

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG DENGAN
PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR
NEGERI BOJONG I KECAMATAN MUNGKID
KABUPATEN MAGELANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :
Fatkhurrohman
NIM. 11601247080

**PROGRAM STUDI PGSD PENDIDIKAN JASMANI
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2013**

PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang”, yang disusun oleh Fatkhurrohman, NIM 11601247080 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 16 April 2013

Pembimbing,



Subagyo, M.Pd

NIP. 19561107 198203 1 003

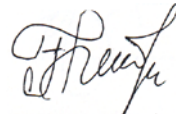
SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang” benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda Yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 16 April 2013

Yang menyatakan



Fatkhurrohman
NIM. 11601247080

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang” yang disusun oleh Fatkhurrohman, NIM 11601247080 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 16 Mei 2013 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tandatangan	Tanggal
Subagyo, M.Pd	Ketua Penguji		28/5-13
Sriawan, M.Kes	Sekretaris Penguji		24/5-13
Amat Komari, M.Si	Penguji I		24/5-13
M. Husni Tamrin, M.Pd	Penguji II		27/5-13

Yogyakarta, Mei 2013
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan



Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS.
NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

1. “Hiduplah seperti pohon kayu yang berbuah lebat, hidup di tepi jalan dan ketika dilempar orang dengan batu, tetapi dibalas dengan buah”.
(Abu Bakar Sibli)
2. “Mukmin yang kuat lebih baik dan di cintai Allah dari pada mukmin yang lemah. Dalam segalanya ia lebih baik ”. (HR. Muslim)
3. “Ajarkanlah kepada putra-putri kalian berenang dan memanah. Dan sebaik-baik permainan bagi wanita beriman adalah di rumahnya jika ayah ibunya memanggil kamu, maka jawablah panggilan ibunya lebih dulu”.
(HR. Ibnu Mandah)

PERSEMBAHAN

Aku persembahkan skripsi ini kepada yang telah memberikan bantuan serta dukungan baik moril maupun materiil, serta terima kasihku kepada:

1. Sumiyah istriku tercinta, terimakasih atas do'a dan kasih sayang yang tidak henti.
2. Muhammad Abid Nurrohman dan Muti` Durrotul Nur Hikmah, anak-anakku yang kusayangi.

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG DENGAN
PENDEKATAN BERMAIN SISWA KELAS IV SEKOLAH DASAR
NEGERI BOJONG I KECAMATAN MUNGKID
KABUPATEN MAGELANG**

**Oleh:
Fatkhurrohman
NIM. 11601247080**

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum dilaksanakannya pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain, bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain, yang meliputi : proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Dalam setiap siklus dengan satu kali tatap muka dan setiap tatap muka dengan alokasi waktu 3 X 35 menit (105 menit). Objek dalam penelitian ini adalah pembelajaran gerak dasar renang dan subjek dalam penelitian ini, yaitu seluruh siswa kelas IV yang berjumlah 22 siswa (12 siswa putra dan 10 siswa putri). Metode yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I, yaitu: dengan permainan sederhana dengan model bermain yang mengarah ke gerakan untuk melakukan teknik-teknik dasar dalam berenang. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dan kualitatif dengan naratif. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti bersama kolaborator merefleksi hasil observasi terhadap pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan proses pembelajaran dari hasil pengamatan kolaborator, mulai dari membuka sampai menutup pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain. Terbukti dengan peningkatan proses pembelajaran guru yang signifikan selama adanya perlakuan dalam kegiatan proses pembelajaran dalam dua siklus. Terlihat guru mampu memotivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran gerak dasar renang. Guru mampu mengelola kelas dengan baik, sehingga kegiatan pembelajaran dapat terkontrol dan guru mampu menciptakan suasana kegiatan pembelajaran bagi siswa yang menyenangkan, sehingga siswa antusias dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar renang. Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada peningkatan partisipasi siswa di kegiatan pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain dalam dua siklus, dari hasil pengamatan oleh kolaborator. Terbukti dengan siswa sudah baik dalam berpartisipasi secara aktif.

Kata Kunci : Pembelajaran, Gerak Dasar Renang, Pendekatan Bermain

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang”. Dalam penyusunan skripsi ini pastilah penulis mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr Rochmat Wahab, M.Pd, M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk melanjutkan belajar studi S1.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin belajar studi dan izin penelitian.
3. Drs. Amat Komari, M.Si., Ketua Jurusan POR yang telah memberikan kemudahan dalam penelitian ini.
4. Drs. Sriawan, M.Kes., Ketua Program Studi PGSD Penjas, yang telah memberikan izin penelitian.
5. F. Suharjana, M.Pd., Dosen Penasehat Akademik, yang telah memberikan dukungan dan masukan selama penyusunan skripsi.
6. Drs. Subagyo, M. Pd., Dosen Pembimbing skripsi, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama penyusunan skripsi.

7. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
8. Keluarga besar SD Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang, terima kasih atas dukungan dan bantuannya selama penelitian berlangsung.
9. Teman-teman PKS angkatan 2011 dan rekan-rekan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dalam pembuatan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis berharap skripsi ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan untuk acuan pembuatan skripsi selanjutnya agar menjadi lebih baik.

Yogyakarta, Maret 2013

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	11
A. Deskripsi Teoritik.....	11
1. Tugas Guru Dalam Penyampaian Kegiatan Pembelajaran.....	11
a. Perencanaan Pembelajaran	11
b. Pelaksanaan Pembelajaran.....	13
c. Evaluasi Kegiatan Pembelajaran	14
2. Hakikat Olahraga Renang.....	16
a. Pengertian Olahraga Renang	16
b. Dasar-Dasar Olahraga Renang	18
3. Pembelajaran Gerak Dasar Renang	20
4. Hakikat Bermain.....	23
5. Pengertian Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan	26
6. Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Bermain	27
7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar	30
B. Penelitian yang Relevan	32
C. Kerangka Berpikir	33
BAB III. METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Desain Penelitian	35
1. Jenis Penelitian	35
2. Desain Penelitian	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	40
1. Lokasi Penelitian	40

2. Waktu Penelitian	40
C. Subjek Penelitian.....	41
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	41
1. Sumber Data	41
2. Jenis Data.....	41
3. Teknik Pengumpulan Data	42
4. Alat Pengambilan Data.....	42
5. Cara Pengambilan Data	42
E. Analisis Data	42
F. Instrumen Penelitian.....	44
1. Proses Pembelajaran Guru.....	44
2. Partisipasi Siswa.....	45
G. Indikator Keberhasilan	47
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Proses Penelitian	48
1. Siklus Satu	48
2. Siklus Dua	52
B. Peningkatan Hasil Penelitian	56
1. Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus	56
2. Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus.....	57
C. Pembahasan	58
BAB V. KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN	60
A. Kesimpulan.....	60
B. Implikasi.....	60
C. Keterbatasan Penelitian	61
D. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	66

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jumlah Siswa Kelas IV SD Negeri Bojong I Tahun Ajaran 2012/ 2013.....	41
Tabel 2. Data Kolaborator.....	41
Tabel 3. Lembar Observasi Pengamatan Proses Pembelajaran Guru.	44
Tabel 4. Lembar Observasi Partisipasi Siswa.....	46
Tabel 5. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus.....	57
Tabel 6. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus.....	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Skema Siklus Penelitian	36
Gambar 2. Peneliti dan kolaborator Melakukan Tukar Pikiran Untuk Menyamakan Persepsi Dalam Kegiatan Penelitian	37
Gambar 3. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus	57
Gambar 4. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Pengantar Permohonan Ijin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Ijin Penelitian	67
Lampiran 2. Ijin Penelitian Dari DISPORA UPT Kecamatan Mungkid	68
Lampiran 3. Daftar Kehadiran Kolabor	69
Lampiran 4. Daftar Kehadiran Siswa Dalam Kegiatan Penelitian	70
Lampiran 5. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Satu.....	71
Lampiran 6. Rekapitulasi Nilai Hasil Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Satu.....	77
Lampiran 7. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Dua	80
Lampiran 8. Rekapitulasi Nilai Hasil Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Dua.....	86
Lampiran 9. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Selama Adanya Perlakuan Dalam Kegiatan Pembelajaran di Dua Siklus	89
Lampiran 10. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Renang Selama Adanya Perlakuan Dalam Kegiatan Pembelajaran di Dua Siklus	90
Lampiran 11. Silabus Pembelajaran.....	91
Lampiran 12. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus Satu.....	94
Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus Dua	99
Lampiran 14. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	105
Lampiran 15. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	106

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu proses yang wajib diikuti dalam kehidupan setiap individu dan memiliki fungsi serta peranan penting bagi pembentukan karakter bangsa dari suatu negara. Pendidikan jasmani merupakan salah satu bagian dari pendidikan tersebut, maka dari itu proses pendidikan jasmani sangat diperlukan bagi para siswa sebagai generasi penerus bangsa (Hera Lestari Mikarsa, 2007: 1).

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan pendidikan melalui aktivitas jasmani yang dijadikan sebagai media untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh. Namun, perolehan keterampilan dan perkembangan lain yang bersifat jasmaniah itu juga sekaligus sebagai tujuan. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan ke dalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Pendidikan jasmani ini pada dasarnya memanfaatkan alat berupa fisik untuk mengembangkan keutuhan manusia, namun pada kenyataannya melalui fisik ini, mental dan emosional pun turut berkembang, sehingga harus menyebabkan perbaikan dalam 'pikiran dan tubuh' yang mempengaruhi seluruh aspek kehidupan harian seseorang. Pendekatan holistik tubuh-j jiwa ini termasuk pula penekanan pada ketiga domain kependidikan seperti psikomotor, kognitif, dan afektif (Adang suherman, 1999: 1).

Tidak ada pendidikan yang tidak mempunyai sasaran paedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya Penjasorkes, karena gerak

sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya sendiri yang secara alami berkembang searah dengan perkembangan zaman. Selama ini telah terjadi kecenderungan dalam memberikan makna mutu pendidikan yang hanya dikaitkan dengan aspek kemampuan kognitif. Pandangan ini telah membawa terabaikannya aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, seni, psikomotor, serta *life skill*. Dengan terbitnya Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional dan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan akan memberikan peluang untuk penyempurnaan kurikulum yang *komprehensif* dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional (Peraturan Menteri Pendidikan Nasional, 2006: 648).

Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2006: 1), Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes) di sekolah merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan jasmani di sekolah berisi materi-materi yang dapat dikelompokkan menjadi aktivitas pengembangan, aktivitas senam, aktivitas ritmik, “akuatik”, uji diri, pendidikan luar kelas, permainan dan olahraga. Dalam materi akuatik terdapat sub materi gerak dasar renang yang harus diajarkan di kelas IV semester II Sekolah Dasar.

Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan investasi jangka panjang dalam upaya peningkatan mutu Sumber Daya Manusia. Oleh karena itu, Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan terus ditingkatkan dan dilakukan dengan kesabaran dan keikhlasan. Hal itu tentu diperlukan suatu tindakan yang mendukung suatu pembelajaran yang kondusif. Penjasorkes yang diajarkan di sekolah dasar memiliki peranan yang sangat penting, karena sebagai suatu proses pembinaan anak sejak usia dini, yaitu memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar.

Menurut Saidihardjo (2007: 12), pada saat ini, pemerintah telah menerapkan kebijakan pelaksanaan kurikulum baru yang disesuaikan dengan tuntutan jaman. Kebijakan itu ditandai dengan pelaksanaan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) secara nasional. Kurikulum ini menjadi pedoman bagi guru dalam kegiatan pembelajaran untuk semua mata pelajaran. Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan, yang dikualifikasikan menjadi Standar Kompetensi (SK), Kompetensi Dasar (KD), Indikator, Tujuan Pembelajaran, dan materi pokok untuk masing-masing mata pelajaran. Pada pelaksanaan kegiatan pembelajaran guru harus berpedoman pada kurikulum tersebut, sehingga diharapkan siswa akan dapat mencapai standar kompetensi pada masing-masing mata pelajaran, dan tujuan dari pembelajaran tersebut dapat

tercapai. Agar tercapai tujuan tersebut guru dituntut untuk *kreatif* dan *inovatif* dalam kegiatan pembelajaran, baik dalam penggunaan media maupun dalam strategi dan pendekatan dalam melaksanakan proses pembelajaran itu sendiri.

Pada KTSP (2006: 15), untuk kelas IV semester II terdapat Standar Kompetensi “Mempraktikkan gerak dasar renang gaya bebas dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya”. Dengan Kompetensi Dasar “Mempraktikkan gerak dasar meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan serta nilai kebersihan; Mempraktikkan cara bernapas dalam renang gaya bebas; Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai renang gaya bebas; dan Mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air”. Dengan adanya SKKD Pembelajaran penjasorkes ini, maka diajarkan materi gerak dasar renang yang diharapkan berlangsung secara aktif dan melibatkan semua ranah pendidikan baik afektif (sikap), psikomotor (ketrampilan fisik), maupun kognitif (konsep).

Olahraga renang dalam perkembangannya merupakan olahraga yang banyak digemari masyarakat. Olahraga renang merupakan keterampilan yang dapat dipergunakan sebagai sarana untuk bermain untuk anak, menjaga kebugaran ataupun sebagai ajang untuk meraih prestasi, renang juga merupakan sarana untuk bergaul ataupun untuk bersantai. Olahraga renang merupakan aktivitas yang dilakukan di air dengan berbagai macam bentuk dan gaya yang sudah sejak lama dikenal banyak memberikan manfaat kepada manusia. Manfaat yang ada pada aktivitas olahraga renang tersebut antara lain adalah untuk memelihara dan meningkatkan kebugaran, menjaga kesehatan tubuh, untuk keselamatan diri, untuk membentuk kemampuan fisik seperti daya

tahan, kekuatan otot serta bermanfaat pula bagi perkembangan dan pertumbuhan fisik anak, untuk sarana pendidikan, rekreasi, rehabilitasi serta prestasi.

Salah satu materi pembelajaran gerak dasar di Sekolah Dasar adalah pembelajaran gerak dasar renang. Yang paling dominan dalam melakukan olahraga renang adalah harus bisa mengatasi tahanan air dan hambatan-hambatan lain. Oleh karena itu untuk mengatasi hal tersebut, yaitu dengan latihan yang teratur. Dengan berlatih secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan (*repetitions*) yang konstan, maka dalam melakukan gerakan renang kita akan menjadi bertambah baik/ meningkat, gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan akan meningkat menjadi gerakan-gerakan yang otomatis dan reflektif, daripada sebelum melakukan latihan-latihan tersebut.

Dalam melakukan olahraga renang, untuk menimbulkan dorongan dan memperkecil tahanan air diperlukan teknik renang yang baik. Daya dorong yang dimiliki perenang merupakan hasil dari kayuhan lengan dan cambukan kaki, sedangkan untuk memperkecil tahanan air (*resistance*) posisi tubuh perenang harus sejajar dengan permukaan air (*streamline*). Penguasaan teknik yang tinggi akan selalu diikuti oleh kecepatan renang yang tinggi pula (Harsono, 1998: 100).

Dalam penyampaian materi pembelajaran penjasorkes, guru tidak dapat dipisahkan dengan metode mengajar. Metode yang digunakan oleh guru penjasorkes bermacam-macam seperti ceramah, demonstrasi, komando, drill,

resiprokal, “bermain”, dan sebagainya. Menurut Hartati (2005: 1), sesuai dengan masa perkembangannya anak usia Sekolah Dasar adalah sosok individu yang sedang mengalami masa perkembangan dengan pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Pembelajaran pada usia Sekolah Dasar seyogyanya memperhatikan beberapa prinsip belajar seperti belajar harus menantang anak, dan untuk anak Sekolah Dasar biasanya penyampaian pembelajaran salah satunya dengan menggunakan metode bermain. Dalam metode bermain terdapat aktivitas siswa dengan suasana yang menantang dan menyenangkan. Hal ini juga sesuai dengan karakteristik siswa kelas IV yang masih tergolong anak-anak di mana bermain merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Penting bagi pertumbuhan dan perkembangan jiwa mereka yang masih bergejolak sehingga tertarik dengan suasana yang menyenangkan, menantang dan ada persaingan.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan yang dilakukan terhadap para siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I, di dapat semangat dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang masih kurang. Hal ini dibuktikan dengan terdapat beberapa siswa yang kurang maksimal dalam melakukan gerak dasar renang, dikarenakan siswa yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang. Selain itu kurang maksimalnya siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, disebabkan karena metode pembelajaran yang monoton (drill dan komando), sehingga siswa merasa pembelajaran gerak dasar renang tidak menyenangkan jika

dibandingkan dengan pembelajaran sepakbola dan kasti, yang banyak disukai oleh para siswa kelas IV SD Negeri Bojong I.

Kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I kurang bisa maksimal karena keadaan. Terbukti dengan pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV SD negeri Bojong I, dilaksanakan di jam KBM (Kegiatan Belajar Mengajar) dengan waktu hanya sebulan sekali. Dalam pembelajaran renang di Sekolah Dasar Negeri Bojong I dilaksanakan di kolam renang Berg view yang beralamat di desa Tapen Pagersari Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang. Jarak dari sekolah menuju kolam renang Berg view berjarak sekitar 1,5km. Siswa dalam menempuh perjalanan menuju kolam renang Berg view dengan berjalan dan bersepeda. Perjalanan yang cukup jauh tersebut, mengakibatkan kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang kurang maksimal karena keadaan, anak sudah lelah karena perjalanan yang cukup jauh dan waktu kegiatan pembelajaran berkurang karena perjalanan yang cukup jauh tersebut.

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagai guru pendidikan jasmani harus dapat membantu para siswanya untuk dapat mengatasi hal tersebut sehingga para siswa mampu dan timbul rasa suka untuk melakukan gerakan renang dengan menggunakan pendekatan bermain. Metode yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I, yaitu: dengan permainan sederhana dengan model bermain yang mengarah ke gerakan untuk melakukan teknik-teknik dasar dalam berenang. Oleh karena itu pemberian bantuan didalam proses

belajar mengajar yang berupa kegiatan memodifikasi dalam bentuk bermain yang terprogram dan disusun secara sistematis oleh guru. Sehingga dengan pendekatan bermain, diharapkan para siswa mau bersemangat untuk melaksanakan gerak-gerak dasar renang dengan benar, namun tidak membosankan.

Berdasarkan permasalahan yang telah dibahas di atas, mendorong peneliti untuk menggali bagaimana pendekatan bermain dapat diaplikasikan sehingga diperoleh hasil yang maksimal dalam proses pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I. Dengan menggunakan pendekatan bermain diharapkan pembelajaran gerak dasar renang meningkat. Peningkatan tersebut meliputi: peningkatan proses pembelajaran guru dan peningkatan partisipasi siswa dalam pembelajaran gerak dasar renang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I, dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang masih kurang semangat.
2. Terdapat beberapa siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I yang pasif dan kurang antusias dalam proses pembelajaran, serta siswa masih kurang memahami tentang gerak-gerak dasar renang.
3. Kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I kurang maksimal karena keadaan.

4. Metode yang digunakan guru dalam menyampaikan pembelajaran gerak dasar renang masih monoton (drill dan komando).
5. Inovasi dan kreatifitas guru dalam menyampaikan pembelajaran, khususnya materi gerak dasar renang masih kurang.
6. Belum dilaksanakannya pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain, bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I.

C. Pembatasan Masalah

Permasalahan yang terkait dengan pembelajaran renang sangat kompleks. Oleh karena itu, agar pembahasan lebih terfokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan penulis, masalah dalam skripsi ini dibatasi pada “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat di rumuskan masalah penelitian sebagai berikut : Apakah melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan pembelajaran gerak dasar renang, yang meliputi : proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain, yang meliputi : proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberi manfaat secara teoritis dan praktis :

1. Manfaat Teoritis

- a. Melalui pendekatan dengan metode bermain diharapkan dapat meningkatkan efektifitas pembelajaran penjas umumnya, khususnya pembelajaran gerak dasar renang.
- b. Memberikan sumbangan ilmu pendidikan jasmani khususnya pembelajaran gerak dasar renang melalui bermain.
- c. Bahan referensi untuk penelitian yang akan datang pada akuatik khususnya materi gerak dasar renang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru :

Dapat membantu mempermudah proses belajar mengajar para siswa terhadap pendidikan jasmani, khususnya dalam pembelajaran gerak dasar renang dan dapat meningkatkan dan memperbaiki kemampuan dalam mengajar siswa.

b. Bagi Sekolah :

Turut berperan serta dalam meningkatkan kualitas pendidikan melalui proses pembelajaran yang kreatif, inovatif, dan menyenangkan.

c. Bagi Siswa :

Dapat meningkatkan ketrampilan gerak dasar renang dan memperoleh suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan melalui metode bermain.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teoritik

1. Tugas Guru Dalam Penyampaian Kegiatan Pembelajaran

a. Perencanaan Pembelajaran

Banghart dan Albert Trull dalam (Hera Lestari Mikarsa, 2007: 60) mendefinisikan perencanaan pengajaran sebagai usaha menggambarkan sifat-sifat aktivitas perencanaan pengajaran yang luas dan mencakup pelbagai aktivitas perencanaan dalam sistem pendidikan. Perencanaan pengajaran merupakan suatu penerapan yang rasional dari analisis sistematis proses perkembangan pendidikan dengan tujuan agar pendidikan itu lebih efektif dan efisien sesuai dengan kebutuhan dan tujuan para murid dan masyarakatnya. Perencanaan pengajaran sebagai suatu proses penyusunan alternatif kebijaksanaan mengatasi masalah yang akan dilaksanakan dalam rangka mencapai tujuan pembangunan pendidikan nasional dengan mempertimbangkan kenyataan-kenyataan yang ada di bidang sosial ekonomi, sosial budaya dan kebutuhan pembangunan secara menyeluruh terhadap pendidikan nasional.

Perencanaan pembelajaran hendaknya dipandang sebagai suatu alat yang dapat membantu para guru dalam melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai pengajar, serta mencapai tujuan pembelajaran secara lebih efektif dan efisien. Dengan perencanaan yang matang seorang guru akan lebih sistematis dan lebih mudah dalam memantau dan mengontrol pelaksanaan proses pembelajaran dan pencapaian tujuan. Guru yang

meng-ajar tanpa perencanaan pembelajaran yang matang maka sudah dapat dipastikan hasilnya tidak akan memuaskan dan tidak akan dapat mencapai tujuan secara efektif dan efisien. Oleh karena itu, perencanaan pembelajaran merupakan langkah pertama yang harus dilakukan oleh guru dalam melaksanakan tugas dan fungsinya sebagai pengelola pembelajaran (Helmi Firmansyah, 2009: 37).

Menurut Jarot Sugiyono (2008: 30), perencanaan pembelajaran dapat membantu guru dalam proses pembelajaran, akan tetapi perencanaan pembelajaran tersebut harus dapat diimplementasikan secara terpadu dan dikombinasikan secara harmonis pula dengan kegiatan lainnya seperti pengawasan dan evaluasi pelaksanaan pembelajaran.. Perencanaan pembelajaran sebagai alat perlu didampingi dengan pengetahuan dan kemampuan guru secara tepat dalam situasi kepemimpinan pendidikan yang baik.

Berdasarkan beberapa uraian di atas, dapat kita simpulkan bahwa fungsi perencanaan pembelajaran adalah sebagai alat untuk membentuk, mempola, membuat model, dan mengkonstruksi proses pembelajaran agar tujuan pembelajaran dapat tercapai secara efektif dan efisien sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Dalam penelitian ini perencanaan pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa kelas IV SD Negeri Bojong I dengan pendekatan bermain. Guru membuat perencanaan dengan permainan sederhana dengan model bermain yang mengarah ke gerakan untuk melakukan teknik-teknik dasar dalam berenang. Sasaran akhir

perencanaan pembelajaran adalah memudahkan belajar siswa, bukan untuk mempersulit belajar siswa.

b. Pelaksanaan Pembelajaran

Dalam sebuah proses belajar dan mengajar, hal yang paling utama yang terjadi adalah proses interaksi antara guru dan siswa. Guru dan siswa selama jam pelajaran berlangsung, berinteraksi dan saling mengirim 'pesan' kepada satu dan lainnya. Pesan itu biasa di sebut sebagai proses komunikasi. Hanya guru yang bisa mengelola kelas yang baiklah yang bisa mengirim pesan secara positif sambil terus menjaga irama kelas agar menjadi menyenangkan untuk guru mengajar dan siswa belajar ((Hera Lestari Mikarsa, 2007: 65).

Menurut Helmi Firmansyah (2009: 40), guru harus memahami fungsinya karena sangat besar pengaruhnya terhadap cara bertindak dan berbuat dalam menyampaikan proses pembelajaran. Pengetahuan dan pemahamannya tentang kompetensi guru akan mendasari pola kegiatannya dalam menunaikan profesi sebagai guru. Kompetensi guru yang dimaksud antara lain mengenai kompetensi-komptensi pribadi, kompetensi profesi dan kompetensi kemasyarakatan. Kompetensi itu berkenaan dengan kemampuan dasar teknis edukatif dan administratif. Setiap guru sebagai petugas profesional ikut bertanggung jawab pada tercapainya tujuan pendidikan secara efektif.

Menurut pandangan Jarot Sugiyono (2008: 33), guru melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan strategi-strategi yang sesuai dan

telah disusun di dalam tahap perencanaan. Dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran guru ikut aktif dan berjiwa bebas serta kreatif dalam mengarahkan perkembangan akan didiknya di dalam proses pembelajaran. Murid merupakan potensi kelas yang harus dimanfaatkan guru dalam mewujudkan proses belajar mengajar yang efektif. Setiap murid harus memiliki perasaan diterima (*membership*) terhadap kelasnya agar mampu ikut serta dalam kegiatan proses pembelajaran.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dalam sebuah proses belajar dan mengajar, hal yang paling utama yang terjadi adalah adanya hubungan antara guru dan siswa di kegiatan pembelajaran. Dalam penelitian ini guru melaksanakan pembelajaran gerak dasar renang dengan menggunakan pendekatan bermain, yang sebelumnya telah disusun di dalam tahap perencanaan.

c. Evaluasi Kegiatan Pembelajaran

Evaluasi adalah kegiatan identifikasi untuk melihat apakah suatu program yang telah direncanakan telah tercapai atau belum, berharga atau tidak, dan dapat pula untuk melihat tingkat efisiensi pelaksanaannya. Evaluasi berhubungan dengan keputusan nilai (*value judgement*). Menurut Helmi Firmansyah (2009: 45) mengemukakan bahwa esensi dari evaluasi yakni memberikan informasi bagi kepentingan pengambilan keputusan. Di bidang pendidikan, kita dapat melakukan evaluasi terhadap kurikulum baru, suatu kebijakan pendidikan, sumber belajar tertentu, atau etos kerja guru.

Masih menurut Helmi Firmansyah (2009: 48), seorang guru dituntut untuk menguasai kemampuan memberikan penilaian kepada peserta didiknya. Kemampuan ini adalah kemampuan terpenting dalam evaluasi pembelajaran. Dari penilaian itulah seorang guru dapat mengetahui kemampuan yang telah dikuasai oleh para peserta didiknya. Harus mengetahui kompetensi dasar (KD) apa saja yang telah dikuasai oleh peserta didik dan segera mengambil tindakan perbaikan ketika terjadi nilai peserta didiknya lemah atau kurang sesuai dengan harapan. Dari penilaian yang dilakukan oleh guru itulah, guru melakukan perenungan diri dari apa yang telah dilakukan. Setiap siswa adalah juara, dan guru harus mampu mengantarkan peserta didiknya menjadi seorang juara di bidangnya.

Menurut Hera Lestari Mikarsa (2007: 68), ada 4 kesadaran yang penting bagi seorang guru atau pendidik dalam memberikan penilaian. Keempat kesadaran itu adalah: *sense of goal* (tujuan), *sense of regulation* (keteraturan), *sense of achievement* (berprestasi), dan *sense of harmony* (keselarasan). Berangkat dari keempat kesadaran itulah, seharusnya seorang guru melakukan penilaian. Pendidik harus sudah tahu tujuan penilaian itu adalah mengukur kemampuan atau kompetensi siswa setelah dilaksanakannya proses pembelajaran. Setelah guru melakukan penilaian akan terlihat nanti kemampuan setiap siswa setelah guru melaksanakan test atau ujian dan kemudian melakukan penilaian.

Dalam melakukan penilaian, seorang guru harus menyadari adanya *sense of regulation* (keteraturan). Guru harus membuat soal yang penuh dengan keteraturan dan sesuai dengan kisi-kisi soal yang telah dibuat sebelumnya. Ketika keteraturan telah menjadi kesadaran guru bahwa soal dibuat dalam rangka mengetahui kemampuan siswa, maka harus sesuai dengan aturan sekolah. Apakah dibuat dalam bentuk *multiply chois* atau berbentuk *essay*. Semua itu bergantung dari kesepakatan di antara sesama dewan guru dalam menentukan bentuk soal dan sistem penilaian yang diputuskan oleh pimpinan sekolah (Hera Lestari Mikarsa, 2007: 73).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa seorang guru dituntut untuk menguasai kemampuan memberikan penilaian kepada peserta didiknya. Kemampuan ini adalah kemampuan terpenting dalam evaluasi pembelajaran. Tujuan penilaian itu adalah mengukur kemampuan atau kompetensi siswa setelah dilaksanakannya proses pembelajaran.

2. Hakikat Olahraga Renang

a. Pengertian Olahraga Renang

Renang merupakan olahraga air yang bisa dilakukan oleh regu maupun kelompok. Perenang pertama yang dapat mencapai jarak ditentukan, menggondol gelar sebagai pemenang. Kompetisi renang dibagi dalam 4 kategori, yaitu: gaya bebas, gaya dada, gaya kupu-kupu dan gaya punggung (Rud Midgley ensiklopedi olahraga, 2000: 238).

Secara teori olahraga renang dapat dikenalkan kepada anak sejak usia dini 3-7 tahun, umur spesialisasi pada umur 10-12 tahun (Bompa, 1994). Sedangkan menurut tahapan perkembangan kognitif Piaget usia 5 tahun termasuk dalam periode perkembangan Pra operasional (2-6 tahun), pada periode ini anak mulai menggunakan simbol-simbol untuk mempresentasikan dunia (lingkungan) secara kognitif dan anak 7 tahun pada penelitian ini masuk pada periode operasional konkrit (6-11 tahun), pada tahapan ini anak sudah dapat membentuk operasi-operasi mental atas pengetahuan yang mereka miliki. Secara Ilmu olahraga umur pertumbuhan dan perkembangan anak usia tersebut adalah termasuk dalam kelas rendah dan anak masuk pada TK(Taman kanak-kanak) dan Sekolah Dasar kelas 1-2, kelas 1-2 ini dikenal dengan istilah kelas bawah (kelas 1, 2, 3 sekolah dasar), kelas atas adalah kelas 4, 5, dan 6. Keadaan semacam ini tentu akan sangat berbeda dalam proses pembelajaran yang diberlakukan pada setiap anak dengan melihat tingkat perkembangan dan pertumbuhan anak. Dengan bertambahnya usia anak dapat diartikan tingkat pemahaman gerak dan pengalaman gerak 4 serta kemampuan kognitif ataupun imajinasi sudah berbeda. Semakin anak bertambah umurnya secara normal kemampuan kognitif akan berkembang dan lebih baik dibandingkan dengan anak yang umurnya dibawahnya.

Menurut Hambali (2006: 08), yang paling dominan dalam olahraga renang adalah harus bisa mengatasi tahanan air dan hambatan-hambatan lain. Oleh karena itu untuk mengatasi hal tersebut, yaitu dengan latihan

yang terprogram dan teratur. Dalam olahraga renang, dengan berlatih secara sistematis dan melalui pengulangan-pengulangan (*repetitions*) yang konstan, maka organisasi-organisasi mekanisme *neurophysiologis* kita akan menjadi bertambah baik, gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan lama-kelamaan akan merupakan gerakan-gerakan yang otomatis dan reflektif yang semakin kurang membutuhkan konsentrasi pusat-pusat syaraf daripada sebelum melakukan latihan-latihan tersebut.

Berdasarkan uraian pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa renang merupakan olahraga air yang bisa dilakukan oleh regu maupun kelompok. Yang paling dominan dalam olahraga renang adalah harus bisa mengatasi tahanan air dan hambatan-hambatan lain, oleh karena itu untuk mengatasi hal tersebut, yaitu dengan latihan yang terprogram dan teratur. Gaya dan teknik dalam olahraga renang meliputi: gaya *crawl*, gaya dada, gaya punggung dan gaya kupu-kupu

b. Dasar-Dasar Olahraga Renang

Dijelaskan oleh Munarwan (2003: 16), bahwa prinsip-prinsip mekanika dalam melakukan olahraga renang adalah:

1) Prinsip tahanan dan dorongan.

Setiap kecepatan maju dalam berenang adalah hasil dari dua kekuatan. Satu kekuatan cenderung untuk menahannya yang disebut tahanan atau hambatan. Hambatan ini ada disebabkan oleh air yang harus dibawanya serta. Kekuatan yang kedua adalah kekuatan yang mendorongnya maju disebut dorongan. Dorongan ini diperoleh oleh gerakan/ tarikan tangan dan gerakan kaki.

- 2) Prinsip hambatan.
 - a) Hambatan dari depan.

Hambatan dari depan (hambatan depan) adalah hambatan terhadap gerakan maju yang ditimbulkan oleh air yang ada di depan perenang atau di depan setiap bagian badannya.
 - b) Geseran kulit
Geseran kulit dengan air menyebabkan hambatan air pada sisi badannya. Dalam berenang geseran kulit hanya mempunyai pengaruh yang kecil.
 - c) Hambatan ekor atau pusaran air.

Hambatan ekor disebabkan oleh air yang tak mampu mengisi bagian belakang badan yang tidak mendatar, sehingga badan harus menarik sejumlah molekul-molekul air. Jenis hambatan ini penting untuk dipertimbangkan dalam merencanakan sebuah gerakan dalam berenang.
- 3) Prinsip dorongan.

Dorongan adalah kekuatan yang mendorong perenang untuk maju, yang ditimbulkan oleh gerakan tangan dan gerakan kaki. Sebenarnya kekuatan ini ditimbulkan oleh tangan dan kaki, ketika tangan dan kaki mendorong air ke belakang.
- 4) Prinsip keteraturan dalam penggunaan dorongan.

Prinsip ini dapat juga disebut prinsip kelangsungan gerakan. Penggunaan dorongan maju yang teratur adalah lebih efektif dari pada penggunaan yang tak teratur untuk mendorong tubuh maju. Mekanika gaya renang harus dibuat sedemikian rupa, sehingga badan dapat maju dengan kecepatan seteratur mungkin.
- 5) Prinsip hukum aksi reaksi yang dipakai dalam pemulihan.

Pemulihan (*recovery*) atau istirahat pada gerakan tangan dari ketiga gaya (gaya *crawl*, gaya punggung dan gaya kupu-kupu) dilakukan di luar, sedang untuk gaya dada dilakukan di dalam air.
- 6) Prinsip pemindahan momentum.

Sangatlah mudah untuk memindahkan momentum dari satu bagian tubuh ke bagian lain. Prinsip ini banyak sekali digunakan dalam gerakan-gerakan renang. Momentum yang ditimbulkan oleh lengan selama pengayunan ke seluruh tubuhnya dan membantunya meloncat lebih jauh.
- 7) Prinsip hukum kwadrat teoritis.

Hambatan tubuh yang timbul dalam air berubah kira-kira menurut kwadrat dari kecepatannya. Suatu penggunaan langsung dan praktis dari hukum ini dalam renang adalah dalam kecepatan masuknya *recovery* lengan dalam air
- 8) Prinsip daya menggapung.

Seperti yang terlihat dalam pengalaman, sebuah kapal bermuatan ringan lebih mudah ditarik atau didorong dalam air

dari pada kapal yang bermuatan berat, yang mempunyai ukuran dan bentuk yang sama. Seorang perenang yang ringan mengapung lebih tinggi dan menimbulkan hambatan lebih sedikit dari pada perenang yang lebih berat daya apungnya.

3. Pembelajaran Gerak Dasar Renang

Dengan memperhatikan keadaan dan kepentingan anak didik, maka guru harus mengusahakan terjadinya interaksi edukatif, yaitu interaksi antara guru dengan anak didik yang didasarkan atas nilai-nilai dan norma-norma pendidikan yang terarah pada tercapainya tujuan pendidikan. Sehubungan dengan hal tersebut di atas proses belajar mengajar perlu memperhatikan masukan instrumental yang meliputi kurikulum, program, materi, sarana dan prasarana, fasilitas, metode dan penilaian. Praktek mengajar gerak dasar renang mempunyai tujuan, yaitu agar penguasaan keterampilan gerak dengan teknik yang benar serta sesuai dengan peraturan yang ada. Untuk itu, seorang guru harus menguasai bahan pembelajaran yang akan diajarkan (A.M Bandi Utama, 2010: 4).

Sebelum belajar renang dengan gaya yang sesungguhnya, terlebih dahulu perlu belajar tentang dasar-dasar renang, yaitu bagaimana cara mengatur napas ketika berada dalam air, cara mengapung, dan meluncur di air. Menurut Kurnia dalam A.M Bandi Utama (2010: 5), teknik dasar renang yang paling penting adalah bernapas di dalam air, mengapung, dan meluncur. Pernapasan di dalam air adalah bagaimana mengatur proses pengambilan udara (menghisap udara di atas permukaan air), dan mengeluarkan udara di udara atau di dalam air. Proses pernapasan ini bukanlah hal yang mudah. Dalam proses pembelajaran, latihan ini sering

membosankan. Latihan pernapasan dapat ditingkatkan dengan jalan mengatur irama pernapasan. Waktu menghirup udara dilakukan dengan cepat dan pengeluaran dapat dilakukan dengan irama lebih lambat dari pengambilan udara.

Keterampilan berikutnya adalah cara mengapung. Mengapung di air merupakan modal dasar untuk dapat berenang dengan baik. Membuat posisi badan mengapung di air perlu senantiasa diupayakan. Posisi badan mengapung dapat dibedakan menjadi tiga macam posisi. Posisi tegak, telungkup, dan telentang. Menurut Pate (1993: 313), daya apung tubuh berhubungan dengan kandungan lemak tubuh. Seorang yang memiliki kandungan lemak tubuh yang banyak memiliki daya apung yang lebih baik.

Meluncur dengan cepat adalah faktor penting yang harus diupayakan. Gerakan meluncur dapat dilakukan dengan baik apabila hambatan ke depan semakin kecil. Hambatan meluncur tergantung pada posisi badan membentuk sudut dengan permukaan air. Semakin besar sudut (mendekati 90 derajat), semakin besar hambatan yang terjadi. Menurut Roger dalam A.M Bandi Utama (2010: 5), tenaga untuk renang tidak sekedar untuk meluncur, tetapi juga mempertahankan daya apung. Gaya renang dapat diajarkan setelah dasar-dasar renang telah dikuasai dengan cukup baik.

Menurut Ong Sioe Tjiang dan Tarigan, dalam FX. Sugiyanto (2010: 5), cara-cara memberikan pelajaran gerak dasar renang diantaranya yaitu:

- a. Pelajaran berenang di darat adalah suatu cara dimana gerakan-gerakan renang diberikan terlebih dahulu di luar kolam (ditempat kering) dengan sikap berdiri atau berbaring di lantai.
- b. Pelajaran berenang dengan memakai alat-alat pembantu ada dua cara yaitu:
 - 1) Memakai pancing (*Hengelmethode*). Setelah pelajaran di darat selesai pada umumnya dimulailah pelajaran dengan alat-alat pembantu diantaranya pancing.
 - 2) Memakai alat-alat pengapung. Alat-alat yang digunakan untuk pengapung adalah berupa papan, kaleng yang diisi dengan udara, sayap diisi udara, gabus.
- c. Metode wajar (*Naturlicher Schwimmunterricht*), adalah pelajaran berenang dimana gerak keseluruhan, gerak sewajarnya, yang disesuaikan kepada anak dan yang diberikan dalam bentuk permainan.

David G. Thomas dalam FX. Sugiyanto (2010: 5) menyatakan bahwa perenang pemula sebaiknya pertama-tama diajarkan tentang cara mengapung. Hal ini disebabkan karena gaya renang yang paling sukar hanya terdiri dari dua macam teknik dasar: Pertama mengapung dan kedua tambahkan ayunan mendorong yang dapat membuat badan bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain.

Mengajar gerak dasar renang bagi yang belum dapat berenang sama sekali, untuk anak kecil maupun orang dewasa harus memperhatikan beberapa prinsip:

- a) Prinsip psikologis, adalah suatu prinsip yang berhubungan dengan faktor-faktor kejiwaan. Manusia terdiri dari jiwa dan raga atau rohani dan jasmani. Di dalam faktor kejiwaan itu terdapat beberapa unsur yang

harus ada dan berkembang terus untuk bisa belajar berenang dengan baik dan cepat. Adapun unsur-unsur tersebut adalah: unsur kesenangan, unsur keberanian, unsur percaya pada diri sendiri, unsur keuletan.

- b) Prinsip pertumbuhan, dengan memperhatikan pertumbuhan dimana anak duduk di kelas dapat merugikan pertumbuhan sehingga berlatih renang dapat merupakan suatu cara untuk menghilangkan dan mengurangi gangguan-gangguan sebagai akibat duduk terlalu lama di kelas. Serta rangsang dingin yang diberikan oleh air mempunyai pengaruh yang baik bagi tubuh.
- c) Prinsip praktis, berenang, bisa dilakukan kapan saja, tidak mengenal waktu, bisa dilakukan pada pagi hari, siang hari, maupun sore hari serta dapat dilakukan secara perorangan maupun berkelompok (FX. Sugiyanto, 2010: 5-6).

4. Hakikat Bermain

Pada dasarnya setiap orang menyukai hal-hal yang berhubungan dengan permainan. Sebab, secara refleks mereka spontan akan bergerak sesuai sifat individunya masing-masing baik dari cara bicara, bertindak, dan bertingkah laku yang sesuai dengan kebiasaan sehari-hari. Dengan demikian, permainan dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktivitas anak berupa gerakan-gerakan yang dibutuhkan, sikap dan perilaku.

Sukintaka (1992: 1), mengatakan “permainan secara luas meliputi kegiatan bermain, pengaruh bermain terhadap pelaku permainan, sifat permainan, dan permainan sebagai wahana peningkatan kualitas manusia”.

Bermain dan permainan mempunyai kata dasar main, yang mempunyai arti melakukan sesuatu kegiatan yang mempunyai tujuan. Sedangkan bermain merupakan kata kerja dan permainan merupakan suatu kata benda. Dalam bahasa Inggris bermain atau permainan digunakan istilah *games and play*. Jadi dalam hal ini tidak dapat dihindarkan penggunaan kedua istilah itu sekaligus.

Menurut Djarkara yang dikutip Sukintaka (1992:1), bahwa “bermain telah ada seusia dengan umur manusia, dengan pengertian bahwa semenjak manusia itu ada, mulai ada pula anak atau orang bermain”. Bermain bagi anak-anak merupakan kebutuhan hidup sehari-hari seperti halnya kebutuhan makan, minum, tidur dan lain sebagainya. Karena melalui bermain anak dapat mengaktualisasi diri dan mempersiapkan diri untuk menjadi dewasa.

Menurut *Herbert Spencer* dalam Tadkriroatun Musfiroh (2008: 5), menyatakan bahwa anak bermain karena mempunyai energi berlebihan. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka terbebas dari perasaan tertekan. Pembelajaran dengan metode bermain mengenalkan materi dalam dimensi bermain yang menarik, progresif, menyenangkan, dan menantang sehingga membuat siswa antusias, aktif, serta dapat meningkatkan motivasi dalam belajar sehingga mereka akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih banyak. Hal itu tentu saja akan berdampak baik terhadap kemampuan gerak, sikap, maupun pengetahuan siswa terhadap materi pembelajaran tersebut sehingga akan berdampak positif terhadap prestasi belajar siswa dalam materi gerak dasar renang.

Bermain merupakan keasyikan yang dipilihnya sendiri tanpa adanya paksaan dari orang lain. Tujuan bermain terletak pada permainan itu sendiri. Perbedaan yang nyata dengan bekerja ialah bahwa bekerja itu untuk mencari uang. Sedangkan fungsi dari permainan itu sendiri terhadap pengembangan jasmaniah dimaksud untuk meningkatkan kemampuan kondisi fisik. Untuk mencapai kemampuan jasmaniah, yang perlu dikembangkan antara lain ialah kekuatan, daya tahan, kecepatan dan kelenturan. Kekuatan merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk meningkatkan kondisi fisik. Tanpa adanya kekuatan tidak mungkin seseorang mampu melakukan aktivitas yang baik dan sesuai dengan keinginan.

Menurut Hartati (2005: 15), menyatakan bahwa bermain merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Penting bagi pertumbuhan dan perkembangan jiwa mereka yang masih bergejolak sehingga tertarik dengan suasana yang menyenangkan, menantang dan ada persaingan. bermain dapat digunakan sebagai alat untuk memacu potensi aktivitas anak berupa gerakan-gerakan yang dibutuhkan, sikap dan perilaku

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa Bermain bagi anak-anak merupakan kebutuhan hidup sehari-hari. Anak bermain karena mempunyai energi berlebihan. Energi ini mendorong mereka untuk melakukan aktivitas sehingga mereka terbebas dari perasaan tertekan. Dalam bermain merupakan keasyikan yang dipilihnya sendiri, tanpa adanya paksaan dari orang lain.

5. Pengertian Pendekatan Bermain Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan

Berdasarkan tujuan pembelajaran Penjasorkes dapat dikatakan bahwa mata pelajaran Penjasorkes sarat dengan materi yang kompleks, sehingga menuntut guru untuk memilih strategi, metode dan pendekatan pembelajaran yang tepat guna memperoleh hasil belajar yang optimal. Menurut Sudrajat (2008: 23) pendekatan dapat diartikan sebagai titik tolak atau sudut pandang kita terhadap proses pembelajaran. Dilihat dari pendekatannya, pembelajaran terdapat dua jenis pendekatan yaitu pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered approaches*) dan pendekatan yang berpusat pada siswa (*student-centered approaches*).

Bermain merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dengan tanpa adanya paksaan, dilakukan dengan bersungguh-sungguh dan disertai rasa senang untuk mencapai tujuan tertentu (Sukintaka, 1992: 2). Aktivitas bermain pada anak-anak banyak dilakukan dengan aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani ini sangat penting bagi anak-anak dalam masa pertumbuhannya. Gerak bagi mereka berarti berlatih yang mungkin sekali tanpa disadari. Dasar gerak mereka akan menjadi lebih baik karena meningkatnya kekuatan otot, kelentukan, daya tahan otot setempat, dan daya tahan kardiovaskuler menjadi makin baik. Selain itu akan bertambah panjang dan besarnya otot-otot, fungsi organ tubuh menjadi lebih baik, sehingga dapat dikatakan bahwa terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang lebih baik.

Menurut Tadkiroatun Musfiroh (2008: 29) melalui bermain anak diajak untuk bereksplorasi, menemukan, dan memanfaatkan obyek-obyek yang dekat dengannya, sehingga pembelajaran menjadi bermakna. Bermain sambil belajar merupakan sebuah slogan yang harus dimaknai sebagai satu kesatuan, yakni belajar yang dilakukan adalah melalui bermain. "Bermain sambil belajar" tidak diartikan dalam dua kegiatan, yakni bermain dan belajar, yang dilakukan secara bergantian tapi anak belajar melalui bermain. Artinya, aktivitas anak lebih lebih ditekankan pada ciri-ciri bermain.

Berdasarkan hal itu, maka dalam pembelajaran pendidikan jasmani penggunaan pendekatan pembelajaran yang tepat dan menyenangkan menjadi penting. Hanya saja, porsi dan bentuk pendekatan bermain yang akan diberikan harus disesuaikan dengan aspek yang ada dalam kurikulum. Selain itu harus dipertimbangkan juga faktor usia perkembangan fisik, dan jenjang pendidikan yang sedang dijalani oleh mereka.

6. Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Bermain

Keberhasilan dalam suatu pembelajaran di sekolah ditentukan oleh beberapa faktor antara lain: siswa, guru, metode pembelajaran, sarana dan prasarana, lingkungan, dan suasana pembelajaran. Pembelajaran gerak dasar renang pun tidak terlepas dari faktor-faktor tersebut dalam keberhasilan pembelajarannya, kesungguhan dan partisipasi siswa sangat diperlukan agar berhasil dalam pembelajaran, peran guru juga berpengaruh terhadap keberhasilan pembelajaran, dalam hal menyampaikan materi, metode pembelajaran, dan memfasilitasi siswa. Banyak hambatan yang

dialami oleh siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang, diantaranya: rasa takut terhadap air, kedalaman, tenggelam, suasana pembelajaran yang kurang kondusif, pembelajaran yang membosankan karena drilling terus menerus dan sebagainya. Salah satu pendekatan pembelajaran dengan suasana yang menggembirakan dan menyenangkan adalah bermain.

Agar siswa mampu melakukan gerak dasar renang dengan baik dan benar, harus dilakukan dengan latihan yang sistematis dan terprogram. Seorang guru harus mampu memilih metode pembelajaran yang mudah dipelajari dan dipahami oleh siswa, salah satunya dengan menggunakan model dalam bentuk bermain. Metode yang akan diberikan untuk meningkatkan kemampuan gerak dasar renang yaitu dengan permainan sederhana dengan model bermain yang mengarah ke gerakan untuk melakukan teknik-teknik dasar dalam berenang. Oleh karena itu pemberian bantuan di dalam proses belajar mengajar yang berupa kegiatan memodifikasi dalam bentuk bermain yang terprogram dan disusun secara sistematis. Dalam penelitian ini dengan menggunakan model bermain dalam penyampaian pembelajaran gerak dasar renang.

Menurut Sumarman (2011: 98), menggunakan teknik bermain bertujuan untuk mengenalkan masalah gerak (*movement problem*) renang secara umum khususnya dalam gerakan dasar dan cara renang yang benar ditinjau secara anatomis, memperbaiki sikap gerakan dasar serta meningkatkan motivasi siswa terhadap pembelajaran, sehingga pada

akhirnya dapat meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Tujuan khusus dalam bermain di pembelajaran gerak dasar renang adalah meningkatkan konsentrasi, kekuatan menolak, reaksi bergerak, dan percepatan gerak siswa, serta meningkatkan rasa percaya diri, meningkatkan rasa keberanian dalam melakukan gerakan renang.

Menurut Hambali (2006: 15), dalam tahap pertama (pengenalan air) pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa Sekolah Dasar, dapat menggunakan permainan sebagai media penyampaian materi. Permainan dibagi menjadi 2, yaitu permainan tanpa alat dan menggunakan alat. Agar anak didik tidak bosan dalam pelajaran gerak dasar renang, maka diperkenalkan menggunakan cara mengajar dengan permainan. Cara ini lebih efektif dalam pencapaian hasil didik.

- a. Permainan yang pertama yaitu tanpa alat, misalnya empat atau lima anak saling berpegangan, salah satu siswa memberikan tebakan dengan memainkan jarinya di dalam air dan teman yang disuruh untuk menebak harus menyelam kolam untuk melihat tangannya.
- b. Kemudian yang kedua yaitu permainan dengan alat yaitu salah satu permainan yang cara bermainnya dengan alat, misalnya bola, pertama anak didik dibagi menjadi dua kelompok sama rata kemudian setiap kelompok harus berusaha memasukkan, yaitu dengan cara menempelkan bola ketepi kolam yang sudah ditentukan. Saat mengumpan kepada temannya, siswa tersebut tidak boleh berjalan hanya diam ditempat dan langsung melemparkan keteman sekelompoknya. Bagi kelompok yang paling banyak memasukkan bola, atau menempelkan, maka kelompok tersebut yang menang, permainan ini dapat diistilahkan seperti olahraga polo air, bedanya apabila polo air menggunakan gawang dan cara bermainnya berenang tetapi pada permainan ini boleh jalan, karena kondisi kolam juga yang dangkal.

7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Pembelajaran bagi siswa Sekolah Dasar merupakan salah satu kegiatan yang utama untuk membantu mengoptimalkan perkembangannya. Maka dari itu para pengajar sebaiknya dapat memahami karakteristik pertumbuhan dan perkembangan motorik para siswa tingkat sekolah dasar ini. Pendidikan jasmani juga merupakan pembelajaran yang lebih mengutamakan proses belajar gerak motorik dan mengajarkan keterampilan gerak motorik sehingga bermanfaat untuk perkembangannya.

Pada anak usia Sekolah Dasar biasanya sedang mengalami pertumbuhan baik pertumbuhan intelektual, emosional maupun pertumbuhan badaniyah, di mana kecepatan pertumbuhan anak pada masing-masing aspek tersebut tidak sama, sehingga terjadi berbagai variasi tingkat pertumbuhan dari ketiga aspek tersebut. Ini adalah suatu faktor yang menimbulkan adanya perbedaan individual pada anak-anak sekolah dasar walaupun mereka dalam usia yang sama.

Usia tingkat Sekolah Dasar yaitu dari usia enam sampai dengan usia sekitar dua belas tahun. Usia tersebut merupakan masa akhir dari masa kanak-kanak. Biasanya karakteristik yang masih melekat pada diri para siswa Sekolah Dasar ini adalah menampilkan perbedaan-perbedaan individual dalam banyak hal, seperti perbedaan dalam intelegensi, kemampuan dalam kognitif dan bahasa, perkembangan kepribadian dan perkembangan fisik anak.

Masa usia Sekolah Dasar yang dikutip dari internet yang berjudul *Karakteristik Anak Di Sekolah Dasar*, merupakan tahapan perkembangan penting dan bahkan fundamental bagi kesuksesan perkembangan selanjutnya. Karena itu, guru tidaklah mungkin mengabaikan kehadiran dan kepentingan mereka. Ia akan selalu dituntut untuk memahami betul karakteristik anak. Karakteristik anak usia sekolah dasar secara umum sebagaimana dikemukakan *Bassett, Jacka, dan Logan (1983)* berikut ini:

- a. Mereka secara alamiah memiliki rasa ingin tahu yang kuat dan tertarik akan dunia sekitar yang mengelilingi mereka sendiri.
- b. Mereka senang bermain dan lebih suka bergembira / riang.
- c. Mereka suka mengatur dirinya untuk menangani berbagai hal, mengeksplorasi suatu situasi dan mencobakan usaha-usaha baru.
- d. Mereka biasanya tergetar perasaannya dan terdorong untuk berprestasi sebagaimana mereka tidak suka mengalami ketidakpuasan dan menolak kegagalan-kegagalan.
- e. Mereka belajar secara efektif ketika mereka merasa puas dengan situasi yang terjadi.
- f. Mereka belajar dengan cara bekerja, mengobservasi, berinisiatif dan mengajar anak-anak lainnya.

Guru harus memahami betul karakteristik anak, karena setiap murid khususnya di Sekolah Dasar memiliki perbedaan antara satu dan lainnya. Disinilah peran dan fungsi serta tanggung jawab guru di Sekolah Dasar, selain mengajar juga perlu memperhatikan keragaman karakteristik. Perilaku murid, sehingga peran guru bukan hanya sebagai pengajar akan tetapi guru juga mempunyai tugas sebagai motivator atau pendorong, sebagai pembimbing dan memberi fasilitas belajar bagi murid-murid untuk mencapai tujuan.

Dengan melihat karakteristik siswa tersebut, pengajar dituntut untuk dapat mengemas perencanaan dan pengalaman belajar yang akan diberikan

kepada siswa dengan baik, menyampaikan hal-hal yang ada di lingkungan sekitar kehidupan siswa sehari-hari, sehingga materi pelajaran yang dipelajari tidak abstrak dan lebih bermakna bagi anak. Selain itu, siswa hendaknya diberi kesempatan untuk pro aktif dan mendapatkan pengalaman langsung baik secara individual maupun dalam kelompok.

B. Penelitian Yang Relevan.

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini adalah :

1. A.M Bndi Utama (2010) yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Bermain Untuk Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY”. Metode penelitian tindakan kelas yang digunakan dari Kemmis et al, 1982; dan Burns,1999, dengan melalui beberapa siklus tindakan. Rancangan tindakan penelitian terdiri dari tiga siklus. Proses pengolahan dan analisis data deskriptif terdiri dari: 1). deskripsi data, 2) validasi data, dan 3) interpretasi data. Berdasarkan hasil refleksi dan pembahasan terhadap penelitian tindakan kelas di atas, dapat disimpulkan bahwa pendekatan bermain dapat meningkatkan proses pembelajaran dasar gerak renang. Hasil yang diperoleh adalah terciptanya pembelajaran yang mengembirakan, menyenangkan, dan penuh semangat belajar sehingga mampu membawa mahasiswa untuk berprestasi lebih baik dari pada sebelumnya. Hal ini dapat ditandai dengan adanya peningkatan nilai rata-rata kelulusan tanpa mengabaikan mutu lulusan, tingkat partisipasi mahasiswa yang optimal, suasana pembelajaran yang kondusif, serta memperkaya kasanah model pembelajaran di prodi PJKR FIK UNY.

2. FX. Sugiyanto (2010) yang berjudul “Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Penggunaan Alat Bagi Mahasiswa PKO Pemula Tahun Ajaran 2010”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peralatan yang tepat yang digunakan pada mahasiswa pemula yang belajar menguasai dasar gerak renang. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa FIK-UNY, jurusan PKL program studi PKO angkatan 2009 sebanyak 26 mahasiswa. Objek penelitian ini berupa alat (pelampung yang dapat diikat ke tubuh), fin (kaki katak) yang digunakan untuk menguasai keterampilan renang dasar. Penelitian ini dilaksanakan di kolam renang FIK-UNY. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian tindakan (*action research*). Hasil penelitian menunjukkan pada siklus I, 18 mahasiswa (69.23%) dapat berenang gaya crawl. Siklus II, 20 mahasiswa (76.92%) dapat berenang gaya punggung. Siklus III, 21 mahasiswa (80.76%) dapat berenang gaya crawl dan 23 mahasiswa (88.46%) dapat berenang gaya punggung. Peralatan yang digunakan (pelampung yang dapat diikat ke tubuh) dan fin (kaki katak) dapat membantu mempercepat penguasaan keterampilan renang dasar bagi mahasiswa pemula. FIK UNY.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teoritis, penulis mengajukan kerangka pemikiran penelitian ini adalah sebagai berikut: bahwa dengan pendekatan permainan yang mengarah ke metode PAKEM, secara nyata siswa bermain tetapi sebenarnya mereka sedang melakukan latihan, tahap-tahap dalam melakukan

gerak dasar renang. Permainan disini tentunya bukan permainan yang tidak terarah, tetapi permainan untuk mencapai tujuan yaitu hasil proses pembelajaran gerak dasar renang siswa meningkat.

Pembelajaran akan sangat efektif apabila siswa berada dalam keadaan yang menyenangkan. Pembelajaran yang menyenangkan mampu membangkitkan peran aktif siswa dan terciptanya pemahaman atau penguasaan materi yang dipelajari siswa. Penciptaan kegembiraan dalam proses pembelajaran jauh lebih penting bila dibandingkan dengan segala teknik atau metode yang digunakan. Upaya untuk meningkatkan efektifitas pembelajaran gerak dasar renang dilakukan melalui Penelitian Tindakan Kelas. Diharapkan dengan Penelitian Tindakan Kelas dapat mengetahui kekurangan guru dalam pembelajaran gerak dasar renang.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

1. Jenis Penelitian

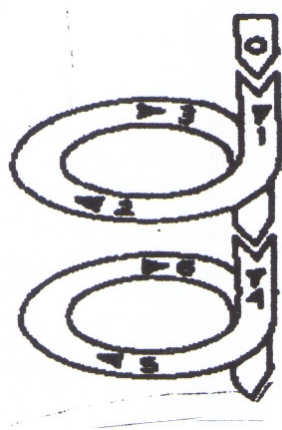
Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) atau *Classroom Action Research* yang berfokus pada upaya untuk mengubah kondisi nyata yang ada sekarang ke arah yang diharapkan. Penelitian tindakan adalah proses guru mengkombinasikan praktek dan mengevaluasi secara bersamaan. Meningkatkan kesadaran atas teori personal, artikulasi sebuah pembagian nilai-nilai, mencoba strategi-strategi untuk memberikan nilai-nilai yang dieskpresikan pada praktik-praktik yang lebih konsisten. Dengan nilai-nilai pendidikan yang mendukung, merekam/mencatat pekerjaan dalam sebuah bentuk yang disediakan, agar dimengerti oleh guru-guru lain, dan kemudian membangun teori yang baru. Menurut Daryanto (2011: 26), penelitian tindakan terdiri dari 4 aspek pokok, yaitu perencanaan, tindakan, tahap pengamatan/ observasi, dan refleksi.

Dengan demikian penelitian tindakan kelas dalam penelitian ini adalah bentuk penelitian yang dilakukan oleh guru secara kolaborasi dalam proses pembelajaran guna memperbaiki keadaan ke arah yang lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat mengungkap berbagai informasi kualitatif dengan analisis yang teliti dan penuh makna. Seorang guru yang profesional tidak akan membiarkan masalah yang dihadapinya terus berlanjut. Oleh karena itu guru perlu melakukan tindakan untuk memecahkan masalah yang dihadapinya agar proses pembelajaran berlangsung lancar, sehingga tujuan

pembelajaran dapat dicapai secara efisien. Melalui pendekatan penelitian tindakan kelas ini permasalahan-permasalahan yang dirasakan dan ditemukan oleh guru dan siswa dapat dicarikan solusinya.

2. Desain Penelitian

Adapun desain penelitian yang dilakukan merupakan desain penelitian tindakan kelas. Menurut *Kemmis* dan *Mc. Taggart* yang dikutip *Daryanto* (2011:31) desain penelitian tindakan kelas berupa putaran spiral yang dapat digambarkan sebagai berikut :



Keterangan gambar:

- Siklus I : 0. Observasi
1. Rencana Tindakan Siklus I
2. Tindakan dan Observasi
3. Analisis dan Refleksi I
- Siklus II : 4. Rencana dan Revisi I
5. Tindakan dan Observasi II
6. Analisis dan Refleksi II

Gambar 1. Skema Siklus Penelitian

Sumber : Daryanto (2011: 31)

Dari tiap – tiap siklus terdiri dari 4 tahap. Adapun tahap – tahap tersebut adalah sebagai berikut :

a. Perencanaan (*Planning*)

Pada tahap perencanaan ini kegiatan yang dilakukan adalah menentukan fokus penelitian. Selanjutnya guru merencanakan dan mengevaluasi pelaksanaan pembelajaran yang telah berlangsung

sebelumnya, mendata kelemahan-kelemahannya, diidentifikasi dan dianalisis kelayakannya untuk diatasi dengan penelitian tindakan kelas.

Dalam tahap perencanaan, peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung untuk melaksanakan skenario tindakan tersebut.

Secara rinci kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah:

- 1) Tujuan penelitian dan rencana tindakan disosialisasikan kepada kolaborator dan siswa. Peneliti, kolaborator dan siswa melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam menggunakan pendekatan model-model pembelajaran gerak dasar renang melalui aktifitas permainan yang mengarah ke metode pembelajaran dengan bermain.



Gambar 2. Peneliti dan kolaborator Melakukan Tukar Pikiran Untuk Menyamakan Persepsi Dalam Kegiatan Penelitian.

Sumber : Dokumen peneliti

- 2) Membuat skenario pembelajaran gerak dasar renang melalui aktivitas bermain (RPP terlampir).

- 3) Menyiapkan fasilitas pembelajaran renang.
- 4) Peneliti membuat dan menyusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan pembelajaran model-model pembelajaran renang melalui aktifitas bermain, melalui lembar observasi.
- 5) Menentukan teknis pelaksanaan penelitian.
- 6) Menyiapkan kegiatan refleksi.

b. Pelaksanaan (*Action*)

Dalam tahap ini untuk mengatasi masalah-masalah yang telah terpilih, peneliti melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan strategi-strategi yang sesuai, dalam hal ini adalah melalui pendekatan permainan dalam belajar keterampilan gerak dasar renang. Kolaborator mengamati dan membuat catatan-catatan mengenai jalannya pembelajaran.

Pelaksanaan tindakan pembelajaran direncanakan dalam 2 siklus. Setiap siklus dengan satu kali tatap muka pembelajaran. Diharapkan dalam 2 siklus terjadi peningkatan, karena adanya tindakan. Guru melaksanakan penelitian sesuai dengan pembelajaran yang sudah disiapkan berupa RPP terlampir.

c. Pengamatan (*Observation*)

Kolaborator mengamati, mencatat dan kemudian mendokumentasikan hal-hal yang terjadi selama tindakan berlangsung, dengan maksud untuk mengetahui kesesuaian antara pelaksanaan tindakan dengan rencana tindakan yang telah ditetapkan. Pengamatan yang dilakukan kolabolator

memanfaatkan lembar observasi guru (LOG), lembar observasi siswa (LOS), catatan lapangan dan kamera digital.

d. Refleksi

Dalam tahap refleksi peneliti bersama kolaborator mendiskusikan hasil pengamatan yang telah dilakukan. Kelemahan dan kekurangan yang telah ditemukan pada siklus terdahulu dapat digunakan sebagai dasar penyusunan rencana tindakan pada siklus berikutnya, sehingga siklus selanjutnya akan menjadi lebih baik dari pada siklus sebelumnya.

Merefleksikan hasil observasi oleh kolaborator dan kesimpulan hasil refleksi masih banyak kekurangan. Berdasarkan hasil refleksi maka dilanjutkan dengan siklus ke II, dengan berdasar pada perbaikan dari siklus I.

Langkah-langkah penelitian tindakan secara keseluruhan berbentuk spiral. Setiap lingkaran pada spiral tersebut menggambarkan kegiatan yang utuh, yang dinamakan siklus, karena kalau hanya terdiri dari satu siklus belum berbentuk spiral. Maksudnya agar kekurangan pada siklus pertama dapat diperbaiki pada siklus-siklus berikutnya, sehingga terjadi peningkatan hasil belajar secara terus menerus. Adapun pengertian siklus disini adalah suatu putaran kegiatan yang terdiri dari perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Siklus akan terus berulang sampai tercapai ukuran keberhasilan yang diinginkan. Dalam penelitian tindakan kelas ini keberhasilan yang diinginkan adalah hasil proses belajar gerak dasar renang meningkat

sehingga KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) yaitu: 75 (Tujuh puluh lima), dapat tercapai.

Menurut Departemen Pendidikan Nasional (2006: iii) indikator pencapaian kompetensi dasar ditandai oleh perubahan perilaku yang dapat diukur yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan. Indikator dikembangkan sesuai dengan karakteristik peserta didik, mata pelajaran, satuan pendidikan, potensi daerah dan dirumuskan dalam kata kerja operasional yang terukur dan/atau dapat diobservasi. Indikator digunakan sebagai dasar untuk menyusun alat penilaian. Hasil penilaian dianalisis untuk menentukan tindak lanjut. Tindak lanjut berupa perbaikan proses pembelajaran berikutnya, program remedi bagi peserta didik yang pencapaian kompetensinya di bawah kriteria ketuntasan.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan untuk melaksanakan sebuah penelitian. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Bojong I, yang beralamat di Karangondang Bojong Mungkid Magelang.

2. Waktu Penelitian

Pelaksanaan penelitian akan dimulai dari bulan Januari 2013. Efektifitas waktu penelitian tindakan kelas ini sangat tergantung keaktifan siswa, guru serta kolaborator sehingga hasil yang diharapkan setiap siklus pembelajaran dapat tercapai dengan baik.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian tindakan ini adalah siswa siswi kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang, yang berjumlah keseluruhan 22 siswa. Terdiri dari 12 siswa putra dan 10 siswa putri.

Tabel 1. Jumlah Siswa Kelas IV SD Negeri Bojong I Tahun Ajaran 2012/2013

Nama SD	Jumlah Siswa Kelas IV		Jumlah Keseluruhan
	Putra	Putri	
SD N Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang	12 siswa	10 siswa	22 siswa

D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

1. Sumber Data

Sumber data penelitian ini adalah guru dan siswa. Penilaian dalam bentuk pengamatan proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa dengan menggunakan lembar observasi, yang dilakukan oleh dua orang kolaborator. Berikut adalah daftar nama, kolaborator :

Tabel 2. Data Kolaborator

No	Nama Lengkap/ NIP	Unit Kerja
1.	Driyo Nurrohmad, S.Pd. NIP. 19600408 198202 1 007	Guru Penjasorkes SD Negeri Bojong II
2.	Purjono, S.Pd NIP. 19670302 198806 1 001	Guru Penjasorkes SD Negeri Treko 2

2. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah berupa data kualitatif yang diperoleh dari hasil pengamatan tentang proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam bentuk non tes, berupa penilaian dalam bentuk pengamatan menggunakan lembar observasi dari kolaborator, yang meliputi: proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran.

4. Alat Pengumpulan Data

- a. Lembar observasi pengamatan proses pembelajaran guru.
- b. Lembar observasi pengamatan partisipasi siswa dalam proses pembelajaran.

5. Cara Pengambilan Data

- a. Kolaborator menilai proses pembelajaran guru menggunakan lembar observasi.
- b. Kolaborator mengamati partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran menggunakan lembar observasi.

E. Analisis Data

Data yang telah diperoleh di lapangan kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti bersama kolaborator merefleksi hasil observasi terhadap proses pembelajaran yang dilaksanakan oleh guru dan siswa di lapangan. Data kualitatif dalam catatan lapangan diolah menjadi kalimat-kalimat yang bermakna dan dianalisis secara kuantitatif. Teknik analisis data yang digunakan secara berturutan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

Reduksi data dalam penelitian ini meliputi penyeleksian data melalui ringkasan atau uraian singkat dan pengolahan data ke dalam pola yang lebih terarah. Dengan demikian reduksi data merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data dengan cara sedemikian rupa sehingga kesimpulan finalnya dapat ditarik dan diverifikasi. Penyajian data dilakukan dalam rangka mengorganisasikan data yang merupakan penyusunan informasi secara sistimatis dari hasil reduksi data mulai dari perencanaan tindakan, observasi dan refleksi pada masing-masing siklus. Penarikan kesimpulan merupakan upaya pencarian makna data. Data yang terkumpul disajikan secara sistimatis dan perlu diberi makna.

Dalam PTK ini juga dilakukan teknis analisis data dengan: membandingkan kesesuaian rencana pembelajaran yang telah didiskusikan antara peneliti dengan kolabolator dengan pelaksanaan di lapangan dengan cara dicatat dalam lembar obsevasi guru (LOG). Dampak dari penerapan pembelajaran dengan model bermain ini terhadap kondisi siswa selama proses belajar mengajar berlangsung, selanjutnya dicatat dalam lembar observasi siswa (LOS), menganalisis dokumentasi foto, dan menganalisis hasil pengamatan tentang partisipasi siswa dalam mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan model bermain. Keempat analisis data ini dilakukan dengan teliti dan cermat agar dapat ditarik kesimpulan dengan benar.

F. Instrumen Penelitian

Terdapat dua hal utama yang mempengaruhi kualitas hasil penelitian, yaitu kualitas instrumen penelitian dan kualitas pengumpulan data (Sugiyono, 2008 : 222). Instrumen dalam penelitian ini adalah pedoman penilaian :

1. Proses Pembelajaran Guru

Tabel 3. Lembar Observasi Pengamatan Proses Pembelajaran Guru.

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	SKOR
1	Membuka pelajaran, meliputi :	
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)	
	b. Melakukan apersepsi	
	c. Menyampaikan topik dan tujuan	
	d. Memberikan pemanasan dalam bentuk bermain yang sesuai dengan inti pembelajaran.	
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar	
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis	
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/ komunikatif	
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	
	a. Menggunakan teknik bertanya	
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan	
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas	
	d. Pemusatan perhatian, kesenyapan, kontak pandang	
4	Penguasaan materi, meliputi :	
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain	
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes	
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat	
	d. Materi sesuai dengan kurikulum yang berlaku	
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik	
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	
	d. Menguasai kelas dengan baik	
6	Penggunaan waktu, meliputi :	
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	
	c. Menggunakan waktu selang	

	d. Menggunakan waktu secara efektif	
7	Memberikan penguatan	
	a. Penguatan secara verbal	
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan	
	c. Penguatan berupa simbol dan benda	
	d. Penguatan dengan kegiatan yang menyenangkan	
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada	
	b. Membuat media sendiri	
	c. Memodifikasi alat pembelajaran	
	d. Menggunakan media dan alat dalam proses pembelajaran	
9	Mengevaluasi, meliputi :	
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi	
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal	
	c. Melakukan diagnosa	
	d. Melakukan remidi	
10	Menutup pelajaran, meliputi :	
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat	
	b. Membuat kesimpulan	
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut	
	d. Memberi tugas/ pengayaan	
Jumlah Skor =		
SKOR MAXIMUM 40		

Sumber : Pedoman PPL Mahasiswa UNY.

CatatanKolabor:

.....

Rumus Penilaian :

$$\frac{\text{Jumlah Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = NA$$

Kriteria Penilaian:

- a. Skor 4 jika muncul 4 deskripsi
- b. Skor 3 jika muncul 3 deskripsi
- c. Skor 2 jika muncul 2 deskripsi
- d. Skor 1 jika muncul 1 deskripsi
- e. Skor 0 jika muncul 0 deskripsi

2. Partisipasi Siswa

Pedoman observasi ini berfungsi untuk melihat proses pembelajaran dan partisipasi para siswa terhadap guru sebagai pengajar dalam pendidikan jasmani ini. Bentuk pedoman observasi adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Lembar Observasi Pengamatan Partisipasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang.

No	NAMA SISWA	KRITERIA PENGAMATAN SISWA				JML SKOR	NA	KET
		AKTIF	KREATIF	EFEKTIF	MENYE - NANGKAN			
SKOR MAXIMUM 12								

Sumber : Suparlan, dkk. (2008), PAKEM

Catatan Kolaborator :

.....

.....

.....

Rumus Penilaian:

$$\frac{\text{Jumlah Nilai Perolehan}}{\text{Skor Maximum}} \times 100 = \text{NA}$$

Kriteria Penilaian:

a. Aktif

- 1) Ada beberapa siswa yang mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru tentang pembelajaran.
- 2) siswa berperan langsung dalam proses pembelajaran.
- 3) Terlihat beberapa siswa yang kelihatan menonjol.

b. Kreatif

- 1) Muncul kreatifitas siswa.
- 2) Siswa banyak mencoba praktek untuk melakukan.
- 3) Muncul ide-ide baru dari siswa untuk menyelesaikan tugas dari guru.

c. Efektif

- 1) Siswa menguasai materi pembelajaran.
- 2) Siswa dapat menyelesaikan tugas dari guru.
- 3) Proses pembelajaran terlaksana dan tujuan pembelajaran tercapai.

d. Menyenangkan

- 1) Timbul suasana ceria dari siswa di dalam proses pembelajaran.
- 2) siswa tidak merasa terpaksa atau tertekan dalam menyelesaikan tugas dari guru.
- 3) Siswa merasa waktu pembelajaran pendek.

Prosedur Penilaian

- a. Siswa diberi skor 3 jika muncul 3 deskripsi.
- b. Siswa diberi skor 2 jika muncul 2 deskripsi.
- c. Siswa diberi skor 1 jika muncul 1 deskripsi.
- d. Siswa diberi skor 0 jika muncul 0 deskripsi.

G. Indikator Keberhasilan

Untuk mengetahui adanya keberhasilan dalam proses pembelajaran sesuai dengan tujuan penelitian diperlukan indikator. Indikator keberhasilan yang digunakan dalam penelitian ini adalah adanya peningkatan proses pembelajaran yang melibatkan guru dan siswa tentang pembelajaran gerak dasar renang dengan menggunakan metode bermain, dengan pencapaian sesuai dengan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) mata pelajaran Penjasorkes di SD Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang sebesar “75” dan ketuntasan klasikal pembelajaran sebesar “75%” dari total siswa dalam satu kelas.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Proses Penelitian

Penelitian tindakan dilaksanakan di SD Negeri Bojong I, yang berada di wilayah Karangondang Kecamatan Mungkid, Kabupaten Magelang, Propinsi Jawa Tengah. Peneliti bersama kolaborator melakukan observasi terhadap proses pembelajaran Penjasorkes dalam upaya meningkatkan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain, yang dilakukan dalam dua siklus. Proses pembelajaran dalam tiap siklus dilaksanakan dalam (1) kali pertemuan.

1. Siklus Satu

a. Tahap Perencanaan (*planning*)

Dalam tahap perencanaan, peneliti bersama kolaborator merencanakan skenario pembelajaran dan juga menyiapkan fasilitas pendukung untuk melaksanakan skenario tindakan tersebut. Secara rinci kegiatan yang dilakukan dalam tahap perencanaan adalah:

- 1) Tujuan penelitian dan rencana tindakan disosialisasikan kepada kolaborator dan siswa. Peneliti, kolaborator dan siswa melakukan tukar pikiran untuk menyamakan persepsi dalam menggunakan pendekatan model-model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 2) Membuat skenario model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.

- 3) Menyiapkan fasilitas pembelajaran, kolam renang, alat-alat untuk model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 4) Dalam penelitian ini dibuat dan disusun instrumen untuk melakukan monitoring pelaksanaan model pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.
- 5) Menentukan teknis pelaksanaan penelitian.
- 6) Menyiapkan kegiatan refleksi.

b. Tahap Pelaksanaan (*action*)

Proses pembelajaran siklus satu, dilaksanakan pada hari Senin, 25 Februari 2013, tiga jam pelajaran efektif (105 menit), dengan urutan kegiatan sebagai berikut:

- 1) Guru, kolaborator, dan siswa berangkat bersama-sama dari SD Negeri Bojong I, menuju ke kolam renang Berg view, sebagai lokasi pelaksanaan penelitian.
- 2) Guru mengumpulkan siswa di pinggir kolam dengan cara dibariskan, salah satu anak diminta untuk memimpin berdoa, guru mengabsen siswa dalam hal ini jumlah siswa 22 masuk semua. Selanjutnya menyampaikan informasi di antaranya adalah: perlu diketahui oleh siswa kelas IV bahwa mulai hari ini Senin 25 Februari 2013 sampai Senin depan tanggal 4 Maret 2013, jadwal mata pelajaran Penjasorkes adalah materi pembelajaran gerak dasar renang. Siswa diberi tugas membawa alat-alat yang diperlukan dan dihibau untuk mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan sebaik-baiknya.

- 3) Pada tahap pembelajaran di siklus satu ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai Rencana Pelaksanaan Pembelajaran yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP terlampir). Tindakan dalam proses pembelajaran di siklus satu ini dilakukan dalam satu kali proses pembelajaran. Materi pembelajaran gerak dasar renang yang akan dipraktikkan di pertemuan siklus satu ini dalam bentuk dengan pendekatan bermain.
- 4) Materi yang disampaikan dalam pertemuan siklus satu pembelajaran gerak dasar renang adalah: Meluncur, menggerakkan tungkai, dan menggerakkan lengan.
- 5) Penilaian pembelajaran gerak dasar renang mengenai proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa, dilakukan oleh dua orang kolaborator, yang dilakukan dengan menggunakan lembar observasi.

c. Hasil Observasi

Hasil observasi yang dilakukan oleh dua orang kolaborator, diperoleh hasil :

1) Proses pembelajaran guru

Hasil pengamatan tentang pembelajaran guru di siklus satu, diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar 71,25. Data rekapitulasi penilaian pembelajaran guru di siklus satu terlampir.

2) Perkembangan siswa

Hasil Pengamatan tentang partisipasi siswa di siklus satu, diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar 74,06. Dengan skor tertinggi siswa 91,67 dan skor terendah siswa 45,84. Data rekapitulasi penilaian tentang partisipasi keseluruhan siswa dalam pertemuan siklus satu terlampir.

d. Kesimpulan Hasil Observasi

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa, terlihat beberapa siswa masih kurang berpartisipasi secara aktif. Kegiatan proses pembelajaran cukup mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Beberapa siswa kurang dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Disamping itu, suasana pembelajaran terlihat kurang menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan siswa sebagian besar kurang bersemangat dalam kegiatan proses pembelajaran gerak dasar renang.

e. Refleksi

Hasil refleksi kegiatan pembelajaran di siklus satu menunjukkan, bahwa :

1) Proses pembelajaran guru

Kegiatan proses pembelajaran guru cukup mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran berlangsung. Proses pembelajaran guru telah menggunakan pendekatan bermain.

Model permainan yang digunakan oleh guru, telah sesuai dengan materi ajar.

2) Partisipasi siswa

Siswa kurang berpartisipasi secara aktif dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar renang. Sebagian besar siswa masih kurang antusias dalam mengikuti proses pembelajaran di kolam renang. Kreativitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran belum maksimal. Beberapa siswa terlihat kurang dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik.

Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa belum nampak adanya peningkatan pembelajaran gerak dasar renang yang signifikan dalam kegiatan di siklus satu ini. Beberapa siswa terlihat belum dapat melakukan gerak dasar berenang dengan baik, sehingga hasil pembelajaran belum bisa tercapai secara maksimal. Untuk itu diperlukan rancangan pembelajaran pada siklus selanjutnya (siklus dua) berdasarkan hasil refleksi siklus satu ini, untuk meningkatkan pembelajaran gerak dasar renang secara benar, agar tujuan dan hasil belajar dapat tercapai. Serta upaya untuk lebih meningkatkan keaktifan dan keterampilan siswa dan menciptakan kegiatan pembelajaran yang lebih menyenangkan.

2. Siklus Dua

Kegiatan pembelajaran di Siklus dua dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 04 Maret 2013, dengan alokasi waktu tiga jam pelajaran efektif (105 menit). Dari hasil refleksi pada kegiatan pembelajaran siklus satu

diambil pokok permasalahan, yaitu: proses pembelajaran guru belum bisa secara maksimal, siswa dapat melakukan gerak dasar renang walau terlihat beberapa siswa masih kurang, maka masih perlu ditingkatkan lagi proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain.

Urutan kegiatan pembelajaran di siklus dua, adalah sebagai berikut:

a. Perencanaan

Berdasarkan hasil refleksi pada kegiatan pembelajaran siklus satu, maka dirancang tindakan pada siklus dua untuk memperbaiki pembelajaran selanjutnya. Hasil refleksi kegiatan pembelajaran siklus satu sudah menunjukkan adanya peningkatan efektivitas pembelajaran walaupun belum maksimal, sehingga pada kegiatan pembelajaran siklus dua ini sebagai pengembangan pembelajaran yang telah berlangsung di siklus satu. Setelah menemukan kekurangan pada siklus ke satu, yaitu belum semua siswa dapat melakukan gerak dasar renang secara maksimal, kreatifitas siswa belum maksimal selama pembelajaran, dan upaya yang harus dilakukan agar pembelajaran lebih meningkat, maka selanjutnya peneliti membuat rancangan pembelajaran untuk pelaksanaan di siklus dua.

b. Implementasi Tindakan

1) Pada siklus dua ini, peneliti melaksanakan pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun dan divalidasi dalam tahap perencanaan (RPP terlampir). Tindakan dalam siklus dua ini dilakukan dalam satu kali proses pembelajaran.

- 2) Materi pembelajaran gerak dasar renang yang akan dipraktikkan di siklus dua ini lebih mengarah ke kegiatan melakukan gerak dasar renang secara benar dengan pendekatan bermain.
- 3) Materi yang disampaikan dalam pertemuan siklus dua pembelajaran gerak dasar renang adalah: Mengkombinasikan gerakan tungkai dan gerakan lengan, mempraktekkan cara bernafas dalam berenang, serta mempraktekkan dasar-dasar keselamatan di air.
- 4) Penilaian pembelajaran gerak dasar renang mengenai proses pembelajaran guru dan partisipasi siswa, dilakukan oleh dua orang kolaborator, yang dilakukan dengan menggunakan lembar observasi.

c. Hasil Observasi

Hasil observasi yang dilakukan oleh dua orang kolaborator, diperoleh hasil :

1) Proses pembelajaran guru

Hasil pengamatan tentang pembelajaran guru di siklus dua, diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar 81,25. Data rekapitulasi penilaian pembelajaran guru di siklus dua terlampir.

2) Partisipasi siswa

Hasil Pengamatan tentang partisipasi siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus dua, diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar 76,71. Dengan skor tertinggi siswa 91,67 dan skor terendah siswa 58,34. Data rekapitulasi penilaian tentang

partisipasi keseluruhan siswa dalam kegiatan pembelajaran di siklus dua terlampir.

d. Kesimpulan Hasil Observasi

Hasil lembar observasi oleh kolaborator dan catatan peneliti menunjukkan bahwa siswa sudah baik dalam berpartisipasi secara aktif. Hampir seluruh siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif di dalam kolam renang. Pembelajaran dengan pendekatan bermain sudah mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Hampir seluruh siswa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan baik. Disamping itu, suasana pembelajaran sudah menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan seluruh siswa bersemangat dalam proses pembelajaran, bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses pembelajaran dan seluruh siswa bertanggung jawab dalam melaksanakan tugas dari guru.

e. Refleksi

Hasil refleksi kegiatan pembelajaran di siklus dua menunjukkan, bahwa :

1) Proses pembelajarn guru

Proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain yang disampaikan oleh guru sudah mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Guru mampu meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan

pembelajaran. Penggunaan model permainan telah sesuai dengan materi ajar.

2) Partisipasi siswa

Adanya partisipasi aktif dan kreativitas dari siswa dalam kegiatan inti pembelajaran. Saat kegiatan penutup ada beberapa siswa yang mengajukan pertanyaan, “pak, kapan olahraga renang lagi?”, hampir seluruh siswa nampak senang selama pembelajaran dan seluruh siswa dapat melakukan dan mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan baik

Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa sudah nampak adanya peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain pada pertemuan di siklus dua. Hasil dari pembelajaran di siklus dua ini, proses pembelajaran guru telah berjalan secara maksimal, siswa dapat melakukan dan mengikuti pembelajaran gerak dasar renang dengan baik, siswa menyatakan bahwa pembelajaran menyenangkan, keaktifan dan kemampuan berenang siswa telah nampak, sehingga tujuan pembelajaran telah tercapai.

B. Peningkatan Hasil Penelitian

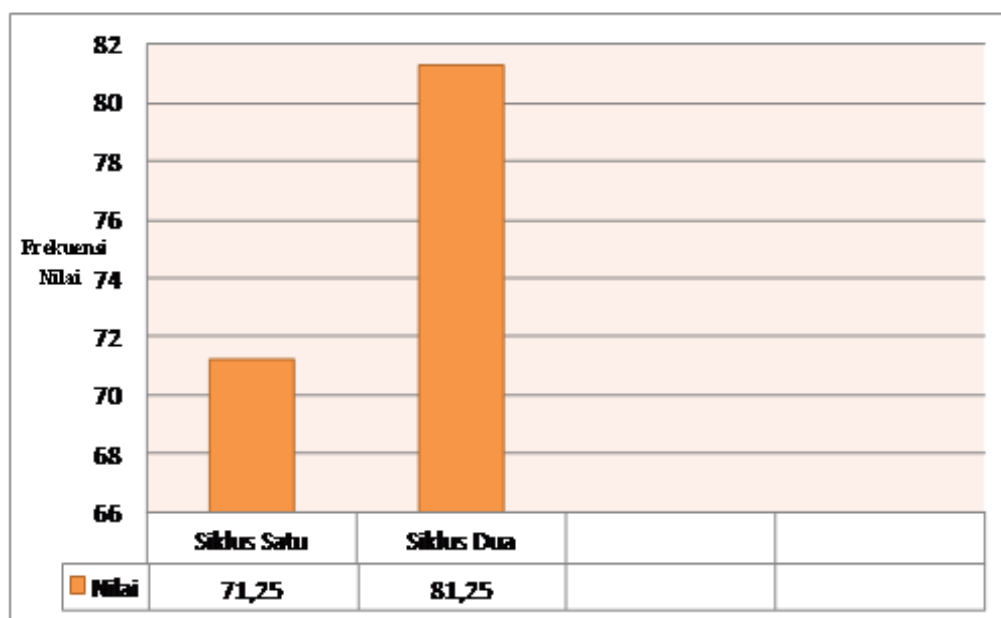
1. Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus

Peningkatan proses pembelajaran guru selama adanya perlakuan dalam dua siklus, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus

No	Siklus	Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain	
		Penilaian Proses Pembelajaran Guru	Keterangan
1	Siklus Satu	71,25	Belum Tuntas
2	Siklus Dua	81,25	Tuntas

Berdasarkan uraian penjelasan tabel 5 di atas dapat diperjelas dengan diagram batang di bawah ini:



Gambar 3. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Guru Dalam Dua Siklus

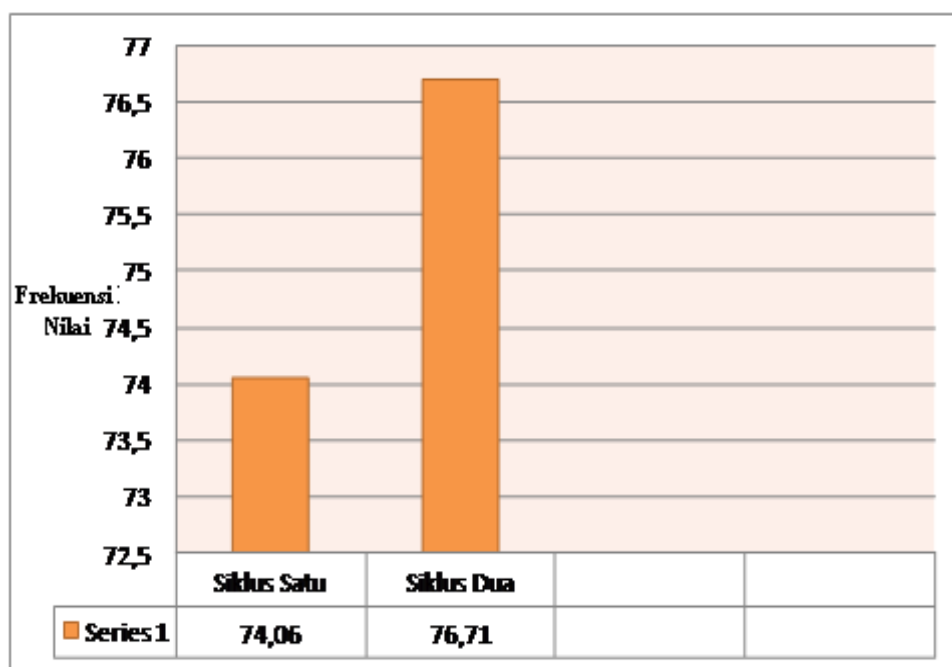
2. Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus

Peningkatan partisipasi siswa dalam proses pembelajaran gerak dasar renang selama adanya perlakuan dengan pendekatan bermain dalam dua siklus, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus

No	Siklus	Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain	
		Penilaian Partisipasi Siswa	KET
1	Siklus Satu	74,06	Belum Tuntas
2	Siklus Dua	76,71	Tuntas

Berdasarkan uraian penjelasan tabel 6 di atas dapat diperjelas dengan diagram batang di bawah ini:



Gambar 4. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Dua Siklus

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan proses pembelajaran dari hasil pengamatan kolaborator, mulai dari membuka sampai menutup pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain. Terbukti dengan peningkatan proses pembelajaran guru yang signifikan selama adanya perlakuan dalam kegiatan proses pembelajaran dalam dua siklus.

Terlihat guru mampu memotivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran gerak dasar renang. Guru mampu mengelola kelas dengan baik, sehingga kegiatan pembelajaran dapat terkontrol dan guru mampu menciptakan suasana kegiatan pembelajaran bagi siswa yang menyenangkan, sehingga siswa antusias dalam mengikuti proses pembelajaran gerak dasar renang.

Selain itu hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada peningkatan partisipasi siswa di kegiatan pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain dalam dua siklus, dari hasil pengamatan oleh kolaborator. Terbukti dengan siswa sudah baik dalam berpartisipasi secara aktif. Hampir seluruh siswa bergerak dan berpartisipasi secara aktif. Pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan melalui bermain sudah mampu mendorong kreatifitas siswa untuk beraktivitas selama pembelajaran. Hampir seluruh siswa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan guru dengan cukup baik. Disamping itu, suasana pembelajaran sudah menyenangkan, hal ini dibuktikan dengan seluruh siswa bersemangat dalam proses pembelajaran gerak dasar renang, bersungguh-sungguh dalam mengikuti proses pembelajaran dan seluruh siswa bertanggung jawab dalam melaksanakan tugas dari guru.

BAB V

KESIMPULAN IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan proses pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan bermain. Peningkatan pembelajaran gerak dasar renang melalui pendekatan bermain siswa kelas IV SD Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang, dapat dilihat dari peningkatan proses pembelajaran guru dan peningkatan partisipasi siswa. Hasil pengamatan tentang pembelajaran guru di siklus satu diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar “71,25”, pengamatan tentang pembelajaran guru di pertemuan ke-2 siklus satu diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar “81,25”. Hasil pengamatan tentang partisipasi siswa di siklus satu diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar “74,06”, pengamatan tentang partisipasi siswa di siklus dua diperoleh nilai akhir dari *mean* penilaian dua kolaborator sebesar “76,71”.

B. Implikasi

Pendekatan pembelajaran melalui metode bermain perlu ditumbuhkembangkan dalam merencanakan pembelajaran Penjasorkes dengan memperhatikan isi materi pelajaran, karakteristik siswa, cuaca, dan sarana prasarana yang tersedia di sekolah. Di samping itu, materi pembelajaran Penjasorkes yang terdapat dalam kurikulum, sebaiknya dirancang dan dilaksanakan dengan tetap mengacu pada kebutuhan siswa baik fisik maupun mental.

C. Keterbatasan Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain :

1. Peneliti tidak menganalisis kemampuan kognitif, afektif, psikomotor, dan kondisi kesehatan tiap siswa secara lebih mendalam.
2. Terbatasnya jumlah sampel yang ada, hal tersebut berada di luar kemampuan peneliti.
3. Peneliti tidak melakukan triangulasi kepada Pengawas TK/SD Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang.
4. Kriteria penilaian terlalu banyak, sehingga kolaborator tidak cermat dalam menilai dan mengamati.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, saran yang dapat disampaikan diantaranya:

1. Pendekatan pembelajaran melalui metode bermain perlu ditumbuhkembangkan untuk pembelajaran lainnya, agar para peneliti lebih tertarik untuk mengembangkan kreativitasnya untuk menciptakan inovasi dalam penyampaian pembelajaran.
2. Pembudayaan beraktivitas jasmani para siswa perlu dukungan dari berbagai pihak, diantaranya orang tua, penyelenggara pendidikan (Kepala Sekolah dan guru).

3. Diperlukan penelitian pada pembelajaran gerak dasar renang dengan pendekatan pembelajaran yang lain dengan tetap memperhatikan faktor-faktor yang terkait dengan pembelajaran gerak dasar renang bagi siswa Sekolah Dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman (1999/2000). *Dasar-Dasar Penjaskes*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Bassett, dkk. (2009). *Karakteristik Siswa Sekolah Dasar*. Diambil dari: www.yahoo.comhttp://xpresiriau.com/artikel-tulisan-pendidikan/karakteristik-siswa-sekolah-dasar/. Diakses pada tanggal 12 Maret 2013.
- Bompa. (1994). *Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Renang*. Diambil dari: [:http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/renang/](http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/renang/). Diakses pada tanggal 9 Januari 2013.
- A.M Bandi Utama. (2010). *Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Bermain Untuk Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Daryanto. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas dan Penelitian Tindakan Sekolah*. Yogyakarta: CV Gava Media.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1991). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Depdiknas. (2006). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah dasar dan Madrasah Ibtidaiyah*. Jakarta.
- Dirjen Dikdasmen. (1992). *Informasi tentang Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Salah Satu Jalur Pembinaan Kejiwaan*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Dadang Sulaiman. (1995). *Psikologi Remaja*. Bandung: Mandar Maju.
- Elida Prayitno. (1989). *Motivasi dalam Belajar*. Jakarta: Depdikbud.
- Ermawan Susanto. (2010). *Pengembangan Tes Keterampilan Renang Anak Usia Prasekolah*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- FX. Sugiyanto. (2010). *Peningkatan Pembelajaran Dasar Gerak Renang Melalui Pendekatan Penggunaan Alat Bagi Mahasiswa PKO Pemula Tahun Ajaran 2010*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Hambali. (2006). *Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Renang*. Diambil dari: <http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/renang/>. Diakses pada tanggal 12 Januari 2013.
- Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi*. Jakarta. Ghalia Indonesia.
- Hartati. (2005). “*Hubungan Perkembangan Anak dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani*.” *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 6, No. 1). Hlm. 41-42.
- Helmi Firmansyah. (2009). “*Hubungan Motivasi Berprestasi Siswa dengan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani*”. <http://grandmall10.wordpress.com>. Diakses pada tanggal 2 Februari 2013.
- Hera Lestari Mikarsa. (2007 dan 2008). *Pendidikan Anak di SD*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Jarot Sugiyono (2008). *Prinsip-Prinsip Perencanaan Pembelajaran*. Jakarta: Depdiknas Pengembangan Kurikulum SD.
- Monty P Setiadarma. (2000). *Psikologi Olahraga*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Muhibbin Syah. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Munarwan. (2003). *Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Renang*. Diambil dari: <http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/renang/>. Diakses pada tanggal 9 Januari 2013.
- M. Nurrochmad W. (2004). *Pembekalan PPL UNY*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pate. (1993). *Hakikat Pembelajaran Gerak Dasar Renang*. Diambil dari: <http://pojokpenjas.wordpress.com/2007/11/12/hakikat-pendidikan-jasmani/renanag/>. Diakses pada tanggal 9 Januari 2013.
- Pedoman Penulisan Tugas Akhir. (2011). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rud Midgley, cs (2000). *Ensiklopedi Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sudibyo Setyobroto. (2002). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: Percetakan UNY.
- Sudrajat. (2008). “*Pengertian Pendekatan, Strategi, Metode, Teknik, Taktik dan Model Pembelajaran*”. <http://akhmadsudrajad.wordpress.com/2008/09/12/pengertian-pendekatan-strategi-metode-teknik>.

- Suharsimi Arikunto. (1997). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Bima Aksara.
- Sugiono. (1997). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung: Alfa Beta.
- Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukintaka. (1983). *Renang dan Metodik*. Depdikbud: Jakarta.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sumarman. (2011). *Belajar Renang Yang Menyenangkan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Suparlan, dkk. (2008). *PAKEM: Pembelajaran, Aktif, Kreatif, Efektif, Menyenangkan*. Bandung: PT. Genesindo.
- Tadkriroatun Musfiroh. (2008). *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta : PT Grasindo.
- Wilhelm Mielke. (1997). *Renang "Membahas Teknik, Sarana dan Fasilitasnya"*. Semarang: Effhar Offset.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Permohonan Ijin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 22 /UN.34.16/PP/2013 11 Februari 2013
Lamp. : 1 Eks.
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Ka. UPT Kec. Mungkid
Kab. Magelang
Jawa Tengah

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Fatkhurrohman
NIM : 11601247080
Program Studi : S-1 PGSD Penjas
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : Februari s/d April 2013
Tempat/Obyek : SD N Bojong I Mungkid, Kab. Magelang/siswa
Judul Skripsi : Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong, Kec. Mungkid Kab. Magelang.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP. 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Bojong I
2. Koordinator PGSD Penjas
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Ijin Penelitian dari DISPORA UPT Kecamatan Mungkid



PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
UPT KECAMATAN MUNGKID

Jalan Magelang- Jogjakarta Km 11 Mungkid Magelang, Tlp. (0293)782050

REKOMENDASI
NOMOR : 800/37/20/09.UPT/ 2013

Berdasarkan : Surat dari Universitas Negeri Yogyakarta tanggal 11 Februari 2013 Nomor : 22/UN.34/PP/2013 perihal permohonan Izin penelitian :

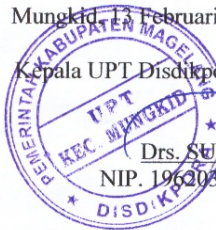
Nama : FATKHURROHMAN
NIM : 11601247080
Program Studi : S1 PGSD Penjas

Kami selaku Kepala UPT Disdikpora Kecamatan Mungkid mengizinkan / merekomendasi kepada pegawai tersebut diatas untuk melakukan penelitian yang akan dilaksanakan pada :

Hari / Tanggal : 18 Februari 2013 sampai dengan 11 Maret 2013
Tempat / Obyek : Siswa SDN Bojong I Mungkid Kab. Magelang
Judul : Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang dengan pendekatan bermain Siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong Kec Mungkid Kab. Magelang .

Demikian surat izin / rekomendasi ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mungkid, 13 Februari 2013



Kepala UPT Disdikpora Kecamatan Mungkid

Drs. SUPRIYONO
NIP. 196203061994031006

Lampiran 3. Daftar Kehadiran Kolabor

No	NAMA KOLABOR	KEHADIRAN	
		SIKLUS SATU	SIKLUS DUA
		TANGGAL KEHADIRAN	TANGGAL KEHADIRAN
		25 Februari 2013	4 Maret 2013
1	Driyo Nurrohmad, S.Pd. NIP. 19600408 198202 1 007		
2	Purjono, S.Pd NIP. 19670302 198806 1 001		

Magelang, 14 Maret 2013
Kepala Sekolah

Harning Sumarwati, S.Pd
NIP. 19560203 197701 2002

Lampiran 4. Daftar Kehadiran Siswa Dalam Kegiatan Penelitian

No	NAMA SISWA		KEHADIRAN SISWA	
			SIKLUS SATU	SIKLUS DUA
			TANGGAL KEHADIRAN	TANGGAL KEHADIRAN
			25 Februari 2013	4 Maret 2013
1	Dedi Prasetyo	L	√	√
2	Anggun Sari Putri	P	√	√
3	Fitri Astutik	P	√	√
4	M. Helga Ch.	L	√	√
5	Siti Maesaroh	P	√	√
6	Rahmad Agus Nurian	L	√	√
7	Ari Wijatmoko	L	√	√
8	Ahmad Fauzi	L	√	√
9	Umi Sulasih	P	√	√
10	Ilham Wahidin	L	√	√
11	Aprilia Laily Larasati	P	√	√
12	Panji Arya Prima	L	√	√
13	Andika	L	√	√
14	Finka Luna	P	√	√
15	Kharisma Farah H.	P	√	√
16	Septiana Putri	P	√	√
17	Risha Aprilia	P	√	√
18	Dwi Suharno	L	√	√
19	Nabila Nurilia Putri	P	√	√
20	Debiko	L	√	√
21	M. Farhan	L	√	√
22	Arif Wibisono	L	√	√

Magelang, 14 Maret 2013
Kepala Sekolah

Harning Sumarwati, S.Pd
NIP. 19560203 197701 2002

Lampiran 5. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Satu

A. Kolabor satu

1) Pembelajaran guru

Hari/ tanggal : Senin / 25 Februari 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Satu
 Nama Obsever : Driyo Nurrohmad, S.Pd

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	SKOR
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)	
	b. Melakukan apersepsi	
	c. Menyampaikan topik dan tujuan	
	d. Memberikan pemanasan dalam bentuk bermain yang sesuai dengan inti pembelajaran.	
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar	
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis	
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/ komunikatif	
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	2
	a. Menggunakan teknik bertanya	
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan	
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas	
	d. Pemusatan perhatian, kesenyapan, kontak pandang	
4	Penguasaan materi, meliputi :	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain	
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes	
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat	
	d. Materi sesuai dengan kurikulum yang berlaku	
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	2
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik	
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	
	d. Menguasai kelas dengan baik	
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	
	c. Menggunakan waktu selang	
	d. Menggunakan waktu secara efektif	

7	Memberikan penguatan	2
	a. Penguatan secara verbal	
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan	
	c. Penguatan berupa simbol dan benda	
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada	
	b. Membuat media sendiri	
	c. Memodifikasi alat pembelajaran	
9	Mengevaluasi, meliputi :	3
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi	
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal	
	c. Melakukan diagnosa	
10	Menutup pelajaran, meliputi :	4
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat	
	b. Membuat kesimpulan	
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut	
		Jumlah Skor = 29
SKOR MAXIMUM 40		

CatatanKolabor:

Perhatian siswa dalam proses pembelajaran cukup, keberanian dan rasa percaya diri siswa belum Nampak secara maksimal. Efektifitas dan keaktifan dalam proses pembelajaran kurang.

$$\text{Penilaian : } \frac{\text{JUMLAH SKOR (29)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 72,50$$

Kolabor satu

Driyo Nurrohmah, S.Pd
NIP. 19600408 198202 1 007

2) Partisipasi siswa

Hari/ tanggal : Senin / 25 Februari 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Satu
 Nama Obsever : Driyo Nurrohmad, S.Pd

No	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG				JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF	EFEKTIF	MENYE - NANGKAN			
1	Dedi Prasetyo	L	3	3	2	3	11	91,67	
2	Anggun Sari Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
3	Fitri Astutik	P	2	2	2	3	9	75,00	
4	M. Helga Ch.	L	2	2	2	3	9	75,00	
5	Siti Maesaroh	P	3	2	2	3	10	83,34	
6	Rahmad Agus N.	L	2	2	2	2	8	66,67	
7	Ari Wijatmoko	L	2	2	2	3	9	75,00	
8	Ahmad Fauzi	L	2	2	2	3	9	75,00	
9	Umi Sulasih	P	1	2	2	2	7	58,34	
10	Ilham Wahidin	L	1	1	2	2	6	50,00	
11	Aprilia Laily L	P	3	3	2	2	10	83,34	
12	Panji Arya Prima	L	2	2	2	3	9	75,00	
13	Andika	L	1	2	2	2	7	58,34	
14	Finka Luna	P	2	2	2	2	8	66,67	
15	Kharisma Farah H.	P	2	2	2	3	9	75,00	
16	Septiana Putri	P	3	2	3	3	11	91,67	
17	Risha Aprilia	P	3	2	2	2	9	75,00	
18	Dwi Suharno	L	2	2	2	3	9	75,00	
19	Nabila Nurilia Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
20	Debiko	L	3	3	2	3	11	91,67	
21	M. Farhan	L	2	2	2	3	9	75,00	
22	Arif Wibisono	L	1	2	2	2	7	58,34	
SKOR MAXIMUM 12									
RUMUS PENILAIAN :									
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$									
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 50,00 Nilai Rata-Rata : 74,62									

Catatan Kolaborator:

Sebagian siswa aktif dalam mengikuti proses pembelajaran.

Kolabor satu

Driyo Nurrohmad, S.Pd
 NIP. 19600408 198202 1 007

B. Kolabor dua

1) Pembelajaran guru

Hari/ tanggal : Senin / 25 Februari 2013 (KBM)

Siklus : Siklus Satu

Nama Obsever : Purjono, S.Pd

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	SKOR
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)	
	b. Melakukan apersepsi	
	c. Menyampaikan topik dan tujuan	
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar	
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis	
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan	
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	3
	a. Menggunakan teknik bertanya	
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan	
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas	
4	Penguasaan materi, meliputi :	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain	
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes	
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat	
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	2
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik	
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	
	c. Menggunakan waktu selang	
7	Memberikan penguatan	1
	a. Penguatan secara verbal	
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan	

	c. Penguatan berupa simbol dan benda	
	d. Penguatan dengan kegiatan yang menyenangkan	
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada	
	b. Membuat media sendiri	
	c. Memodifikasi alat pembelajaran	
	d. Menggunakan media dan alat dalam proses pembelajaran	
9	Mengevaluasi, meliputi :	3
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi	
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal	
	c. Melakukan diagnosa	
	d. Melakukan remidi	
10	Menutup pelajaran, meliputi :	3
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat	
	b. Membuat kesimpulan	
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut	
	d. Memberi tugas/ pengayaan	
Jumlah Skor =		28
SKOR MAXIMUM 40		

Catatan Kolabor:

Proses pembelajaran secara keseluruhan cukup baik.

Penilaian : $\frac{\text{JUMLAH SKOR (28)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 70$

Kolabor dua

Purjono, S.Pd
NIP. 19670302 198806 1 001

2) Partisipasi siswa

Hari/ tanggal : Senin / 25 Februari 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Satu
 Nama Obsever : Purjono, S.Pd

No	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG				JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF	EFEKTIF	MENYE - NANGKAN			
1	Dedi Prasetyo	L	3	3	2	3	11	91,67	
2	Anggun Sori Putro	P	3	2	2	2	9	75,00	
3	Fitri Astutik	P	2	2	2	3	9	75,00	
4	M. Helga Ch.	L	2	2	2	2	8	66,67	
5	Siti Maesaroh	P	3	2	2	3	10	83,34	
6	Rahmad Agus N.	L	2	2	2	2	8	66,67	
7	Ari Wijatmoko	L	2	2	2	3	9	75,00	
8	Ahmad Fauzi	L	2	2	2	3	9	75,00	
9	Umi Sulasih	P	1	2	2	2	7	58,34	
10	Ilham Wahidin	L	1	1	1	2	5	41,68	
11	Aprilia Laily L	P	2	2	2	3	9	75,00	
12	Panji Arya Prima	L	2	2	2	3	9	75,00	
13	Andika	L	1	2	2	2	7	58,34	
14	Finka Luna	P	2	2	2	2	8	66,67	
15	Kharisma Farah H.	P	2	2	2	3	9	75,00	
16	Septiana Putri	P	3	2	3	3	11	91,67	
17	Risha Aprilia	P	3	2	2	2	9	75,00	
18	Dwi Suharno	L	2	2	2	3	9	75,00	
19	Nabila Nurilia Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
20	Debiko	L	3	3	2	3	11	91,67	
21	M. Farhan	L	2	2	2	3	9	75,00	
22	Arif Wibisono	L	2	2	2	2	8	66,67	
SKOR MAXIMUM 12									
RUMUS PENILAIAN :									
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$									
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 41,68 Nilai Rata-Rata : 73,48									

Catatan Kolaborator:

Siswa cukup antusias dalam proses pembelajaran.

Kolabor dua

Purjono, S.Pd

NIP. 19670302 198806 1 001

Lampiran 6. Rekapitulasi Nilai Hasil Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Satu.

1) Pembelajaran Guru

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	PROSES PEMBELAJARAN GURU		RATA-RATA SKOR
		Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)	
		Skor	Skor	
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4	4	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)			
	b. Melakukan apersepsi			
	c. Menyampaikan topik dan tujuan			
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3	3	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar			
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis			
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan			
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	2	3	2,5
	a. Menggunakan teknik bertanya			
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan			
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas			
4	Penguasaan materi, meliputi :	3	3	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain			
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes			
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat			
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	2	2	2
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik			
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan			
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis			
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3	3	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat			
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat			
	c. Menggunakan waktu selang			
	d. Menggunakan waktu secara efektif			

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	PROSES PEMBELAJARAN GURU		RATA-RATA SKOR
		Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)	
		Skor	Skor	
7	Memberikan penguatan	2	1	1,5
	a. Penguatan secara verbal			
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan			
	c. Penguatan berupa simbol dan benda			
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3	3	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada			
	b. Membuat media sendiri			
	c. Memodifikasi alat pembelajaran			
9	Mengevaluasi, meliputi :	3	3	3
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi			
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal			
	c. Melakukan diagnosa			
10	Menutup pelajaran, meliputi :	4	3	3,5
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat			
	b. Membuat kesimpulan			
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut			
			Jumlah Skor =	28,5
SKOR MAXIMUM 40				

Penilaian : $\frac{\text{JUMLAH SKOR (28,5)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 71,25$

2) Partisipasi siswa

No	KELAS	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG		RATA-RATA JUMLAH SKOR	NA	KET
				Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)			
				Jumlah skor	Jumlah skor			
1	KELAS IV	Dedi Prasetyo	L	11	11	11	91,67	
2	KELAS IV	Anggun Sori Putro	P	10	9	9,5	79,17	
3	KELAS IV	Fitri Astutik	P	9	9	9	75,00	
4	KELAS IV	M. Helga Ch.	L	9	8	8,5	70,84	
5	KELAS IV	Siti Maesaroh	P	10	10	10	83,34	
6	KELAS IV	Rahmad Agus N.	L	8	8	8	66,67	
7	KELAS IV	Ari Wijatmoko	L	9	9	9	75,00	
8	KELAS IV	Ahmad Fauzi	L	9	9	9	75,00	
9	KELAS IV	Umi Sulasih	P	7	7	7	58,34	
10	KELAS IV	Ilham Wahidin	L	6	5	5,5	45,84	
11	KELAS IV	Aprilia Laily L	P	10	9	9,5	79,17	
12	KELAS IV	Panji Arya Prima	L	9	9	9	75,00	
13	KELAS IV	Andika	L	7	7	7	58,34	
14	KELAS IV	Finka Luna	P	8	8	8	66,67	
15	KELAS IV	Kharisma Farah H.	P	9	9	9	75,00	
16	KELAS IV	Septiana Putri	P	11	11	11	91,67	
17	KELAS IV	Risha Aprilia	P	9	9	9	75,00	
18	KELAS IV	Dwi Suharno	L	9	9	9	75,00	
19	KELAS IV	Nabila Nurilia Putri	P	10	10	10	83,34	
20	KELAS IV	Debiko	L	11	11	11	91,67	
21	KELAS IV	M. Farhan	L	9	9	9	75,00	
22	KELAS IV	Arif Wibisono	L	7	8	7,5	62,50	
SKOR MAXIMUM 12								
RUMUS PENILAIAN :								
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$								
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 45,84 Nilai Rata-Rata : 74,06								

Lampiran 7. Hasil Observasi Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Dua

A. Kolabor satu

1) Pembelajaran guru

Hari/ tanggal : Senin / 04 Maret 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Dua
 Nama Obsever : Driyo Nurrohmad, S.Pd

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	SKOR
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)	
	b. Melakukan apersepsi	
	c. Menyampaikan topik dan tujuan	
	d. Memberikan pemanasan dalam bentuk bermain yang sesuai dengan inti pembelajaran.	
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar	
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis	
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan	
	d. Menggunakan bahasa yang mudah dipahami/ komunikatif	
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	3
	a. Menggunakan teknik bertanya	
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan	
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas	
	d. Pemusatan perhatian, kesenyapan, kontak pandang	
4	Penguasaan materi, meliputi :	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain	
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes	
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat	
	d. Materi sesuai dengan kurikulum yang berlaku	
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	3
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik	
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	
	d. Menguasai kelas dengan baik	
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	
	c. Menggunakan waktu selang	
	d. Menggunakan waktu secara efektif	

7	Memberikan penguatan	3
	a. Penguatan secara verbal	
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan	
	c. Penguatan berupa simbol dan benda	
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada	
	b. Membuat media sendiri	
	c. Memodifikasi alat pembelajaran	
9	Mengevaluasi, meliputi :	4
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi	
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal	
	c. Melakukan diagnosa	
10	Menutup pelajaran, meliputi :	4
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat	
	b. Membuat kesimpulan	
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut	
	d. Memberi tugas/ pengayaan	
Jumlah Skor =		33
SKOR MAXIMUM 40		

CatatanKolabor:

Efektifitas dan keaktifan dalam proses pembelajarancukup baik.

$$\text{Penilaian : } \frac{\text{JUMLAH SKOR (33)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 82,50$$

Kolabor satu

Driyo Nurrohmad, S.Pd
NIP. 19600408 198202 1 007

2) Partisipasi siswa

Hari/ tanggal : Senin / 04 Maret 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Dua
 Nama Obsever : Driyo Nurrohmad, S.Pd

No	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG				JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF	EFEKTIF	MENYE - NANGKAN			
1	Dedi Prasetyo	L	3	3	2	3	11	91,67	
2	Anggun Sari Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
3	Fitri Astutik	P	2	2	2	3	9	75,00	
4	M. Helga Ch.	L	3	2	2	3	10	83,34	
5	Siti Maesaroh	P	3	2	2	3	10	83,34	
6	Rahmad Agus N.	L	2	2	2	2	8	66,67	
7	Ari Wijatmoko	L	2	2	2	3	9	75,00	
8	Ahmad Fauzi	L	2	2	2	3	9	75,00	
9	Umi Sulasih	P	2	2	2	2	8	66,67	
10	Ilham Wahidin	L	1	2	2	2	7	58,34	
11	Aprilia Laily L	P	3	3	2	2	10	83,34	
12	Panji Arya Prima	L	2	2	2	3	9	75,00	
13	Andika	L	1	2	2	2	7	58,34	
14	Finka Luna	P	2	2	2	2	8	66,67	
15	Kharisma Farah H.	P	2	2	2	3	9	75,00	
16	Septiana Putri	P	3	2	3	3	11	91,67	
17	Risha Aprilia	P	3	2	2	2	9	75,00	
18	Dwi Suharno	L	3	2	3	3	11	91,67	
19	Nabila Nurilia Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
20	Debiko	L	3	3	2	3	11	91,67	
21	M. Farhan	L	2	2	2	3	9	75,00	
22	Arif Wibisono	L	3	3	2	2	10	83,34	
SKOR MAXIMUM 12									
RUMUS PENILAIAN :									
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$									
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 58,34 Nilai Rata-Rata : 77,66									

Catatan Kolaborator:

Sebagian siswa aktif dalam mengikuti proses pembelajaran.

Kolabor satu

Driyo Nurrohmad, S.Pd
 NIP. 19600408 198202 1 007

B. Kolabor dua

1) Pembelajaran guru

Hari/ tanggal : Senin / 04 Maret 2013 (KBM)

Siklus : Siklus Dua

Nama Obsever : Purjono, S.Pd

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	SKOR
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)	
	b. Melakukan apersepsi	
	c. Menyampaikan topik dan tujuan	
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar	
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis	
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan	
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	4
	a. Menggunakan teknik bertanya	
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan	
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas	
4	Penguasaan materi, meliputi :	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain	
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes	
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat	
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	3
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik	
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan	
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis	
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat	
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat	
	c. Menggunakan waktu selang	
7	Memberikan penguatan	2
	a. Penguatan secara verbal	
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan	

	c. Penguatan berupa simbol dan benda	
	d. Penguatan dengan kegiatan yang menyenangkan	
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada	
	b. Membuat media sendiri	
	c. Memodifikasi alat pembelajaran	
	d. Menggunakan media dan alat dalam proses pembelajaran	
9	Mengevaluasi, meliputi :	4
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi	
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal	
	c. Melakukan diagnosa	
	d. Melakukan remidi	
10	Menutup pelajaran, meliputi :	3
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat	
	b. Membuat kesimpulan	
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut	
	d. Memberi tugas/ pengayaan	
Jumlah Skor =		32
SKOR MAXIMUM 40		

Catatan Kolabor:

Dalam proses pembelajaran, mampu mengelola siswa dengan cukup baik.

$$\text{Penilaian : } \frac{\text{JUMLAH SKOR (32)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 80$$

Kolabor dua

Purjono, S.Pd
NIP. 19670302 198806 1 001

2) Partisipasi siswa

Hari/ tanggal : Senin / 04 Maret 2013 (KBM)
 Siklus : Siklus Dua
 Nama Obsever : Purjono, S.Pd

No	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG				JML SKOR	NA	KET
			AKTIF	KREATIF	EFEKTIF	MENYE - NANGKAN			
1	Dedi Prasetyo	L	3	3	2	3	11	91,67	
2	Anggun Sari Putri	P	3	2	2	2	9	75,00	
3	Fitri Astutik	P	2	2	2	3	9	75,00	
4	M. Helga Ch.	L	3	2	2	3	10	83,34	
5	Siti Maesaroh	P	3	2	2	3	10	83,34	
6	Rahmad Agus N.	L	2	2	2	2	8	66,67	
7	Ari Wijatmoko	L	2	2	2	3	9	75,00	
8	Ahmad Fauzi	L	2	2	2	3	9	75,00	
9	Umi Sulasih	P	1	2	2	2	7	58,34	
10	Ilham Wahidin	L	1	2	2	2	7	58,34	
11	Aprilia Laily L	P	2	2	2	3	9	75,00	
12	Panji Arya Prima	L	2	2	2	3	9	75,00	
13	Andika	L	1	2	2	2	7	58,34	
14	Finka Luna	P	2	2	2	2	8	66,67	
15	Kharisma Farah H.	P	2	2	2	3	9	75,00	
16	Septiana Putri	P	3	2	3	3	11	91,67	
17	Risha Aprilia	P	3	2	2	2	9	75,00	
18	Dwi Suharno	L	3	2	3	3	11	91,67	
19	Nabila Nurilia Putri	P	3	3	2	2	10	83,34	
20	Debiko	L	3	3	2	3	11	91,67	
21	M. Farhan	L	2	2	2	3	9	75,00	
22	Arif Wibisono	L	2	2	2	2	8	66,67	
SKOR MAXIMUM 12									
RUMUS PENILAIAN :									
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$									
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 58,34 Nilai Rata-Rata : 75,76									

Catatan Kolaborator:

Keaktifan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran meningkat.

Kolabor dua

Purjono, S.Pd

NIP. 19670302 198806 1 001

Lampiran 8. Rekapitulasi Nilai Hasil Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Melalui Pendekatan Bermain Siklus Dua

1) Pembelajaran Guru

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	PROSES PEMBELAJARAN GURU		RATA-RATA SKOR
		Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)	
		Skor	Skor	
1	Membuka pelajaran, meliputi :	4	4	4
	a. Memfokuskan perhatian siswa (membariskan, menghitung, memimpin doa)			
	b. Melakukan apersepsi			
	c. Menyampaikan topik dan tujuan			
2	Menyampaikan/ menjelaskan materi, meliputi :	3	3	3
	a. Pemilihan metode sesuai bahan ajar			
	b. Menyampaikan materi secara sistematis dan logis			
	c. Menyajikan penjelasan dengan contoh, ilustrasi, pemberian tekanan			
3	Interaksi dengan siswa, meliputi :	3	4	3,5
	a. Menggunakan teknik bertanya			
	b. Memberikan motivasi saat anak mempraktekan permainan			
	c. Menggunakan volume suara yang memadai, intonasi tidak monoton, vokal jelas			
4	Penguasaan materi, meliputi :	3	3	3
	a. Menyampaikan materi sesuai konsep bermain			
	b. Memberi contoh/ mendemonstrasikan cara bermain dengan luwes			
	c. Menjawab pertanyaan dengan tepat			
5	Pengelolaan kelas, meliputi :	3	3	3
	a. Mengorganisasi alat, fasilitas, dan media dengan baik			
	b. Membuat formasi sesuai materi dan tujuan			
	c. Menempatkan diri pada posisi yang strategis			
6	Penggunaan waktu, meliputi :	3	3	3
	a. Menentukan alokasi waktu dengan tepat			
	b. Memulai dan mengakhiri pelajaran dengan tepat			
	c. Menggunakan waktu selang			
	d. Menggunakan waktu secara efektif			

No	INDIKATOR DAN DESKRIPTOR	PROSES PEMBELAJARAN GURU		RATA-RATA SKOR
		Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)	
		Skor	Skor	
7	Memberikan penguatan	3	2	2,5
	a. Penguatan secara verbal			
	b. Penggunaan dengan mimik dan gerak badan			
	c. Penguatan berupa simbol dan benda			
8	Menggunakan media dan alat pembelajaran	3	3	3
	a. Memberdayakan media dan alat pembelajaran yang ada			
	b. Membuat media sendiri			
	c. Memodifikasi alat pembelajaran			
9	Mengevaluasi, meliputi :	4	4	4
	a. Melakukan evaluasi sesuai materi			
	b. Melakukan evaluasi secara individual maupun klasikal			
	c. Melakukan diagnosa			
10	Menutup pelajaran, meliputi :	4	3	3,5
	a. Memberikan pendinginan dengan tepat			
	b. Membuat kesimpulan			
	c. Memberi pesan dan tindak lanjut			
	d. Memberi tugas/ pengayaan			
Jumlah Skor =				32,5
SKOR MAXIMUM 40				

Penilaian : $\frac{\text{JUMLAH SKOR (32,5)}}{\text{SKOR MAXIMUM (40)}} \times 100 = 81,25$

2) Partisipasi siswa

No	KELAS	NAMA SISWA		PARTISIPASI SISWA DALAM KEGIATAN PEMBELAJARAN GERAK DASAR RENANG		RATA-RATA JUMLAH SKOR	NA	KET
				Kolabor I (Driyo Nurrohmad, S.Pd)	Kolabor II (Purjono, S.Pd)			
				Jumlah skor	Jumlah skor			
1	KELAS IV	Dedi Prasetyo	L	11	11	11	91,67	
2	KELAS IV	Anggun Sari Putri	P	10	9	9,5	79,17	
3	KELAS IV	Fitri Astutik	P	9	9	9	75,00	
4	KELAS IV	M. Helga Ch.	L	10	10	10	83,34	
5	KELAS IV	Siti Maesaroh	P	10	10	10	83,34	
6	KELAS IV	Rahmad Agus N.	L	8	8	8	66,67	
7	KELAS IV	Ari Wijatmoko	L	9	9	9	75,00	
8	KELAS IV	Ahmad Fauzi	L	9	9	9	75,00	
9	KELAS IV	Umi Sulasih	P	8	7	7,5	62,50	
10	KELAS IV	Ilham Wahidin	L	7	7	7	58,34	
11	KELAS IV	Aprilia Laily L	P	10	9	9,5	79,17	
12	KELAS IV	Panji Arya Prima	L	9	9	9	75,00	
13	KELAS IV	Andika	L	7	7	7	58,34	
14	KELAS IV	Finka Luna	P	8	8	8	66,67	
15	KELAS IV	Kharisma Farah H.	P	9	9	9	75,00	
16	KELAS IV	Septiana Putri	P	11	11	11	91,67	
17	KELAS IV	Risha Aprilia	P	9	9	9	75,00	
18	KELAS IV	Dwi Suharno	L	11	11	11	91,67	
19	KELAS IV	Nabila Nurilia Putri	P	10	10	10	83,34	
20	KELAS IV	Debiko	L	11	11	11	91,67	
21	KELAS IV	M. Farhan	L	9	9	9	75,00	
22	KELAS IV	Arif Wibisono	L	10	8	9	75,00	
SKOR MAXIMUM 12								
RUMUS PENILAIAN :								
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$								
Nilai Tertinggi : 91,67 Nilai Terendah : 58,34 Nilai Rata-Rata : 76,71								

Lampiran 9. Deskripsi Peningkatan Proses Pembelajaran Gerak Dasar Renang Selama Adanya Perlakuan Dalam Kegiatan Pembelajaran di Dua Siklus

No	Siklus	Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain	
		Penilaian Proses Pembelajaran Guru	Ket
1	Siklus Satu	71,25	Belum Tuntas (BT)
2	Siklus Dua	81,25	Tuntas (T)

Lampiran 10. Deskripsi Peningkatan Partisipasi Siswa Dalam Pembelajaran Gerak Dasar Renang Selama Adanya Perlakuan Dalam Kegiatan Pembelajaran di Dua Siklus

No	Nama	L/ P	Partisipasi Siswa					
			SIKLUS SATU			SIKLUS DUA		
			Pertemuan ke-2			Pertemuan ke-1		
			JML SKOR	NA	KET	JML SKOR	NA	KET
1	Dedi Prasetyo	L	11	91,67	T	11	91,67	T
2	Anggun Sori Putro	L	9,5	79,17	T	9,5	79,17	T
3	Fitri Astutik	P	9	75,00	T	9	75,00	T
4	Ari Wijatmoko	L	8,5	70,84	BT	10	83,34	T
5	Siti Maesaroh	P	10	83,34	T	10	83,34	T
6	Rahmad Agus N.	L	8	66,67	BT	8	66,67	BT
7	M. Helga Ch.	L	9	75,00	T	9	75,00	T
8	Kharisma Farah H.	L	9	75,00	T	9	75,00	T
9	Umi Sulasih	P	7	58,34	BT	7,5	62,50	BT
10	Ilham Wahidin	L	5,5	45,84	BT	7	58,34	BT
11	Aprilia Laily L	P	9,5	79,17	T	9,5	79,17	T
12	Panji Arya Prima	L	9	75,00	T	9	75,00	T
13	Andika	L	7	58,34	BT	7	58,34	BT
14	Finka Luna	P	8	66,67	BT	8	66,67	BT
15	Ahmad Fauzi	P	9	75,00	T	9	75,00	T
16	Arif Wibisono	P	11	91,67	T	11	91,67	T
17	Risha Aprilia	P	9	75,00	T	9	75,00	T
18	Dwi Suharno	L	9	75,00	T	11	91,67	T
19	Nabila Nurilia Putri	P	10	83,34	T	10	83,34	T
20	Debiko	P	11	91,67	T	11	91,67	T
21	M. Farhan	L	9	75,00	T	9	75,00	T
22	Septiana Putri	L	7,5	62,50	BT	9	75,00	T
SKOR MAXIMUM 12								
RUMUS PENILAIAN:								
$\frac{\text{JUMLAH NILAI PEROLEHAN}}{\text{SKOR MAXIMUM}} \times 100 = \text{NA}$								
Nilai Tertinggi			91,67			91,67		
Nilai Terendah			45,84			58,34		
Rata-rata			74,06			76,71		

Ket :

BT : Belum Tuntas

T : Tuntas

Lampiran 11. Silabus Pembelajaran

SILABUS PEMBELAJARAN

Nama Sekolah : SD Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang
 Bidang studi : Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
 Kelas : IV
 Semester/ tahun : II / 2012 - 2013
 Standart Kompetensi : 10. Mempraktikan gerak dasar renang gaya bebas dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

Kompetensi Dasar	Materi Pokok/ Pembelajaran	Nilai Budaya Dan Karakter Bangsa	Kewirausahaan/ Ekonomi Kreatif	Gagasan Kegiatan Pembelajaran	Indikator Pencapaian Kompetensi	Penilaian			Alokasi Waktu	Sumber Belajar
						Tehnik	Bentuk Instrumen	Contoh Instrumen		
10.1 Mempraktikan gerak dasar meluncur, menggerakkan tungkai menggerakkan lengan serta nilai kebersihan	Renang gaya bebas 1. gerak dasar meluncur : - latihan meluncur - latihan meluncur ditarik teman 2. Latihan gerakan kaki 3. Latihan gerakan lengan 4. Cara bernapas	<ul style="list-style-type: none"> o Disiplin o Kerja keras o Kreatif o Demokratif o Rasa Ingin tahu o Cinta tanah air o Bersahabat o Menghargai prestasi o Gemar membaca o Peduli lingkungan o Peduli sosial o Tanggung jawab 	<ul style="list-style-type: none"> o Berorientasi tugas dan hasil o Berani mengambil resiko o Percaya diri o Keorisinilan o Berorientasi ke masa depan 	10.1.1 Melakukan latihan gerakan meluncur 10.1.2 Melakukan latihan gerakan tungkai renang gaya bebas 10.1.3.Melakukan latihan gerakan lengan renang gaya bebas 10.4.1 Menyebutkan etika di kolam renang	Memperagakan gerak meluncur renang gaya bebas Melakukan gerakan tungkai dalam meluncur Melakukan gerakan lengan dalam meluncur	Tes -Praktek - Tes tulis	Tes -Ketrampilan - Tugas -Pengamatan - Soal	- Lakukan gerakan meluncur secara berkelompok ! - Lakukan gerakan meluncur ditarik teman bergantian ! - Lakukan gerakan tungkai renang gaya bebas	3 X 35 menit (1Xpert)	Buku Penjaskes Diktat renang Kolam pelampung Pluit

10.2 Mempraktikan cara bernapas renang gaya bebas	b. Latihan koordinasi	<ul style="list-style-type: none"> o Disiplin o Kerja keras o Kreatif o Demokratif o Rasa Ingin tahu o Cinta tanah air o Bersahabat o Menghargai prestasi o Gemar membaca o Peduli lingkungan o Peduli sosial o Tanggung jawab 	<ul style="list-style-type: none"> o Berorientasi tugas dan hasil o Berani mengambil resiko o Percaya diri o Keorisinilan o Berorientasi ke masa depan 	10.2.1 Melakukan gerakan cara bernapas renang gaya bebas	Memperagakan cara pengambilan napas renang gaya bebas Mengkombinasikan gerakan tehnik pengambilan napas antara kaki dan tangan	Tes -Praktek - Tes tulis	Tes -Ketrampilan - Tugas -Pengamatan - Soal	- Lakukan gerakan lengan renang gaya bebas ! -Lakukan gerakan koordinasi antara kaki, lengan dan napas re-nang gaya bebas !	3 x 35 menit (1Xpert)	Buku Penjaskes Diktat renang Kolam pelampung Pluit
10.3Mengkombinasikan renang gerakan lengan dan tungkai renang gaya bebs	c. Keselamatan di air - Etika di kolam renang - Menjaga kebersihan	<ul style="list-style-type: none"> o Disiplin o Kerja keras o Kreatif o Demokratif o Rasa Ingin tahu o Cinta tanah air o Bersahabat o Menghargai prestasi o Gemar membaca o Peduli lingkungan o Peduli sosial o Tanggung jawab 	<ul style="list-style-type: none"> o Berorientasi tugas dan hasil o Berani mengambil resiko o Percaya diri o Keorisinilan o Berorientasi ke masa depan 	10.3.1 Melakukan gerakan kombinas gerakan kaki, lengan napas renang gaya bebas	Melakukan gerak kaki renang gaya bebas Memperagakan ayunan/tarikan lengan gaya bebas Melakukan koordinasi gerak kaki dan lengan renang gaya bebas Berenang gaya bebas lebih dari 10 meter Melakukan koordinasi gerak pukulan kaki – tarikan	Tes -Praktek - Tes tulis	Tes -Ketrampilan - Tugas -Pengamatan - Soal	- Sebutkan urutan belajar renang gaya bebas - Kombinasi gerakan kaki, tungkai, lenda n dan bernapas reang gaya bebas	3 x 35 menit (1Xpert)	Buku Penjaskes Diktat renang Kolam pelampung Pluit

					lengan dan pernapasan Menerapkan etika yang baik di kolam renang					
10.4 Mempraktikan dasar-dasar keselamatan di air	Renang Water trapen/ mengambang di air Menjaga keselamatan di air	<ul style="list-style-type: none"> o Disiplin o Kerja keras o Kreatif o Demokratif o Rasa Ingin tahu o Cinta tanah air o Bersahabat o Menghargai prestasi o Gemar membaca o Peduli lingkungan o Peduli sosial o Tanggung jawab 	<ul style="list-style-type: none"> o Berorientasi tugas dan hasil o Berani mengambil resiko o Percaya diri o Keorisinilan o Berorientasi ke masa depan 	10.4.2 Menyebutkan tidakan cara menjaga kebersihan di kolam renang	Memperagakan dasar dasar keselamatan di air Melakukan gerakan water trapen/ mengambang di air	Tes -Praktek - Tes - Tes tulis	Tes -Ketrampilan - Tugas -Pengamatan - Soal	-Sebutkan beberapa etika dalam kolam renang - Jelaskan bagaimanacara menjaga keersihan kolam renang	3 x 35 menit (1Xpert)	Buku Penjaskes Diktat renang Kolam pelampung Pluit

Mengetahui,
Kepala Sekolah SD N Bojong I

Mungkid,..... 2013
Guru Mata Pelajaran PJOK

HARNING SUMARWATI, S.Pd
NIP. 19560203 197701 2002

FATKHURROHMAN
NIP. 19650805 198806 1 001

Lampiran 12. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus Satu

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SD Negeri Bojong 1
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 4 [Empat] / 2 [dua]
Pertemuan ke	: pertama [siklus satu] / 25 Februari 2013
Alokasi Waktu	: 3 x 35 menit [105 menit]

Standar Kompetensi : 10. Mempraktikkan gerak dasar renang dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar : 10.1 Mempraktikkan gerak dasar; meluncur, menggerakkan tungkai, menggerakkan lengan serta nilai kebersihan.

A. Indikator :

1. Siswa melakukan gerakan meluncur dalam berenang dengan perasaan senang dan percaya diri.
2. Siswa melakukan gerakan menggerakkan tungkai dalam berenang dengan perasaan senang dan percaya diri.
3. Siswa melakukan gerakan menggerakkan lengan dalam berenang dengan perasaan senang dan percaya diri.

B. Tujuan Pembelajaran:

1. Siswa dapat melakukan gerakan meluncur dalam berenang.
2. Siswa dapat melakukan gerakan menggerakkan tungkai dalam berenang.
3. Siswa dapat melakukan gerakan menggerakkan lengan dalam berenang.

❖ Karakter siswa yang diharapkan :

- ❖ *Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

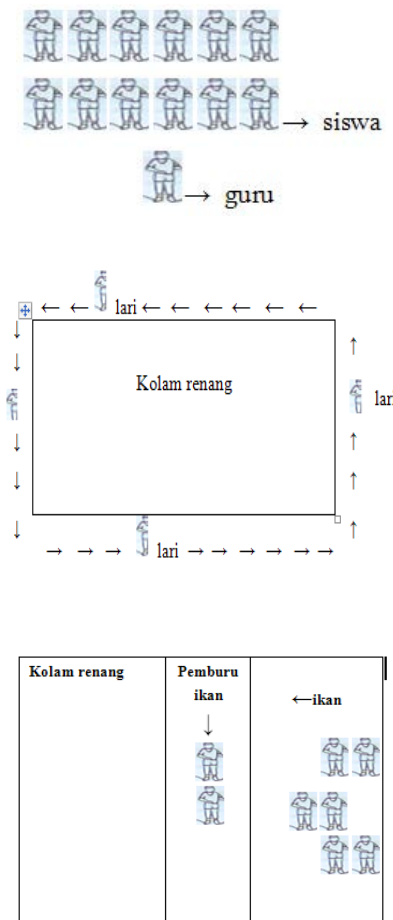
C. Materi Ajar (Materi Pokok):

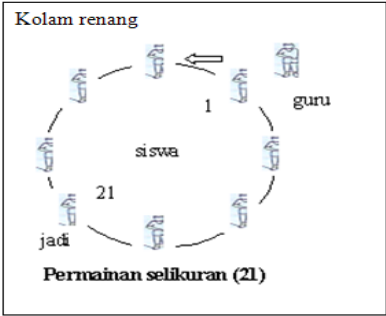
1. Meluncur dalam berenang.
2. Menggerakkan tungkai dalam berenang.
3. Menggerakkan lengan dalam berenang.

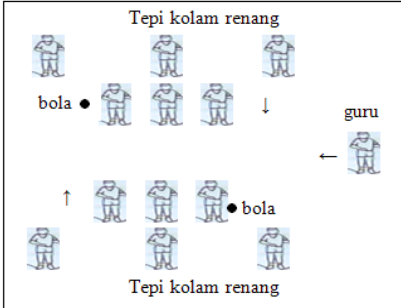
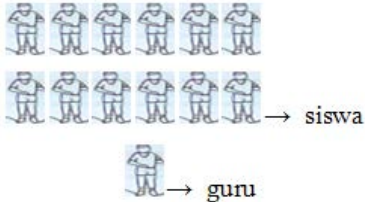
D. Metode Pembelajaran:

1. Ceramah
2. Bermain
3. Demonstrasi
4. Praktek

E. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Alat	Waktu
	<p>A. Kegiatan Awal :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa dibariskan menjadi empat barisan, di pinggir kolam. 2. Berdoa 3. Mengecek kehadiran siswa. 4. Menegur siswa yang belum siap dalam barisan. 5. Apersepsi (tentang pembelajaran gerak dasar renang: meluncur, menggerakkan tungkai, dan menggerakkan lengan) 6. Lari pelan mengelilingi kolam dengan dua kali putaran dan melakukan gerakan pemanasan/ <i>stretching</i> statis dinamis. 7. Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti (Bermain modifikasi berburu ikan di dalam kolam renang). <p>Cara bermain: siswa dikumpulkan di tepi kolam, melakukan undian atau dipilih 4 atau 5 anak sebagai pemburu ikan dan yang tidak dipilih menjadi ikan. Pemburu berada ditengah-tengah area kolam renang, dan yang menjadi ikan kumpul bebas menjauh dari pemburu berada di tepi kolam. Tugas pemburu adalah menangkap satu temannya yang menjadi ikan untuk menggantikan menjadi pemburu. Pemburu secara bersama-sama menyebutkan kata “pindah”, dan tugas yang menjadi ikan bergerak bebas menuju ke tepi</p>	<p>Peluit Jam/ stopwatch</p>	<p>20 menit</p>

	<p>kolam lain. Ketika ikan berpindah tempat dan berusaha menghindari dari tangkapan, tugas pemburu adalah menangkap satu ikan untuk menggantikan posisinya menjadi pemburu. Permainan bisa diulangi.</p>		
 <p>Kolam renang</p> <p>Permainan selikuran (21)</p>	<p>B. Kegiatan Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi <p>Dalam kegiatan eksplorasi :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Dibawah pengawasan guru anak secara bebas melakukan pengenalan kolam renang. b. Anak bergerak bebas dengan tidak ada paksaan untuk melakukan pengenalan kolam. 2. Elaborasi <p>Dalam kegiatan elaborasi :</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran. b. Guru memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di kolam renang untuk melakukan gerakan meluncur, menggerakkan tungkai, dan menggerakkan lengan dengan pendekatan bermain. c. Siswa melakukan kegiatan bermain modifikasi selikuran di dalam kolam renang. <p>Cara bermain: siswa membuat lingkaran di dalam kolam, guru berada diluar lingkaran berjalan mengamati untuk memulai permainan. Guru memilih bebas salah satu siswa yang berada dalam lingkaran itu, dengan cara di pegang pundaknya. Siswa yang ditunjuk guru tersebut memulai permainan dengan menyebut angka 1. Terus memutar ke kanan, teman lainnya juga menyebutkan angka selanjutnya, sampai nanti ada siswa yang menyebutkan angka 21 (selikur). Siswa yang menyebutkan angka selikur (21), maka dia jadi, dan lingkaran bubar untuk menyebar menghindari dari tangkapan. Siswa yang jadi tadi berusaha menangkap siswa lain. Siswa yang tertangkap, ikut menjadi pemburu untuk menangkap yang lain. Dalam berburu menangkap teman lainnya, guru mengarahkan supaya anak melakukan</p> 	<p>Peluit Jam/ stopwatch Bola plastik</p>	<p>10 menit</p> <p>50 menit</p>

	<p>dengan meluncur dan sambil mengerakkan tangan ke depan supaya bisa menangkap temannya. Kondisi kolam yang dangkal, memudahkan anak untuk beraktivitas dalam bermain.</p> <p>d. Siswa melakukan kegiatan bermain menyentuhkan bola plastik ke tepi kolam daerah lawan.</p> <p>Cara bermain : Pertama anak didik dibagi menjadi dua kelompok sama rata. Setiap kelompok di beri bola plastik satu. Inti dari permainan ini adalah, setiap kelompok harus bekerjasama untuk berusaha menempelkan bola ketepi kolam lawan yang sudah ditentukan. Kelompok lain berusaha menghalangi dan merebut bola. Dibutuhkan kerjasama dan kekompakkan dalam permainan ini. Bagi kelompok yang paling banyak menyentuhkan bola/ menempelkan bola ketepi kolam lawan, maka kelompok tersebut yang menang. Dalam permainan ini adanya kombinasi gerakan (boleh jalan, meluncur atau berusaha jalan cepat di air sambil menggerakkan tangan ke depan untuk menuju ke tepi kolam renang). Kondisi kolam yang dangkal, memudahkan anak untuk beraktivitas dalam bermain.</p> <p>3. Konfirmasi</p> <p>Dalam kegiatan konfirmasi :</p> <ol style="list-style-type: none"> Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa tentang gerak-gerak dasar dalam berenang (gerakan meluncur, menggerakkan tungkai, dan menggerakkan lengan). Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan melakukan penyimpulan. 		10 menit
	<p>C. Kegiatan Penutup :</p> <p>Dalam kegiatan penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> Siswa di kumpulkan dan dibariskan di pinggir kolam, mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan. Memperbaiki dan mengevaluasi tentang kesalahan-kesalahan yang muncul dalam 	Peluit Jam/ stopwatch	15 menit

	kegiatan inti pembelajaran. 3. Penenangan dalam bentuk bernyanyi bersama. 4. Berdoa dan siswa dibubarkan.		

F. Media dan Sumber Belajar:

1. Buku Penjasorkes
2. Diktat renang
3. Kolam renang
4. Bola Plastik
5. Peluit
6. Jam / *stopwatch*

Magelang, 23 Februari 2013
Pratikan

Fatkhurrohman
NIM. 11601247080

Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Siklus Dua

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SD Negeri Bojong 1
Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan
Kelas/Semester	: 4 [Empat] / 2 [dua]
Pertemuan ke	: kedua [siklus dua] / 4 Maret 2013
Alokasi Waktu	: 3 x 35 menit [105 menit]

Standar Kompetensi : 10. Mempraktikkan gerak dasar renang dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya.

Kompetensi Dasar : 10.2 Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang.

10.3 Mempraktikkan cara bernapas dalam berenang.

10.4 Mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air.

A. Indikator :

1. Siswa mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang dengan perasaan senang dan percaya diri.
2. Siswa mempraktikkan cara bernapas dalam berenang dengan perasaan senang dan percaya diri.
3. Siswa mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air dengan perasaan senang dan percaya diri.

B. Tujuan Pembelajaran:

1. Siswa dapat mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang.
2. Siswa dapat mempraktikkan cara bernapas dalam berenang.
3. Siswa dapat mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air.

❖ **Karakter siswa yang diharapkan :**

❖ *Disiplin, Kerja keras, Kreatif, Demokratif, Rasa Ingin tahu, Cinta tanah air, Bersahabat, Menghargai prestasi, Gemar membaca, Peduli lingkungan, Peduli sosial, Tanggung jawab*

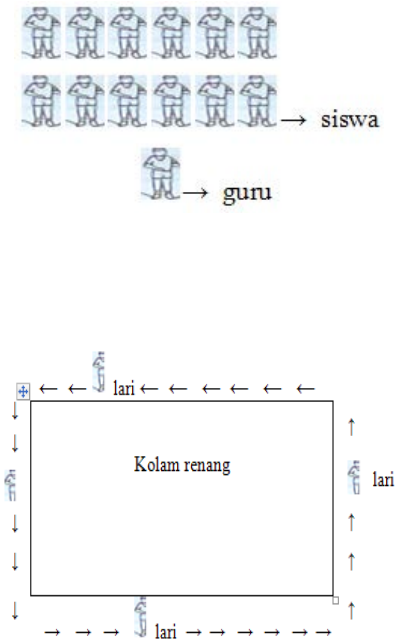
C. Materi Ajar (Materi Pokok):


1. Mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang
2. Mempraktikkan cara bernafas dalam berenang.
3. Mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air

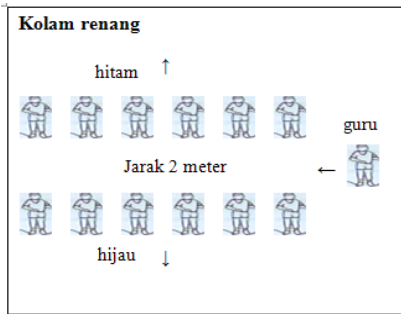
D. Metode Pembelajaran:

1. Ceramah
2. Bermain
3. Demonstrasi
4. Praktek

E. Langkah-langkah Pembelajaran

Gambar	Kegiatan	Alat	Waktu
	<p>A. Kegiatan Awal :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Siswa dibariskan menjadi empat barisan, di pinggir kolam.2. Berdoa3. Mengecek kehadiran siswa.4. Menegur siswa yang belum siap dalam barisan.5. Apersepsi (tentang pembelajaran gerak dasar renang: mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang, mempraktikkan cara bernafas dalam berenang, serta mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air)6. Lari pelan mengelilingi kolam dengan dua kali putaran dan melakukan gerakan pemanasan/ <i>stretching</i> statis dinamis.7. Melakukan gerakan pemanasan dalam bentuk bermain yang berorientasi pada kegiatan inti (Bermain modifikasi selikuran di dalam kolam renang). <p>Cara bermain: siswa membuat lingkaran di dalam kolam, guru berada diluar lingkaran berjalan mengamati untuk memulai permainan. Guru memilih bebas salah satu siswa yang berada dalam lingkaran itu, dengan cara di pegang pundaknya. Siswa yang ditunjuk guru tersebut memulai permainan dengan menyebut angka 1. Terus memutar ke kanan, teman lainnya</p>	Peluit Jam/ stopwatch	20 menit

 <p>Kolam renang</p> <p>Permainan selikuran (21)</p>	<p>juga menyebutkan angka selanjutnya, sampai nanti ada siswa yang menyebutkan angka 21 (selikur). Siswa yang menyebutkan angka selikur (21), maka dia jadi, dan lingkaran bubar untuk menyebar menghindari dari tangkapan. Siswa yang jadi tadi berusaha menangkap siswa lain. Siswa yang tertangkap, ikut menjadi pemburu untuk menangkap yang lain. Dalam berburu menangkap teman lainnya, guru mengarahkan supaya anak melakukan dengan meluncur dan sambil mengerakkan tangan ke depan supaya bisa menangkap temannya. Kondisi kolam yang dangkal, memudahkan anak untuk beraktivitas dalam bermain.</p>		
	<p>B. Kegiatan Inti :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eksplorasi Dalam kegiatan eksplorasi : <ol style="list-style-type: none"> a. Dibawah pengawasan guru anak secara bebas melakukan gerakan di dalam kolam renang. b. Anak dengan tidak ada paksaan untuk melakukan gerakan bebas di dalam kolam renang. 2. Elaborasi Dalam kegiatan elaborasi : <ol style="list-style-type: none"> a. Guru melibatkan peserta didik secara aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran. b. Guru memfasilitasi peserta didik melakukan percobaan di kolam renang mengkombinasikan gerakan lengan dan tungkai dalam berenang, mempraktikkan cara bernafas dalam berenang, serta mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air dengan pendekatan bermain. c. Siswa melakukan kegiatan bermain modifikasi hitam hijau di dalam kolam renang. Cara bermain: Siswa di bagi menjadi 2 kelompok (kelompok hitam dan hijau). Kelompok yang disebutkan oleh guru, maka harus mengejar/ menangkap kelompok lain (yang tidak disebutkan), dengan cara melakukan gerakan 	<p>Peluit Jam/ stopwatch Bola plastik</p>	<p>10 menit</p> <p>50 menit</p>


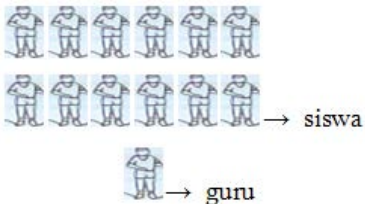


meluncur dengan tungkai digerakan naik turun secara lurus (lutut tidak ditekuk), dengan berusaha menggerakkan tangan untuk menangkap lawan.. Kelompok yang di kejar berusaha menghindar supaya tidak tertangkap, dengan cara juga melakukan gerakan meluncur dengan tungkai digerakan naik turun secara lurus (lutut tidak ditekuk), dengan berusaha menggerakkan tangan untuk menuju tepi kolam, menghindar dari tangkapan. Permainan bisa diulangi.

- d. Siswa melakukan kegiatan bermain bola beranting.

Cara bermain : Pertama anak dibagi menjadi dua kelompok, membentuk barisan dua berbanjar di dalam kolam renang dengan sikap menghadap ke depan dan berdiri. Setiap kelompok diberi bola satu dan anak yang baris di depan, maka dia yang membawa atau memegang bola. Jalannya permainan ini adalah anak paling depan yang membawa bola, ketika terdengar tanda mulai permainan dari guru, maka segera mengoperkan bola ke temannya yang dibelakangnya. Dalam memberikan bola dengan cara, melalui samping kanan kedua kaki, dengan menekan bola kedalam air diikuti dengan gerakan memasukkan kepala ke air dengan posisi membungkukkan badan. Terus bola dirantingkan dengan gerakan yang sama, menuju ke anak yang baris di posisi belakang. Anak yang baris di belakang setelah menerima bola, maka segera secepat mungkin pindah ke posisi barisan depan lewat samping luar barisan, dengan membawa bola. Setelah pindah sampai dibarisan depan, segera untuk merantingkan bola ke teman dibelakangnya dengan gerakan yang sama seperti diatas. Kelompok yang menang adalah kelompok yang barisannya paling dulu sampai batas yang telah ditentukan oleh guru.

Peluit
Jam/
stopwatch
Bola
plastik

	<p>e. Siswa melakukan kegiatan bermain menirukan gerakan pesawat terbang. Cara bermain : Pertama anak anak membuat lingkaran besar, kemudian berhitung memutar ke kiri. Anak yang mendapat nomor urut ganjil diberi nama kerupuk, sedangkan anak yang mendapat nomor urut genap diberi nama keripik. Saat semua anak sudah siap dan mengerti, maka guru akan menyebutkan salah satu dari dua nama itu. Misal guru menyebutkan dengan keras “keripik”, maka anak yang mendapat nomor urut genap segera membuat sikap seperti kapal terbang dengan berpegangan teman sampingnya. Variasi sikap seperti kapal terbang adalah dengan posisi telungkup dan terlentang.</p> <p>3. Konfirmasi Dalam kegiatan konfirmasi :</p> <p>c. Guru bertanya jawab tentang hal-hal yang belum diketahui siswa tentang gerak-gerak dasar dalam berenang (tungkai dalam berenang, mempraktikkan cara bernafas dalam berenang, serta mempraktikkan dasar-dasar keselamatan di air).</p> <p>d. Guru bersama siswa bertanya jawab meluruskan kesalahan pemahaman, memberikan penguatan dan melakukan penyimpulan.</p>	10 menit
	<p>C. Kegiatan Penutup : Dalam kegiatan penutup :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Siswa di kumpulkan dan dibariskan di pinggir kolam, mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan/ diajarkan. 2. Memperbaiki dan mengevaluasi tentang kesalahan-kesalahan yang muncul dalam kegiatan inti pembelajaran. 3. Penenangan dalam bentuk bernyanyi bersama. 4. Berdoa dan siswa dibubarkan. 	
Peluit Jam/ stopwatch		

F. Media dan Sumber Belajar:

1. Buku Penjasorkes
2. Diktat renang
3. Kolam renang
4. Bola Plastik
5. Peluit
6. Jam / *stopwatch*

Magelang, 2 Maret 2013
Pratikan

Fatkhurrohman
NIM. 11601247080

Lampiran 14. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA
SEKOLAH DASAR NEGERI BOJONG 1
Alamat : Karangondang Bojong Mungkid Magelang**

SURAT KETERANGAN

NO :

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Kepala Sekolah SD N Bojong 1 :

Nama : **Harning Sumarwati, S.Pd**
NIP : **19560203 197701 2002**
Jabatan : **Kepala Sekolah**
Unit Kerja : **SD Negeri Bojong 1**
Alamat : **Karangondang Bojong Mungkid Magelang**

Menerangkan :

Nama : **Fatkhurrohman**
Nomor Mahasiswa : **11601247080**
Program Studi : **PGSD Penjas**
Fakultas : **FIK**
Instansi/Perguruan Tinggi : **UNY**
Alamat Instansi/PT : **Karangmalang Yogyakarta**

Bahwa nama Mahasiswa tersebut di atas telah melaksanakan penelitian di SD Negeri Bojong 1 dengan judul “Peningkatan Pembelajaran Gerak Dasar Renang Dengan Pendekatan Bermain Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Bojong I Kecamatan Mungkid Kabupaten Magelang”.

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 14 Maret 2013
Kepala Sekolah

Harning Sumarwati, S.Pd
NIP. 19560203 197701 2002

Lampiran 15. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian

A. Lokasi Penelitian



SD Negeri Bojong 1



Kolam Renang Tirta Semaren

B. Penyerahan Ijin Penelitian



Penyerahan ijin penelitian

C. Peneliti dan Kolaborator Melakukan Tukar Pikiran Untuk Menyamakan Persepsi Sebelum Pelaksanaan Penelitian dilakukan



Peneliti dan Kolaborator Melakukan Diskusi Sebelum Pelaksanaan Penelitian

D. Pelaksanaan Penelitian

1. Proses Pembelajaran



Memimpin doa



Apersepsi Pembelajaran



Apersepsi Pembelajaran



Melakukan Lari Pelan Menggelilingi kolam renang



Melakukan Streching Statis dan Dinamis



Melakukan Streching Statis dan Dinamis



Bermain Berburu Ikan



Bermain Selikuran



Bermain Menyentuhkan Bola Plastik ke Tepi Kolam Daerah Lawan



Bermain Hitam Hijau



Bermain Bola Beranting



Bermain Menirukan Bebek



Bermain Menirukan Pesawat Terbang Dengan Posisi Telungkup dan Terlentang

2. Pengamatan/ Penilaian Oleh Kolaborator



Pengamatan/ Penilaian oleh kolaborator



Pengamatan/ Penilaian oleh kolaborator



Pengamatan/ Penilaian oleh kolaborator

3. Kegiatan Refleksi



Peneliti dan Kolaborator Melakukan Kegiatan Refleksi



Peneliti dan Kolaborator Melakukan Kegiatan Refleksi