

Analisis Pemahaman Pembelajaran Teknik Renang Gaya Dada pada Siswa Kelas 9 SMP Negeri 3 Tangerang Selatan

Naufal Tsani Nugraha¹, M. Al Ghani²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

nugrahanaufaltsani@gmail.com

Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan gerak renang gaya dada pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Sampel terdiri dari. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner. Adapun analisis data yang digunakan yaitu analisis Miles dan Huberman yaitu analisis data model interaktif yang melalui langkah-langkah pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman siswa mengenai olahraga renang dengan menggunakan gaya dada pada siswa kelas IX . Populasi dalam penelitian ini siswa kelas IX SMPN 3 Tangerang Selatan. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan pengumpulan datanya menggunakan kuisioner.

Kata kunci: Analisis, Renang, SMP

1. Pendahuluan

Pendidikan jasmani, olah raga dan kesehatan mempunyai ciri khusus berupa kegiatan jasmani (jasmani) (Dian Pojianto, dkk 2020). Pendidikan adalah suasana belajar dan lingkungan belajar agar peserta didik dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya, memperoleh kekuatan spiritual dan keagamaan, pengendalian diri, individualitas, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan. Masyarakat Nasional dan Kebutuhan Negara Oleh karena itu dalam melaksanakan asas tersebut maka penyelenggaraan pendidikan harus dilaksanakan sesuai dengan Undang-undang Nomor. Pendidikan merupakan salah satu hal terpenting dalam kehidupan manusia adalah proses pengembangan seluruh aspek kepribadian manusia, meliputi pengetahuan, nilai, sikap, dan keterampilan. Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani untuk mewujudkan perubahan holistik pada kualitas seseorang (Gery et al., 2020: 60) (Aprillia et al.2020: 78). Keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani juga tergantung pada proses interaksi yang bermula dari persepsi para pelaku pendidikan yaitu siswa dan guru mengenai proses belajar mengajar pendidikan jasmani (Mashuri, 2017: 2).

Pembelajaran sangat penting bagi siswa karena dapat berhasil meningkatkan kreativitas, pengetahuan, dan perilakunya (Idris, dkk 2021: 55). Selama pembelajaran, interaksi sosial terjadi antara siswa dan guru saat guru secara aktif berupaya untuk

memungkinkan pembelajaran. Siswa saat ini menerima pelajaran yang diajarkan oleh guru mereka. Faktor guru berperan besar dalam keberhasilan pembelajaran. Guru akan dibimbing untuk kreatif dan inovatif dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran agar siswa tidak bosan dalam proses pembelajaran (Fahrudin et al 2018: 14) (Kevin et al., 2020: 173). Agung, 2019), renang merupakan olahraga yang dikenal sejak zaman prasejarah. Renang adalah olahraga yang dilakukan di bawah air dengan melakukan gerakan atau gaya tertentu seperti kupu-kupu, gaya punggung, gaya dada, dan gaya bebas (Abdul, dkk, 2020: 44). Menurut (Arhesa, 2020), olahraga renang diklasifikasikan menjadi jenis atau gaya gerak yang berbeda.

Olahraga renang sendiri adalah salah satu teknik motorik kasar yang tidak terlepas dari gerakan tangan dan kaki. Renang adalah olahraga yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan manusia. Berenang di kolam renang merupakan kegiatan olahraga atau rekreasi yang banyak digemari oleh masyarakat termasuk anak-anak. (Cita & Adriyani, 2013). Olahraga renang yaitu salah satu cabang olahraga yang memiliki banyak penggemar dan peminatnya karena selain menjadi olahrag prestasi, olahraga renang dapat dijadikan olahraga rekreasi. Olahraga ini dapat dipelajari dan dilakukan oleh siapapun (tidak ada batasan usia), dimanapun dan sebagian orang sudah mengenal olahraga ini sejak masa kanak-kanak olahraga renang terdiri dari beberapa jenis yaitu renang (swimming), renang indah (synchronized), polo air (water polo), dan loncat indah (Diving) Adapun jenis gaya renang yaitu sebagai salah satu cabang olahraga yang digemari, aman, mudah, dan murah

Rulianto, (2017) renang gaya dada merupakan gaya yang pertama-tama dipelajari oleh orang-orang pada waktu mereka mulai belajar berenang. Renang gaya dada adalah berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air, namun berbeda dari gaya bebas, batang tubuh selalu dalam keadaan tetap. Kedua belah kaki menendang ke arah luar semen tara kedua belah tangan diluruskan di depan. Kedua belah tangan dibuka ke samping seperti gerakan membelah air agar badan maju lebih cepat ke depan. Teknik gaya dada seperti gaya renang yang lain terdiri dari beberapa gerakan, yaitu: start, posisi tubuh, gerakan lengan (sapuan luar dan sapuan dalam), gerakan tungkai, pengambilan nafas, dan koordinasi antara gerakan lengan, gerakan tungkai dan gerakan pengambilan nafas.

Saat penulis mengamati pembelajaran penjas di kolam renang, kelas 9 yang saat itu dikomandoi seorang guru dan saya sendiri, ketika menyuruh peserta untuk turun kedalam kolam terlihat hanya beberapa orang yang ingin melakukan pembelajaran renang dan ketika dari beberapa sebagian orang terlihat berbicara kepada guru tersebut bahwa sebagian siswa tersebut tidak bisa melakukan renang dengan menggunakan teknik renang gaya dada.

Minat merupakan suatu keadaan dimana seseorang mempunyai perhatian terhadap sesuatu dan disertai keinginan untuk mengetahui dan mempelajari maupun membuktikan lebih lanjut. Minat timbul karena adanya perhatian yang mendalam terhadap suatu objek, dimana perhatian tersebut menimbulkan keinginan untuk mengetahui, mempelajari, serta membuktikan lebih lanjut (Asep, et al, 2021: 12)

(Mardi, et al, 2020: 67) (Bella, et al, 2021: 32). Berdasarkan latar belakang masalah, penulis merasa tertarik untuk mengkaji tentang minat siswa terhadap pembelajaran renang di SMA Negeri 5 Karawang. Upaya untuk mengetahui minat siswa mengikuti olahraga renang dipengaruhi banyak faktor dari luar sekolah, seperti faktor dorongan, faktor perasaan, dan emosi. Maka dari permasalahan di atas peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengangkat judul “Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Renang di SMA Negeri 5 Karawang”. Secara umum manfaat yang di ambil dari pelaksanaan penelitian di harapkan dapat di gunakan sebagai informasi ilmiah, dalam pembelajaran. Selain itu hasil penelitian yang di peroleh diharapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pembelajaran dibidang pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga disekolah agar pembelajaran dapat berjalan secara efektif dan efisien.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif yang memerlukan pendekatan survei dan teknik pengumpulan data menggunakan kuisisioner atau angket. Menurut Utama (2011 : 61) “Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang memberikan tekanan lebih terhadap pengetahuan dan arti, berhubungan pada nilai-nilai tertentu, dengan lebih mengutamakan prosedur perhitungan, mendefinisikan, menganalisis dan memberi makna tidak cukup hanya dengan penjelasan, serta menggunakan berbagai metode dalam penelitian. Jenis penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian deskripsi, yaitu penelitian yang hanya menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi atau berbagai variable. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 3 Tangerang Selatan sebagai objek. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek untuk memperoleh data adalah siswa kelas 9. Penggunaan sampel pada penelitian ini adalah random sampling yaitu hanya siswa yang berminat untuk mengisi kuisisioner saja sejumlah 65 siswa. Peneliti menggunakan jenis data primer dan sekunder dalam penelitian ini. Data primer yang diperoleh langsung yaitu berasal dari kuisisioner yang telah disebarkan kepada siswa.

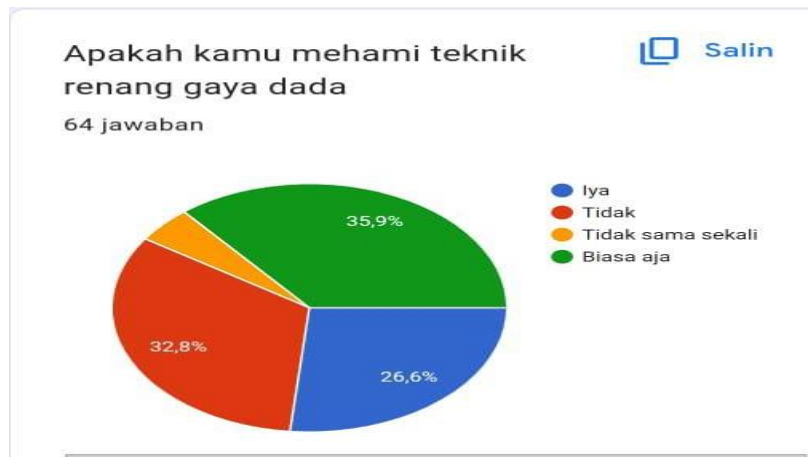
Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini data diperoleh secara langsung atau biasa disebut dengan data primer (Maksum 2014). Data diperoleh peneliti dengan cara penyebaran angket melalui link google form dengan cara siswa memasukkan data diri dan menentukan satu jawaban dari pernyataan yang sudah peneliti sediakan. Sesudah itu, siswa melakukan submit ketika sudah selesai menjawab semua pertanyaan. Sedangkan untuk menggali informasi.

3. Hasil penelitian dan pembahasan

Hasil penelitian ini mencoba memaparkan pemahaman dikumpulkan berdasarkan angket. Dengan penyebaran angket menggunakan google form kepada siswa kelas 9 SMPN 3 Tangerang Selatan. Jumlah semua sampel 64 orang sampel didapat data pemahaman gerak renang gaya dada pada siswa. Gaya dada merupakan gaya renang yang paling mudah karena gerakannya menyerupai katak, oleh karena itu orang sering menyebutnya dengan gaya katak. Gaya ini pula yang dahulu digunakan Kapten Webb

ketika menyebrangi Selat Inggris dan masih digolongkan sebagai gaya yang paling efektif untuk jarak jauh hingga sekarang (Anam. et al, (2017)



Untuk angket pertanyaan pertama yaitu diperoleh bahwasanya sebanyak 32,8% siswa memahami teknik renang gaya dada. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas 9 SMPN 3 Tangerang Selatan memahami teknik renang gaya dada.



Angket pertanyaan kedua mengenai minat siswa dalam menjadi atlet renang menunjukknya presentase 47,7% hal ini diartikan banyak siswa yang tidak tertarik untuk menjadi atlet renang. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa pemahaman olahraga renang gaya dada siswa kelas IX SMPN 3 Tangerang Selatan sebanyak 32,8%. Hal ini memberikan gambaran bahwa pemahaman mengenai renang gaya dada merupakan olahraga yang cukup digemari oleh anak-anak khususnya para siswa kelas IX SMPN 3 Tangerang Selatan.

4. Simpulan dan Saran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan gerak renang gaya dada pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada dasarnya pemahaman olahraga renang gaya dada siswa kelas IX

SMPN 3 Tangerang Selatan, termasuk dalam kategori cukup. Dari hasil penelitian diperoleh sebanyak (32,8%) memiliki pemahaman yang cukup mengenai teknik renang gaya dada.

5. Ucapan Terima Kasih

Atas segala bantuan dan dukungan tersebut, maka pada kesempatan ini kami mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswan, M.Si., selaku Dekan FIP Universitas Muhammadiyah Jakarta.
2. Bapak Muhammad Al Ghani, M.Pd., selaku dosen pembimbing PLP terintegritas KKN,
3. Bapak Drs. Yantho, MM., selaku kepala sekolah SMPN 3 Tangerang Selatan.
4. Para guru dan staf SMPN 3 Tangerang Selatan
5. Rekan Mahasiswa PLP terintegritas KKN yang telah Bersama-sama melaksanakan PLP terintegritas KKN di SMPN 3 Tangerang Selatan
6. Keluarga yang telah memberikan motivasi dan doa kepada penulis, sehingga PLP terintegritas KKN ini dapat berjalan lancar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Daftar Pustaka

- Abdul Narlan, et al. (2020). Permainan Tradisional Elangan Meningkatkan Kecepatan Underwater Renang Gaya Kupu-Kupu. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(1), 43–48.
- Agung Rizkiyansyah, B. M. (2019). Pengaruh Media Papan Luncur dan Pull Buoy Pola Metode Drill terhadap Hasil Belajar Teknik Dasar Renang Gaya Bebas. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(2), 112–123.
- Aprillia, et al. (2020). Hubungan Kebugaran Jasmani Terhadap Tingkat Konsentrasi Siswa di SMAN 9 Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1), 77–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.35706/jlo.v1i1.3923>.
- Rulianto, G., & Mulyanto, R. (2017). Pengaruh Olahraga Renang Gaya Dada Sebagai Hydro Therapy Terhadap Penurunan Intensitas Kambuh Pada Penyakit Asma (Penelitian Eksperimen pada Siswa di Adyas Aquatic Club Sumedang). *SpoRTIVE*, 1(1), 80-85.
- Yanda, Ryska April, Mimi Haetami, and Fitriana Puspa Hidasari, (2017). Pengaruh Metode Drill Pada Renang Gaya Dada Untuk Peserta Didik Tuna Wicara di Sekolah Luar Biasa Dharma Asih Kota Pontianak." *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 7, no. 7