. Data Hasil Pra Siklus	73
4. Data Hasil Siklus Pertama	74
5. Data Hasil Siklus Kedua	75
6 Data Hasil Siklus Ketiga	76
7. Foto Pelaksanaan Renang	77
8. Foto Pelaksanaan Permainan.....	78