

ABSTRAK

PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN PRAKTIK MELALUI MEDIA VISUALISASI UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN RENANG GAYA DADA PADA ANAK USIA 10-13 TAHUN DI KLUB GURU RENANG LAMPUNG KABUPATEN WAYKANAN

Oleh

MUHAMMAD INDRA GUNAWAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan renang yang dilakukan melalui metode pembelajaran praktik melalui media visualisasi terhadap kecepatan renang gaya dada pada anak usia 10-13 tahun di klub Guru Renang Lampung. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *quasi experimental design* dengan jumlah sampel 30 peserta didik yang tergabung dalam klub Guru Renang Lampung yang dibagi kedalam dua kelompok menggunakan *ordinal pairing*. Data dikumpulkan melalui instrumen tes kecepatan renang gaya dada 25m. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh metode pembelajaran praktik melalui media visualisasi terhadap peningkatan kemampuan kecepatan renang gaya dada anak usia 10-13 tahun di klub Guru Renang Lampung. Hasil uji paired t test memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan Dengan hasil uji T sebesar 4,396 dengan $df = 14$. Nilai t tabel pada taraf signifikan 0,05 sebesar 2,145. Karena $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ ($4,396 > 2,145$) dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$.

Kata kunci : latihan visualisasi dan praktik, kecepatan renang gaya dada, renang

ABSTRACT

***THE INFLUENCE OF PRACTICAL LEARNING MODELS THROUGH
VISUALIZATION MEDIA TO IMPROVE BREAST STROKE
SWIMMING ABILITY IN CHILDREN AGED 10-13 YEARS
AT THE LAMPUNG SWIMMING TEACHER CLUB,
WAYKANAN DISTRICT***

By

MUHAMMAD INDRA GUNAWAN

This study aims to determine the effect of swimming training carried out through visualization and practice learning methods on breaststroke swimming speed in children aged 10-13 years at the Lampung Swimming Teacher club. The method used in this study is a quasi-experimental design with a sample of 30 students who are members of the Lampung Swimming Teacher club who are divided into two groups using ordinal pairing. Data were collected through a 25m breaststroke swimming speed test instrument. The results of this study indicate that there is an effect of visualization and practice learning methods on increasing the breaststroke swimming speed ability of children aged 10-13 years at the Lampung Swimming Teacher club. The results of the paired t test show a significant relationship with the results of the T test of 4.396 with $df = 14$. The t table value at a significance level of 0.05 is 2.145. Because $t_{count} > t_{table}$ ($4.396 > 2.145$) and a significance value of $0.001 < 0.05$.

Keywords: *visualization and practice exercises, breaststroke swimming speed, swimming*