

**TINGKAT PEMAHAMAN GURU PENJASORKES SE-KECAMATAN
PENGASIH TERHADAP PEMBELAJARAN RENANG SISWA
SEKOLAH DASAR KELAS ATAS TAHUN 2015/2016**

SKRIPSI

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



Oleh
Viko Bayu Aji
12604224046

**PROGRAM STUDI PGSD PENJASKES
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2017**

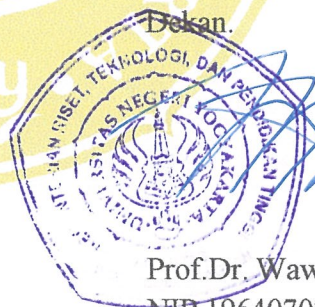
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas Tahun 2015/2016” yang disusun oleh Viko Bayu Aji, NIM 12604224046 ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 03 febuari 2017 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Yuyun Ari W.M.or	Ketua Penguji		16-03-2017
Dr.Subagyo	Sekretaris Penguji		16-03-2017
Hedi Ardiyanto H, M.Or	Penguji I		16-03-2017

Yogyakarta, Maret 2017
Fakultas ilmu keolahragaan
Dekan.



Prof.Dr. Wawan S.Suherman. M.Ed
NIP 19640707 198812 1 001 γ

Persetujuan

Skripsi yang berjudul “Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas Tahun 2015/2016 yang disusun oleh Viko Bayu Aji, NIM 1604224046 ini telah disetujui untuk diujikan.

Yogyakarta, Desember 2016

Dosen Pembimbing



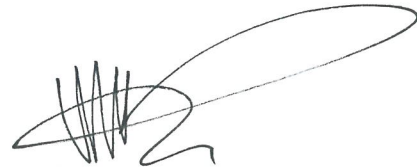
Yuyun Ari Wibawa. M,Or
NIP. 198305092008121002

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas Tahun 2015/2016, Yang disusun oleh Viko Bayu Aji, NIM 12604224046, Ini benar-benar karya sendiri, Sepanjang Pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yng ditulis atau diterbitkan orang lain, Kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah yang tidak lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tiak asli saya bersiap ditunda yudisium pada periode berikutnya

Yogyakarta, Desember 2016
Yang Menyatakan,



Viko Bayu Aji
NIM. 12604224046

HALAMAN PENGESAHAN

MOTTO

1. Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. (Q.S. Al-Insyirah : 6-7)
2. Jangan Pernah Membenci apa pun dan siapapun karena kebencian hanya akan menguras energimu (emha ainun najib)
3. Tuhan tak akan pernah lalai tentang semangatmu, harapanmu doamu dan cita citamu terus percaya Tuhan perancang skenario terbaik (Viko Bayu Aji)

PERSEMBAHAN

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna istimewa bagi penulis antara lain ;

1. Bapak ibu dirumah yang selalu sabar dan penuh kasih sayang mendoakan dan mensupport selama penyusunan skripsi ini.
2. Kaka ku Dian Retno Wati atas semua nasihat support serta doanya selama penyusunan skripsi ini.
3. Untuk mbah ku yaswiarjo yang tulus mendoakan serta memberi nasihat yang berarti

**TINGKAT PEMAHAMAN GURU PENJASORKES SE-KECAMATAN PENGASIH
TERHADAP PEMBELAJARAN RENANG SISWA SEKOLAH DASAR KELAS
ATAS TAHUN 2015/2016**

Oleh
Viko Bayu Aji
12604224046

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi masih belum diketahuinya tingkat pemahaman guru penjasorkes di kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang. Pada siswa SD kelas atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas serta untuk menambah khasanah keilmuan tentang renang bagi seluruh guru penjasorkes di kecamatan pengasih.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu fenomena/ peristiwa secara sistematis sesuai dengan apa adanya. Subyek penelitian ini adalah seluruh guru SD yang berada di kecamatan pengasih yang berjumlah 32 guru yang terbagi dalam 5 gugus. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey. Sedangkan instrumennya menggunakan Tes.

Hasil penelitian ini terdapat 2 guru atau sebesar 6,25 % dari subyek penelitian memiliki tingkat pemahaman dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 22 guru atau sebesar 68,75% Dari subyek penelitian memiliki tingkat pemahaman dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 3 guru atau sebesar 9,37% dari subyek penelitian memiliki tingkat pemahaman dengan kategori “cukup”, Terdapat guru tau sebesar 6,25% dari subyek penelitian memiliki tingkat pemahaman dengn ktegori “Rendah”, Terdapat 3 guru atau sebesar 9,37% dari subyek penelitian mmiliki tingkat pemahaman dengan katgegori “sangat Rendah”. Sihingga dapat disimpulkan bahwa guru olahraga di kcamatan pengasih memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

Kata Kunci : *Pemahaman, Guru, Pembelajaran ,Renang,*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, Yang lah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga skripsi yang berjudul “Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas Tahun 2015/2016” dapat diselesaikan. Selama dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi tentu tidak lepas dari bantuan pihak-pihak langsung maupun tidak langsung. Untuk itu disampaikan rasa terimakasih yang setinggi tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr.Rochmat Wahab, M.Pd, M.A selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta Atas Pemberian kesempatan dalam menempuh studi S1
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M. Ed, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY yang telah memberikan ijin penelitian
3. Bapak Dr. Guntur,M.Pd, Ketua jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas ilmu Keolahragaan UNY atas segala kemudahan yang diberikan.
4. Bapak Dr. Subagyo, M.Pd. Ketua Program Studi PGSD Penjas yang telah memberikan ijin penelitian untuk penyusunan skripsi.
5. Bapak Yudanto M.Pd selaku Penasehat Akademik yang telah memberikan banyak dukungan,bantuan,dan motivasi selama studi.
6. Bapak Yuyun Ari Wibawa M.Or, Selaku Dosen pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan selama penyusunan skripsi.
7. Seluruh Kepala sekolah dasar di Kecamatan Pengasih yang telah membeikan ijin untuk melakukan penelitian.
8. Seluruh Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih kab.Kulonprogo yang telah membantu sebagai subyek penelitian.

9. Teman-Teman PGSD penjas angkatan 2012 yang telah memberikan motivasi, semangat dan dorongan
10. Semua Pihak yang telah membantu dan memberikan semangat yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTO	V
HALAMAN PERSEMBAHAN	Vi
ABSTRAK	Vii
KATA PENGANTAR	Viii
DAFTAR ISI	X
DAFTAR TABEL	Xii
DAFTAR LAMPIRAN	Xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang masalah	1
B . Identifikasi Masalah	5
C . Pembatasan Masalah	5
D . Perumusan Masalah	6
E . Tujuan Penelitian	6
F . Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	8
A . Hakikat Pemahaman	8
1 . Tingkatan dalam pemahaman	8
2 . Faktor-Faktor yang mempengaruhi pemahaman	10
B . Hakikat Pembelajaran	13
1 . Pengertian Pembelajaran	13
2 . Tujuan pembelajaran	15
C . Hakikat Guru	16
1 . Pengertian Guru	16
2 . Tugas Guru	17
D. Hakikat Renang	19
1 . Pengertian Renang	20
2 . Sejarah Renang	21

3 . Prinsip-Prinsip Renang	24
4 . Manfaat Renang	25
5 . Peraturan Keselamatan Dalam berenang	27
6 . Pembelajaran Renang Untuk Siswa SD Kelas Atas	29
7 . Karakteristik Siswa SD Kelas Atas di Kecamatan Pengasih	32
8 . Tahapan Pembelajaran Renang	33
9 .Karakteristik Guru Penjasorkes	34
E . Penelitian Yang Relevan	35
F . Kerangka Berfikir	37
BAB III. METODE PENELITIAN	40
A . Desain Penelitian	40
B . Definisi Operasional Variabel	40
C . Subyek Penelitian	41
D . Lokasi Penelitian	41
E . Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	41
F . Uji Coba Instrumen	45
G . Teknik Analisis Data	49
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
A . Deskripsi Lokasi, Subyek Dan Waktu Penelitian	51
B . Deskripsi Data hasil Penelitian	51
C . Pembahasan	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A . Kesimpulan	63
B . Hasil Penelitian	63
C . Keterbatasan Penelitian	64
D . Saran-Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kisi-Kisi uji coba instrument penelitian	44
Tabel 2. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	47
Tabel 3. Pemberian Skor Jawaban	45
Tabel 4. Norma Pangketegorian	50
Tabel 5. Kategori Skor Data Keseluruhan	52
Tabel 6. Pangketegorian Data Faktor Menerjemahkan	54
Tabel 7. Pangketegorian Data Faktor Menginterpretasi	56
Tabel 8. Pangketegorian Data Faktor Mengekstrpolasi	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Data Keseluruhan	52
Gambar 2. Diagram Pangketgorian Data Faktor Menerjemahkan.....	54
Gambar 3. Diagram Pangketegorian Data Faktor Mengintrpretasi	56
Gambar 4. Diagram Data Faktor Mengekstrapolasi	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Ijin Penelitian Dari FIK-UNY	69
Lampiran 2. Ijin Penelitian Sekertaris Daerah Provinsi DIY	70
Lampiran 3. Ijin Penelitian Dari BPMPT Kulonprogo	71
Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi Ahli	72
Lampiran 5. Instrumen Ujicoba Penelitian	74
Lampiran 6. Data Ujicoba Penelitian	83
Lampiran 7. Hasil Ujicoba Penelitian	85
Lampiran 8. Instrumen Penelitian	86
Lampiran 9. Data Penelitian	92
Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian	93
Lampiran 11. Statistik Penelitian	123
Lampiran 12. Pangketegorian Data Penelitian	124
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian	126

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai peranan yang penting dalam kehidupan manusia melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani, rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin, sportifitas yang tinggi sehingga pada akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas. Hal ini kemudian yang mendasari adanya pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (Penjasorkes). Melalui pengembangan dan pembinaan di masyarakat, dan wajib diajarkan di sekolah-sekolah dari tingkat sekolah dasar (SD), sekolah tingkat pertama (SMP), sampai dengan sekolah tingkat menengah (SMP).

Penjasorkes pada dasarnya merupakan bagian *integral* dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan penjasorkes harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan penjasorkes bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga, Penjasorkes merupakan media untuk mendorong perkembangan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-dan sosial), serta pembiasaan pola hidup yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan yang seimbang. Penjasorkes memiliki peran yang sangat penting dalam menginfestasikan penyelenggaraan

pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Penjasorkes memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat secara langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Renang merupakan bentuk aktivitas air yang masuk dalam pembelajaran penjasorkes. Olahraga renang membutuhkan sarana dan prasarana khusus dalam pelaksanaannya, di kabupaten Kulonprogo sendiri terdapat kolam renang UNY yang memenuhi standar nasional, yang bertempat di kecamatan pengasih, kolam ini dibuka secara resmi pada tanggal 22 maret 2014 oleh bapak menpora pada saat itu dijabat oleh bapak Roy suryo, kolam renang ini menggunakan teknologi lonizer dalam pengolahan airnya. Dengan salah satu tekhnologi terbaru di dunia pengolahan air ini dapat menekan jumlah penggunaan bahan kimia yang dapat membahayakan pengunjung, kolam ini memiliki 3 kolam renang yakni kolam utama, kolam pemanasan dan kolam anak, masing-masing kolam telah disesuaikan dengan kebutuhan pengunjung, kolam UNY sendiri beralamat di kecamatan pengasih atau barat utara perempatan UNY kampus wates, sangat mudah dijangkau karena letaknya tidak jauh dari pusat kota wates, hal ini tentunya memudahkan para guru di kecamatan pengasih untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran renang.

Menurut Wilhelm Mielke (1986 :8). Membagi proses belajar renang yang baik dan benar dengan 3 waktu dalam proses seluruhnya dari plajaran renang: (1)Kebiasaan dalam air (2)Latihan renang (3)Gerakan renang

Kebiasaan dalam air dimaksudkan adalah kebiasaan seluruh siswa serta guru ketika melakukan kegiatan renang sudah memenuhi prosedur yang baik dan benar, seperti mengecek kondisi siswa, kolam, serta peralatan renang, latihan renang dalam hal ini adalah seluruh kegiatan pembelajaran siswa yang dipimpin oleh guru berjalan dengan baik serta kondusif sehingga tepat sasaran terhadap tujuan pembelajaran yang diinginkan, sedangkan gerakan renang merupakan bagian yang harus benar-benar dikuasai oleh guru, hal ini dikarenakan guru menjadi bagian penting dalam peningkatan kemampuan belajar anak dalam hal ini tentang pembelajaran renang.

Kenyataannya masih banyak guru penjasorkes yang masih belum sepenuhnya paham mengenai penerapan metode pembelajaran khususnya pembelajaran renang siswa SD kelas atas, hal ini dapat dilihat dari observasi yang penulis lakukan di kolam renang UNY yang bertempat di Kecamatan Pengasih, bahwa Guru Penjasorkes masih mengalami kesulitan dalam memahami konsep dan penguasaan terhadap olahraga renang.

Hal itu kemudian berpengaruh terhadap kemampuan peserta didik dalam belajar berenang terbukti masih banyak siswa-siswi SD kelas atas yang masih belum bisa berenang bahkan dengan gerakan dasar yang paling sederhana mereka belum bisa, Masalah ini tentunya menjadi tugas

bagi para guru penjasorkes khususnya untuk kecamatan pengasih kabupaten kulonprogo. Permasalahan tersebut tentunya tidak lepas dari pemahaman guru penjasorkes mengenai teknik pembelajaran renang untuk kelas bawah masih belum sepenuhnya diketahui. Penyampaian program latihan serta teknik mengajar yang benar terhadap siswa siswi kelas bawah tentunya sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan siswa-siswi. Dikarenakan kelas atas merupakan masa-masa dimana mereka masih mudah untuk dibentuk dan dikembangkan serta pentingnya aktivitas jasmani khususnya pembelajaran renang sangat baik untuk siswa siswi yang masih dalam masa pertumbuhan.

Kecamatan pengasih sendiri telah dibangun kolam renang baru yang memenuhi standar nasional hal ini tentunya menjadi kabar baik bagi kemajuan olahraga renang di Kabupaten kulonprogo pada umumnya dan kecamatan pengasih pada khususnya, kolam renang tersebut dibuka untuk umum, meskipun kolam tersebut sepenuhnya merupakan milik UNY semua pelajar dari tingkatan bawah sampai atas di perbolehkan untuk belajar berenang dikolam tersebut.

Berdasarkan observasi yang saya lakukan ketika melihat proses pembelajaran renang dari masing masing sekolah terutama dari tingkat sekolah dasar masih banyak guru pembimbing yang terlihat kesulitan dalam proses pengajarannya baik dari tingkat *controlling* maupun penerapan pembelajaran ketika didalam air, dari beberapa guru sekolah dasar yang saya tanya kebanyakan dari mereka masih mengeluh

bagaimana melakukan proses kegiatan belajar mengajar renang yang baik karena sejauh ini mereka belum sepenuhnya puas akan metode yang sudah diterapkan kepada siswa SD khususnya untuk kelas atas.

Kemudian penulis melakukan penelitian agar tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap pemahaman dalam olahraga renang se-kecamatan pengasih menjadi lebih baik lagi, hal ini agar sasaran dari kegiatan pembelajaran renang khususnya untuk Siswa SD kelas atas, dapat tepat sasaran tanpa keluar dari kodrat anak yaitu bermain dan bersenang senang.

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang tersebut di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Ada beberapa sekolah di kecamatan pengasih yang belum melaksanakan pembelajaran renang secara rutin dengan alasan jarak kolam renang jauh
2. Sulitnya mengatur siswa ketika pembelajaran berlangsung
3. Siswa masih sering mengabaikan faktor keselamatan
4. Tingkat pemahaman guru penjasorkes se-kecamatan pengasih terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar kelas atas belum diketahui

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya permasalahan dan keterbatasan yang ada pada peneliti, perlu adanya batasan masalah agar ruang lingkup penelitian ini menjadi lebih jelas. Penelitian ini dibatasi pada permasalahan tingkat

pemahaman guru penjasorkes se-kecamatan pengasih terhadap materi pembelajaran Renang siswa kelas atas.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah di atas, maka rumusan permasalahan penelitian ini ialah, seberapa tinggi tingkat pemahaman guru penjasorkes se-kecamatan pengasih terhadap pembelajaran renang pada siswa SD kelas atas ?”.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui tingkat pemahaman guru penjasorkes se-kecamatan pengasih terhadap pembelajaran renang pada siswa SD kelas atas.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah khasanah keilmuan tentang renang untuk pembelajaran renang pada siswa SD kelas atas
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memicu munculnya ide-ide baru bagi guru penjasorkes dalam mengupayakan peningkatan kualitas pembelajaran khususnya renang.

2. Secara Praktis

a. Bagi Guru Penjasorkes

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi guru penjasorkes dalam menyelenggarakan kegiatan pembelajaran khususnya renang.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan bagi pihak sekolah khususnya SD yang berada di kecamatan pengasih dalam memfasilitasi proses pembelajaran renang.

c. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi modal berharga bagi siswa kelas atas untuk menggali potensinya di cabang olahraga renang.

d. Bagi Peneliti berikutnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu bahan acuan bagi peneliti berikutnya khususnya yang berhubungan dengan tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap pembelajaran renang.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Hakikat Pemahaman

Menurut Hasan Alwi dkk (2000: 811), pemahaman diartikan proses, cara, perbuatan, perbuatan memahami atau memahamkan. Guru harus memiliki pemahaman dan pengalaman yang luas. Pengalaman dan pengetahuan sangat diperlukan dalam pengajaran. Tidak cukup hanya menguasai pengetahuan spesialisasinya saja, akan tetapi pengalaman dan pengetahuan guru dapat memberikan penjelasan dan analisis yang lebih mantap (Oemar Hamalik, 2013:122).

Menurut Anas Sudjiono (2012:50) Pemahaman adalah “kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu setelah sesuatu itu diketahui dan di ingat”. Dengan kata lain, memahami adalah mengetahui tentang sesuatu dan dapat melihatnya dari berbagai segi.

Menurut Ngalim Purwanto (2013:44), Pemahaman atau komperehensi adalah tingkat kemampuan yang mengharapkan *teste* mampu memahami arti atau konsep, situasi, serta fakta yang diketahuinya. Dalam hal ini *testee* tidak hanya hafal secara verbalistis, tetapi memahami konsep dari masalah atau fakta yang ditanyakan.

1. Tingkatan Dalam Pemahaman

Pemahaman merupakan salah satu patokan pencapaian guru dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran. Setiap guru memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam memahami sesuatu yang telah guru tersebut pelajari bahkan ada yang sama sekali tidak paham,

sehingga guru tersebut hanya sebatas mengetahui saja . Terdapat tingkatan-tingkatan dalam pemahaman,

Menurut Nana Sudjana (2013:24-25) Kemampuan pemahaman dapat dijabarkan menjadi tiga, yaitu :

a. Menerjemahkan (*translation*)

Tingkat terendah dalam pemahaman ialah pemahaman terjemahan dalam arti yang sebenarnya, missal dari bahasa inggris ke dalam bahasa nindonesia, mengartikan Bhineka Tunggal Ika, mengartikan merah putih, menerapkan prinsip-prinsip listrik dalam memasang saklar

b. Menginterpretasi (*interpretation*)

Yakni menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya, atau menghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok.

c. Mengekstrapolasi (*Extrapolation*)

Merupakan tingkat pemahaman yang tertinggi. Dengan ekstrapolasi diharapkan seseorang mampu melihat di balik yang tertulis, dapat membuat ramalan tentang konsekuensi atau dapat memperluas presepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus ataupun masalahnya.

Menurut Pendapat-pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa pemahaman adalah kemampuan seseorang untuk memahami suatu arti atau konsep yang telah diketahui dan diingat serta mampu menjelaskan dengan bahasa sendiri. Jadi sebagai seorang guru penjasorkes sudah semestinya paham akan materi yang akan hendak diajarkan dalam hal ini materi renang agar dapat dicapai proses pembelajaran sesuai yang diinginkan tanpa menyalahi prosedur yang berlaku.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemahaman

Secara prosedural, guru dapat dikatakan berhasil dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran ketika guru dapat mencapai tujuan pembelajaran yang ditentukan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman guru sekaligus keberhasilan siswa ditinjau dari segi kemampuan pendidikan menurut Syaiful Bahri D dan Aswan (2014:109-118) sebagai berikut :

a. Tujuan

Tujuan Adalah pedoman sekaligus sebagai sasaran yang akan dicapai dalam kegiatan belajar mengajar . perumusan tujuan akan mempengaruhi kegiatan pengajaran yang dilakukan oleh guru sekaligus mempengaruhi kegiatan belajar siswa.

b. Guru

Guru adalah tenaga pendidik yang memberikan sejumlah ilmu pengetahuan pada peserta didik di sekolah. Guru adalah orang yang peserta didik satu berbeda dengan yang lainnya, untuk itu setiap berpengalaman dalam bidang profesinya. Di dalam satu kelas individu berbeda pula keberhasilan belajarnya. Dalam keadaan yang demikian ini seorang guru dituntut untuk memberikan suatu pendekatan atau belajar yang sesuai dengan keadaan peserta didik, sehingga semua peserta didik akan mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan.

c. Peserta didik

Peserta didik adalah orang yang sengaja datang ke sekolah untuk belajar bersama guru dan teman sebayanya. Mereka memiliki latar belakang yang berbeda, bakat ,minat dan potensi yang berbeda pula.

Sehingga dalam satu kelas pasti terdiri dari peserta didik yang bervariasi karakteristik dan kepribadianya. Hal ini berakibat berbeda pula cara penyerapan materi atau tingkat pemahaman setiap peserta didik. Dengan demikian dapat diketahui bahwa peserta didik adalah unsur manusiawi yang mempengaruhi kegiatan belajar mengajar sekaligus hasil belajar atau pemahaman peserta didik.

d. Kegiatan pengajaran

Kegiatan pengajaran adalah proses terjadinya interaksi antara guru dengan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar. Kegiatan pengajaran ini merujuk pada proses pembelajaran yang diciptakan guru dan sangat dipengaruhi oleh bagaimana keterampilan guru dalam mengolah kelas. Komponen-komponen tersebut meliputi pemilihan strategi pembelajaran, penggunaan media dan sumber belajar, pembawaan guru, dan sarana prasarana pendukung. Semua itu akan sangat menentukan kualitas belajar siswa.

e. Suasana evaluasi

Hal ini berkaitan dengan konsentrasi dan kenyamanan siswa, keadaan kelas yang tenang, aman dan disiplin juga berpengaruh terhadap tingkat pemahaman peserta didik pada materi ujian yang sedang mereka kerjakan. Jika hasil belajar siswa tinggi, maka tingkat keberhasilan proses belajar mengajar akan tinggi.

f. Bahan dan alat evaluasi

Adalah salah satu komponen yang terdapat dalam kurikulum yang digunakan untuk mengukur pemahaman siswa. Alat evaluasi meliputi cara-cara dalam menyajikan bahan evaluasi, misal dengan memberikan soal dalam bentuk benar-salah, pilihan ganda, menjodohkan, melengkapi, dan *essay*. Dalam penggunaannya, guru tidak harus memilih hanya satu alat evaluasi. Contoh pada soal *essay*. Apabila siswa mampu menjawab jawaban dengan bahasa sendiri tetapi konsep dan maksud jawaban mengarah ke jawaban yang benar maka siswa dapat dikatakan paham terhadap materi yang telah diberikan.

Menurut Bloom (Winkel, 1999:246) pemahaman mencakup kemampuan untuk menangkap makna dan arti dari bahan yang dipelajari. Adanya kemampuan memahami dapat dinyatakan dalam menguraikan makna dari suatu hal, mengerti dan mampu menjelaskan atas sesuatu yang dipelajari”.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa arti pemahaman adalah kemampuan untuk mengungkapkan dan memindahkan isi pengetahuan secara bijaksana dan efektif dari berbagai segi kedalam tugas lingkungan nyata oleh diri sendiri. Namun disini guru menjadi peran vital karena guru yang mampu menciptakan suasana kegiatan pembelajaran yang efektif dan efisien.

B. Hakikat Pembelajaran

1. Pengertian Pembelajaran

Manusia dalam kehidupannya, Tidak akan terlepas dari kegiatan belajar. Pembelajaran membutuhkan guru dan siswa untuk saling berinteraksi dalam mengajar didalam maupun di luar ruangan. Keberhasilan proses belajar dan mengajar merupakan tugas dan tanggung jawab dari seorang guru atau pengajar, serta unsur-unsur yang lain berfungsi sebagai penunjang seperti sarana dan prasarana.

E.Mulyasa (2002:100) mengatakan bahwa:

“Pembelajaran pada hakekatnya adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungannya, sehingga terjadi perubahan perilaku kearah yang lebih baik. Dalam interaksi tersebut banyak sekali faktor yang mempengaruhinya, baik faktor internal yang datang dari dalam diri individu, maupun faktor eksternal yang datang dari lingkungan”.

Sedangkan menurut Rusman (2010:1) mengatakan bahwa pembelajaran merupakan suatu sistem, yang terdiri atas berbagai komponen yang saling berhubungan satu dengan yang lain. Komponen tersebut meliputi : Tujuan,materi,metode,dan evaluasi. Sedangkan menurut Asep jihad (2008 :11) sebagaimana yang ditulis dalam bukunya mengatakan bahwa pembelajaran, merupakan suatu proses yang terdiri dari kombinasi dua aspek, yaitu : belajar tertuju kepada apa yang harus dilakukan oleh siswa, mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru sebagai pemberi pelajaran. Dengan kata lain. Pembelajaran pada hakikatnya merupakan proses komunikasi antara peserta didik dengan pendidik antar peserta didik

dalam rangka perubahan sikap suherman,(1992:17). Implikasi lain dari pengertian pembelajaran di atas adalah peserta sebagai suatu organisme yang hidup, maksudnya peserta didik memiliki berbagai potensi yang siap berkembang misalnya : kebutuhan, minat,tujuan,intelegensi.emosi dan lain lain.

Sedangkan menurut Bigs yang dikutip oleh Nana Subini (2015; 7) mengatakan bahwa :

Pengelompokan pembelajaran ke dalam tiga pengertian, yaitu :

1. Secara kualitatif
Pembelajaran dalam pengertian secara kualitatif merupakan upaya pendidik untuk memudahkan kegiatan belajar peserta didiknya. Dalam hal ini peranan guru tidak hanya sebagai pengajar yang mentransfer ilmu kepada anak didiknya namun juga melibatkan anak didiknya tersebut dalam kegiatan belajar yang aktif, efektif, dan efisien.
2. Secara kuantitatif
Pembelajaran dalam pengertian secara kuantitatif merupakan penularan pengetahuan dari pendidik kepada peserta didik. Dalam hal ini guru dituntut menguasai pengetahuan yang dimiliki sehingga dapat menyampaikan kepada anak didik dengan sebaik –baiknya. Semua ilmu yang dimiliki, apa yang diketahui oleh pendidik, tersalurkan secara keseluruhan kepada peserta didik.
3. Secara institusional
Pembelajaran dalam pengertian secara institusional merupakan penataan segala kemampuan mengajar sehingga kegiatan belajar mengajar dapat berjalan efisien, tidak bertele-tele, dan membuang waktu percuma. Dalam hal ini pendidik harus siap dengan apa yang diajarkan, termasuk metode mengajar apa yang akan dipilih dalam menyampaikan suatu ilmu pengetahuan kepada anak didiknya. Mengingat kebutuhan dan adanya perbedaan pada masing masing anak didiknya.

Berdasarkan Pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa proses pembelajaran bukan sekedar transfer ilmu dari guru kepada

siswa melainkan suatu proses kegiatan, yaitu terjadi interaksi antara guru dengan siswa serta antara siswa dengan siswa. Belajar siswa tidak berinteraksi dengan guru sebagai salah satu sumber belajar. Tetapi berinteraksi dengan keseluruhan sumber belajar yang mungkin dipakai untuk mencapai tujuan pembelajaran. Oleh karena itu pembelajaran menaruh perhatian pada bagaimana membelajarkan siswa dan bukan apa yang dipelajari siswa.

2. Tujuan Pembelajaran

Tujuan pembelajaran adalah sejumlah hasil belajar yang menunjukkan bahwa siswa telah melakukan tugas belajar dengan baik, yang umumnya meliputi pengetahuan, keterampilan dan sikap, yang diharapkan tercapai. Tujuan belajar adalah suatu deskripsi mengenai tingkah laku yang diharapkan tercapai oleh anak didik setelah proses belajar berlangsung Nana Subini (2015:166) sedangkan menurut Sukmadinata yang dikutip oleh Nana Subini (2015 :167) mengatakan ada 4 tujuan pembelajaran yaitu :1) Memudahkan dalam mengkomunikasikan maksud kegiatan belajar mengajar kepada siswa , sehingga siswa dapat melakukan perbuatan belajarnya secara lebih mandiri.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat di simpulkan bahwa tujuan pembelajaran adalah tujuan dari suatu proses interaksi antara pendidik dan peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar untuk mencapai tujuan pendidikan yang diinginkan.

C. Hakikat Guru

1. Pengertian Guru

Guru merupakan sosok yang memiliki kedudukan yang sangat penting bagi pengembangan segenap potensi peserta didik. Ia menjadi orang yang paling menentukan dalam perancangan dan penyiapan proses pendidikan dan pembelajaran di dalam maupun di luar kelas, paling menentukan dalam pengaturan dan pengendalian siswa baik itu di luar maupun di luar kelas.

Raka Joni (1991:132) mengatakan bahwa :Hakikat Tugas guru pada umumnya berhubungan dengan pengembangan sumber daya manusia yang pada akhirnya akan paling menentukan kelestarian dan kejayaan kehidupan bangsa. Dengan perkataan lain bahwa guru mempunyai tugas membangun dasar dasar dari corak kehidupan manusia dimasa yang akan datang.

Proses Pendidikan, Pada dasarnya guru mempunyai tugas mendidik dan mengajar peserta didik agar dapat menjadi manusia yang dapat melaksanakan tugas kehidupannya yang selaras dengan kodratnya sebagai manusia yang baik dalam kaitanya hubungan dengan sesama manusia maupun dengan Tuhan. Tugas mendidik guru berkaitan dengan transformasi nilai –nilai dan pembentukan pribadi, sedang tugas mengajar berkaitan dengan transformasi pengetahuan dan keterampilan kepada peserta didik. Namun bagi guru penjaskes tugas

mendidik dan mengajar merupakan tugas yang terpadu dan saling berkaitan.

Sedangkan menurut Hamzah B uno (2007 :16) mengatakan bahwa seiring dengan kemajuan teknologi informasi yang telah demikian pesat, guru tidak lagi hanya bertindak sebagai penyaji informasi, tetapi juga harus mampu bertindak sebagai fasilitator, motivator , dan pembimbing yang lebih banyak memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mencari dan mengolah sendiri informasi.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa bila guru melakukan kesalahan maka dampaknya walaupun tidak secara langsung akan terasa tidak kurang gawatnya dibandingkan dengan dampak negatif dari kesalahan medis yang dilakukan oleh dokter. Bila kesalahan yang dilakukan oleh dokter berdampak kepada kematian pasien (anak) dalam waktu yang singkat, sedang kesalahan yang dilakukan oleh guru akan berakibat kematian anak dalam jangka waktu yang cukup lama (potensi-potensi kemanusiaan terbunuh oleh praktek pendidikan yang salah). Praktek pendidikan yang salah ini dalam ilmu pendidikan disebut “*mal-education*” atau “*demagogie*”.

2. Tugas Guru

Pada dasarnya terdapat seperangkat tugas yang harus dilaksanakan oleh guru berhubungan dengan profesinya sebagai pengajar. Tugas guru ini sangat berkaitan dengan kompetensi profesionalnya.

Secara garis besar, tugas guru dapat ditinjau dari tugas tugas yang langsung berhubungan dengan tugas utamanya. Yaitu menjadi pengelola dalam proses pembelajaran, tetapi akan menunjang keberhasilannya menjadi guru yang andal dan dapat diteladani.

Menurut Uzer yang dikutip oleh Hamzah B uno (2007 :20) mengatakan bahwa : terdapat 3 jenis tugas guru ,yakni tugas dalam bidang profesi, tugas kemanusiaan, dan tugas dalam bidang kemasyarakatan. Uraian dari penjelasan user dapat dijabarkan sebagai berikut :

- 1) Tugas pengajar sebagai pengelola pembelajaran
 - a. Tugas manajerial
Menyangkut fungsi administrasi (memimpin kelas), baik internal maupun eksternal.
 - Berhubungan dengan peserta didik.
 - Alat perlengkapan kelas (material).
 - Tindakan –Tindakan professional.
 - b. Tugas edukasional
Menyangkut fungsi mendidik, bersifat :
 - Motivasional
 - Pendisiplinan
 - Sanksi sosial (tindakan hukuman)
 - c. Tugas intruksional
Menyangkut fungsi mengajar, bersifat :
 - Penyampaian materi
 - Pemberian tugas tugas pada peserta didik
 - Mengawasi dan memeriksa tugas

Sedangkan menurut Heru Suprianto (2009:19) mengatakan pendapatnya tentang tugas guru penjaskes adalah sebagai berikut : 1. Mengajar dan mendidik melalui aktivitas jasmani 2. Menyelenggarakan ekstrakurikuler 3.pengadaan, pemeliharaan, dan pengaturan alat atau fasilitas olahraga 4. Menyelenggarakan pertandingan 5. Mengajar kesehatan.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa Tugas guru sebagai seorang pendidik harus menjalankan tugasnya sebagaimana mestinya dengan penuh tanggung jawab dan dedikasi tinggi. Hal ini dikarenakan besarnya pengaruh guru dalam pola pikir serta kepribadian seorang peserta didik mengingat guru merupakan orang tua kedua dari peserta didik di luar rumah mereka.

D. Hakikat Renang

Ditinjau dari pendidikan jasmani, renang juga diberikan di sekolah-sekolah tidak hanya dimaksudkan bagi kesehatan anak-anak saja, tetapi juga merupakan salah satu unsur atau alat yang penting dalam pendidikan keseluruhannya seperti kepercayaan dirinya, kebersamaan, saling menghargai dan lain sebagainya, pada umumnya banyak anak yang takut masuk ke dalam kolam renang, tetapi setelah mencoba serta diberi kepercayaan oleh guru yang bersangkutan maka hilanglah perasaan takut tersebut dan berubah menjadi perasaan senang atau menggembirakan, hal ini dapat tercipta dengan menggunakan metode yang tepat oleh guru yang bersangkutan.

Menurut Akhmad Olih Solihin (2016:32) mengatakan ada beberapa poin penting yang harus dilakukan oleh guru sekolah dasar sebelum membawa peserta didik ke kolam renang, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Guru mendata jumlah siswa yang ikut ke kolam renang.
2. Memberi pengarahan untuk tidak bermain dan saling dorong di kolam renang
3. Memperhatikan kedalaman kolam renang.

4. Tidak membawa barang berharga, karena di kolam renang merupakan fasilitas umum
5. Menggunakan pakaian renang yang sepantasnya.
6. Siswa tertib saat memasuki kolam renang dan memperhatikan instruksi guru.

Renang memiliki tingkat penguasaan gerak yang relatif tinggi dan kompleks, sehingga guru atau pelatih dengan cermat menggunakan media dalam proses pembelajaran maupun pelatihan renang, Guru mulai mengetahui manfaat media sebagai salah satu penunjang keberhasilan siswa atau atlet dalam penguasaan gerak dalam renang menurut Sriningsih (2016:37) mengatakan bahwa ada peralatan atau media yang wajib digunakan untuk anak sekolah dasar yaitu : Pelampung atau *kick board*, kaca mata renang atau *google* dan Papan jepit atau *pull buoy*, berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa untuk menciptakan proses pembelajaran renang yang baik khususnya untuk siswa sekolah dasar kelas atas tidak hanya mutlak kemampuan guru dalam memberikan materi namun ketersediaan media pelengkap seperti peralatan renang juga sangat menunjang keberhasilan pembelajaran.

1. Pengertian Renang

Renang termasuk salah satu jenis olahraga yang banyak disukai oleh masyarakat. Selain tergolong olahraga murah, renang juga tidak memerlukan alat atau perlengkapan khusus. Berenang biasanya dilakukan untuk mengisi waktu senggang berenang dapat dilakukan dimana saja,

termasuk di sungai dan kolam renang. Jika kamu berenang di kolam renang tentu diperlukan peralatan dan perlengkapan standar yang menunjang, seperti pakaian khusus renang dan kaca mata renang, kedua alat ini sangatlah membantu saat berenang sehingga renang terasa nyaman dan aman berenang memiliki banyak manfaat. Selain untuk kesehatan dan rekreasi, renang juga berfungsi sebagai olahraga prestasi. Jika kamu menekuni olahraga ini dengan rutin, tidak menutup kemungkinan kamu akan menjadi seorang atlet renang. Banyak perlombaan renang yang dapat diikuti. Tentu saja olahraga renang prestasi diperlukan standarisasi, seperti gaya berenang dan ukuran standar kolam renang. Nani Kurniawati (2014:1).

Menurut Roeswan (1979 :23), renang merupakan suatu olahraga yang dilakukan di air dan seluruh anggota badan bergerak dengan bebas. Dalam hal ini tentu perenang harus memperhatikan dorongan dan hambatan yang timbul ketika saat berenang di air. Dorongan dapat dicapai dengan cara mengayunkan kedua tangan ke depan kemudian di tarik kebelakang, serta pukulan kaki yang kuat kemudian jika mengurangi hambatan dengan cara melakukan gerakan se-efisien mungkin agar hambatan air yang berlawanan dengan badan tidak terlalu banyak. Serta dapat meringankan gerakan dan menghasilkan gerak yang cepat.

2. Sejarah Renang

Renang Telah dikenal sejak zaman prasejarah. Hal ini terbukti dari ditemukannya lukisan atau gambar-gambar yang menunjukkan gaya dada

atau gaya anjing mengayuh. Akan tetapi, ada beberapa orang yang beranggapan bahwa lukisan atau gambar tersebut menunjukkan gerakan yang berkaitan dengan prosesi ritual yang artinya tidak berkaitan dengan renang. Di Jepang, renang adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh para samurai. Nani Kurniawati (2014:2)

Sejarah mencatat, pertandingan renang pertama diselenggarakan oleh kaisar suigui pada tahun 36 sebelum masehi. Perlombaan renang yang memperebutkan gelar juara telah dimulai di Eropa sekitar tahun 1800. Saat itu, sebagian besar perenang menggunakan gaya dada. Kemudian, pada 1873 John Arthur Trudgen mengenalkan gaya Trudgen di dalam perlombaan renang setelah meniru renang gaya bebas suku Indian. Gaya Trudgen dikenal juga dengan gaya bebas. Ketidaksesuaian orang Inggris terhadap gerakan renang yang memercikan air ke sana kemari. Menyebabkan Trudgen mengganti beberapa gerakannya. Misalnya, gerakan kaki gaya bebas yang melecet ke atas dan kebawah menjadi gerakan kaki gunting. Seperti renang gaya samping. Gaya ini kemudian mulai dikombinasikan dengan gaya kaki yang menendang oleh Richard Cavill pada 1902 di abad pertengahan, renang termasuk dalam tujuh kemahiran yang harus dimiliki oleh para ksatria. Saat berenang para ksatria ini membawa senjata.

Olahraga renang menjadi salah satu cabang olahraga yang dilombakan dalam Olimpiade Modern di Athena, Yunani pada tahun 1896. Pada Olimpiade ini hanya empat nomor yang dipertandingkan

dari rencana semula enam nomor. Masing masing adalah nomor 100meter, 500 meter, 1200 meter, nomor bebas, dan 100 meter bagi para pelaut. Olimpiade kedua diselenggarakan di paris. Prancis pada 1900 dan mempertandingkan nomor 200 meter, 1000meter, 4000 meter, nomor bebas, 200 meter nomor beregu. Nomor renang putri dilombakan sejak olimpiade Stockholm pada 1912.

Dihindia belanda, perserikatan berenang bandung (*Bndungese zwembond*) Pada tahun 1917. Pada tahun berikutnya, didirikan perserikatan berenang jawa barat (*west java zwembond*) dan perserikatan renang jawa timur (*ost java zwembond*) didirikan pada 1927. Sejak saat itu pula mulai sering diadakan perlombaan renang di setiap daerah. Pada tahun 1936 perenang hindia belanda bernama pet stam mencatat rekor 59,9 detik untuk nomor 100 meter gaya bebas di kolam renang cihampelas bandung.sedangkan persatuan berenang seluruh Indonesia (PBSI) didirikan pada 21 maret 1951 dan ikut sebagai anggota federasi renang dunia sejak tahun selanjutnya perenang Indonesia pertama terjun di olimpiade pada tahun 1952 di Helsinki. bagaimana sejarah renang di Indonesia? Sebelum kemerdekaan, olahraga renang hanya dilakukan oleh bangsa kulit putih dengan teknik yang sudah maju. Sementara bangsa Indonesia melakukannya di sungai atau danau tanpa teknik yang memadai. Namun saat jepang menjajah bangsa Indonesia olahraga renang mengalami perkembangan dan kemajuan.

Menurut Tuti Tresnawati (2010 : 1). Olahraga renang sudah dikenal sejak jaman prasejarah. Hal ini dibuktikan dengan adanya lukisan dari zaman batu telah ditemukan di dalam “gua para perenang” dekat wadi sora (atau sura) dibagikan barat daya mesir.pada tahun 1538 nicolas wynman,professor bahasa berkebangsaan jerman, menulis buku renang pertama kali, “*Colymbetes*”.kompetisi renang di eropa dimulai sekitar tahun 1800, sebagian besar menggunakan gaya dada.

Menurut E. Digby yang dikutip oleh Tuti Tresnawati mengatakan bahwa : manusia dapat berenang lebih baik, pada tahun 1603 organisasi renang pertama dibentuk di jepang. Kaisar go-Yozei dari jepang menyatakan bahwa murid sekolah harus dapat berenang. Pada tahun 1696 penulis perancis thevenot menulis “seni renang”menjelaskan bahwa gaya dada sangat mirip dengan gaya dada modern. Buku ini telah diterjemahkan kedalam bahasa inggris dan menjadi referensi standar renang selama bertahun tahun hingga masa yang akan datang

3. Prinsip Prinsip Renang

Menurut Sukintaka (1983 :77) mengatakan bahwa prinsip-prinsip berenang ada 3 yaitu :

- a. Prinsip tahanan dan dorongan
Setiap kecepatan maju dalam berenang adalah hasil dari dua kekuatan. Satu kekuatan cenderung untuk menahanya yang disebut tahanan atau hambatan. Hambatan ini ada disebabkan oleh air yang harus didesaknya atau harus dibawanya serta kekuatan yang kedua adalah kekuatan yang mendorongnya maju disebut dorongan.dorongan ini diperoleh oleh gerakan ? tarikan tangan dan gerakan kaki.
- b. Prinsip Hambatan
Ada 3 jenis hambatan air :

- 1) Hambatan dari depan
Hambatan dari depan ialah hambatan terhadap gerakan maju yang ditimbulkan oleh air yang ada di depan perenang atau di depan setiap bagian badanya.
 - 2) Gesekan kulit
Geseran kulit dengan air menyebabkan hambatan air pada sisi badanya.
 - 3) 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.
- c. Prinsip Dorongan
Dorongan ialah 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 kebelakang.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas bahwa olahraga renang

memiliki tingkat kesulitan tersendiri dari setiap gerakanya namun itu semua dapat diatasi dengan belajar serta mendalami bagaimana teknik dan cara cara berenang yang baik. Agar supaya kegiatan berenang dapat dilakukan dengan nyaman aman serta mendapatkan manfaat sesuai yang diinginkan.

4. Manfaat Renang

Jika ada suatu survey mengenai olahraga favorit yang sering dilakukan mungkin renang menjadi salah satu olahraga teratas dari pada setiap orang yang menyukainya. Menurut Nani kurniawati (2014:20) mengatakan bahwa berenang memiliki manfaat sebagai berikut:

- a. Membentuk otot
Berenang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan. Salah satunya yang didapatkan dari berenang adalah dapat melatih berbagai otot ubuh tubuh sehingga kesetabilan tubuh akan meningkat. Secara umum, berbagai otot yang digunakan ketika berenang adalah otot perut. Otot lengan, otot pinggul. Bokong dan paha. Saat berenang kita hampir menggerakkan keseluruhan otot otot kita mulai dari kepala, leher, anggota

gerak atas, dada, perut, punggung, pinggang anggota gerak bawah dan telapak kaki. Saat bergerak di dalam air. Tubuh mengeluarkan energi lebih besar karena harus melawan masa air yang mampu menguatkan dan melenturkan otot-otot tubuh.

- b. Meningkatkan fungsi jantung dan paru
Gerakan mendorong dan menendang air dengan anggota tubuh terutama tangan dan kaki, dapat memacu aliran darah ke jantung, pembuluh darah dan paru-paru. Sangat dianjurkan bagi penderita asma untuk berenang karena sistem kardiovaskuler dan pernapasan dapat kuat dengan rutin melakukan olahraga renang, pernapasan kita menjadi lebih sehat lancar dan bernapas akan menjadi lebih panjang.
- c. Menambah Tinggi badan
Berenang secara baik dan benar akan membuat tubuh tumbuh lebih tinggi (bagi yang masih dalam pertumbuhan tentunya). Pada waktu berenang seluruh badan mengalami peregangan dari badan sampai ujung kaki. Disamping itu gerakan renang hampir melibatkan semua otot tubuh. Akan tetapi fakta bertambahnya tinggi badan anak bukan sekedar dipicu oleh kegiatan renang saja. Namun ada hal-hal lain yang lebih berperan. Yaitu faktor genetik atau keturunan, selain faktor genetik dan keturunan faktor lain yang mendukung pertumbuhan tinggi badan adalah nutrisi.
- d. Membakar kalori lebih banyak
Dengan renang tubuh akan membakar sekurang-kurangnya 275 kalori per jam. Setara dengan bersepeda dan jalan cepat. Meskipun kalori yang terbakar tidak sebanyak lari atau tenis. Tidak berarti renang yang dilakukan dalam waktu sangat lama akan membakar kalori lebih banyak. Saat berenang tubuh akan terasa lebih berat bergerak di dalam air. Otomatis energi yang dibutuhkan pun menjadi lebih tinggi sehingga secara efektif dapat membakar sekitar 24 persen kalori tubuh.
- e. *Self safety*
Dengan berenang kita tidak perlu khawatir apabila suatu saat mengalami hal-hal yang tidak diinginkan khususnya yang berhubungan dengan air (jatuh ke laut dll)
- f. Menghilangkan Stress
Secara psikologis, berenang juga dapat hati dan pikiran lebih rileks. Gerakan renang yang dilakukan dengan santai dan perlahan, mampu meningkatkan hormon endorfin dalam otak. Suasana hati menjadi sejuk, pikiran lebih adem badan pun terasa bebas. Selain sebagai latihan aerobik, renang juga dianggap seperti permainan karena pengaruhnya yang menyenangkan. Itulah alasan kenapa anak-anak sampai orang tua menyenangi olahraga ini. Salah satu pengaruh yang ditimbulkan adalah dilepaskannya bahan kimia yang bertanggung

jawab saat kita merasa bahagia yaitu endorphin. Selain itu. Berenang juga dapat membangkitkan respon relaksasi seperti halnya yoga. hal ini disebabkan, sebagian besar gerakan renang dilakukan dengan peregangan yang konstan dan relaksasi otot. Lalu dikombinasikan dengan pernapasan berirama.

Berdasarkan Pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa manfaat renang sangat besar sekali bagi kesehatan oleh karena itu dengan olahraga renang seorang guru dapat memberikan bekal keterampilan yang bagus apabila sejak usia dini mereka telah diperkenalkan dengan olahraga renang. Disamping manfaatnya yang sangat besar bagi tubuh , olahraga renang juga memiliki nilai-nilai pendidikan karakter yang tentunya sangat bagus untuk peserta didik khususnya, terlebih mereka yang dalam masa pertumbuhan.

5. Peraturan Keselamatan Dalam Berenang

Adanya bahaya terpendam dari segala aktivitas di dalam air mengharuskan setiap orang yang melakukannya untuk memperhatikan beberapa peraturan tertentu mengenai keselamatan dan tingkah laku diri pribadi. Terlebih untuk guru sekolah dasar dibutuhkan ketelitian lebih dalam mengawasi peserta didiknya ketika melakukan kegiatan belajar di lapangan, ada beberapa macam versi peraturan prosedur dalam melakukan kegiatan berenang menurut David g.thomas (2006:2) mengatakan bahwa:

- 1) Jangan berenang sendirian. Harus selalu ada seseorang bersama anda,yang dapat memberikan pertolongan bila terjadi keadaan darurat
- 2) Kenalilah daerah di mana anda akan berenang, ketahui lokasi mana yang dalam dan mana yang dangkal dan ketahui bahaya-bahaya tersembunyi yang tidak tampak dari atas permukaan air.
- 3) Jangan langsung berenang

sehabis makan. Tunggu sekurang kurangnya 30 menit setelah makan ringan dan lebih lama lagi setelah makan besar. 4) jangan mengunyah permen karet sewaktu berenang. Pola pernafasan dalam renang memerlukan mulut dan kerongkongan yang tidak terhambat apa pun 5) Jangan berlari, terburu-buru atau bermain kuda-kudaan di dekat kolam renang. Tempat ini biasanya basah dan licin, dan kecelakaan dapat terjadi dengan mudah. Guru juga harus menjelaskan secara langsung kedalaman kolam renang yang akan digunakan untuk pembelajaran agar supaya siswa lebih mengerti prosedur keamanan sesuai ketentuan yang berlaku menurut : ermat suratma dan adang suherman (2004:17) ada dua ketentuan yang harus dipahami oleh siswa yaitu :

- a. Anak tidak boleh saling dorong mendorong sesama teman apalagi orang lain , hal ini penting disamping mengganggu orang lain hal ini juga dapat membahayakan siswa
- b. Anak dilarang mengkonsumsi makanan di dalam kolam renang, kepada anak juga harus ditanya mengenai kesehatan terakhir sebelum berenang seperti kesehatan kulit mungkin pula sedang demam atau memiliki penyakit bawaan atau penyakit lainnya yang menyebabkan dirinya sendiri atau menular ke orang lain.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa betapa pentingnya suatu persiapan yang harus dilakukan sesudah dan sebelum melakukan kegiatan renang mengingat renang merupakan

olahraga yang dilakukan di dalam air bukan di darat segala kemungkinan bisa terjadi.

6. Pembelajaran Renang Untuk Siswa SD kelas Atas

Setiap anak kebanyakan menyukai air. Mereka umumnya gemar bermain air saat dimandikan di kamar mandi, di kolam renang, di tepian air terjun, bahkan di pantai. Oleh sebab itu, penting mengajari anak untuk lebih mengenal air sejak dini agar terhindar dari bencana. Secara alamiah anak memang tertarik pada air, terutama dalam hamparan yang luas seperti kolam renang dan laut. Namun, menurut seorang instruktur renang, reaksi anak terhadap air sangatlah berbeda-beda, bergantung pada usianya. Athea AM, (2009 :95). Berikut adalah tahapan proses pembelajaran renang untuk siswa sekolah dasar kelas atas

a. Pengenalan Air

Menurut sismadiyanto,(2008:9) Bentuk-bentuk pengenalan air dapat dibagi dalam beberapa pokok kegiatan, disesuaikan dengan tujuannya. Pengenalan air sangat dibutuhkan oleh para siswa yang belum pernah sama sekali belajar renang, karena kemungkinan-kemungkinan para siswa ada yang masih takut masuk ke dalam kolam. Untuk itu guru hendaknya memahami benar bentuk-bentuk pengenalan air, karena hal ini sangat penting untuk dapat membawa anak, terutama anak yang kurang berani masuk ke dalam kolam.

Pengenalan air adalah suatu bentuk latihan dasar sebelum siswa diajarkan masing-masing gaya renang. Tujuan akhir yang diharapkan dari pembelajaran pengenalan air adalah untuk membentuk sikap, kemampuan dan keterampilan mengambang atau mengapung dan meluncur pada permukaan air. Dengan kemampuan mengapung dan meluncur akan mempermudah siswa melakukan bentuk-bentuk gerakan yang dipelajari.

Khusus bagi siswa yang belum bisa berenang pembelajaran pengenalan air bertujuan pula untuk :

- 1) Agar anak mengetahui dan dapat merasakan adanya perbedaan bergerak di darat dengan di air
- 2) Agar siswa dapat mengetahui dan merasakan adanya pengaruh air terhadap gerakan yang dilakukan
- 3) Agar siswa dapat mengetahui dan merasakan adanya pengaruh dan rangsangan terhadap pernafasan
- 4) Agar siswa dapat mengetahui dan merasakan pengaruh air terhadap keseimbangan tubuh dan gerak.
- 5) Memupuk rasa keberanian siswa, menghilangkan rasa takut terhadap air, dan memupuk rasa percaya diri.
- 6) Memberikan motivasi kepada siswa yang makin lama makin senang, terhadap pembelajaran dalam air.

b. Teknik Dasar Renang

Setelah metode pengenalan air serta pembagian permainan yang menyenangkan, tahap materi selanjutnya yaitu guru memberikan suatu materi kepada anak didiknya yaitu dari yang mudah ke yang sulit, materi yang diberikan sebagai berikut :

- 1) Mengapung adalah aktivitas berusaha menjaga tubuhnya agar tidak tenggelam saat berada di kolam mengapung dapat dilatih dengan berbagai cara antara lain
 1. Siswa disuruh untuk memegang lututnya masing-masing dapan kepala dimasukan kedalam air , usahakan tidak menyentuh ke dasar kolam
 2. Siswa melentangkan tubuhnya dan kepala nya menghadap ke atas
 3. Siswa melentangkan kepalanya ke bawah dengan melihat dasar kolam
4. Menyelam
Menyelam yaitu memasukan tubuh kedalam kolam, guru memberikan materi ini dengan menyuruh peserta didiknya dengan cara memberikan permainan, misalnya memberikan koin atau kelereng kedalam air lalu siswa disuruh untuk mengambilnya.

5. Meluncur

Meluncur dilakukan dengan berdiri bersandar di dinding kolam kemudian kaki menolak pada dinding agar dapat memperoleh gaya dorong ke depan sehingga dapat meluncur ke air tangan lurus ke depan dan tungkai juga lurus ke belakang.

Setelah pembelajaran pengenalan air selesai siswa kemudian diajarkan mengenai teknik dasar berbagai macam gaya diantaranya gaya bebas (crawl) dan gaya dada.

1) Pembelajaran Renang Gaya Crawl (gaya bebas)

a) Gerakan kaki

- (1) Berpasangan satu kelompok terdiri dari 3 siswa, A berada dekat dengan dinding kolam renang, B berdiri menghadap A, C berada di belakang B
- (2) Kedua lengan B berikan kepada A, dan C memegang kedua kaki B, kemudian simpan Noodle swimming di bagian pusar atau perut B. Sehingga posisi tubuh B Sejajar dengan permukaan air dan kepala berada di atas air.
- (3) Tangan kanan C menekan kaki kanan B ke bawah permukaan air kurang lebih 30 cm, lakukan bergantian tangan kiri C menekan kaki kiri B ke bawah permukaan air.
- (4) Lakukan gerakan tersebut dari gerakan perlahan, hingga gerakan kaki dilakukan secara mandiri oleh B sebanyak 10-20 hitungan.

b) Gerakan Tangan

- 1) Berpasangan satu kelompok tiga orang, A berada dekat dengan dinding kolam renang, B berdiri menghadap A, C berada di belakang B.
- 2) Kedua lengan B berikan kepada A, dan C memegang kedua kaki B, kemudian simpan *noodle* swimming di bagian pusar B. Sehingga posisi tubuh B sejajar dengan permukaan air dan kepala berada di atas air.
- 3) Lengan kanan B berputar seperti gerakan baling-baling hingga kembali ke posisi semula (menangkap-menarik-mendorong). Tetap berada di depan.
- 4) Lakukan gerakan tangan kanan seperti di atas dengan posisi kepala tetap berada di atas permukaan air, kemudian di ikuti lengan kiri secara bergantian. Hingga terdapat irama kanan dan kiri seperti halnya gerakan baling-baling

c) Koordinasi (Keseluruhan Gaya Crawl)

Siswa berada di air dengan posisi siap meluncur. Kemudian siswa meluncur dengan lengan lurus ke depan dan tungkai lurus ke belakang, diikuti dengan gerakan koordinasi lengan dan tungkai gaya crawl. Pertama lengan kanan ditarik di depan dada kemudian dorong dan taruh tangan di samping pinggang. Saat melakukan gerakan ini disertai dengan menaikan kepala untuk mengambil nafas. Saat gerakan lengan seperti ini gerakan tungkai adalah mengibaskan atau mengepakkan kaki. Setelah itu ganti lengan kiri. Lakukan secara bergantian, kombinasikan dengan pengambilan napas.

2) Pembelajaran Renang Gaya Dada

Menurut Anonim (2011:9) gerakan dasar gaya dada adalah sebagai berikut :

- 1) Gerakan Tungkai
 - a) Kaki ditekuk (dengkul dibengkokan/ditekuk).
 - b) Kemudian tendangan/luruskan kaki dengan posisi kedua kaki terbuka (kaki kiri dan kaki kanan sling berjauhan).
 - c) Masih dalam posisi kaki lurus, Kemudian kaki dirapatkan (sampai telapak kaki kiri dan kanan agak bersentuhan ini akan menambah daya dorong).
- 2) Gerakan Tangan
 - a) Posisi awal, Kedua tangan lurus di atas kepala (kedua telapak tangan saling bertemu & menempel)
 - b) Kemudian tarik tangan ke samping kanan dan kiri, tetapi tidak perlu terlalu kesamping (cukup tarik ke samping selebar bahu dan selebihnya tarik ke bawah).
 - c) Koordinasi Lengan dan Kaki Gaya Dada
Koordinasi Keseluruhan kaki dan dalam renang gaya dada tentunya sangat berpengaruh terhadap gerakan ketika di air, dengan koordinasi gerakan yang bagus siswa dapat melakukan gaya ini dengan sempurna serta efisien, namun hal ini tidaklah mudah dilakukan untuk siswa yang belum terbiasa. Menurut Anandita F.p (2010:39) siswa harus menguasai setidaknya 2 gerakan berikut, gerakan tangan dan kaki dilakukan bergantian serta pengambilan napas dilakukan ketika gerakan tangan ke samping kiri dan kanan, kemudian kepala mendongok ke atas sambil mengambil napas.

7. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di Kecamatan Pengasih

Ada beberapa karakteristik anak di usia SD yang perlu diketahui para guru, agar lebih mengetahui keadaan peserta didik khususnya ditingkat SD. Sebagai guru harus dapat menerapkan metode pengajaran yang sesuai dengan keadaan siswanya maka sangatlah penting bagi seorang pendidik mengetahui karakteristik siswanya. Selain karakteristik yang perlu diperhatikan kebutuhan peserta didik.

Anak SD merupakan anak dengan kategori mengalami banyak perubahan yang sangat drastis baik dari segi fisik maupun mental. Usia anak SD yang berkisar antara 6-12 Tahun memiliki beberapa ciri-ciri diantaranya usia masuk kelas 1 SD berada dalam masa peralihan dari pertumbuhan cepat anak-anak awal ke suatu fase perkembangan yang lebih lambat. Ukuran tubuh anak relatif lebih kecil selama tahun-tahun di SD sedangkan memasuki usia 9 tahun tinggi dan berat badan laki-laki tinggi dan berat badan anak laki-laki dan perempuan kurang lebih sama. Sebelum usia 9 tahun anak perempuan relatif lebih pendek dan lebih langsing dari anak laki-laki. Akhir kelas 4, pada umumnya anak perempuan mulai memasuki lonjakan masa pertumbuhan yang drastis lengan dan kakinya mulai tumbuh cepat.

8. Tahapan pembelajaran renang

Menurut Agus S. Suryoboto (2006: 8). Tahapan pembelajaran renang meliputi latihan pendahuluan, latihan inti, dan latihan penutupan. Guru sebelum mengajar harus menyiapkan secara sungguh-sungguh baik fisik maupun mental. Secara fisik dan mental guru harus menyiapkan hal-hal yang berkaitan dengan proses pembelajaran.

- 1) Hal-hal yang harus disiapkan guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sebelum mengajar renang.
 - a) Datang tidak terlambat
 - b) Berpakaian yang rapi dan sopan
 - c) Fisik sehat dan tidak mengantuk

- d) Memeriksa dan menyiapkan alat,perkakas, dan fasilitas yang akan dibutuhkan.
 - e) Menyiram tubuh dengan air sebelum masuk kolam renang
 - f) Makan dilakukan minimal dua jam sebelum pelajaran dimulai
- 2) Hal-hal yang harus diperhatikan dalam proses pembelajaran
- a) Memulai an mengahiri pelajaran harus menghitung jumlah siswa yang mngikuti pelajaran
 - b) Selalu mengutamakan keselamatan disbanding yang lain
 - c) Menggunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar, jelas dan singkat namun sesuai dengan sasaran.
- 3) Hal-hal yang haus diperhatikan sesudah pelajaran selesai.
- a) Guru harus selalu mengecek bahwa siswanya sudah aman atau selamat dengan mengecek jumlah siswanya.
 - b) Guru harus menunggu sampai siswa benar-benar sudah tidak berada di kolam renang.
 - c) Guru memeriksa dn mengembalikan alat-alat yang digunakan dalam pembelajaran sebelumnya

9. Karakteristik Guru Penjasorkes

Seorang Guru Olahraga atau guru Penjasorkes di sekolah mempunyai tugas yang sangat berat yaitu mendidik siswa agar menjadi anak yang berbudi luhur, sekaligus melatih gerak dasar olahraga untuk itu seorang guru olahraga harus mempunyai nilai-nilai positif dalam kepribadian dan berkarakter yang baik.

Menurut sukintaka (2001 :42), syarat menjadi guru pendidikan dan kesehatan adalah sebagai berikut :

Bagi guru pendidikan jsmani kecuali persyaratan 10 kompetensi Guru dan persyaatan guru umum, masih dituntut persyaratan kompetensi pendidikan jasmani :

- a. Memahami pengetahuan pendidikan jasmani, dan kesehatan di sekolah.
- b. Memahami karakteristik anak.
- c. Mampu membangkitkan dan memberikan kesempatan pada anak untuk berkreasi, aktif dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani.
- d. Mampu memberikan bimbingan pada anak dalam pembelajaran agar mencapai tujuan pendidikan jasmani.
- e. Mampu merencanakan, melaksanakan, dan mengendalikan, menilai dan mengorganisasikan proses pembelajaran pendidikan jasmani.
- f. Memiliki pendidikan dan penguasaan keterampilan gerak.
- g. Memiliki pemahaman tentang unsure kondisi jasmani.
- h. Memiliki pengetahuan untuk menciptakan dan mengembangkan serta memanfaatkan lingkungan yang sehat dalam upaya mencapai tujuan pendidikan jasmani.
- i. Memiliki pengetahuan untuk mengidentifikasi potensi peserta didik dalam dunia olahraga.
- j. Memiliki kemampuan untuk menyalurkan hobinya dalam olahraga.

E. Penelitian Yang Relevan

Penelitian Yang relevan sangat diperlukan guna mendukung kerangka teori-teori dan kerangka berfikir yang dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai acuan dalam pengajuan pertanyaan dalam penelitian. Hasil penelitian yang relevan bukan berarti sama dengan yang akan diteliti namun masih dalam lingkup yang sama, yaitu masalah yang diteliti, waktu penelitian, tempat penelitian, sampel penelitian, metode penelitian analisis penelitian atau kesimpulan penelitian.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Indra saputra (2013) dengan judul tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap penilaian mata pelajaran penjasorkes sekolah dasar se-kecamatan kutasari kabupaten purbalingga. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif yaitu penelitian yang berusaha untuk menggambarkan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya tentang tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap penilaian pada mata pelajaran penjasorkes se-kecamatan kutasari kabupaten purbalingga. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes, bentuk tes objektif yaitu tes yang dalam pemeriksaanya dapat dilakukan secara objektif macamnya berupa tes benar-salah (true-false). Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan tes, Dari hasil keseluruhan hasil di atas secara umum tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap penilaian sudah bagus karena lebih dari separuh guru masuk dalam kategori baik.
2. Penelitian yang dilakukan oleh brian yudhi hertanto tahun 2015 dengan judul tingkat pemahaman pelatih renang tentang program latihan jangka panjang di DIY Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan satu variabel tanpa menggunakan hipotesis. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan population sampling atau penelitian populasi. Dari hasil penelitian. Instrumen penelitian ini menggunakan salah satu instrumen yaitu tes. Subyek penelitian ini adalah pemahaman pelatih renang di DIY tentang program latihan jangka panjang, sedangkan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, penelitian tersebut

menyimpulkan bahwa pemahaman pelatih renang tentang program latihan jangka panjang di di DIY termasuk dalam kategori tinggi dan rendah.

3. Penelitian yang dilakukan oleh yustinus sukarmin (2013) dengan judul penelitian tingkat pemahaman guru penjasorkes sekolah negeri se-kecamatan bambanglipuro terhadap faktor-faktor penyebab cedera pada saat pembelajaran. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah metode survey dengan kuesioner atau angket tipe pilihan sebagai teknik pengumpulan datanya. Subyek penelitian tersebut adalah guru penjasorkes se-kecamatan bambang lipuro, dalam penelitian ini teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data menggunakan angket atau kuesioner dengan teknik analisis data menggunakan teknik deskriptif

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat pemahaman guru penjasorkes sekolah se-kecamatan bambanglipuro terhadap faktor-faktor penyebab terjadinya cedera pada saat pembelajaran adalah baik.

F. Kerangka Berfikir

Penelitian pemahaman guru penjasorkes se-kecamatan pengasih terhadap pembelajaran renang pada siswa sekolah dasar kelas atas ini dilatar belakangi oleh masih belum diketahuinya tingkat pemahaman para guru penjasorkes terhadap penerapan metode pembelajaran yang baik dan benar terhadap siswa sekolah dasar khususnya kelas atas. Hal ini dapat dilihat dari observasi yang saya lakukan secara langsung di kolam renang UNY yang bertempat di kecamatan pengasih masih sering dijumpai seorang guru

penjasorkes terlihat kewalahan dan masih susah dalam mengontrol siswa ketika proses pembelajaran berlangsung. Hal ini tentunya menarik untuk dijadikan bahan penelitian untuk mengetahui tingkat pemahaman guru Penjasorkes terhadap pembelajaran renang khususnya siswa kelas atas.

Renang Termasuk salah satu jenis olahraga yang banyak disukai oleh masyarakat. Selain tergolong olahraga murah, renang juga tidak memerlukan alat atau perlengkapan khusus. Berenang biasanya dilakukan untuk mengisi waktu senggang berenang dapat dilakukan dimana saja, termasuk di sungai dan kolam renang. Jika kamu berenang dikolam renang tentu diperlukan peralatan dan perlengkapan standar yang menunjang, seperti pakaian khusus renang dan kaca mata renang, kedua alat ini sangatlah membantu saat berenang sehingga renang terasa nyaman dan aman berenang memiliki banyak manfaat. Selain untuk kesehatan dan rekreasi, renang juga berfungsi sebagai olahraga prestasi. Terlebih untuk siswa SD kelas atas yang masih dalam masa pertumbuhan jika mulai ditekuni sejak usia dini bukan tidak mungkin mereka dapat berprestasi di dalam cabang olahraga ini.

Untuk mencapai prestasi yang diharapkan tentunya diperlukan proses yang panjang, Serta pemahaman seorang guru penjasorkes karena melalui guru penjasorkes dapat digali minat serta bakat yang dimiliki dari masing-masing siswa. pemahaman guru penjasorkes terhadap pembelajaran renang harus benar-benar diketahui terlebih dahulu agar dapat meningkatkan mutu dalam mendidik siswa khususnya dalam pembelajaran renang.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Suharsimi Arikunto (2010:3), yang dimaksud dengan penelitian deskriptif adalah “penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan , kondisi atau hal-hal lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya di paparkan dalam bentuk laporan penelitian.”

Penelitian ini untuk mengetahui tingkat pemahaman guru penjasorkes se-Kecamatan pengasih dalam pembelajaran renang kelas atas. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode survey dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan instrumen tes.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional variabelnya adalah kemampuan guru untuk memahami suatu arti atau konsep yang telah diketahui dan diingat, serta mampu menjelaskan dengan menggunakan bahasa sendiri tentang pemahaman renang pada SD kelas atas. Penelitian ini diukur dengan menggunakan tes.

1) Pemahaman guru penjasorkes

Adalah kemampuan seorang guru untuk memahami suatu arti atau konsep yang telah diketahui dan diingat serta mampu menjelaskan dengan bahasa sendiri. Dalam hal ini guru mampu paham terhadap segala sesuatu yang berkaitan dengan pembelajaran

C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah seluruh guru penjasorkes se-Kecamatan Pengasih yang berjumlah 32 guru yang terbagi dalam 5 gugus di berbagai wilayah di kecamatan pengasih.

D. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada guru penjasorkes sekolah dasar negeri se-Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulonprogo.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2012:148), “instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati”. Menurut Suharsimi Arikunto ,(2006:136) menyatakan bahwa “instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaanya lebih mudah dan hasilnya lebih baik ,dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. instrumen penelitian ini menggunakan tes. Menurut (Suharsimi Arikunto,2006:150) tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.

Menurut Sutrisno Hadi (2004:186) petunjuk-petunjuk dalam menyusun butir Tes adalah sebagai berikut :

1. Mendefinisikan Konstrak

Konstrak atau konsep yang ingin diteliti atau diukur dalam penelitian ini adalah Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih dalam Pembelajaran Renang Kelas Atas yang hasilnya dapat digunakan sebagai masukan kepada guru penjasorkes se-Kecamatan pengasih khususnya dalam pembelajaran renang.

2. Menyidik Faktor

Kedua adalah menyidik unsur-unsur atau faktor-faktor yang menyusun konsep. Dari ubahan diatas dijabarkan menjadi faktor yang diukur antara lain :kemampuan menyampaikan materi , kemampuan mengontrol peserta didik, kemampuan melihat masalah, kemampuan menciptakan ide-ide baru sebagai upaya pemecahan masalah dan terbuka terhadap hal-hal yang baru. Faktor-faktor ini akan dijadikan titik tolak untuk menyusun instrumen berupa pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan kepada responden.

3. Menyusun Butir-Butir Pertanyaan

Ketiga yaitu menyusun butir-butir pertanyaan yang berdasarkan faktor-faktor yang menyusun konstrak. Selanjutnya faktor-faktor diatas akan dijabarkan menjadi butir-butir pertanyaan. Dalam menyusun butir-butir pertanyaan hal-hal yang perlu diperhatikan sebagai berikut :

- a. Menggunakan kata-kata yang tidak rangkap artinya.
- b. Menyusun kalimat yang sederhana dan jelas.

- c. Menghindari kata-kata yang tidak ada gunanya
- d. Menghindari pertanyaan yang tidak perlu
- e. Memasukkan semua kemungkinan jawaban agar pilihan jawaban mempunyai dasar yang beralasan, tetapi hindari penyusunan yang tidak esensial, baik dalam pertanyaan ataupun jawaban.
- f. Memperhatikan item yang dimasukkan harus diterapkan pada situasi responden.
- g. Menghindari menanyakan pendapat responden, kecuali pendapat itulah yang hendak diteliti.
- h. Menghindari kata-kata yang terlalu kuat (sugestif atau menggiring) dan yang terlalu lemah.
- i. Menyusun Pertanyaan-pertanyaan yang tidak memaksa responden menjawab yang tidak sebenarnya, karena takut akan tekanan sosial.
- j. Menghindari pertanyaan-pertanyaan yang memiliki banyak tafsir apabila hanya satu jawaban yang diinginkan.
- k. Jika mungkin susunlah pertanyaan-pertanyaan sedemikian rupa sehingga dapat dijawab dengan hanya memberikan tanda silang atau tanda-tanda *checking* lainnya.
- l. Pertanyaan seharusnya diajukan sedemikian rupa sehingga dapat membebaskan responden dari berfikir terlalu kompleks.
- m. Menghindari kata-kata sentimental, seperti ,dungu,budak,ditaktor dan kurang ajar.

Tabel 1 berikut ini akan dijabarkan mengenai kisi-kisi uji coba instrumen penelitian tentang Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Kelas atas.

Tabel 1. Kisi-Kisi uji coba instrumen penelitian

Variabel Faktor Indikator Nomor Butir Σ

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pernyataan	Σ
Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Kelas Bawah	1.Menerjemahkan	a.Pengertian renang	1,2	2
		b.Pengenalan air	3,4,5,6	4
		c.Pengenalan gaya	7,8,9,10	4
		d. Manfaat renang	11,12	2
	2.Menginterpretasi	a. Pengertian renang	13,14,15	3
		b.Pengenalan air	16,17,18	3
		c.Pengenalan gaya	19,20,21,22	4
		d. Manfaat Renang	22,23,24	3
	3.Mengekstrapolasi	a. Pengertian renang	25,26,27,28	4
		b.Pengenalan air	29,30	2
		c.Pengenalan gaya	31,32,33,34	4
		d. Manfaat Renang		

			35,36	2
	Jumlah		36	36

Agar data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data kuantitatif, maka setiap butir jawaban dari pernyataan diberi skor. Pembobotan skor dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Pemberian Skor Jawaban

Alternatif jawaban	Skor Positif
Benar	1
Salah	0

F. Uji Coba Instrumen

Sebelum digunakan pengambilan data sebenarnya, bentuk akhir dari tes yang telah disusun perlu di uji cobakan guna memenuhi sebagai alat pengumpul data yang baik. Uji coba penelitian ini dilakukan di 29 sekolah dasar di kecamatan wates, penelitian ini dilakukan pada tanggal 7-10 oktober berkisar antara jam 07.00-12.00 Siang. Uji coba penelitian ini dilakukan di kecamatan wates, dikarenakan jaraknya yang mudah dijangkau, serta memiliki jadwal mata pelajaran renang yang rutin diadakan setiap bulannya, Untuk mengetahui apakah instrumen baik atau tidak, dilakukan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Suharsimi Arikunto (2006:168) menyatakan bahwa validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Menurut Sutrisno Hadi (1991:17) suatu instrumen dikatakan sah apabila instrumen tersebut mampu mengukur apa yang hendak diukur. Uji validitas dilakukan menggunakan bantuan computer program SPSS. 16 dengan rumus korelasi *Product Moment* dari Pearson (Suharsimi Arikunto 2006:170) yaitu :

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} = Korelasi moment tangkar

N = Cacah subjek ujicoba

$\sum X$ = Sigma atau jumlah skor butir

$\sum X^2$ = Sigma X kuadrat

$\sum Y$ = Sigma y atau skor faktor

$\sum Y^2$ = Sigma y kuadrat

$\sum XY$ = Sigma tangkar (perkalian) x dan y

Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi produk *moment* dari Karl Pearson dengan taraf signifikan 5% atau 0,05. Kemudian setelah data ujicoba terkumpul kemudian dianalisis dengan bantuan komputer SPSS 20. Butir dikatakan valid apabila $r_{hitung} \geq r_{table}$. Kemudian setelah di uji coba kan dan diolah menggunakan spss.

Setelah dilakukan uji coba penelitian yang bertempat di kecamatan pengasih sebanyak 29 SD negeri, serta diolah menggunakan spss dari 36 soal didapat 21 butir soal yang valid, serta 15 gugur dari 36 soal akhirnya diambil 21 soal saja untuk kepentingan penelitian yang sebenarnya, dikarenakan dari 21 butir soal tersebut sudah mewakili dari faktor-faktor yang akan di ujikan kepada guru Se-Kecamatan Pengasih.

Pada tabel 2 berikut ini akan dijabarkan mengenai kisi-kisi instrumen penelitian tentang Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Kelas atas.

Pada Tabel 2. kisi-kisi instrumen penelitian
Variabel Faktor Indikator Nomor Butir Σ

Variabel	Faktor	Indikator	Butir Pernyataan	Σ
Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Kelas Bawah	1.Menerjemahkan	a. Pengertian renang	1	1
			2	1
		b. Pengenalan air		
		c. Pengenalan gaya	3,4	2
		d. Manfaat renang	5	1
	2.Menginterpretasi	a. Pengertian renang	6,7	2
		b. Pengenalan air	8	1
		c. Pengenalan gaya	9,10	2
d. Manfaat		11,12,13	3	

		Renang		
	3.Mengekstrapolas i	a. Pengertian renang	14	1
		b. Pengenalan air	15	1
		c. Pengenalan gaya	16,17,18	3
		d. Manfaat Renang	19,20,21	3
Jumlah			21	21

2. Uji Realibilitas

Realibilitas menunjuk kepada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data (suharsimi Arikunto ,2006 :178). Syarat instrumen yang baik yaitu menuntut keajegan hasil pengamatan dengan instrumen (pengukuran). Tujuan dilakukan uji realibilitas adalah untuk mengetahui bahwa instrumen yang digunakan benar-benar dapat dipercaya atau dapat diandalkan, sehingga dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Uji realibilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus K-R 20. Rumus yang dimaksud adalah (Suharsimi arikunto, 2006:187):

$$R_{ii} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(\frac{Vt - \Sigma pq}{Vt} \right)$$

Keterangan :

Rii = Realibilitas instrumen

K =Banyaknya butir pertanyaan

Vt =Varians total

P =Proporsi subjek yang berskor 1

Q=Proporsi subjek yang berskor 0 (q=1-p)

Berdasarkan Hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen reliabel, dengan realibilitas sebesar 0,748. Hasil Selengkapnya isajikan pada lampiran.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif dengan teknik statistik deskriptif. Menurut Sugiyono (2012:147) Teknik analisis data statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Selanjutnya dapat dilakukan pemaknaan sebagai pembahasan atas permasalahan yang diajukan dalam bentuk presentase. Menurut Anas Sudjiono (2005:40) rumus untuk menghitung frekuensi relatif (presentase) sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P= Persentase yang dicari (frekuensi Relatif)

F=Frekuensi

N=Jumlah Responden

Untuk memperjelas proses analisis maka dilakukan pengkategorian. Pengkategorian tersebut menggunakan Mean dan standar deviasi. Menurut Saifudin Azwar (2010:43) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) dalam skala pada tabel 3. Sebagai berikut :

Tabel 4. Norma Pengkategorian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M - 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Cukup
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Rendah Sekali

Keterangan :

M : Nilai rata-rata (*mean*)

X: Skor

SD : *Standar Deviasi*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Subjek, dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di 32 SD yang terbagi 5 gugus dalam UPTD PAUD dan DIKDAS Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulonprogo penelitian ini hanya dilakukan di sekolah yang terdaftar sebagai sekolah negeri, Subjek Penelitian ini adalah seluruh guru olahraga se-Kecamatan pengasih yang berjumlah 32 orang baik itu laki-laki maupun perempuan, Namun dalam pelaksanaannya terdapat 1 orang guru yakni SD Negeri Serang yang berhalangan hadir ,dikarenakan sakit, dan belum di pastikan kapan bisa kembali ke sekolah oleh karena itu guru tersebut digantikan oleh guru kelas yang menggantikan guru olahraga tersebut. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu mulai dari tanggal 12-24 oktober yang pelaksanaannya berkisar antara pukul 07.00-12.00 WIB.

B. Deskripsi Data Hasil Penelitian

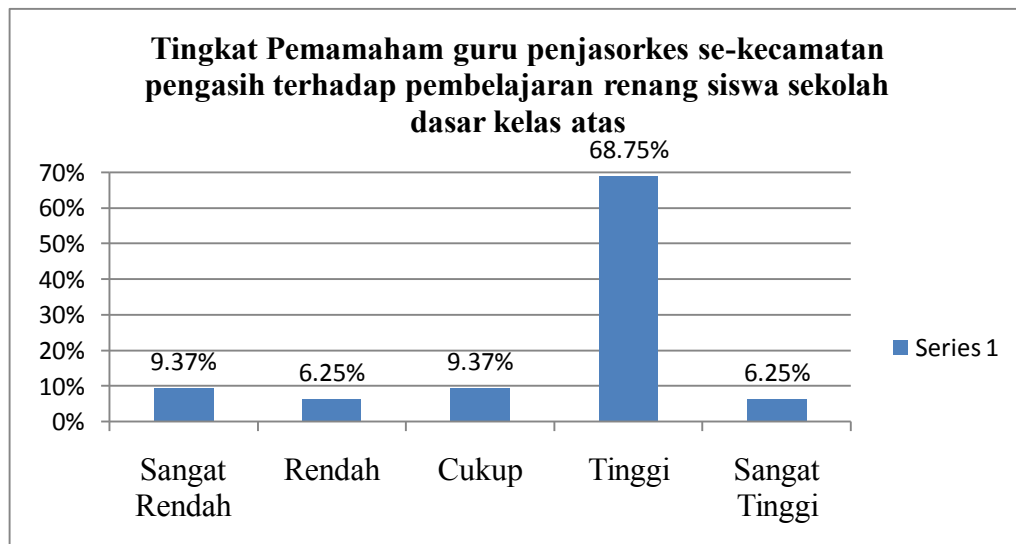
Tingkat Pemahaman guru penjasorkes se-Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulonprogo tahun 2015/2016 diukur dengan menggunakan Soal tes yang berjumlah 21 butir pernyataan dengan alternatif jawaban, yaitu : a b c dan d soal tes tersebut diisi oleh seluruh guru penjasorkes se-Kecamatan pengasih. Setelah semua soal tes terisi kemudian dilakukan penghitungan skor dari masing-masing soal, kemudian dilakukan beberapa pengkategorian untuk mempermudah dalam pengolahan atau pemaparan, sehingga akan mempermudah pembaca dalam memahami penelitian ini.

Dari hasil penelitian diperoleh nilai sum : 497 ; skor minimum sebesar = 9 ; skor maksimum =19; rerata (*mean*) = 15,53; dan standar deviasi = 2,214. Deskripsi hasil penelitian Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas. Dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini:

Tabel 5. Kategori Skor Data Keseluruhan.

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$18,851 < X$	Sangat Tinggi	2	6,25%
2.	$16,637 < X \leq 18,851$	Tinggi	22	68,75%
3.	$14,423 < X \leq 16,637$	Cukup	3	9,37%
4.	$12,209 < X \leq 14,423$	Rendah	2	6,25%
5.	$X \leq 12,209$	Sangat Rendah	3	9,37%
	Jumlah		32	100%

Apabila data pada tabel di atas ditampilkan dalam bentuk diagram batang, maka akan tampak gambar seperti berikut :



Gambar 1. Diagram Data Keseluruhan

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran

Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas, Dalam hal ini dibagi menjadi faktor Menerjemahkan, menginterpretasi dan mengekstrapolasi terdapat 2 guru atau sebesar 6,25% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 22 guru atau sebesar 68,75% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 3 Guru atau sebesar 9,37 % Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori cukup”, Terdapat 2 guru atau sebesar 6,25% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, Terdapat 3 guru atau sebesar 9,37% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Sangat Rendah”.

Selanjutnya akan dibahas satu persatu mengenai Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas, Yaitu faktor menerjemahkan, mengintrepretasi dan mengekstrapolasi berikut adalah pembahasan dari ketiga faktor tersebut.

1. Faktor Menerjemahkan

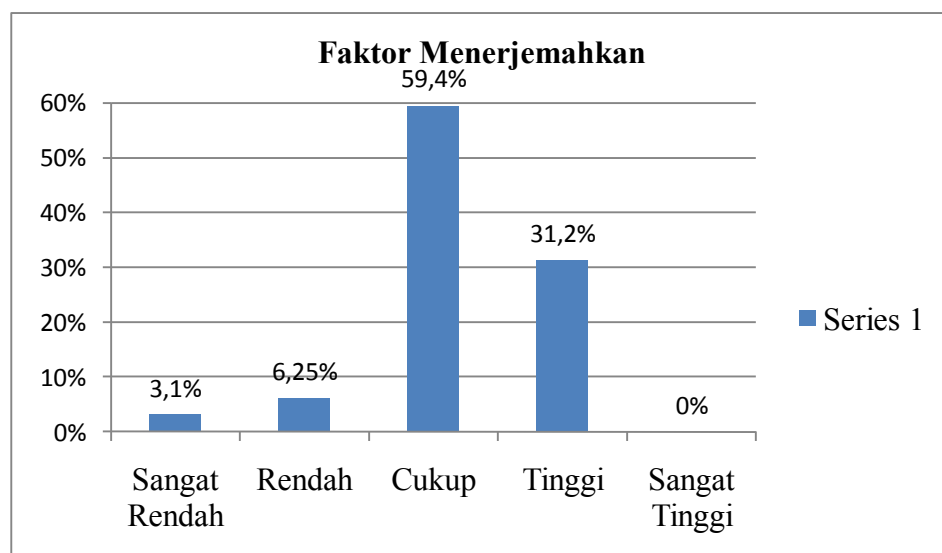
Berdasarkan data yang diperoleh, Diketahui bahwa skor minimum sebesar 2 dan skor maksimum sebesar 5 dengan *mean* sebesar 4,19 dan standar deviasi sebesar 0,693. Berikut ini adalah tabel pengkategorian hasil Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Sekolah Dasar se-Kecamatan

Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Kelas Atas. Berasal dari faktor menerjemahkan.

Tabel 6. Pengkategorian Data Faktor Menerjemahkan.

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$5,229 < x$	Sangat Tinggi	0	0%
2.	$4,536 < x \leq 5,229$	Tinggi	10	31,25%
3.	$3,843 < x \leq 4,536$	Cukup	19	59,375%
4.	$3,15 < x \leq 3,843$	Rendah	2	6,25%
5.	$\leq 3,15$	Sangat Rendah	1	3,125%
	Jumlah		32	100%

Apabila data pada tabel di atas ditampilkan dalam bentuk diagram batang, maka akan tampak seperti gambar berikut :



Gambar2. Diagram pangkategorian data fator menerjemahkan.

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas dari faktor menerjemahkan terdapat 0 guru atau sebesar 0% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan

kategori “sangat tinggi”, Terdapat 10 guru atau sebesar 31,25% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 19 Guru atau sebesar 59,375 % Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “cukup”, Terdapat 2 guru atau sebesar 6,25% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, Terdapat 1 guru atau sebesar 3,125% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Sangat rendah”. Berdasarkan data diatas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki mean 4,19 yang berada diantara $3,843 < x \leq 4,536$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

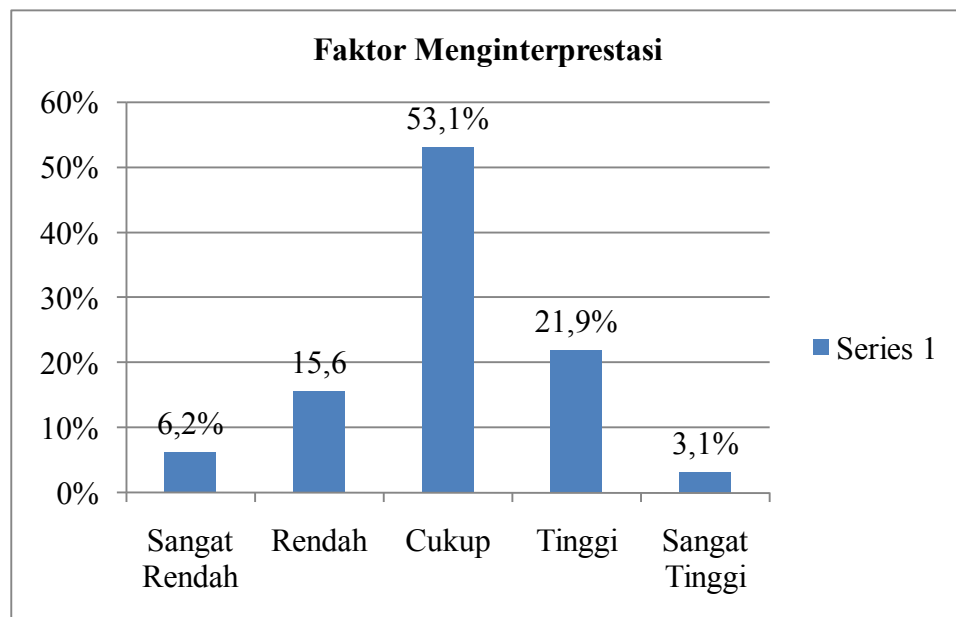
2. Faktor Menginterpretasi

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa skor minimum sebesar 2 dan skor maksimum sebesar 8 dengan *mean* sebesar 5.50 dan standar deviasi sebesar 1,344. Berikut ini adalah tabel pengkategorian hasil Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Sekolah Dasar se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Kelas Atas. Berasal dari faktor menginterpretasi.

Tabel 7. Pengkategorian Data Faktor Menginterpretasi

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$7,516 < x$	Sangat Tinggi	2	6,25%
2.	$6,172 < x \leq 7,516$	Tinggi	8	25%
3.	$4,828 < x \leq 6,172$	Cukup	13	40,625%
4.	$3,484 < x \leq 4,828$	Rendah	8	25%
5.	$\leq 3,484$	Sangat Rendah	1	3,125%
	Jumlah		32	100%

Apabila data di atas ditampilkan pada bentuk diagram akan Nampak gambar seperti gambar berikut :



Gambar 3. Diagram pengkategorian data faktor menginterpretasi

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas dari faktor menginterpretasi terdapat 1 guru atau sebesar 3,1% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 7 guru atau sebesar 21,9% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang

siswa sekolah dasar dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 17 Guru atau sebesar 53,1 % Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “cukup”, Terdapat 5 guru atau sebesar 15,6% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, Terdapat 2 guru atau sebesar 6,2% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Sangat Rendah”. Berdasarkan data diatas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 5,20 yang berada diantara $4,828 < x \leq 6,172$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

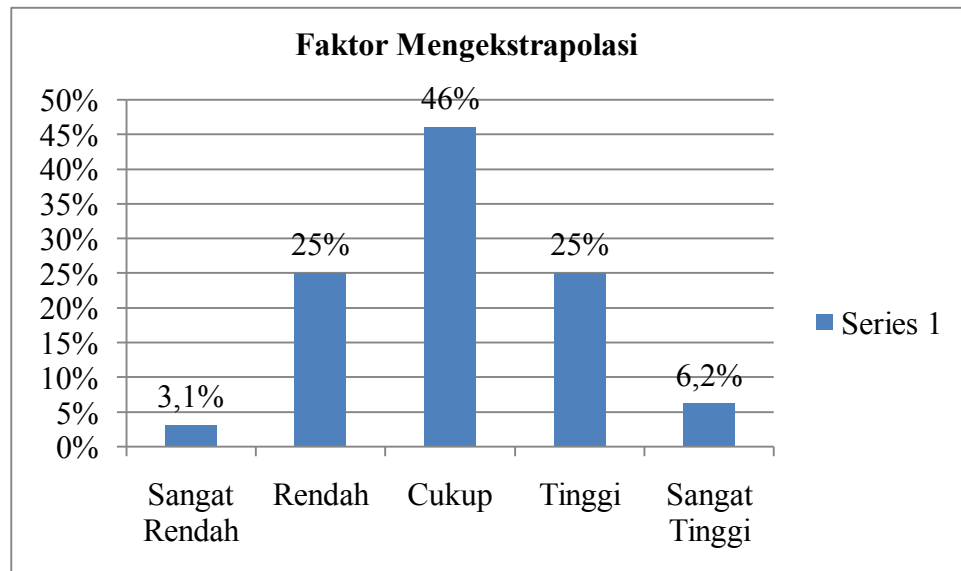
3. Faktor Mengekstrapolasi

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa skor minimum sebesar 3 dan skor maksimum sebesar 8 dengan *mean* sebesar 5,88 dan standar deviasi sebesar 1,238. Berikut ini adalah tabel pengkategorian hasil tingkat Pemahaman Guru Penjasokes SD se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Kelas Atas. Berasal dari faktor mengekstrapolasi

Tabel 8. Pengkategorian Data Faktor Mengekstrapolasi

No.	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1.	$7,37 < x$	Sangat tinggi	2	6,25%
2.	$6,499 < x \leq 7,737$	Tinggi	8	25%
3.	$5,261 < x \leq 6,499$	Cukup	13	40,625%
4.	$4,203 < x \leq 5,261$	Rendah	8	25
5.	$\leq 4,203$	Sangat Rendah	1	3.125
	Jumlah		32	100%

Apabila data diatas ditampilkan pada bentuk diagram akan nampak gambar seperti gambar berikut :



Gambar 4. Diagram pengkategorian data faktor mengekstrapolasi.

Berdasarkan pemaparan data di atas dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas dari faktor menginterpretasi terdapat 2 guru atau sebesar 6,2%. Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 8 guru atau sebesar 25%. Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 13 Guru atau sebesar 46%. Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “cukup”,

Terdapat 8 guru atau sebesar 25% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, Terdapat 1 guru atau sebesar 3,1% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Sangat Rendah”. Berdasarkan data diatas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 5,88 yang berada diantara $5,261 < x \leq 6,499$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

C. Pembahasan

Berdasarkan deskripsi diatas dapat disimpulkan bahwa Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes SD se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa kelas Atas sangat beragam, Adapun faktor-faktor dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 yaitu faktor menerjemahkan, menginterpretasi dan mengekstrapolasi dengan perincian faktor menerjemahkan terdiri dari 5 pertanyaan, faktor menginterpretasi terdiri dari 8 pertanyaan dan faktor mengekstrapolasi terdiri dari 8 pertanyaan.

Berdasarkan perhitungan skor data yang masih dalam bentuk gabungan atau keseluruhan, yang terdiri dari faktor menerjemahkan, menginterpretasi dan mengekstrapolasi. Dari hasil penelitian diperoleh nilai sum : 497 ; skor minimum sebesar = 9 ; skor maksimum =19; rerata (mean) = 15,53; dan standar deviasi = 2,214. Deskripsi hasil penelitian Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD

Kelas Atas. Berdasarkan pemaparan data di atas dapat dijelaskan bahwa Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas, Dalam hal ini dibagi menjadi faktor Menerjemahkan, menginterpretasi dan mengekstrapolasi terdapat 2 guru atau sebesar 6,25% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 22 guru atau sebesar 68,75% Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Baik”, Terdapat 3 Guru atau sebesar 9,37 % Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “cukup”, Terdapat 2 guru atau sebesar 6,25% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, Terdapat 3 guru atau sebesar 9,37% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa SD dengan kategori “Sangat Rendah”. Berdasarkan data di atas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki mean 15,53 yang berada diantara $14,423 < x \leq 16,637$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

Selanjutnya akan dibahas satu persatu mengenai Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas, Yaitu faktor menerjemahkan, mengintrepretasi dan mengekstrapolasi berikut adalah pembahasan dari ketiga faktor tersebut.

1. Faktor menerjemahkan

Tingkat terendah dalam pemahaman ialah pemahaman terjemahan dalam arti yang sebenarnya, misal dari bahasa Inggris ke dalam bahasa Indonesia, mengartikan Bhineka Tunggal Ika, mengartikan merah putih, menerapkan prinsip-prinsip listrik dalam memasang saklar, berdasarkan data penelitian, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 4,19 yang berada diantara $3,843 < x \leq 4,536$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

2. Faktor menginterpretasi

Yakni menghubungkan bagian-bagian terdahulu dengan yang diketahui berikutnya, atau menghubungkan beberapa bagian dari grafik dengan kejadian, membedakan yang pokok dan yang bukan pokok, tingkatan ini merupakan tingkat pemahaman yang berada di tengah-tengah. Dengan menginterpretasi diharapkan seseorang mampu melihat di balik yang tertulis, dapat membuat lamaran tentang konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus ataupun masalahnya.

Berdasarkan data diatas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 5,20 yang berada diantara $4,828 < x \leq 6,172$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

3. Faktor mengekstrapolasi

Merupakan tingkat pemahaman yang tertinggi. Dengan ekstrapolasi diharapkan seseorang mampu melihat di balik yang tertulis, dapat membuat ramalan tentang konsekuensi atau dapat memperluas persepsi dalam arti waktu, dimensi, kasus ataupun masalahnya. berdasarkan data di atas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 5,88 yang berada diantara $5,261 < x \leq 6,499$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisa dan pembahasan yang telah dilakukan terdapat 2 guru atau sebesar 6,25%, dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “sangat tinggi”, Terdapat 22 guru atau sebesar 68,75%, dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa SD dengan kategori “Tinggi”, Terdapat 3 Guru atau sebesar 9,37 % Dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori cukup”, Terdapat 2 guru atau sebesar 6,25%, dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Rendah”, terdapat 3 guru atau sebesar 9,37% dari subjek penelitian memiliki tingkat pemahaman terhadap pembelajaran renang siswa sekolah dasar dengan kategori “Sangat Rendah”. Berdasarkan data diatas, diketahui pula bahwa faktor menerjemahkan memiliki *mean* 15,53 yang berada diantara $14,423 < x \leq 16,637$ dan masuk ke dalam kategori cukup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru olahraga di kecamatan pengasih memiliki pemahaman yang cukup tentang pembelajaran renang.

B. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi berbagai pihak, baik siswa, guru pendidikan jasmani dan lingkungan sekitar

yang mendukung dalam proses pembelajaran renang khususnya untuk SD di kecamatan pengasih khususnya dan kabupaten kulonprogo pada umumnya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman guru penjasorkes terhadap pembelajaran renang cukup. Oleh karena itu diharapkan agar guru sekolah dasar khususnya di kecamatan pengasih untuk lebih meningkatkan lagi kemampuan dan pengetahuannya di bidang olahraga renang, guna mendukung terwujudnya pembelajaran renang yang baik dan sesuai yang diharapkan.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis telah berusaha dengan mengerahkan seluruh kemampuan yang dimiliki, agar supaya hasil penelitian ini maksimal dan berhasil dengan baik dan memuaskan, Meskipun telah merencanakan dengan sebaik-baiknya dan berusaha dengan maksimal, penulis tidak luput dari kesalahan karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, diantaranya :

1. Instrumen penelitian ini berupa tes, sehingga dapat dimungkinkan dalam proses pengisian guru tidak bersungguh-sungguh dalam pengisian
2. Kurang sempurnanya instrumen dalam penelitian ini karena jumlah setiap butir instrumen tidak seimbang.
3. Hanya meneliti tentang pemahaman materi dalam pembelajaran renang, sehingga dalam penelitiannya ini dirasa kurang kompleks.

D. Saran-Saran

1. Bagi guru, diharapkan menambah pengetahuan yang berhubungan dengan cabang olahraga renang baik teori maupun praktek agar proses pembelajaran berjalan dengan baik.
2. Bagi siswa, agar lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran jasmani khususnya pembelajaran renang.
3. Bagi para peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan instrumen ini.

Daftar Pustaka

- Adang suherman dkk (2004). *Dasar-dasar penjaskes*. Jakarta : depdikbud
- Agus S. Suryobroto. (2001). *Sarana dan prasarana pendidikan jasmani*. Yogyakarta : prodi pjkr. Jurusan pendidikan olahraga, FIK, UNY.
- Akhmad o solihin & sriningsih. (2016) *Pintar Belajar Renang*. Bandung: Alfabeta
- Anas Sudjiono.(2012). *Pengantar evaluasi pendidikan* .Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- Anandita F.P . (2010). *Mengenal Renang* . Jogjakarta . Upt perpustakaan UNY
- Anonim, (2001). Modul Praktikum mata kuliah olahraga air (Renang). Bandung: Universitas Padjajaran.
- Asep Jihad & Abdul Haris.(2008). *Evaluasi Pembelajaran* .Jakarta..CV. Alfabeta
- Athea A.M. (2009). *Teknik Dasar Berenang*.Bandung, PT. Puri Delco
- Benyamin S. Bloom (1999).*Psikologis Perkembangan*. Bandung : PT. Gramedia
- Daryanto.(2007). *Evaluasi pendidikan* . Jakarta : PT Rineka Cipta.
- David G.Thomas (2006). *Renang tingkat pemula*, Jakarta, PT Raja Grafindo Persada
- Dwi siswoyo Dkk (2007) *Ilmu Pendidikan*.Yogyakarta.UNY Press
- Hamzah B.Uno. (2011). *Profesi Kependidikan Problema,Solusi,dan Reformasi Pendidikan Indonesia*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hasan Alwi (2000). *Tata bahasa baku bahasa Indonesia*. Jakarta, Balai Pustaka Aslinda
- Heru Suprianto (2009). *Kriteria guru pejasorkes*. Jakarta :Balai Pustaka aslinda
- Mulyasa. (2010). *Kurikulum Berbasis Kompetensi,Konsep,Karakteristik dan Implementasi*. Bandung. Remaja Rosdakarya
- Nana sudjana. (2013). *Penilaian hasil proses belajar mengajar*. Bandung PT. remaja rosdakarya.

- Nani Kurniawati. (2014). *Renang itu Mudah*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Ngalim Purwanto (2013). *Prinsip-Prinsip dan teknik evaluasi pengajaran*. Bandung . PT Rosadakarya.
- Oemar Hamalik (2013). *Prroses belajar mengajar* Jakarta : Bumi Aksara.
- Rusman . (2014). *Model-Model Pembelajaranmmengembangkan profesionalisme guru* . Jakarta : Rajawali pers
- Sismaiyanto dan Ermawan Susanto. (2008) *Dasar Gerak Renang*. Yogyakarta. FIK UNY
- Subagyo, dkk (2007). *Diklat pmbelajaran akuatik I Program DII PGSD Penjas*. Yogyakarta. UNY Press.
- Suharsimi Arikunto .(2013). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan Praktik*. Jakarta:PT Rineka Cipta.
- Sugiyono .(2012). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif,dan R&D*. Bandung CV.Alfabet.
- Sutrisno hadi . (2004). *Metodologi research*. Jakarta : Raja grafindo persada
- Sukintaka. (2001). *Renang dan Metodik*. Jakarta : PT. Rosda Jayaputra
- Tuti Tresnawati. (2010). *Teknik Dasar Berenang*. Jakarta.Horizon
- Wilheim mielke. (1986).*Renang membahas teknik sarana dan fasilitasnya*. Semarang : Effhan offset.

LAMPIRAN

Lampiran 1. ijin Penelitian dari FIK-UNY



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 392.a/UN.34.16/PP/2016. 21 September 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Uji Coba Penelitian.

**Yth : Ka. UPTD PAUD dan DIKDAS Kecamatan Wates
Kulonprogo, Yogyakarta.**

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

Nama : Viko Bayu Aji.
NIM : 12604224046.
Program Studi : PGSD Penjas.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 23 September s.d 24 September 2016.
Tempat/Obyek : 10 Sekolah Dasar di Kecamatan Wates.
Judul Skripsi : Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Tingkat Atas.

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

Dekan,



[Signature]
Wawan S. Suherman, M.Ed.
196407071988121001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Lampiran 2. Ijin Penelitian dari Sekertaris Daerah Provinsi DIY



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN
070/REG/VI/136/10/2016

Membaca Surat : DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Nomor : 415/UN.34.16/PP/2016
Tanggal : 11 OKTOBER 2016 Perihal : IJIN PENELITIAN/RISET

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah;
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIJIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : VIKO BAYU AJI NIP/NIM : 12604224046
Alamat : FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR (PGSD P)], UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
Judul : TINGKAT PEMAHAMAN GURU PENJASORKES SE-KECAMATAN PENGASIH TERHADAP PEMBELAJARAN RENANG SISWA SEKOLAH DASAR KELAS ATAS TAHUN 2015/2016
Lokasi : DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
Waktu : 11 OKTOBER 2016 s/d 11 JANUARI 2017

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Set DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprovo.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprovo.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal 11 OKTOBER 2016
A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Tembusan :

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. BUPATI KULON PROGO C.Q KPT KULON PROGO
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN

Lampiran 3. Ijin Penelitian dari BPMPT Kulonprogo



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
BADAN PENANAMAN MODAL DAN PERIZINAN TERPADU
Unit 1: Jl. Perwakilan No. 1, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 775208 Kode Pos 55611
Unit 2: Jl. KHA Dahlan, Wates, Kulon Progo Telp.(0274) 774402 Kode Pos 55611
Website: bpmpt.kulonprogokab.go.id Email : bpmpt@kulonprogokab.go.id

SURAT KETERANGAN / IZIN

Nomor : 070.2 /00837/X/2016

Memperhatikan : Surat dari Sekretariat Daerah Provinsi DIY Nomor: 070/REG/V/136/10/2016, TANGGAL 11 OKTOBER 2016, PERIHAL ; IZIN PENELITIAN

Mengingat : 1. Keputusan Menteri Dalam Negeri Nomor 61 Tahun 1983 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelaksanaan Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Departemen Dalam Negeri;
2. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;
3. Peraturan Daerah Kabupaten Kulon Progo Nomor : 16 Tahun 2012 tentang Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Lembaga Teknis Daerah;
4. Peraturan Bupati Kulon Progo Nomor : 73 Tahun 2012 tentang Uraian Tugas Unsur Organisasi Terendah Pada Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu..

Diizinkan kepada : VIKO BAYU AJI
NIM / NIP : 12604224046
PT/Instansi : UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
Keperluan : IZIN PENELITIAN
Judul/Tema : TINGKAT PEMAHAMAN GURU PENJAS ORKES SE KECAMATAN PENGASIH TERHADAP PEMBELAJARAN RENANG SISWA SEKOLAH DASAR KELAS ATAS TAHUN 2015-2016

Lokasi : SD NEGERI SE KECAMATAN PENGASIH KABUPATEN KULON PROGO
Waktu : 11 Oktober 2016 s/d 11 Januari 2017

1. Terlebih dahulu menemui/melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan yang berlaku.
3. Wajib menyerahkan hasil Penelitian/Riset kepada Bupati Kulon Progo c.q. Kepala Badan Penanaman Modal dan Perizinan Terpadu Kabupaten Kulon Progo.
4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Pemerintah dan hanya diperluk untuk kepentingan ilmiah.
5. Apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan menjadi tanggung jawab sepenuhnya peneliti
6. Surat izin ini dapat diajukan untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.
7. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.

Ditetapkan di : Wates
Pada Tanggal : 11 Oktober 2016

KEPALA
BADAN PENANAMAN MODAL
DAN PERIZINAN TERPADU



AGUNG KURNIAWAN, S.IP., M.Si
Pembina Utama Muda; IV/c
NIP. 19680805 199603 1 005

Tembusan kepada Yth. :

1. Bupati Kulon Progo (Sebagai Laporan)
2. Kepala Bappeda Kabupaten Kulon Progo
3. Kepala Kesbangpol Kabupaten Kulon Progo
4. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Kulon Progo
5. Kepala UPTD PAUD dan DJKDAS Kecamatan Pengasih
6. Kepala SD Negeri Kedungrejo
7. Yang bersangkutan
8. Arsip

Lampiran 4. Surat Keterangan Validasi ahli

SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGEMENT

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Sita Utami, M.Or

NIP : 19890825 201404 2 003

Menerangkan bahwa instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi, saudara:

Nama : Viko Bayu Aji

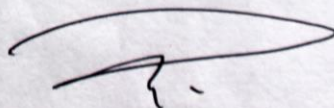
NIM : 12604224046

Jurusan / Prodi : POR / S1- PGSD PENJAS

Judul TAS : Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan
Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar
Kelas Atas

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Yogyakarta, 14september 2016
Yang memvalidasi



Nur Sita Utami, M.Or
NIP. 19890825 201404 2 003

SURAT PERSETUJUAN EXPERT JUDGEMENT

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr.Subagyo, Mpd.

NIP : 19561107 198203 1 002

Menerangkan bahwa instrumen penelitian Tugas Akhir Skripsi, saudara:

Nama : Viko Bayu Aji

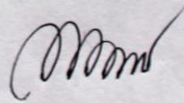
NIM : 12604224046

Jurusan / Prodi : POR / S1- PGSD PENJAS

Judul TAS : Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes se-Kecamatan
Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar
Kelas Atas

Telah memenuhi syarat sebagai instrumen penelitian guna pengambilan data.

Yogyakarta, 16 September 2016
Yang memvalidasi.



Dr.Subagyo, Mpd.

NIP. 19561107 198203 1 002

INSTRUMEN UJI COBA PENELITIAN

Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri Se-Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulonprogo Terhadap Pembelajaran Renang kelas atas

A. Identitas Responden

Nama :

Jabatan : Guru Pendidikan Jasmani

Status Pegawai :

Nama Sekolah :

B. Petunjuk Mengisi tes

1. Soal tes ini didarkan kepada Bapak/Ibu bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani sekolah dasar terhadap pelaksanaan pembelajaran renang
2. Mohon bantuan dan kesediaan Bapak/Ibu untuk menjawab setiap pertanyaan yang ada dengan memilih satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia.
3. Beri tanda silang (x) pada pilihan yang sesuai menurut pendapat Bapak/Ibu pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia.

Pilihlah jawaban yang paling benar dengan cara memberi tanda silang (X) pada jawaban yang dianggap paling benar.

1. Renang dapat diterjemahkan sebagai...
 - a. suatu olahraga yang dilakukan di air dan seluruh anggota badan bergerak dengan bebas
 - b. suatu olahraga yang dilakukan di alam bebas
 - c. suatu olahraga yang dilakukan di air dengan tujuan bergerak dari satu tempat ke tempat lain
 - d. suatu kegiatan di air yang dilakukan dengan bantuan alat

2. Pengertian renang yang tepat adalah...
 - a. renang merupakan kegiatan bergerak di air tanpa tenggelam
 - b. renang merupakan kegiatan di air
 - c. olahraga yang dilakukan dengan irama
 - d. renang merupakan kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama
3. Berikut adalah kegiatan pengenalan air yang tepat dilakukan oleh guru untuk siswa SD kelas atas sebelum melakukan kegiatan renang, **kecuali**...
 - a. melalui bentuk modifikasi permainan air sederhana
 - b. melalui media gambar
 - c. melalui media video
 - d. membiarkan siswa bermain seenaknya
4. Tujuan pengenalan air sebelum berenang bagi siswa SD kelas atas adalah...
 - a. siswa cepat belajar dan menguasai
 - b. siswa menjadi paham kondisi serta kedalaman kolam renang
 - c. siswa cepat paham
 - d. siswa tidak jenuh
5. Tahap pertama belajar renang adalah...
 - a. pengenalan air
 - b. menyelam
 - c. meluncur
 - d. bernafas
6. Guru memberikan kelereng ke dalam air, kemudian siswa di instruksikan untuk mengambil aktivitas tersebut bertujuan untuk pengenalan teknik...
 - a. meluncur
 - b. menyelam

- c. meloncat
 - d. mendorong
7. Berikut adalah macam-macam gaya dalam berenang, **kecuali**...
- a. gaya dada
 - b. gaya kupu-kupu
 - c. gaya punggung
 - d. gaya estafet
8. Berenang dengan posisi punggung menghadap permukaan air disebut gaya...
- a. gaya dada
 - b. gaya bebas
 - c. gaya punggung
 - d. gaya kupu-kupu
9. Pengambilan nafas dalam renang gaya bebas dilakukan dengan cara...
- a. memutar kepala ke samping
 - b. menengadahkan kepala tegak lurus
 - c. meluruskan kepala ke bawah
 - d. menengadahkan kepala ke atas
10. Renang gaya dada posisi jari tangan adalah..
- a. mengepal
 - b. terbuka
 - c. dirapatkan dan rileks
 - d. mengerucut
11. Manfaat berenang bagi siswa, **kecuali**...
- a. menambah tinggi badan

- b. menyehatkan jantung dan paru
 - c. meningkatkan *self safety*
 - d. membuang waktu
12. Selain menyehatkan jantung dan paru-paru manfaat lain dari renang bagi siswa SD kelas atas ialah...
- a. menambah tinggi badan
 - b. menambah berat badan
 - c. mengurangi kelentukan tubuh
 - d. mengurangi kelincahan
13. Induk organisasi renang di Indonesia adalah...
- a. PSSI
 - b. PBVSI
 - c. PRSI
 - d. PERTINA
14. Renang dapat menyebabkan cedera apabila...
- a. dilakukan dengan over *confident*
 - b. tidak melakukan pemanasan
 - c. dilakukan lebih dari satu macam gaya
 - d. tidak melakukan pengenalan gaya
15. Olahraga renang masuk di Indonesia...
- a. ketika masa penjajahan belanda
 - b. ketika masa penjajahan jepang
 - c. sejak jaman pra sejarah
 - d. setelah Indonesia merdeka
16. Guru tidak boleh membiarkan siswa sekolah dasar kelas atas berenang sendirian dikarenakan...

- a. dapat membahayakan keselamatan siswa apabila terjadi kecelakaan
 - b. dapat menghambat proses pembelajaran
 - c. dapat membuat siswa sulit memahami materi
17. Dampak negatif apabila siswa tidak melakukan pemanasan sebelum renang adalah...
- a. siswa menjadi cepat lelah
 - b. siswa tidak kehilangan banyak waktu
 - c. dapat mengakibatkan siswa jenuh dalam berlatih
 - d. dapat menyebabkan siswa cedera
18. Berikut merupakan teknik dasar dalam berenang, **kecuali...**
- a. mengapung
 - b. menyelam
 - c. meluncur
 - d. mendorong
19. Gaya dada disebut juga dengan...
- a. *Crawl style*
 - b. *Dolphin style*
 - c. *Freestyle style*
 - d. *Fackstroke style*
20. Pada nomor lomba gaya kupu-kupu perenang melakukan *start* di...
- a. Samping atas balok *start*
 - b. Samping balok *start*
 - c. Bawah balok *start*
 - d. Dasar kolam
21. Posisi tubuh pada renang gaya dada adalah...

- a. telentang
 - b. miring ke kanan
 - c. miring ke kiri
 - d. telungkup
22. Pada nomor lomba gaya punggung perenang melakukan *start* di...
- a. samping atas balok start
 - b. samping balok start
 - c. bawah balok start
 - d. dasar kolam
23. Renang dapat meningkatkan *self safety* yang artinya...
- a. kemampuan berenang berbagai macam gaya
 - b. kemampuan berenang jarak jauh
 - c. kekuatan menahan nafas kemampuan bertahan di air
 - d. kemampuan bertahan di air
24. Selain menambah tinggi badan, renang juga baik untuk psikologis siswa sekolah dasar kelas atas karena...
- a. gerakan renang dapat membuat hati dan pikiran lebih rileks
 - b. renang merupakan olahraga murah
 - c. renang merupakan olahraga yang dapat dilakukan dimana saja
 - d. renang disukai semua orang
25. renang disukai semua orang Berikut ini adalah manfaat pendidikan karakter yang didapat siswa SD kelas atas dalam olahraga renang adalah...
- a. meningkatkan keberanian dan tanggung jawab
 - b. siswa menjadi sehat dan gembira
 - c. siswa menjadi lebih kuat dan tidak mudah sakit
 - d. metabolisme siswa menjadi bagus

26. Pertandingan renang pertama kali di selenggarakan di negara...
- Russia
 - Finlandia
 - Jepang
 - Indonesia
27. Renang gaya bebas 100m merupakan pertandingan olahraga yang melombakan...atlet
- kelincahan
 - ketepatan
 - kekuatan
 - kecepatan
28. Olahraga renang pertama kali dilombakan di olimpiade modern pada tahun 1896 yang bertempat di kota...
- Athena, Yunani
 - Barcelona, Spanyol
 - Roma, Italia
 - New York, Amerika
29. Berikut ini yang tidak termasuk jenis hambatan dalam air adalah...
- hambatan dari depan
 - gesekan kulit
 - hambatan dari atas
 - hambatan ekor atau pusaran air
30. Apa yang tidak boleh dilakukan siswa sekolah dasar siswa kelas atas sebelum berenang...
- jogging* di sekitar kolam
 - membasahi badan
 - makan terlalu banyak

- d. menggunakan *sunblock*
31. Dalam proses pengenalan air ada beberapa yang tidak boleh dilakukan oleh siswa diantaranya...
- a. *Stretching* sambil bermain
 - b. memercikan air ke badan sebelum berenang
 - c. mengunyah permen karet
 - d. memakai *kick board* saat berenang
32. Gaya *trudgen* dikenal juga sebagai gaya...
- a. bebas
 - b. punggung
 - c. dada
 - d. kupu-kupu
33. Gerakan lengan selama di luar air pada gaya bebas disebut...
- a. gerakan *entry*
 - b. gerakan *pushing*
 - c. gerakan *Streamline*
 - d. gerakan *recovery*
34. Gaya *dolphin* disebut juga dengan gaya...
- a. kupu-kupu
 - b. dada
 - c. bebas
 - d. punggung
35. Manfaat paling besar yang diperoleh otot dari renang gaya dada adalah otot bagian...
- a. punggung
 - b. dada

- c. kaki
- d. lengan

36. Jumlah kalori yang dibakar setiap 1 jam dari siswa sekolah dasar kelas atas adalah...

- a. 275 kal
- b. 200 kal
- c. 325 kal
- d. 150 kal

Lampiran 6. Data ujicoba instrumen Penelitian

Tabel Uji coba

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36			
Resp 1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
Resp 2	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1		
Resp 3	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0		
Resp 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1		
Resp 5	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0		
Resp 6	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	
Resp 7	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	
Resp 8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	
Resp 9	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
Resp 10	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	
Resp 11	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
Resp 12	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	
Resp 13	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	
Resp 14	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	
Resp 15	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Resp 16	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	
Resp 17	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	
Resp 18	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Resp 19	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	
Resp 20	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	
Resp 21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	
Resp 22	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
Resp 23	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	
Resp 24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0
Resp 25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
Resp 26	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
Resp 27	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	
Resp 28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Resp 29	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1

Lampiran 7 .Hasil uji coba penelitian

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.748	36

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	27.14	19.623	.547	.723
VAR00002	27.21	19.384	.588	.720
VAR00003	26.93	23.352	-.333	.768
VAR00004	26.86	22.409	-.083	.755
VAR00005	27.03	19.963	.514	.727
VAR00006	26.83	22.505	-.127	.754
VAR00007	27.03	20.463	.387	.734
VAR00008	26.97	20.463	.437	.732
VAR00009	26.93	23.067	-.258	.765
VAR00010	27.10	19.525	.585	.721
VAR00011	26.97	23.177	-.274	.767
VAR00012	27.00	20.214	.474	.730
VAR00013	27.03	19.820	.552	.724
VAR00014	26.83	22.291	-.039	.752
VAR00015	27.10	19.882	.497	.727
VAR00016	26.86	23.337	-.392	.766
VAR00017	27.00	21.786	.070	.751
VAR00018	27.10	20.025	.463	.729
VAR00019	26.79	22.527	-.170	.753
VAR00020	27.00	20.429	.417	.733
VAR00021	27.31	20.007	.441	.730
VAR00022	26.79	22.313	-.049	.751

VAR00023	27.03	20.249	.441	.731
VAR00024	26.97	20.249	.497	.729
VAR00025	26.97	22.963	-.221	.765
VAR00026	26.86	22.409	-.083	.755
VAR00027	26.93	20.495	.465	.732
VAR00028	26.83	22.148	.019	.750
VAR00029	27.07	19.852	.521	.726
VAR00030	27.10	20.025	.463	.729
VAR00031	26.90	23.310	-.346	.766
VAR00032	27.03	20.034	.496	.728
VAR00033	26.97	22.892	-.203	.764
VAR00034	27.03	20.034	.496	.728
VAR00035	26.93	22.138	-.007	.754
VAR00036	27.10	19.596	.568	.722

INSTRUMEN PENELITIAN

Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih Terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas Tahun 2015-2016

C. Identitas Responden

Nama :

Jabatan : Guru Pendidikan Jasmani

Status Pegawai :

Nama Sekolah :

D. Petunjuk Mengisi tes

4. Soal tes ini didarkan kepada Bapak/Ibu bertujuan untuk mendapatkan informasi mengenai tingkat pemahaman guru pendidikan jasmani sekolah dasar terhadap pelaksanaan pembelajaran renang
5. Mohon bantuan dan kesediaan Bapak/Ibu untuk menjawab setiap pertanyaan yang ada dengan memilih satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia.
6. Beri tanda silang (x) pada pilihan yang sesuai menurut pendapat Bapak/Ibu pada salah satu dari empat alternatif jawaban yang tersedia.

Pilihlah jawaban yang paling benar dengan cara memberi tanda silang (X) pada jawaban yang dianggap paling benar

1. Renang dapat diterjemahkan sebagai...
 - a. Suatu olahraga yang dilakukan di air dan seluruh anggota badan bergerak dengan bebas
 - b. Suatu olahraga yang dilakukan di alam bebas
 - c. Suatu olahraga yang dilakukan di air dengan tujuan bergerak dari satu tempat ke tempat lain
 - d. Suatu kegiatan di air yang dilakukan dengan bantuan alat

2. Dalam proses pengenalan air ada beberapa yang tidak boleh dilakukan oleh siswa diantaranya...
 - a. *Stretching* sambil bermain
 - b. memercikan air ke badan sebelum berenang
 - c. mengunyah permen karet
 - d. memakai *kick board* saat berenang
3. Berikut adalah macam-macam gaya dalam berenang, **kecuali**...
 - a. gaya dada
 - b. gaya kupu-kupu
 - c. gaya punggung
 - d. gaya estafet
4. Pada nomor lomba gaya punggung perenang melakukan *start* di...
 - a. Samping atas balok *start*
 - b. Samping balok *start*
 - c. Bawah balok *start*
 - d. Dasar kolam
5. Manfaat berenang bagi siswa, **Kecuali**...
 - a. menambah tinggi badan
 - b. menyehatkan jantung dan paru
 - c. meningkatkan *self safety*
 - d. membuang waktu
6. Pengertian renang yang tepat adalah...
 - a. renang merupakan kegiatan bergerak di air tanpa tenggelam

- b. renang merupakan kegiatan di air
 - c. olahraga yang dilakukan
 - d. renang merupakan kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama
7. Renang dapat menyebabkan cedera apabila...
- a. Dilakukan dengan *over confident*
 - b. Tidak melakukan pemanasan
 - c. Dilakukan lebih dari satu macam gaya
 - d. Tidak melakukan pengenalan gaya
8. Dampak negatif apabila siswa tidak melakukan pemanasan sebelum renang adalah...
- a. Siswa menjadi cepat lelah
 - b. Siswa tidak kehilangan banyak waktu
 - c. Dapat mengakibatkan siswa jenuh dalam berlatih
 - d. Dapat menyebabkan siswa cedera
9. Gaya dada disebut juga dengan...
- a. *Crawl style*
 - b. *Dolphin style*
 - c. *Freestyle style*
 - d. *Fackstroke style*
10. Renang gaya dada posisi jari tangan adalah...
- a. mengepal
 - b. terbuka
 - c. dirapatkan dan rileks

- d. mengerucut
11. Renang dapat meningkatkan *self safety* yang artinya...
- a. Kemampuan berenang berbagai macam gaya
 - b. Kemampuan berenang jarak jauh
 - c. Kekuatan menahan nafas
 - d. Kemampuan bertahan di air
12. Selain menambah tinggi badan, renang juga baik untuk psikologis siswa sekolah dasar kelas atas karena...
- a. Gerakan renang dapat membuat hati dan pikiran rileks
 - b. Renang merupakan olahraga murah
 - c. Renang merupakan olahraga yang dapat dilakukan dimana saja
 - d. Renang disukai semua orang
13. Manfaat paling besar yang diperoleh otot dari renang gaya dada adalah otot bagian...
- a. Punggung
 - b. Dada
 - c. Kaki
 - d. Lengan
14. Olahraga renang masuk di Indonesia...
- a. ketika masa penjajahan belanda
 - b. ketika masa penjajahan jepang
 - c. sejak jaman pra sejarah
 - d. setelah Indonesia

15. Pada nomor lomba gaya kupu-kupu perenang melakukan *start* di...
- e. Samping atas balok *start*
 - f. Samping balok *start*
 - g. Bawah balok *start*
 - h. Dasar kolam
16. Renang gaya bebas 100m merupakan perlombaan olahraga yang melombakan...atlet
- a. Kelincahan
 - b. Ketepatan
 - c. Kekuatan
 - d. Kecepatan
17. Gaya *trudgen* dikenal juga sebagai gaya...
- a. bebas
 - b. punggung
 - c. dada
 - d. kupu-kupu
18. Gaya dolphin disebut juga dengan gaya...
- a. Kupu-kupu
 - b. Dada
 - c. Bebas
 - d. Punggung
19. Berikut ini adalah manfaat pendidikan karakter yang didapat siswa SD kelas atas dalam olahraga renang adalah...

- a. Meningkatkan keberanian dan tanggung jawab
 - b. Siswa menjadi sehat dan gembira
 - c. Siswa menjadi lebih kuat dan tidak mudah sakit
 - d. Metabolisme siswa menjadi bagus
20. Selain menyehatkan jantung dan paru-paru manfaat lain dari renang bagi siswa SD kelas atas ialah...
- a. Menambah tinggi badan
 - b. Menambah berat badan
 - c. Mengurangi kelentukan tubuh
 - d. Mengurangi kelincahan
21. Jumlah kalori yang dibakar setiap 1 jam dari siswa sekolah dasar kelas atas adalah...
- a. 275 kal
 - b. 200 kal
 - c. 325 kal
 - d. 150 kal

Lampiran 9. Data penelitian

Tabel Hasil Penelitian

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	Skor Total
resp 1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	15
resp 2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	13
resp 3	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	16
resp 4	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	15
resp 5	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	16
resp 6	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	14
resp 7	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	9
resp 8	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	13
resp 9	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	18
resp 10	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	17
resp 11	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	15
resp 12	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	14
resp 13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	19
resp 14	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	12
resp 15	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	17
resp 16	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	19
resp 17	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	18
resp 18	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	12
resp 19	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18
resp 20	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	15
resp 21	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	17
resp 22	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	16
resp 23	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18
resp 24	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	14
resp 25	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	18
resp 26	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
resp 27	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	16
resp 28	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	16
resp 29	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	16
resp30	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	15
resp31	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	15
resp32	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	15

Lampiran 10. Surat keterangan pmlitian



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KEPEK

Alamat :Kepek,Pengasih. kode Pos:55652 Telp.08282740480 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:- 60

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KEPEK Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N Kepek.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Sumardiyana Spd.

NIP 196105251982011003



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 2 PENGASIH

Alamat : Jl. KRT. Kertodiningrat, Margosari, Pengasih, Kulon Progo, DIY Kode Pos 55652
Telp (0274)775219 Email: sdn2_pengasih@yahoo.com

SURAT KETERANGAN
No.: 420/012/SD2.P/X/2016

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **SUMIYONO, S.Pd.**
NIP : 19710305 199103 1 004
Jabatan : Kepala Sekolah
Nama Sekolah : SD Negeri 2 Pengasih
Alamat Sekolah : Jl. KRT. Kertodiningrat, Margosari, Pengasih, KP, DIY

menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : **VIKO BAYU AJI**
NIM : 12604224046
Jabatan : Mahasiswa PGSD Penjas
Nama Instansi/PT : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

telah melaksanakan pengambilan data penelitian pendidikan tentang Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa SD Kelas Atas di SD Negeri 2 Pengasih.

Demikian, surat keterangan ini dibuat sesuai keadaan yang sebenarnya, dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.





PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 3 PENGASIH

Alamat : JL. Pracojo No.1 Pengasih , pengasih kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No: 000/36/SD-SP/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N 3 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :
Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta
Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N 3 Pengasih.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Suwanji, Spd.

NIP. 195711211978031007

PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 2 KALIPETIR
Alamat : Cumetuk, Kedungsari, Pengasih. kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN
No: 800/053

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N 2 Kalipetir Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N 2 Kalipetir.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



W. Inarsh Spd.

NIP. 196305071983032004



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 3 KALIPETIR

Alamat :Kedung Saga, Kedungsari,Pengasih. kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:- 10/SD/KLPTR/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N 3 Kalipetir Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N 3 Kalipetir.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



M. H.
Mumirah Spd.SD

NIP 197201141994012001



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI GEBANGAN

Alamat : Tim.pang,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N GEBANGAN Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N Gebangan.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Dra. Suparmi

NIP 196108041979122002



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KEDUNGREJO

Alamat :Kedungtangkil,Karangsari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KEDUNGREJO Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KEDUNGREJO.

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

Pengasih, 18 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



F.Endang S. Spd
NIP 196001151970122004



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KEDUNGTANGKIL

Alamat :Blumbang,Karangsari,Pengasih.kode Pos:55652 kalonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KEDUNGTANGKIL Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KEDUNGTANGKIL.

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

Pengasih, 18 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



Murjiyem, Spd

NIP 196406101986102006



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KLEGEN

Alamat :Klegen, Sendangsari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:27/SiDKL/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KLEGEN Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KLEGEN.

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

Pengasih, 18 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Sugiman, Spd

NIP 196008281979121003



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI NGULAKAN 2
Alamat : Josutan, Karang Sari, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N NGULAKAN 2 Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N NGULAKAN 2.

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

Pengasih, 18 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



Dra R.R. Rini W. Spd.
NIP. 196210271982012001



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 2 JANTURAN

Alamat : Menggungan, Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta. 55652
(0274) 6472309 Email : sdn2janturan2@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 41/Jnt/S.Ket/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah SD Negeri 2 Janturan, Menggungan, Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo, menerangkan bahwa :

Nama : **VIKO BAYU AJI**
NIM : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di Sekolah SD Negeri 2 Janturan.

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



Pengasih, 18 Oktober 2016
Kepala Sekolah

SIDI, S.Pd
Pembina Tk I, IV/b
NIP 19600717 198012 1 002



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI NGENTO

Alamat : Ngento, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N Ngento Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N Ngento

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

Pengasih, 18 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



NIP 196402101984051002



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI PENDEM

Alamat : Pendem, Sidomulyo, Pengasih. kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N PENDEM Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N PENDEM.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui

Kelembagaan Sekolah



S. Ag.

NIP 196508031985092002



**PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI CLERENG**

Alamat : Sencang Sendangsari, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No :

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N CLERENG Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Penbelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N CLERENG.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Kuntadi S. Ag

NIP/196405021985091001



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KEMARAS

Alamat :Sendangsari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No :

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KEMARAS Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KEMARAS.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



Tri Sutiasih S.Pd

NIP 197403141998032004



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI BLUBUK

Alamat :Blubuk,SendangsariI,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N BLUBUK Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N BLUBUK.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Harni Astuti S.Pd
NIP 197303071996062001



**PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI WIDORO**

Alamat :Blubuk,SendangsariI,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No: 26 / ket. / X / 2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N WIDORO Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

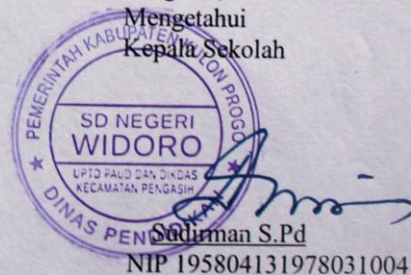
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N WIDORO.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Sudirman S.Pd

NIP 195804131978031004



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KARANGASEM

Alamat : Karangasem, Sidomulyo, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KARANGASEM Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KARANGASEM.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



[Signature]
Suprihatin S.Pd

NIP 196505271986042006



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI SENDANGSARI

Alamat : Mrunggi, Sendangsari, Pengasih. kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N SENDANGSARI Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N SENDANGSARI.

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

Pengasih, 20 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



Wahib, S.Pd
NIP 195904011986031019



**PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI SENDANG**

Alamat :Sendang karaangsari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No : 68/Kel.Sd/x/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N SENDANG Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N SENDANG.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Sukadiyah S.Pd
NIP 196311291986042003



**PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI TAWANGSARI**

Alamat : Kopok Kulon,TawangSari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N TAWANGSARI Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorke Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N TAWANGSARI.

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

Pengasih,20 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



Sri Sugtarti Mpd.

NIP 1966060119910220



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI SENDANGSARI

Alamat : Mrunggi, Sendangsari, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N SENDANGSARI Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N SENDANGSARI.

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

Pengasih, 20 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



Wahib.S.Pd
NIP 195904011986031019



**PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI SIDOMULYO**

Alamat : Sidomulyo, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N SIDOMULYO Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N SIDOMULYO.

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

Pengasih, 20 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Legu Santoso, S.Pd
NIP-197409101999031003



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KUTOGIRI

Alamat : Sidomulyo, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No.: 81/KTOK/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KUTOGIRI Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KUTOGIRI.

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

Pengasih, 20 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Sugiyono S.Pd
Sugiyono S.Pd
NIP 195802161979121004



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI GUNUNGDAANI

Alamat : Ringin Ardi, Karang Sari, Pengasih, Kode Pos: 55652 Kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:-

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N GUNUNGDAANI Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N GUNUNGDAANI.

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

Pengasih, 21 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



Rita Listyaningsih, S.Pd.

NIP 197204201997032002



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI KARANGSARI 1
Alamat : Karang Sari, Pengasih, kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No : 802/41/S.Kel/K.1/10/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N KARANGSARI 1 Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N KARANGSARI 1.

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

Pengasih, 19 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



Surahmi S.Pd
NIP 196602221986042001



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI JANTURAN 1

Alamat : Jombokan Tawang Sari, Pengasih. kode Pos: 55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No: - 155/SK/SD.1J/X/2016 .

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N JANTURAN 1 Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji

Nim : 12604224046

Program Studi : PGSD PENJAS

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N JANTURAN 1.

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

Pengasih, 18 oktober 2016

Mengetahui

Kepala Sekolah



Wagita, Spd. Jas

NIP 196711221989041001



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 1 PENGASIH

Alamat :Pengasih,pengasih kode Pos:55652 telp(0274)7475628.kulonprogo

SURAT KETERANGAN
NO.421.2/SE/SKet/SDNIP/x/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N 1 Pengasih Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N 1 Pengasih.

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

Pengasih, 17 oktober 2016

Mengetahui
Kepala Sekolah



[Signature]
Dwi Rianarwati, Spd.
NIP 196702161988042001



PEMERINTAH KABUPATEN KULONPROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 1 KALIPETIR
Alamat :Kalisoko,Margosari,Pengasih.kode Pos:55652 kulonprogo

SURAT KETERANGAN

No:- 30/Ket/SDIK/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala sekolah SD N 1 Kalipetir Kecamatan Pengasih Kabupaten KulonProgo Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Menerangkan bahwa :

Nama : Viko Bayu Aji
Nim : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat pemahaman Guru Penjasorkes Se-kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di SD N 1 Kalipetir.

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

Pengasih, 17 oktober 2016
Mengetahui
Kepala Sekolah



Sih Nurdianti Spd.
NIP 196010011982012015



PEMERINTAH KABUPATEN KULON PROGO
DINAS PENDIDIKAN
UPTD PAUD DAN DIKDAS KECAMATAN PENGASIH
SD NEGERI 2 JANTURAN

Alamat : Menggungan, Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo, D.I. Yogyakarta. 55652
(0274) 6472309 Email : sdn2janturan2@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 41/Jnt/S.Ket/X/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah SD Negeri 2 Janturan, Menggungan, Tawang Sari, Pengasih, Kulon Progo, menerangkan bahwa :

Nama : **VIKO BAYU AJI**
NIM : 12604224046
Program Studi : PGSD PENJAS
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan pengambilan data penelitian tentang Tingkat Pemahaman Guru Penjasorkes Se-Kecamatan Pengasih terhadap Pembelajaran Renang Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas di Sekolah SD Negeri 2 Janturan.

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



Pengasih, 18 Oktober 2016
Kepala Sekolah

SIDI, S.Pd
Pembina Tk I, IV/b
NIP 19600717 198012 1 002

Lampiran 11. statistik Penelitian

Statistic Keseluruhan			Statistics Faktor menerjemahkan		
N	Valid	32	N	Valid	32
	Missing	0		Missing	0
Mean		15.53	Mean		4.19
Median		16.00	Median		4.00
Mode		15 ^a	Mode		4
Std. Deviation		2.214	Std. Deviation		.693
Variance		4.902	Variance		.480
Range		10	Range		3
Minimum		9	Minimum		2
Maximum		19	Maximum		5
Sum		497	Sum		134

Statistics faktor menginterpretasi			Statistics Faktor Mengekstrapolasi		
N	Valid	32	N	Valid	32
	Missing	0		Missing	0
Mean		5.50	Mean		5.88
Median		6.00	Median		6.00
Mode		6	Mode		6
Std. Deviation		1.344	Std. Deviation		1.238
Variance		1.806	Variance		1.532
Range		6	Range		5
Minimum		2	Minimum		3
Maximum		8	Maximum		8
Sum		176	Sum		188

Lampiran 12. Pengkategorian Data Penelitian

Resp.	Nilai	Pengkategorian
Resp. 1	15	Cukup
Resp. 2	13	Rendah
Resp. 3	16	Cukup
Resp. 4	14	Rendah
Resp.5	16	Cukup
Resp.6	14	Rendah
Resp.7	9	Sangat Rendah
Resp.8	13	Rendah
Resp.9	18	Tinggi
Resp.10	17	Tinggi
Resp.11	15	Cukup
Resp.12	14	Rendah
Resp.13	19	Sangat tinggi
Rep.14	12	Rendah
Resp.15	17	Tinggi
Resp.16	19	Sngat Tinggi
Resp.17	18	Tinggi
Resp.18	12	Rendah
Resp.19	18	Tinggi
Resp.20	15	Cukup
Resp.21	17	Tinggi
Resp.22	16	Cukup

Resp.23	18	Tinggi
Resp.24	14	Rendah
Resp.25	18	Tinggi
Resp.26	16	Cukup
Resp.27	16	Cukup
Resp.28	16	Cukup
Resp.29	16	Cukup
Resp.30	15	Cukup
Resp.31	15	Cukup
Resp.32	15	Cukup

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



