

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah proses mendidik seseorang sebagai perseorangan maupun sebagai anggota kelompok yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan, keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Pendidikan Jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Untuk itu dalam Pendidikan Jasmani diperlukan sarana dan prasarana yang memadai dan penggunaannya dapat disesuaikan dengan karakteristik siswa yang menggunakannya agar guru dapat memberikan materi pelajaran dengan baik dan siswa mampu menguasai

tugas gerak pada berbagai cabang olahraga, meningkatkan kualitas unjuk kerja (performance) dan kemampuan belajar dan kesehatannya.

Renang merupakan salah satu jenis olahraga akuatik yang dipercayai baik bagi kesehatan. Dengan berenang, semua otot dapat bekerja sesuai dengan fungsinya sehingga baik bagi perkembangan tubuh. Tidak hanya itu saja, renang juga bermanfaat baik bagi ketenangan jiwa kita, dalam dunia pendidikan maupun untuk meraih prestasi. Dalam renang siswa dilatih beberapa latihan fisik yang berkaitan bagian-bagian tubuh secara wajar seperti keseimbangan, kelincahan, kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelentukan dan koordinasi.

Di dalam kurikulum sekolah baik di tingkat SD, SMP, maupun SMA/ SMK renang merupakan salah satu materi yang diajarkan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan seperti halnya di SMK Negeri 1 Sukadana Lampung Timur. Di sekolah ini diajarkan beberapa materi dan teknik renang yaitu salah satunya adalah teknik meluncur. Oleh karena sarana dan prasarana kolam renang tidak ada di dalam sekolah ini, maka pembelajaran renang gaya bebas ini dialihkan dalam kegiatan di luar jam pelajaran yang dilaksanakan di kolam renang Sukadana Lampung Timur.

Meluncur dalam renang sangat berguna untuk memulai suatu gerakan renang, baik itu renang gaya bebas maupun renang gaya dada dan lain-lain. Agar teknik meluncur dapat berjalan sempurna, setiap siswa akan diberikan pembelajaran renang menggunakan modifikasi alat bantu pelampung dan alat pelampung standar guna meningkatkan gerak meluncur yang benar.

Dalam penelitian ini alat bantu yang digunakan adalah berasal dari bahan bekas yaitu botol (plastik) minuman mineral berukuran sedang 1,5 liter yang didesain sedemikian rupa sehingga fungsinya sama seperti pelampung yang biasa digunakan dalam pembelajaran renang. Pemanfaatan bahan bekas ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pembelajaran meluncur dalam renang,

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMK Negeri 1 Sukadana Lampung Timur, penulis melihat bahwa kemampuan penguasaan gerak meluncur para siswa tersebut masih perlu ditingkatkan. Hal ini dapat dilihat dalam proses pembelajaran bahwa, para siswa dalam melakukan gerak meluncur dalam renang masih dalam kategori rendah, di duga karena kurangnya alat bantu dan alat pelampung yang standar pada saat melakukan gerakan meluncur sehingga masih sangat kurang.

Oleh karena itu untuk mengatasi masalah-masalah tersebut para siswa harus belajar secara baik dan teratur dengan menggunakan modifikasi alat bantu mengapung berupa botol plastik aqua bekas 1,5 liter dan menggunakan alat pelampung yang standar untuk pembelajaran meluncur dalam renang.

Modifikasi alat bantu dan pelampung standar tersebut merupakan cara untuk meningkatkan kemampuan gerakan meluncur dalam renang.

Berdasarkan latar belakang inilah penulis tertarik untuk mengadakan penelitian eksperimen tentang ” Pengaruh Modifikasi Alat Bantu Pelampung dan Alat Pelampung Standar Terhadap Kemampuan Meluncur Dalam Renang Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Sukadana Lampung Timur Tahun Pelajaran 2013/2014”.

A. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas terdapat masalah yang dapat diidentifikasi antara lain:

1. Keterampilan meluncur dalam pembelajaran renang siswa masih rendah;
2. Kurangnya penggunaan alat bantu;
3. Kurangnya penggunaan alat pelampung standar dalam pembelajaran renang.

B. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas, untuk memudahkan penelitian ini, perlu pembatasan yang berdasarkan penelitian ini, adapun pembatasan masalah tersebut adalah untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Modifikasi Alat Bantu Pelampung dan Alat Pelampung Standar Terhadap Kemampuan Meluncur Dalam Renang Pada Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Sukadana Lampung Timur Tahun Pelajaran 2013/2014.

C. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh dari penggunaan modifikasi alat bantu pelampung terhadap kemampuan meluncur dalam pembelajaran renang?
2. Apakah ada pengaruh dari penggunaan alat pelampung standar terhadap kemampuan meluncur dalam pembelajaran renang?
3. Manakah yang lebih baik antara penggunaan modifikasi alat bantu pelampung dan penggunaan alat pelampung standar terhadap

kemampuan meluncur dalam pembelajaran renang?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penggunaan modifikasi alat bantu pelampung terhadap kemampuan gerak dasar meluncur dalam pembelajaran renang;
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari penggunaan alat pelampung standar terhadap kemampuan gerak dasar meluncur dalam pembelajaran renang;
3. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh antara penggunaan modifikasi alat bantu pelampung dan alat pelampung standar dalam pembelajaran renang.
4. Untuk mengetahui mana yang lebih baik antara penggunaan modifikasi alat bantu pelampung dan pelampung standar dalam pembelajaran renang,

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak – pihak yang terkait :

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian di harapkan dapat memberikan informasi di bidang ilmu

pengetahuan pada umumnya dan ilmu keolahragaan pada khususnya, mengenai pengaruh penggunaan modifikasi alat bantu pelampung terhadap kemampuan meluncur dalam pembelajaran renang;

2. Bagi guru

Sebagai bahan pemikiran guru Penjaskes sebagai usaha penyempurnaan keterampilan meluncur dalam pembelajaran renang;

3. Bagi siswa

Sebagai bahan pembelajaran dalam meningkatkan pemahaman siswa dalam pembelajaran renang pada tahap gerakan meluncur;

4. Bagi program studi

Sebagai bahan informasi dan acuan bagi pihak yang ingin melakukan penelitian sejenis.

F. Ruang Lingkup Penelitian

- a. Obyek penelitian yang diamati adalah perbedaan pengaruh penggunaan alat bantu pelampung dan penggunaan alat pelampung standar terhadap kemampuan meluncur dalam pembelajaran renang;
- b. Subyek penelitiannya yang diamati adalah siswa kelas X SMK Negeri 1 Sukadana Lampung Timur;
- c. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di kolam renang Sukadana Lampung Timur.