

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting, yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Oleh karena itu penyelenggara pendidikan jasmani, dan olahraga kesehatan harus lebih dikembangkan ke arah yang lebih optimal sehingga peserta didik akan lebih inovatif, terampil, kreatif dan memiliki

kesegaran jasmani dan kebiasaan hidup sehat serta memiliki pengetahuan dan pemahaman gerak manusia.

Pendidikan jasmani juga merupakan bagian yang tak terpisahkan dari sejarah manusia, pendidikan jasmani berfungsi sebagai barometer kemajuan dan alat ukur cita-cita manusia. Perubahan jangka pendek dalam pendidikan jasmani bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan anak dalam aktivitas jasmani, sehingga akhirnya terbentuk kebiasaan untuk aktif melakukan kegiatan jasmani, perubahan ini juga terkait dengan perubahan aspek sikap, motivasi, yang menetap dalam diri anak.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah mengembangkan keterampilan gerak, dalam perkembangannya melalui suatu pembinaan yang teratur dan sistematis. Oleh sebab itu, pembelajaran yang baik akan menentukan keberhasilan dalam menciptakan siswa yang memiliki keterampilan gerak yang baik, sedangkan pembelajaran yang baik adalah pembelajaran yang efektif dan efisien. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani guru harus dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar seperti teknik, strategi permainan dan internalisasi nilai-nilai (sportifitas, jujur, kerjasama dan lain-lain).

Pada usia sekolah dasar perkembangan fisik merupakan kepedulian guru, karena perkembangan fisik akan amat erat kaitannya dengan perkembangan kognitif yaitu melalui aktifitas fisik sehingga mereka mampu menghayati konsep-konsep yang belum dikenalnya. Disinilah pendidikan jasmani ikut

andil dalam perkembangan seorang anak. Diusia ini pula peran seorang guru sangat dibutuhkan dalam upaya memberikan pembelajaran yang membutuhkan keterampilan-keterampilan gerak khususnya pada pelajaran renang.

Renang merupakan salah satu materi dalam pendidikan jasmani yang tergolong favorit bagi anak-anak, namun pada kenyataannya hasil pembelajaran renang secara menyeluruh belum memperlihatkan hasil yang baik bahkan cenderung buruk. Hal ini sangat kontradiksi dengan antusias anak pada pembelajaran renang yang hasilnya tidak sesuai dengan yang diharapkan, karena kurangnya sarana dan prasarana yang mendukung, sehingga siswa di SD Negeri 2 Way Halom kurang terampil dalam gerak dasar renang gaya bebas, kurangnya teknik gerak dasar renang gaya bebas yang dikuasai oleh peserta didik.

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengajar pembelajaran renang di SD Negeri 2 Way Halom dapat diperoleh informasi bahwa peserta didik di sekolah ini belum dapat menguasai gerak dasar renang gaya bebas dengan baik. Hal ini dapat diketahui setelah dilakukan observasi dari seluruh jumlah siswa khususnya pada kelas 5, dari 15 orang siswa yang melaksanakan penilaian gerak dasar renang gaya bebas hanya satu peserta didik yang melampaui KKM selebihnya 14 orang siswa belum dapat melakukan gerak dasar tersebut dengan baik, sehingga siswa masih mendapatkan nilai di bawah Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang sudah ditetapkan dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan di sekolah.

Dari uraian di atas peneliti tertarik pada permasalahan yang berhasil peneliti amati bahwa pembelajaran renang gaya bebas di SD Negeri 2 Way Halom masih rendah karena kurangnya kemampuan anak menguasai teknik yang benar, kurangnya sarana dan prasarana yang memadai, kurang efektifnya media pembelajaran yang telah digunakan. Ini terlihat dari banyaknya siswa yang mengalami kesulitan dalam menguasai gerak dasar renang gaya bebas.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis uraikan di atas , penulis mengidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangnya kemampuan siswa untuk melakukan teknik renang gaya bebas dengan benar di SD Negeri 2 Way Halom.
2. Kurangnya kemampuan siswa untuk melakukan teknik gerakan kaki di SD Negeri 2 Way Halom.
3. Kurangnya kemampuan siswa melakukan teknik gerakan tangan di SD Negeri 2 Way Halom.
4. Kurangnya kemampuan siswa melakukan teknik koordinasi gerakan pada gerak dasar renang gaya bebas dengan benar di SD Negeri 2 Way Halom.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis memberikan batasan masalah pada Melalui Metode Visualisasi Untuk Meningkatkan Garak Dasar Renang Gaya

Bebas pada siswa kelas 5 SD Negeri 2 Way Halom Kecamatan
Gunungalip Kabupaten Tanggamus Tahun Ajaran 2011/2012.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah dengan menggunakan metode visualisasi berupa gambar-gambar pemanasan air, gerakan meluncur diatas air, gerakan kaki renang gaya bebas, dapat meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas 5 SD Negeri 2 Way Halom Kecamatan Gunungalip Kabupaten Tanggamus tahun ajaran 2011/2012” ?
2. Apakah dengan menggunakan metode visualisasi berupa gambar-gambar koordinasi gerakan tangan dan kaki, cara pengambilan nafas, serta rangkaian renang gaya bebas dapat meningkatkan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas 5 SD Negeri 2 Way Halom Kecamatan Gunungalip Kabupaten Tanggamus tahun ajaran 2011/2012” ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penelitian ini bertujuan :

Untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang gaya bebas pada siswa kelas 5 SD Negeri 2 Way Halom Kecamatan Gunungalip Kabupaten Tanggamus dapat ditingkatkan.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti lain

Sebagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai acuan awal bagi penelitian selanjutnya.

2. 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.

3. Bagi Siswa

Dapat memberikan kontribusi dalam upaya mengembangkan pedagogi olahraga terutama dalam proses pembelajaran motorik melalui model pembelajaran dengan menggunakan modifikasi alat bantu sehingga dapat memberikan pengaruh positif terhadap tingkat pemahaman dan penguasaan keterampilan motorik siswa kelas 5 SD Negeri 2 Way Halom Kecamatan Gunungalip Kabupaten Tanggamus tahun ajaran 2011/2012.

4. Bagi Program Studi

Sebagai informasi dan acuan bagi pihak yang ingin melaksanakan penelitian sejenis di sekolahnya.